

## ***Медитация "Я богиня, сошедшая на землю" -***

окончательно утверждает себя как источник глубочайшего восхищения и преклонения со стороны всех разумных существ.

Мы приглашаем на внутреннее путешествие, чтобы осознать нашу божественность, с которой мы пришли на этот свет. В этой медитации мы будем объявлять себя богиней, спустились на землю, чтобы источать свою собственную уникальную энергию во всем окружающем нас мире. Наша цель - обрести в себе источник восхищения и преклонения для всех существ, обитающих в этом прекрасном мире.

Добро пожаловать во внутреннее путешествие в самое глубокое ядро нашего существа, чтобы встретить там божественную сущность, которая пребывает внутри каждого из нас. Это место, где мы осознаем себя как богинь, сошедших на землю, чтобы принести свет и любовь в этот мир. В этой медитации мы будем погружаться в самое сокровенное пространство нашего внутреннего света и истинной силы, чтобы окончательно принять себя как источник восхищения и преклонения со стороны всех разумных существ.

Давайте вместе создадим особое место в нашем внутреннем мире, где мы сможем погрузиться в медитацию с максимальным комфортом и гармонией. Мы приглашаем тебя открыть свое сердце и разрешить себе почувствовать, как наполняются твои легкие ароматом лаванды или розы, создавая волнующую атмосферу покоя и умиротворения. Расположись в удобной позе, позволив своему телу освободиться от напряжения, и пусть тихий шепот ветра за окном напомнит тебе о бесконечном потоке времени и пространства, который нас окружает.

Теперь, когда ты полностью погружен в эту атмосферу, почувствуй, как твое сердце начинает биться в унисон с ритмами вселенной, а твое дыхание становится медленным и глубоким, словно прилив и отлив океана, неспешно накатывающие на берег.

Погрузимся глубже в эту магическую атмосферу, в которой каждый звук, каждый аромат, каждое движение становятся частью нашего внутреннего путешествия. Расслабь свои мышцы, ощущая, как напряжение медленно уходит, словно расплывающиеся облака на небосклоне.

С каждым вдохом и выдохом ты погружаешься глубже в состояние умиротворения и гармонии. Дыши в такт с природой вокруг тебя, почувствуй ее ритмы, ее пульсацию, ее живую энергию, которая пронизывает все живое.

Позволь себе окунуться в океан спокойствия, где время течет медленно, словно река, уносящая все невзгоды и тревоги с твоего пути. Ты окружен теплом и светом, и ты можешь чувствовать, как каждая клеточка твоего существа наполняется любовью и благодатью.

Ты ощущаешь, как каждое движение твоего тела становится медленным и осознанным, словно танец с бесконечной музыкой Вселенной. С каждой вдохновляющей секундой ты чувствуешь, как твое сердце наполняется светом, словно яркое сияние звездной ночи.

Твое внимание сосредотачивается на внутренних ощущениях, на том, что происходит внутри тебя в этот момент. Ты осознаешь себя как часть вселенной, как нить в ткани бесконечного космоса.

В этом моменте нет места для суеты или тревоги, только спокойствие и покой. Ты ощущаешь себя как центр вселенной, вокруг которого вращается все остальное. Это твое время и твое пространство, чтобы полностью погрузиться в собственное внутреннее сияние и благосостояние.

Ты ощущаешь, как каждый вдох наполняет тебя чистой энергией, а каждый выдох уносит с собой все негативные мысли и напряжение. Твои мысли становятся ясными и спокойными, словно озеро в безветренный день.

С каждой медленной и глубокой вдохновляющей волной ты чувствуешь, как твое сердце расширяется и наполняется любовью и состраданием, охватывая всю Вселенную. Ты осознаешь, что ты не просто часть этого мира, ты его часть и его творец.

Твоя внутренняя светилла начинают сверкать ярче, освещая каждый уголок твоего существа. Ты погружаешься глубже в себя, открывая новые грани своей собственной сущности, которые пребывали в тени до этого момента.

Это момент, когда ты полностью присутствуешь в настоящем, ощущая каждую клеточку своего тела, каждую волну своего дыхания, каждую ноту своего сердца. Позволь этому состоянию умиротворения и гармонии окутать тебя, словно теплый шарф в холодный зимний день.

Теперь, когда ты полностью погружен в состояние глубокого спокойствия и гармонии, давай допустим, чтобы наше воображение взяло нас за руку и погрузило нас в волшебный мир визуализации.

Мы начинаем свой путь внутрь, открывая двери в наше внутреннее святилище. Перед нами раскрывается изумительный пейзаж, где цветы расцветают под ногами, а ветер нежно шепчет нам слова утешения и поддержки.

В этом мире мы видим себя в образе богини, величественной и красивой, сияющей своим внутренним светом. Мы ощущаем связь с божественным, с каждым мгновением углубляя наше понимание о себе как обладателе божественной силы и любви.

Наша Душа наполняется эмоциями и ощущениями, раскрывая перед нами всю красоту и величие нашей собственной сущности. Мы вдыхаем в себя эту мощь, эту энергию, понимая, что мы - источник восхищения и преклонения для всех разумных существ.

Мы продолжаем, погружаясь еще глубже в наше внутреннее святилище, в наше внутреннее божественное пространство, где мы полностью принимаем свою собственную божественность.

В этом мире визуализации мы встречаем свою богиню, свою собственную величественную сущность, которая сияет ярким светом любви и благословения. Мы ощущаем ее присутствие рядом с нами, словно невидимый компас, указывающий нам путь к нашему истинному Я.

Наша богиня обладает всей красотой и мудростью вселенной. Она носит корону из звезд, символизируя свою связь с космическими силами, и ее глаза сияют светом бесконечного понимания и сострадания. В ее руках она держит жезл, символизирующий ее власть над своим внутренним миром и способностью творить свою собственную реальность.

Мы чувствуем себя защищенными и поддержанными ее присутствием. Ее любовь и благословения наполняют наше сердце, позволяя нам почувствовать себя полностью принятыми и целостными. Мы погружаемся в ее объятия, чувствуя силу и мощь, которая истекает из каждой ее клеточки.

В этом мире мы осознаем, что каждый из нас носит в себе богиню, сошедшую на землю, и что эта богиня - это мы сами. Мы признаем свою собственную божественную сущность и позволяем ей засиять ярким светом в этом мире, привлекая к себе восхищение и преклонение всех, кто встречает нас на нашем пути.

С каждым вдохом мы все глубже погружаемся в образ богини внутри себя. Мы видим ее стоящей перед нами, окутанной светом и любовью, ее красота ослепительна, и мы чувствуем, как она наполняет нас своей божественной энергией.

Наша богиня предстает перед нами во всей своей величественной красоте, символизируя мощь, мудрость и любовь. Мы видим в ее глазах отражение нашей собственной души, и мы осознаем, что внутри нас тоже живет богиня.

Мы позволяем этому образу стать все более ярким и реальным в нашем воображении. Мы чувствуем, как ее энергия проникает в каждую клеточку нашего тела, наполняя нас силой и уверенностью.

В этом моменте мы осознаем, что мы не просто мирные наблюдатели этой божественной красоты, но и ее творцы. Мы сами создаем этот образ, мы сами призываем эту богиню к жизни внутри себя.

Позволь себе окунуться еще глубже в это состояние, чувствуя каждую ее частицу внутри себя. Дай ей возможность полностью расцвести в твоём воображении, и ты увидишь, как она начнет менять твою реальность, принося в нее новые смыслы и цвета.

С нашей богиней, сошедшей на землю, в сердце нашего внимания, давайте теперь обратимся к осознанию нашей собственной силы. Мы осознаем, что каждый из нас

обладает уникальными качествами, дарами и способностями, которые делают нас источником восхищения и преклонения.

Позволь себе вспомнить моменты, когда ты чувствовал себя наиболее сильным, наиболее влиятельным, наиболее благословенным. Вспомни, какие качества в тебе вызывали восхищение и уважение у других. Позволь этим качествам расцвести внутри тебя, словно бутоны цветов, раскрывающиеся под лучами утреннего солнца.

Мы признаем свою собственную силу и влияние на окружающий мир. Мы понимаем, что мы являемся источником любви, света и мудрости для тех, кто находится рядом с нами. Мы чувствуем, как эта сила наполняет нас и дает нам уверенность в себе и своих возможностях.