

Möt Gudinnan Gefn

Moder Gudinninan
som kommer med skörden





VÄGEN IN

vi möter en Gudinna per månad.

GE HENNE PLATS I DITT LIV.

1. **Skapa ett altare** för henne med symboler som påminner dig om henne och hennes kvaliteter.
2. **Ge dig tid en stund varje dag**, gärna på morgonen för att bjuda in och vila hos Gudinnan t ex i meditation.
3. **Prata med Gudinnan** – ställ frågor, dela, prata med henne, ge henne dina problem/bördor och be om vägledning
4. **Maila senast fredag 31/7 om du önskar en True Budy kommande månad**



Hur har det varit att möta Gudinnan Saga?

- Skapa ett altare för Gudinnan Saga
- Möt Gudinnan Saga dagligen
- Välj att bli medveten om vilka historier som påverkar dig.
- Skriv gärna dagbok kommande veckor.
- KÄNN, RESPEKTERA, HEDRA och FÖLJ din kropp och dess signaler
- Välj närvaro i nuet
- Spendera tid i naturen



Jordens element

- Det fysiska, själva materian
- Kroppen
- Stabil, grundande, jordande
- Blomstring och skörd

Förvandlingen är på väg... I september kliver vi in i vattnets element

Gudinnan Gefn

Moder Gudinnan som kommer med skörden



Gudinnan Gefn

- Moder Gudinna
- Kommer med skörden
- Kommer med näring
- Helar och läker moderssår
- Hjälper dig att knyta an till
Urmodern, Jorden och kärleken
- Hjälper dig att TA emot livet





Vad skördar du?

Känn in vad du skördar just nu i ditt liv.

Vilka frön har du sått i form av längtan, drömmar, önskningar och handlingar i år och vad blev det av dem?



Vad skördar du?

Vad lär din skörd dig just nu?

Vad lär du dig om att odla ditt liv?

Vad kan och vill du göra annorlunda framöver och vad vill du fortsätta med?



Att ta emot...

I skördens tid så möter vi Modergudinnan och hon kommer med skörd och näring.

Hur är det för dig att ta emot livets goda, att ta emot och ta upp näring liksom att ta emot hjälp, komplimanger, stöd och kärlek?

Hur gör och känner du när du får hjälp, stöd, komplimanger eller gåvor?

Att ta emot...

Finns det något som Modergudinnan vill hjälpa dig med så att det blir lättare för dig att TA EMOT från livet?

Många av oss är bra på att ge, i den här tiden är fokus på att själv ta emot.



Att läka...

Finns det något som Modergudinnan tillsammans med Gudinnan Saga och Jord vill hjälpa dig att bevittna och läka i relation till din egen mamma?

... för att öppna dig för den oändliga moderskärleken och den trygghet som den kommer med och vill hålla dig i?



Att mjukna

En tid att låta hårda skal, murar, skydd och
barriärer släppa – så du kan mjukna i livet





Hemuppgift

- Skapa ett altare för Gudinnan Gefn och skörden
- Möt Gudinnan Gefn dagligen
- Välj att TA EMOT livets skörd
- Skriv gärna dagbok kommande veckor
- KÄNN, RESPEKTERA, HEDRA och FÖLJ din kropp och dess signaler



Meditation

Möt Moders Gudinnan Gefn

A woman with brown hair tied in a bun, wearing a white long-sleeved dress, is sitting on a sandy beach. She is looking out towards the ocean, with her hand resting on her chin. The background shows gentle waves and a warm, golden sunset sky.

Kommande träffar

- Q&A 1 september
- Möt Gudinnan Mardöll 22 september