

Väck din feminina kraft

- **Modul 1 Väck din feminina kraft genom att stanna med dig, landa i kroppen och känna känslorna.** Stanna upp. Börja lyssna på det du har undvikit och stängt av.
- **Modul 2 Feminina principer & Gudinnetraditioner.** Återknyt till din feminina kraft – där mjukhet är styrka
- **Modul 3 Självmedkänsla & emotionell trygghet.** Släpp inre hårdhet och lärd dig att möta dig själv med värme.
- **Modul 4 – Hållbart liv inifrån och ut** Bygg ett liv som håller inifrån och ut i kontakt med kropp och själ
- **Sista träffen – Att låta din feminina kraft vakna, leva och blomma**



Kroppen väcker dig till liv!

- Hur har det känt sedan sist?
- Att lyssna på och stiga ner i kroppen... skala av lager... låta dig hållas och ta emot



Väck din feminina kraft

Din symbol från naturen:

Vad är feminin kraft för dig?
Låt din symbol undervisa dig om
den feminina kraften. Lär av henne.

TRUE BUDY:

Samtal en gång per vecka om
processen. Lyssna i hjärtat



Inifrån och ut

*Vi har skyddat kärnan och källan
inom oss och i jorden.*

Med sköldar, murar, staket...

*Det sker omedvetet och kan
göra det svårt att känna
sanningen inuti.*

För det har inte varit tryggt förr.



Tryggheten

För att öppna upp inifrån och låta ditt ljus, din kärlek, din kraft flöda så behöver du känna dig trygg på riktigt.

Hållen, oavsett vad.



Kalla på urmodern

Kalla på henne, knyt an till henne,
be henne om hjälp.

Moder Jord, Urmodern finns här.

Hon håller dig villkorslöst i kärlek.
Hon läker, älskar och vägleder dig.



Hon läker dig och dina sår

Anknytning

Moderssår

Leva upp till andras förväntningar

Gör att vi separerar oss och skyddar...

Påverkar oss alla

Urmodern läker så du kan knyta an,
känna trygghet, ta emot kärlek.
Känna din inneboende kraft
och sanning.
Och njuta av livet.





Att hållas

Låt Urmodern hålla dig, läka, älska och hjälpa dig.

Öppna upp, kalla på henne, låt henne hålla, bistå och vägleda dig.

Du behöver bara bjuda in henne, låta henne läka och älska dig.

Så att du kan KÄNNA din kärna, din sanning. Din godhet.

Vad är viktigt?

Känn in vad som är viktigt FÖR dig,
I ditt liv.

Vad finns I din mitt, ditt centrum,
din kärna som du utgår från?





Låt ditt centrum vibrera ut i ditt liv

Guidad meditation

- Landa I kroppen och känn in ditt hjärta
- Sjunk ner i jorden
- Passera portarna till underjorden och släpp det som håller dig från din inre kärna på vägen ner
- Anländ till Kärlekens Källa och Urmodern
- Släpp det som återstår av din sköld, dina murar, dina försvar, dina lås
- Bada I kärlekens källa
- Vad är viktigt för dig? KÄNN det...
- Ta emot vattnets läkande vibrationer, kärlek och magi
- Kalla ner dina rötter, låt dem dricka – låt vattnet resa sig upp genom dina rötter, in I din Kropp, chakra för chakra fylla dig
- Känn in ditt hjärta
- Kom tillbaka här och nu

