



Meditações da Lua Cheia do Círculo de Irmãs.

Lua Cheia de Dezembro:

Meditação da Lua do Sonho

Fecha os olhos e faz uma respiração profunda.

Sente o peso do teu corpo na tua almofada ou na cadeira.

Sente o teu peso.

Faz novamente uma respiração profunda.

(Pausa)

Sente, vê ou sabe que estás numa paisagem banhada pela luz branca e brilhante do luar.

No contraste entre as sombras e a luz da Lua nas colinas à tua frente, vê a silhueta de uma mulher deitada a dormir. As suas ancas, seios e barriga curvilíneos criam as colinas, o seu cabelo longo forma as florestas e os riachos sinuosos, e a sua respiração cria a brisa suave da noite.

Quando a mulher adormecida expira, tu inspiras.

(Pausa)

Enquanto ela respira, ela sonha com amor.

Quando ela expira, tu inspiras amor.

(Pausa, respira suavemente.)

Enquanto ela respira, ela sonha com paz.

Quando ela expira, tu inspiras paz.

(Pausa, respira suavemente.)

The Worldwide Womb Blessing®
10th Anniversary Year
www.wombblessing.com



Enquanto ela respira, ela sonha contigo.

Quando ela expira, tu inspiras o teu verdadeiro eu.

(Pausa, respira suavemente.)

Enquanto ela respira, ela sonha com a tua vida.

Quando ela expira, tu inspiras bem-estar.

(Pausa, respira suavemente.)

Enquanto ela respira, ela sonha o teu caminho a seguir.

Quando ela expira, tu inspiras o primeiro passo da tua nova vida.

(Pausa, respira suavemente.)

Debaixo da Lua, banhada pela sua luz, tu e a Divindade Feminina respiram juntas o seu sonho para o mundo.

(Pausa)

Dentro das suas tocas, nos seus ninhos, os animais dormem e recordam-se que fazem parte do sonho que rodopia à sua volta em suaves faíscas brilhantes.

À tua volta, reparas no brilho dourado do teu próprio sonho.

Juntando as tuas mãos, tu seguravas essa linda energia e sabes que podes colocar um desejo no sonho.

Toma um momento para sentir ou conhecer o teu desejo.

(Pausa)

Suavemente sopras o teu desejo para as tuas mãos e a partir delas uma pequena estrela dourada sobe para o céu noturno.

Por toda a Terra, vê outras estrelas douradas suavemente a subir para a noite para se tornarem companheiras da Lua do Sonho.

Estas meditações são apenas para uso pessoal ou para grupos e eventos da Womb Blessing®. Para obter autorização para qualquer outro uso, entra em contacto com enquiries@wombblessing.com

Copyright © 2022 Miranda Gray all rights reserved.

The Worldwide Womb Blessing® 10th Anniversary Year

www.wombblessing.com



Tal como a Terra e as criaturas da Terra, tu dormes e sonhas debaixo da Lua.

(Pausa)

Faz uma respiração profunda.

Sorri para o sonho da Divindade Feminina que respiraste para dentro de ti.

Sente o sonho a repousar em todos os aspetos do teu ser, levando-te de volta à tua forma e caminho originais.

(Pausa)

Faz uma respiração profunda.

Mexe os teus dedos das mãos e dos pés - e abre os teus olhos.

Após a meditação

Esta meditação traz-nos de volta ao nosso verdadeiro eu, o padrão de quem nós somos que foi originalmente sonhado para o mundo pela Mãe Divina. Não precisamos de fazer nada exceto relaxar de volta para o sonho.

Talvez antes de adormeceres todas as noites, possas conectar-te com a mulher adormecida - e deixar que ela te respire para dentro de ti.