

I bagni vaginali o suffumigi vaginali sono un rito antico e sacro per sostenere il benessere dell'utero, la fertilità, la vitalità sessuale, l'equilibrio emotivo ed ormonale. Questo trattamento di vapore stimola la produzione di ormoni per mantenere la salute uterina, aiuta la fertilità, aumenta il desiderio sessuale, aiuta a ringiovanire e stimolare i tessuti vaginali, favorisce la circolazione, aiuta nella pulizia e nella disintossicazione interna, aiuta a regolare il ciclo mestruale, riduce lo stress e le infezioni . . . Le proprietà regolatrici probiotiche naturali delle erbe, contribuiscono a mantenere un ambiente sano interno così come mantenere la pelle più giovane.

I bagni di vapore all'utero, sono anche detti "pulizia delle memorie uterine" o vaporizzazioni uterine, posso dire che li considero una tecnica rivoluzionaria e di grande utilità in questo momento, per assistere il processo di liberazione dai conflitti verso le sacre energie creative femminili. L'Utero è per sua profondissima natura un organo dove sperimentiamo Unione, unione con il mondo spirituale (è canale per le anime che incarnano); unione con il partner, con i figli, con la Terra (le sagge sciamane e molti popoli sanno, quanto è vitale per la terra ricevere il sangue mestruale e quanto feconda diventa la terra che lo riceve), unione con la visione, il piacere e la capacità di creare (quando le fibre muscolari uterine si distendono fisicamente, il corpo, noi donne, siamo in armonia e in grado di prenderci cura anche degli altri), unione con le influenze di Luna e maree...

Forse non siamo ancora abituate a vivere la relazione con il nostro utero secondo la sua natura di organo dell'accoglienza e della creatività, a considerarlo come la casa dove si gesta l'umanità, e dove risiedono le memorie di tutte queste gesta :) ma, se sentite il desiderio di esplorare questa possibilità, vi invito a provare questo antico metodo di elaborazione ed esplorazione della linea materna, una porta che può spalancare le nostre percezioni verso un profondo lavoro di (ri)connessione con noi stesse, con gli antenati e le memorie uterine...

In pratica si tratta di una cerimonia che si celebra tra sorelle con amore e gratitudine verso se stesse e verso tutti gli altri esseri viventi. Le donne che ricevono, scelgono le erbe da mettere in infusione in un tegame di coccio e si accovacciano su di esso, coperte da un lenzuolo che arriva fino a terra, lasciando così penetrare il vapore attraverso il canale vaginale fino all'utero. Le donne che accompagnano pregano, e cantano, creando una connessione di protezione con le riceventi, la Madre e la Terra. Alla fine del rituale, tutte le donne si cingono con un rebozo o una sciarpa e vanno a dormire chiedendo alle antenate di portare le loro benedizioni attraverso i sogni . . . alla fine delle 4 notti può esserci una condivisione delle esperienze.

In genere si ripete la cerimonia per 4 notti consecutive, per dar modo all'utero di aprirsi (prima notte), ascoltarsi (seconda), trasformare (terza notte) e richiudersi (ultima notte)

