



CEREMONIA INOCENȚEI,  
Practică zilnică, în săptămâna Pământului (16 - 22 ianuarie 2022)

NE DESCHIDEM INIMA CĂTRE ADEVAR ȘI IERTARE, READUCÂND TOATE EXPERIENȚELE, DE  
„ÎNTUNERIC ȘI LUMINĂ”, ÎNAPOI ÎN IUBITOARE INOCENȚĂ

Ceremonia Inocenței este o practică sacră de „mărturisire” și de a permite dezvăluirea oricăror adevăruri reprimite, astfel încât inima să se poată deschide înapoi către iubire. A fost practică în Școlile Egiptene ale Misterelor timp de mii ani. Se spune că în perioada în care Maria Magdalena și Mama Maria au servit ca preotese ale lui Isis în Egipt, ele au practicat Ceremonia Inocenței în fiecare dimineață pentru a-și purifica inimile și a păstra echilibrul interior. Ceremonia funcționează pe principiile psihologiei profunde – prin afirmarea negativă a mărturisirii (de exemplu, „nu m-am trădat”) subconștientul este „păcălit” să își amintească evenimente, sentimente, acțiuni pe care le-a negat pentru a se simți în siguranță. Subconștientul nu recunoaște negative precum „nu, nu am, niciodată” – așadar tensiunea creată între mintea conștientă și subconștient deschide o ușă pentru ca adevărul să intre, iar inima să își înlăture armura.

Ceremonia îi era dedicată lui Ma’at, zeița-mamă egipteană primordială, al cărei nume înseamnă și Înțelepciunea – era o oportunitate sacră pentru inițiați de a se deschide către o înțelegere mai profundă a vieții lor și de a-și deschide inima către iubire și iertare.

Ceremonia Inocenței nu a fost și nu este despre judecată, așa cum înțelegem acum cuvântul (a fi rău, greșit, demn de a fi pedepsit etc.), ci ea este menită să aducă claritate, onestitate, adevăr și deschidere înapoi către iubire. S-a spus că Ma’at (atât ca principiu, cât și ca Mare Mamă) ținea universul în echilibru și armonie. Acesta este momentul să ne restabilim propriul echilibru interior.

### **Pregătirea pentru Ceremonie**

În spațiul tău Sacru, în orice moment al zilei îți este bine și curgător, aprinde o lumânare pe Altar.

Conectează-te cu Doamna Noastră, citind cu voce tare Rugăciunea Doamnei.

Sau, dacă pentru tine Marele Spirit are un alt nume, formă sau familiaritate, conectează-te cu Spiritul în acea formă pe care o simți cea mai hrăitoare pentru tine.

Cere sprijin ca Adevărul Inimii Tale să îți fie revelat.

Pune-ți intenția pentru această ceremonie - fă un angajament cu tine însăși de a rămâne onestă, deschisă și smerită, indiferent de cât de inconfortabil se va simți această practică la un moment dat.

Cu hârtia cu cele 42 de declarații în față, așează-te în poziție de meditație, pune căștile în urechi, și urmează ghidarea din meditație. Rostește cu voce tare, citind de pe hârtie, părțile pe care ești invitată în meditație să le repeți. Apoi continuă să urmărești de pe foaie, citind în gând, fiecare dintre cele 42 de afirmații din Declarația Inocenței. Oricât de grele s-ar simți unele dintre ele, respiră profund, continuă să citești și să urmezi meditația, și ține-ți inima deschisă, invitând iubirea să intre și să te găsească, exact AȘA cum ești și te simți ACUM.



Acele afirmații pe care le vei simți cele mai neconfortabile - observă care sunt și invită-le apoi să se reveleze mai profund, să îți arate mai adânc în tine. Cere ca orice negativitate, rușine, vinovăție, judecată de sine, condamnare să fie eliberată și curățată, și iubirea să intre în inima ta.

Invitația cursului nostru împreună este să facem această practică ZILNIC, timp de 7 zile consecutiv. Acesta este idealul. Dacă zilnic nu veți reuși, faceți practica de minim 3 ori în aceste 7 zile.

Inima deschisă iubitoare este cea mai puternică Forță a Creației, energia ei clară răsună ca o Chemare prin fiecare dimensiune cunoscută. Inima Pură este de fapt energia pură a iubirii – dreptul nostru din naștere și starea noastră naturală de A Fi. Dar, prin răni și traume, toți ducem în noi blocaje și obstacole, care ne închid inima, ne-o protejează și ascund aspecte ale ființei noastre în tărmurile umbrei.

*„Când scoatem armura din jurul inimilor noastre, toate lucrurile devin posibile. Când vedem și simțim cu claritate cât de curate și iubitoare sunt de fapt inimile noastre, ne îmbăiem în adevărul că toți suntem nevinovați.”*

Ceremonia Inocenței este o practică puternică pentru vindecarea și curățarea Inimii. Este o practică sacră de bază a școlilor de mistere din Egiptul Antic, care a fost folosită de mai bine de 5.000 de ani. Textele originale ale ceremoniei au fost găsite pictate în hieroglife pe pereții templelor antice și ai camerelor funerare. Este cunoscută și sub multe alte nume: Ceremonia Inocenței Inimii, Ceremonia lui Ma'at, Ceremonia celor Două Adevăruri, Ceremonia Adevărului.

În tradiția egipteană, Ma'at era Sfânta Zeiță a Adevărului, spiritul pulsatoriu al Adevărului însuși, responsabilă pentru menținerea Armoniei Universului. Ca Protectoare a Adevărului, ea a fost și Protectoarea Inimii Pure, pentru că fără o onestitate completă, Inocența Inimii nu poate fi întruchipată pe deplin.

Ceremonia Inocenței cere cel mai înalt angajament și curaj – angajamentul de a vedea adevărul despre noi, dorința de a simți tot ceea ce decurge din aceasta și curajul de a ne elibera Inima. Doar făcând asta ne putem întoarce la Inocență – prin eliberarea tuturor judecăților despre sine și, prin urmare, despre ceilalți.

Pe măsură ce umbrele noastre personale încep să se limpezească, e posibil să experimentăm amintiri din vieți trecute sau din vieți paralele, amintiri epigenetice ancestrale și amintiri colective care urmează să fie vindecate și eliberate. Pentru că toți suntem conectați, pe măsură ce noi ne vindecăm, colectivul se vindecă.

Să ne permitem să curgem cu ceea ce vine - încercăm în timp ce facem afirmațiile să nu ne lăsăm mintea să creadă „Aaa, Eu nu am făcut niciodată asta” – dacă apare un sentiment, o amintire sau un răspuns, îi permitem să fie simțit pe deplin. Toți suntem Unul, așa că în sensul



cel mai profund am ucis cu toții, suntem cu toții victime, suntem toți co-creatori în această lume; nu putem separa cauza și efectul colectiv.

Atunci când experimentăm niveluri extinse de conștiință (ca în cazul Experiențelor în Aproximarea Morții - NDE, sau în călătoriile shamanice sau cu plante de putere - de ex Ayahuasca) - reușim să vedem și să simțim cu claritate toate rănilile pe care ni le-am cauzat nouă însene sau celorlalți.

Descoperim însă că nici o sursă externă nu ne judecă. Este doar o evaluare sinceră a modului în care ne-am condus viața. Nu mai e loc de ascuns. Dacă rezistăm, poate fi cel mai dureros moment de confruntare. Dacă ne predăm, experimentăm iertarea profundă și eliberarea profundă de toate consecințele alegerilor noastre lipsite de conștiința iubirii, precum și eliberarea profundă de toată vina, rușinea și ne iubirea de Sine pe care le cărăm în subconștient ca urmare a acestor alegeri.

Uneori, când ne dăm seama de un adevăr neplăcut despre noi înșine, avem tendința de a ne bate, pedepsi, condamna și arunca într-o groapă încă și mai adâncă a respingerii și ne iubirii de noi înșine. Remușcări, vinovăție, rușine. Dar cel mai IMPORTANT lucru de reținut în această călătorie este că TOȚI suntem nevinovați, indiferent de ceea ce am făcut altora și nouă înșine din cauza rănilor noastre.

Când ne putem ține pe noi înșine și pe ceilalți în această inocență, este mai ușor să explorăm adevărul fără teama că fie noi, fie ceilalți suntem „răi” sau „nedemni” sau că trebuie să fim pedepsiți. Dragostea iartă și îmbrățișează totul și pe toți – indiferent de ce am făcut sau nu.

*„Ma’at și „judecata sa a inimii” este percepția echilibrată a cât de deschisă sau cât de blindată ne este inima. Această cunoaștere este pentru vindecarea și beneficiul nostru. Ma’at este o Mare Mamă. Ea caută doar să aducă dragoste, nu pedeapsă copiilor ei.”*

Originile cuvântului judecată înseamnă pur și simplu „clarificare, claritate a percepției, echilibru”. Se referă la a vedea pur și simplu adevărul unei situații și a unei persoane în mod clar (adică „a avea o judecată bună”, a „judeca cu precizie”). Este o cunoaștere neutră.

Ceremonia Inocenței nu a fost concepută pentru a condamna.

Frica noastră este cea care a creat acest răspuns și această interpretare.

Suntem într-o buclă de teamă că suntem răi sau nedemni și că vom fi pedepsiți de „dumnezeu” sau de alții. Ne opunem adevărului care ne-ar putea vindeca din cauza acestei frici. Am transformat puterea vindecătoare a adevărului în frica de judecată.

Ceremonia Inocenței și puterea de a face „declarații de pură inocență” (în timp ce simțim disonanța în inima noastră, acolo unde Sufletul nostru știe că nu am păstrat această puritate) ar trebui să ne ușureze. În cele din urmă, toate măștile sunt îndepărtate. Nu mai trebuie să ne prefacem că suntem perfecte sau complet pure. Putem fi așa cum suntem ACUM, îmbrățișându-ne și iertându-ne, acceptându-ne și alegând, din nou și din nou, să trăim în iubire și în Adevăr.



Adesea vor exista sentimente de recunoaștere interioară și de pocăință, dar și un flux de iertare și iubire, creând un sentiment de curățare de ușurință în inimă.

Dacă ceremonia sau procesul te face să simți frică, contractată sau „judecată” (în sensul negativ) sau vei descoperi că te simți furioasă și nu vrei să te deschizi către adevăr, continuă să inviți iubirea să intre și amintește-ți mereu că ești în siguranță, foarte iubită, inocentă – și că NICIODATĂ nu ești nedemnă de iubire. Toată lumea în acest cerc te sprijină, te iubește, Mama Pământ te sprijină, Mama Divină te ține în brațe, aici și în multe țărâmur.

Toate aceste emoții, stări, răspunsuri interne sunt de fapt o reflectare a propriei noastre judecăți de sine și a propriilor noastre temeri că suntem „rele” sau că nu suntem „suficient de bune” sau că este ceva profund rău și greșit cu noi și în noi, și de aceea iubirea ne alungă. Acesta este un semn că aceste sentimente, răni, judecăți de sine apar pentru a fi văzute, vindecate și eliberate. Fii delicată cu tine însăși și îmbrățișează strâns, strâns fiecare dintre aceste părți.

*„Nuditatea noastră emoțională și sufletească este frumoasă, chiar și atunci când ne dezvăluie umbrele – vulnerabilitatea noastră, greșelile noastre, participarea noastră plină de dezordine la această Viață plină de minuni este totul parte a unui plan divin și a marii desfășurări a iubirii aici, pe Pământ și dincolo de Pământ.”*

De asemenea, merită să ne amintim că nici o ființă umană nu este gata sau capabilă să primească „adevărul absolut” în acest moment. Adevărul vine la noi în Spirale și pe măsură ce călătorim prin acest labirint vom putea vedea multe fețe diferite ale aceluiași adevăr în momente diferite. Amintiți-vă să cereți să primiți adevărul pe care îl puteți gestiona și pe care sunteți pregătite să îl primiți acum.

Fiți de asemenea dispuse să treceti dincolo de orice „adevăr” cu care ați lucrat deja în trecut. Poate că acum este timpul să vedem și să simțim o altă față a acestui adevăr, pentru a accesa și a permite o vindecare mai profundă.

Folosește această oportunitate a Spiralei noastre de a vedea și simți toate locurile din inima ta care au fost închise pentru iubire. Fii sinceră și responsabilă cu tine însăși cu privire la modul în care te-ai rănit pe tine și pe ceilalți în relațiile intime - a ta cu tine, a ta cu cei pe care i-ai iubit și îi iubești - și uită-te unde încă păstrezi ranchiună, neiertare, dorință de răzbunare. Simte unde sunt toate rezistențele.

...Să ne Bucurăm de călătorie și să ne amintim, mai presus de orice, să Lăsăm Iubirea să Intre... Să Lăsăm Iubirea să ne găsească, exact unde suntem acum, exact așa cum suntem acum...

*(O mai mare parte din acest material este tradusă și adaptată după Womb Awakening 40 days Intensive, by Seren and Azra Betrand, 2014)*