



Suportar o Mundo: Anciã ‘Moon Mothers© da Sabedoria’

Moon Mothers© que experienciaram a fase da mulher pós-Sofia (último sangramento)

Pela autora e professora internacional de mulheres Miranda Gray

Cerimónias de prece para os mortos e enlutados

Como Anciãs (Crones), estamos mais à vontade com o mundo do espírito. Não é algo que temos de acreditar – é algo em que vivemos. Orar pela morte e enviar energia; orar pelos que sofrem suportando-os num espaço sagrado; orar pela alma e partilhar amor – tudo isto faz parte do papel da Anciã (Crone).

Numa época em que as mulheres são incapazes de ir a funerais, incapazes de abraçar a família com tristeza e conforto, há necessidade de cerimónias simples on-line e de rituais de passagem diretos. As famílias estão a reunir-se on-line para partilhar estórias, lamentar e confortar, mas é necessário que a Anciã possa oferecer as preces da Mãe Escura para guiar a família e a alma.

Uma prece por uma pessoa que está em processo de morte.

Alguém pode pedir-lhe que faça uma prece por alguém que está a morrer.

Mantenha tudo simples, quer esteja a fazê-lo sozinha através de uma solicitação de alguém que pediu ajuda ou se a pessoa que está a pedir está virtualmente presente consigo on-line – a Anciã não tem a ver com complexidade.

Se tiver uma vela, acenda-a. Se tiver uma tigela escura, pode ser usada como uma representação da Anciã. Se tiver um xaile escuro, coloque-o sobre a cabeça e os ombros. Se não tiver nenhuma destas coisas, não há problema.

Precisará do nome da pessoa para a qual é a prece.

Instruções para a pessoa que pede a oração, se estiver presente online:

Junta as tuas mãos em posição de oração.

A sua preparação pessoal:



Respira profundamente e traz a tua consciência para a tua Árvore do Útero. Faz crescer as tuas raízes Terra adentro.

Sente a Terra abaixo de ti.

Sente, sabe ou vê uma Lua Escura que repousa nos galhos da Árvore do Útero acima de ti. Estrelas e galáxias estão entre os galhos.

Abre as mãos com as palmas das mãos viradas para cima e está consciente do amor da Anciã fluindo do teu coração para a pessoa que pede a prece e para a pessoa que está a morrer.

Lê com atenção e delicadeza a seguinte prece em voz alta:

Mãe Escura,

Enrola as Tuas suaves asas de luz das estrelas à volta daqueles que estão a morrer.

Enrola as Tuas macias asas à volta de (adicione o nome aqui).

Segura-os no Teu amor e luz infinitos.

Que eles sintam a Tua presença e não se sintam sozinhos.

Que eles sintam a Tua alma e o Teu amor por eles.

Que eles sintam o amor das suas famílias, mesmo estando ausentes.

Mãe, conforta-os em qualquer angústia e coloca-os no Teu colo.

Desperta a intensa alegria e amor da alma quando ela voltar para Ti.

Mãe, guia a alma cujo caminho é ficar e ajudar os outros.

E guia a alma cujo caminho é tornar-se parte do Teu amor e luz maiores.

Mãe, abençoa todas as almas para que elas possam brilhar intensamente

aliviando o corpo, a mente e as pessoas à volta delas.

E Mãe, que o Teu gentil amor calmante suporte todos os que sustentam esta alma neste momento e ilumina uma estrela de esperança para guiá-los.

(Pausa)



Respira profundamente e traz a tua consciência para a tua Árvore do Útero.

Vê, sabe ou sente que a Lua Cheia está acima de ti nos galhos das árvores, banhando-te na suave Luz da Lua. A Luz flui sobre ti e através de ti, desce pelos braços e sai pelas palmas das mãos.

Tem as Luas Cheias nas palmas das mãos irradiando Luz da Lua em direção à pessoa que pede a oração.

Diz em voz alta:

Mãe da Luz, abençoa aqueles que estão de luto.

Cerca-os com o Teu amor.

Deixa-os relaxar nos Teus braços e saber que eles estão seguros.

E na escuridão, ilumina uma estrela de amor e esperança nos seus corações que os sustentará e os guiará nos próximos dias.

Fortalece-os com a Tua Luz e o Teu Amor
para que a esperança cresça nas suas vidas.

(Pausa)

Sorri com amor e gratidão e abre os olhos.

Se a pessoa que pede a prece estiver contigo online, diz:

Respira profundamente.

Sente gratidão pelo amor da Mãe.

Sorri.

Abre os teus olhos.

(Sugere também que comam e bebam alguma coisa.)



Uma prece para aqueles que sofrem

Esta prece pode ser feita em particular, em nome de alguém que tenha solicitado a sua ajuda, ou pode ser apresentada com a pessoa virtualmente presente online. Esta prece pode ser dita como uma prece geral ou pode adicionar nomes específicos.

A sua preparação pessoal:

Respira profundamente e traz a tua consciência para a tua Árvore do Útero. Faz crescer as tuas raízes Terra adentro.

Sente a Terra abaixo de ti.

Sente, sabe ou vê uma Lua Escura acima de ti que repousa nos galhos da Árvore do Útero. Estrelas e galáxias estão entre os galhos.

Abre as mãos com as palmas das mãos viradas para cima e está consciente do amor da Anciã fluindo do teu coração para a pessoa que pede a prece e para a pessoa que está a morrer.

Lê com atenção e delicadeza a seguinte prece em voz alta:

Mãe Escura,

Segura aqueles que estão de luto (adiciona nomes aqui, se desejares)

que perderam sem um último 'adeus',

que se sentem vazios e abandonados,

cuja vida, coração e alma foram despedaçados,

cujos pés pararam no caminho,

cujas responsabilidades ameaçam esmagá-los.

Mãe Escura, envolve-os nas Tuas asas do espaço e da luz das estrelas

protege-os do mundo exterior,

centra-os na paz,

abre os seus corações para que possam sentir a força do Teu amor.



Womb Blessing® Attunement
Female Energy Awakening
Miranda Gray
www.wombblessing.com

Na escuridão do desespero, que eles possam sentir o Teu amor a apoiá-los.

Na escuridão do seu rompimento, que eles possam sentir o Teu amor a mantê-los juntos.

Na escuridão da sua perda, que eles possam sentir o Teu amor preenchendo o vazio.

Suaviza os seus medos,

Alivia as suas mentes,

Agora que neste momento eles descansam Contigo.

(Pausa)

Respira profundamente e traz a tua consciência para a tua Árvore do Útero.

Vê, sabe ou sente que a Lua Cheia está acima de ti e repousa nos galhos da Árvore, banhando-te na suave Luz da Lua. A Luz flui sobre ti e através de ti, desce pelos teus braços e sai pelas palmas das tuas mãos.

Tens Luas Cheias nas palmas das mãos irradiando Luz em direção à pessoa que pede a prece.

Diz em voz alta:

Mãe da Luz, abençoa aqueles que estão de luto

Envolve-os com o Teu amor.

Deixa-os relaxar nos Teus braços e saber que eles estão seguros.

E na escuridão, ilumina uma estrela de amor e esperança nos seus corações que os sustentará e os guiará nos próximos dias.

Fortalece-os com a Tua luz e amor

para que a esperança cresça nas suas vidas.

Sorri com amor e gratidão e abre os teus olhos.

Se uma pessoa pedir por uma prece e está contigo online, diz:



Womb Blessing® Attunement
Female Energy Awakening
Miranda Gray
www.wombblessing.com

Respira profundamente.

Sente gratidão pelo amor da Mãe.

Sorri.

Abre os olhos.

(Sugere também que eles comam e bebam alguma coisa.)

Se achares que estás muito sensível ou emocional durante a sessão e não conseguires manteres-te centrada no amor e na paz da Anciã, pode ser que estejas cansada e precisas de descansar para restaurar as tuas próprias energias ou talvez não estejas ainda na Fase da Anciã da vida e estejas ainda na Fase da Feiticeira. Podes seguir a abordagem Feiticeira descrita num artigo separado para perceber se estão mais em harmonia com as tuas energias atuais.

Uma prece para a alma

Esta oração pode ser feita em privado para alguém que solicitou a tua ajuda ou pode ser facilitada com a pessoa em sessão online. Esta oração pode ser dita como uma oração geral ou podes adicionar os nomes específicos de cada pessoa.

Não precisas de nada para fazer esta prece cerimonial, mas é bom usar um xaile preto e ter uma vela à tua frente para iluminar. (podes ter uma foto de uma vela ou encontrar uma virtual online.)

A tua preparação pessoal:

Respira profundamente e traz a tua consciência para a tua Árvore do Útero. Faz as tuas raízes crescerem profundamente para dentro da Terra.

Sente a Terra abaixo de ti.

Sente, sabe ou vê uma Lua Escura acima de ti que repousa nos galhos da Árvore do Útero. Estrelas e galáxias estão entre os galhos.



Womb Blessing® Attunement
Female Energy Awakening
Miranda Gray
www.wombblessing.com

Abre as mãos com as palmas das mãos viradas para cima e está consciente do amor da Anciã fluindo do teu coração para a pessoa que pede a prece e para a pessoa que está em processo de morte.

Acende uma vela se tiveres uma.

Gentilmente e com ternura, lê em voz alta a seguinte prece:

Acendo uma vela por (nome do falecido) em nome de (nome):

Uma Luz para as boas lembranças.

Uma Luz para uma alma boa.

Uma Luz para uma vida bem vivida.

(Se apropriado: Uma Luz para o fim do sofrimento.)

Uma Luz para a paz.

Acendo uma vela por (nome do falecido) em nome de (nome):

Uma Luz para o amor dado.

Uma Luz para um coração amável e generoso.

Uma Luz pelo partilhar de uma vida.

E uma Luz pela alegria dada livremente.

Acendo uma vela para abençoar os que ficaram para trás:

Uma Luz para iluminar o caminho que vem.

Uma Luz para a esperança que está dentro do coração.

Acendo uma vela por (nome) em nome de (nome do falecido).



Womb Blessing® Attunement
Female Energy Awakening
Miranda Gray
www.wombblessing.com

Uma Luz para abençoar a alma.

Aditamento quando apropriado:

Donzela guia o caminho desta alma para os novos começos.

Mãe conforta o luto e envolve-os no Teu amor.

Feiticeira traz força para este caminho de mudança.

Mãe Anciã ajuda-nos a sentar na escuridão e ouvir a Tua voz suave de amor.

Senta-te por um tempo com os olhos fechados, enviando energia à alma e a todos os afetados.

Sorri com amor e gratidão e abre os olhos.

Se a pessoa que pede a prece estiver contigo online, diz:

Respira profundamente.

Sente gratidão pelo amor da Mãe.

Sorri.

Abre os teus olhos.

(Sugere também que eles comam e bebam alguma coisa.)

Para mais artigos e meditações da Miranda Gray, consulta www.mirandagrays.co.uk e www.wombblessing.com