



# Earth-Yoni Blessing

MIRANDA GRAY

## ***A Bênção Yoni da Terra Mundial e a Worldwide Womb Blessing®***

*A Bênção **Yoni da Terra** é uma partilha mundial da energia da Mãe Divina na qual as mulheres participantes recebem a energia da Bênção Yoni da Terra para trazer cura e para restaurar a sacralidade das suas Yonis (uma palavra Sânskrita que significa vagina e vulva).*

*A Bênção Yoni da Terra Mundial teve início em 2013 e passou a fazer parte do Dia Worldwide Womb Blessing® para espalhar esta linda energia e cura a mais mulheres. A Bênção Yoni da Terra é para ser partilhada entre mulheres como um presente de amor e cura. Uma vez recebida a Bênção Yoni da Terra por uma mulher, ela pode dá-la a outras mulheres para que elas também possam transmitir este presente da Mãe.*

*A Bênção Yoni da Terra é um presente gratuito de amor para a cura de todas as mulheres. Espero que gostes.*

*Amor e abraços*

*Miranda*



## A Yoni

A Yoni (usada aqui como a denominação da vagina e da vulva) é um templo sagrado. É o maravilhoso portal através do qual a energia da Terra entra no nosso corpo, o portal através do qual a vida emerge e através do qual nos conectamos com a Terra. A Yoni liga o mundo exterior à escuridão interior e centro espiritual do nosso útero e enraíza-nos à Terra. É o templo físico do Divino Feminino no seu aspecto de menina, mulher adulta, mulher madura e anciã.

Com tantas mulheres incertas sobre o que significa ser mulher e ser “feminina” no mundo moderno, desconectámo-nos da nossa Yoni. Deixámos de a ver como um lindo símbolo de femininidade. Nem tão pouco a vemos como fonte de oração espiritual, sensual e sexual, nem como uma fonte de empoderamento feminino. Com a Yoni alienada, perdemos a nossa conexão com a Mãe Divina, com a sua sexualidade, abundância, força, criatividade e amor. Nesta simples Bênção, a Mãe Divina regressa a nós, para curar este afastamento e despertar a sua energia e presença nas nossas vidas.

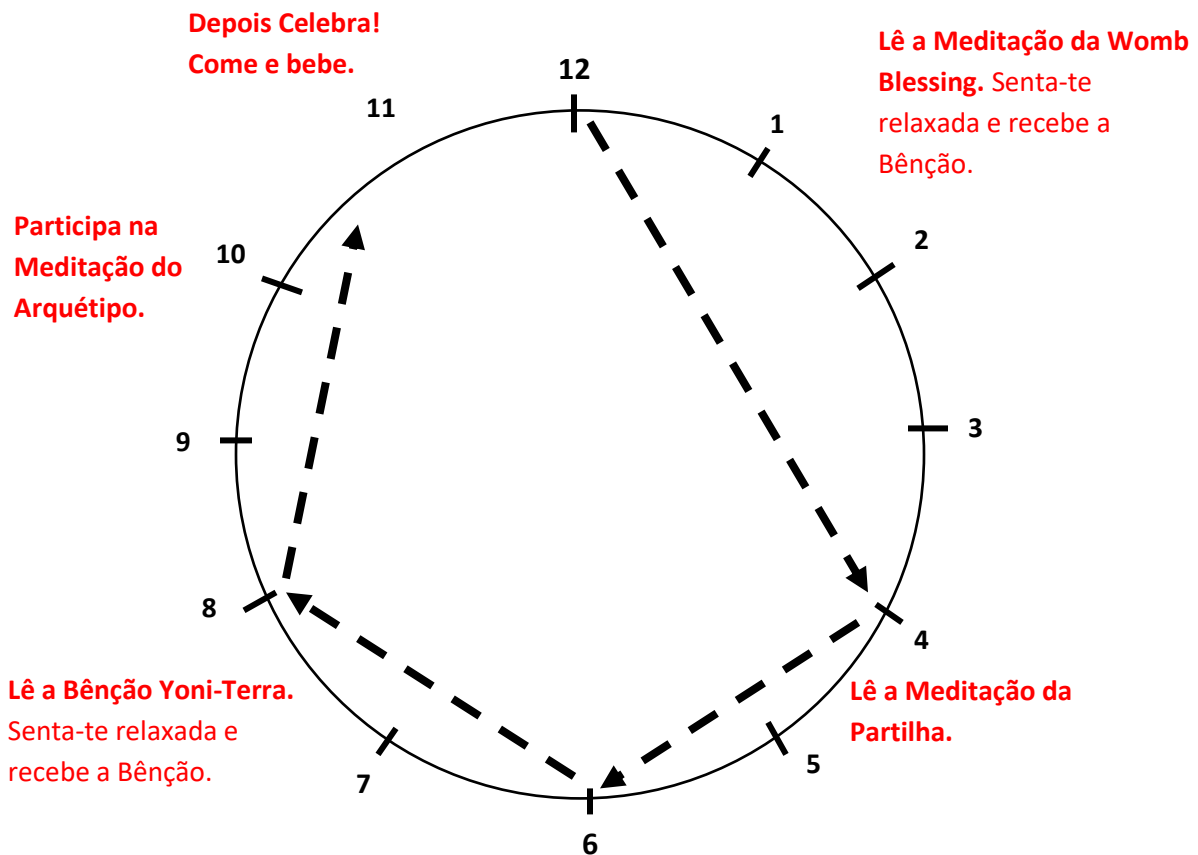
Quando oferecemos a Bênção Yoni da Terra, abrimo-nos ao amor da Deusa Mãe e permitimos que a sua presença e energia fluam na nossa cultura e sociedade através das mulheres que abençoamos.





Estátua por Debbie Berrow  
www.bellpineartfarm.com

## Como participar na Bênção Yoni da Terra Mundial



1. **Lê a Meditação** abaixo, imaginando as cenas à medida que vais lendo. Se organizaste um grupo, poderás gostar de escolher uma mulher para ler a Meditação.
2. Senta-te em silêncio para receberes a Iniciação Yoni da Terra. Poderás sentir uma sensação de formigueiro no corpo, poderás ter percepção de energia, cores ou do Divino Feminino, ou poderás simplesmente sentir-te em paz.
3. Se desejares, poderás continuar com a Meditação do Arquétipo. Se desejares terminar a sessão, alonga o corpo, bebe a tua água e come algo para te ajudar a enraizares-te. Come conscientemente – saboreando cada dentada e sabendo que estás a comer o corpo da Mãe – transforma comer numa oração sensual de amor e conexão.

## ☞ A Meditação da Bênção Yoni da Terra

A Bênção demorará 10 minutos. Coloca as tuas mãos na **posição Yoni (ver fotografia)**.

Se tiveres dificuldade em fazer essa forma, certifica-te apenas de que as tuas mãos estão confortáveis. Pensa nas tuas mãos a fazerem a forma de um coração.

Lê a Meditação abaixo, dando tempo a ti própria para visualizares e experienciases cada um dos seus aspectos.

Senta-te confortavelmente e fecha os teus olhos.

Traz a tua consciência para o teu útero, para a tua Yoni e para a Terra. Respira profundamente.

Vê, sabe, sente ou imagina que estás numa bonita praia com as ondas a banharem gentilmente os teus pés. À tua frente está uma pequena ilha sagrada coberta de árvores antigas.

(Pausa)

Numa subida sinuosa entre as árvores está um caminho difícil junto a um pequeno riacho. Tu ouves o barulho do riacho à medida que ele flui em pequenas cascatas no meio dos seixos.

Tu segues o caminho para cima, consciente da Terra debaixo dos teus pés descalços, das energias gentis das árvores, plantas e animais à tua volta, e o toque quente da luz do sol. Vai relaxando à medida que sobes e sentes a conexão sagrada entre a tua Yoni, a vida e a Terra.

(Pausa)

O caminho termina na nascente do riacho, que é um pequeno templo aninhado entre duas enormes rochas brancas. Tu vês a água a emergir da abertura do templo da Mãe Terra e sentes a presença do seu amor à tua volta.



(Pausa)

Tu entras no templo circular e uma única e alta janela de vitrais preenche o espaço de lindas cores. Tu vês plantas, animais e pássaros delineados no vidro.

No centro do espaço está uma grande e circular taça branca com um longo rebordo, do qual escorrem as águas da taça para criar o riacho. Tu sentas-te numa bela almofada ornamentada em frente à taça.

Sente a tua Yoni a abrir e a energia a despertar dentro dela.

O teu coração, Yoni e útero, todos preenchidos com a energia e profundo amor da Deusa.

(Pausa)

#### Para terminar:

Coloca as mãos em forma de concha e bebe das águas que correm da taça. Enquanto bebes, faz um compromisso no teu coração com a Mãe Divina de que passarás a sua Bênção a outras mulheres. Sente gratidão pela conexão profunda que ela fez com o teu coração, a tua Yoni e a Terra.

(Pausa)

Traz a tua atenção de volta ao teu corpo físico. Sente o peso do teu corpo.

Inspira profundamente e mexe os teus dedos das mãos e dos pés.

Abre os teus olhos e sorri.

Pode regressar ao templo a qualquer altura para receber suporte, energia, orientação e amor da Mãe Divina.

## ☯ Como dar a Meditação da Bênção Yoni da Terra

A Bênção Yoni da Terra é a combinação de uma simples posição das mãos, uma oração e abertura para receber e experienciar a energia.

Tanto tu como a receptora podem estar sentadas ou de pé para a Bênção.

Pede à receptora para colocar as mãos na posição de **Yoni**.

Gentilmente mantém as tuas mãos à volta das dela. **(vê na fotografia)**.

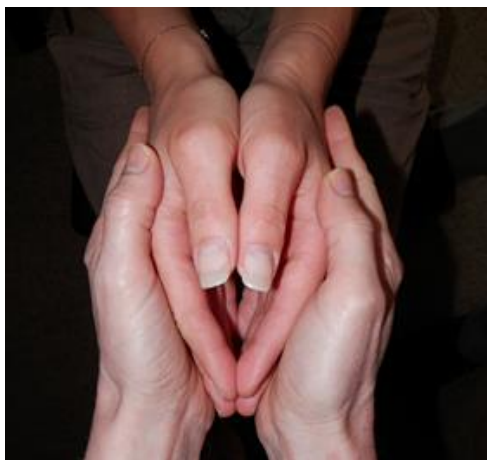




Se estás a dar a Bênção a mais de uma mulher, pede a todas as mulheres que coloquem as suas mãos na posição de Yoni.

Uma Bênção Yoni da Terra pode demorar o tempo que quiseres; pode ser dada de forma mais rápida se tiveres um grande grupo.

Diz as palavras da oração em voz alta ou em silêncio.



### A sequência da Bênção Yoni da Terra:

**1. Coloca as tuas mãos à volta das mãos da receptora.**

Inspira profundamente e traz a tua consciência para a tua Yoni.

**2. Da minha Yoni para a Terra.**

Sente, sabe ou vê a tua Yoni a conectar-se com a Mãe Terra. Permanece com esta consciência até sentires-te preparada para passar ao passo seguinte.

**3. Do meu coração para as tuas mãos.**

Traz a tua consciência para o teu coração. Sente ou imagina um fluxo de energia amorosa do teu coração, através das tuas mãos para o coração da receptora. Mantém esta consciência pelo tempo que desejares.

**4. Do coração da Mãe para a tua Yoni, sacralidade, amor e vida.**

Vê ou sabe que luz rosa pálida e luz rubi envolvem a ti e às tuas mãos. Poderás ter a percepção da presença amorosa da Mãe Divina. Permanece na consciência das lindas energias do Divino Feminino o quanto desejares.

**5. Separa as mãos da receptora.**

Coloca-as sobre o coração da receptora, ou uma mão sobre o coração e a outra sobre o baixo ventre.

Coloca as tuas próprias mãos sobre o teu coração e permanece centrada no coração nessa energia amorosa o quanto desejares.



No final da Bênção, abre os teus olhos e sorri.

## Após receber a Bênção Yoni da Terra

A receptora pode agora dar a Bênção Yoni da Terra a outra mulher. Por favor, entrega-lhe uma cópia deste manual para que ela possa passar a Bênção Yoni da Terra a outras mulheres.

## ☯ Sugestões para a Bênção Yoni da Terra

### Grupos de partilha:

Os Grupos podem ser a mais poderosa maneira de partilhar a energia da Bênção. Quanto maior é o grupo, mais forte é a presença da Mãe Divina.

As dadoras da Bênção Yoni da Terra podem estar sentadas ou de pé, e as mulheres podem aproximar-se delas para a Bênção. A Bênção pode durar o tempo que gostares, mas em grupos grandes só são precisos alguns minutos.

Oferece as Bênções da Yoni da Terra nas Luas Cheias e nas Luas Negras, nos festivais sazonais, como meditação, como cura e como celebração do amor, vida e femininidade.

### Uma simples Bênção de amor entre amigas

Dá e recebe uma Bênção Yoni da Terra de cinco minutos como uma expressão de amor e carinho. Pode ser uma bonita maneira de partilhar cura e apoio, ou de partilhar uma oração à Mãe Divina. É também uma maneira bonita de tomar consciência do Divino Feminino dentro de nós mesmas e nas nossas amigas.

### Uma técnica de cura adicional para curadoras

Qualquer terapeuta pode adicionar a Bênção Yoni da Terra às suas terapias. Podes oferecer a Bênção Yoni da Terra uma vez por fase para ajudar as mulheres a conectarem-se com a sua femininidade e sacralidade ao longo dos seus ciclos.

### Uma simples saudação

A Bênção pode tornar-se uma maneira simples e bonita de saudar outras dadoras.

Quando se encontrarem, poderás colocar as tuas mãos na posição de Yoni e ela pode responder colocando as mãos dela ao redor das tuas. Para dar a saudação da Bênção ela pode dizer em voz alta ou na sua cabeça "Amor e vida" e conectar-se ao seu coração.

Então ela coloca as mãos na posição de Yoni e tu colocas as tuas mãos à volta das dela e dás a saudação da Bênção.



A Bênção pode ser rápida, apenas alguns segundos, mas é o suficiente para nos conectar ao Coração Único e ao Amor Único da Mãe. É uma bela maneira de tomar consciência do Divino Feminino em nós mesmas e nas outras mulheres.

Ao darmos esta saudação estamos a reconhecer e a despertar a Mãe Divina em todas as mulheres.

### **A Auto-Bênção**

Senta-te de pernas cruzadas com as mãos na posição de Yoni.

Diz a oração da Yoni da Terra em voz alta ou na tua mente, reserva tempo para experienciare as energias e a presença da Mãe Divina. No final da Bênção, coloca as tuas mãos sobre o teu coração e desfruta da conexão com o Divino.

### **Uma Bênção para todas as mulheres**

Senta-te de pernas cruzadas com as mãos na posição Yoni.

Vê, sabe ou sente que nas tuas mãos seguras as mãos de todas as mulheres da Terra.

Diz a oração da Yoni da Terra em voz alta ou na tua mente, reservando tempo para experienciare as energias e a presença da Mãe Divina. No final da Bênção, coloca as tuas mãos sobre o teu coração e desfruta da conexão com o Divino.

## **🌀 Perguntas e respostas:**

### **Posso receber a Bênção Yoni da Terra Mundial ou a Bênção Yoni da Terra Pessoal, mais do que uma vez?**

Sim – desfruta!

### **Tenho de receber a Meditação da Womb Blessing®?**

Não, se não quiseres - mas as duas Bênções trazem energias muito bonitas e, juntas, elas aprofundam a nossa cura e experiências da nossa femininidade e do Divino Feminino.

Simplesmente inicia a Meditação Yoni da Terra meia hora após o horário que escolheste.

Se não conseguires realizar no horário registado, simplesmente faz a meditação DEPOIS do horário escolhido e receberás a Iniciação da Bênção Yoni da Terra.

### **Posso dar a Bênção Yoni da Terra, se eu apenas receber a Bênção Yoni da Terra Mundial?**

Sim! Não importa como recebes a primeira Bênção Yoni da Terra – ela pode ser dada pessoalmente ou através da Bênção Yoni da Terra Mundial. Tu serás empoderada a passar a Bênção Yoni da Terra para outra mulher.





Mostra à tua receptora as posições das mãos e ensina-lha a oração (e dá-lhe a "Earth-Yoni Hand-out" "Folheto de instruções Yoni da Terra") para que ela seja empoderada a dar a outra mulher e também mostra-lhe como transmiti-la.

### Quando posso dar e receber a Bênção Yoni da Terra e com que frequência?

Podes dar a tua Bênção Yoni da Terra assim que o desejares. Podes dar e receber a Bênção quantas vezes quiseres. Não há limite para o número de Bênções que uma mulher pode dar ou receber.

### Quem pode receber a Bênção Yoni da Terra?

Qualquer mulher em qualquer idade pode receber a Bênção Yoni da Terra. As mulheres podem estar grávidas, com ou sem ciclo, ou com ou sem útero e ovários.

Podes dar a Bênção Yoni da Terra tanto para meninas jovens como para mulheres idosas – esta é uma maneira adorável de elas sentirem-se envolvidas na comunidade feminina.

### Posso cobrar por dar uma Bênção Yoni da Terra?

A Energia da **Bênção Yoni da Terra** é gratuita, mas se tiveres despesas, por exemplo, o aluguer de um espaço para facilitares a Bênção em grupo, ou a impressão de folhetos com as instruções para a Bênção, podes cobrar um pequeno valor. Por favor, certifica-te que as mulheres sabem que o dinheiro é para estas despesas e não para a **Bênção Yoni da Terra** em si.

### Posso enviar a Bênção Yoni da Terra à distância?

Sim. Escolhe um horário e tem a receptora nesse momento em meditação por cerca de 10 minutos.

Pede-lhe que coloque as mãos na posição Yoni, que relaxe e que esteja aberta para receber. Ela poderá gostar de ter uma música suave de fundo a tocar.

Agora imagina que a receptora está à tua frente com as mãos na posição Yoni. Faz a sequência da Bênção Yoni da Terra lentamente, como se ela estivesse contigo pessoalmente. Permite-te experienciar as energias em cada estágio.

### Livros por Miranda Gray [www.mirandagrays.com](http://www.mirandagrays.com)

