

## Manual de Resumo e Apoio (4)

Escrever a Intenção e entrega dos pedidos ao Universo

Aula Prática Especial - 22 Março 2025 por Bruno Miranda



### Ritual de Entrega da Intenção ao Universo

#### Introdução

Chegados a este ponto do dia, entrámos numa fase profunda e simbólica: o **ritual de entrega da intenção ao universo**. Esta parte é dedicada a integrar tudo o que foi trabalhado, as bênçãos sentidas, as dificuldades reconhecidas, as categorias descobertas, e agora canalizar isso numa **intenção clara e consciente**.

Não se trata apenas de pedir algo. Trata-se de oferecer ao universo uma intenção alinhada com o coração, com clareza e responsabilidade interior.

#### Preparação

Antes do ritual, cada pessoa foi convidada a escrever a sua **intenção num papel à parte**, fora do caderno principal. Este papel seria entregue simbolicamente durante o ritual — seja visualmente, seja fisicamente, dependendo se estavas presencialmente ou online.

Se estiveres a repetir esta prática em casa:

- Acende uma vela perto de ti (ou imagina uma chama suave à tua frente);
- Visualiza o altar ou centro do grupo onde foi entregue o pedido;
- E prepara-te para **entregar com confiança e gratidão** aquilo que escreveste.

## O Ritual

O processo foi feito em silêncio, com momentos de visualização e inspiração. Aqui está o resumo da prática:

### Respiração com a palavra “bênção”

Começamos por respirar focando a palavra bênção. Relaxar os ombros, o corpo, o rosto — e deixar que a palavra nos trouxesse presença.

### Conexão com o espaço de sabedoria

Fomos guiados a imaginar que caminhávamos até um espaço interior de sabedoria, localizado no coração. Lá, apresentamos a nossa intenção escrita — não como um desejo vago, mas como um plano claro, o melhor que conseguimos naquele momento.

### Abertura da intenção

Não nos apegamos. Deixamos a intenção abrir-se dentro de nós, com a consciência de que se houvesse algo a ser ajustado, o coração e a sabedoria da vida saberiam como afinar as palavras. A intenção foi apresentada com humildade, sinceridade e escuta.

### Entrega simbólica

Visualizamos uma coluna de luz a abrir-se no centro do círculo. E cada um, no seu tempo, entregou a sua folha a esse espaço sagrado:

- Alguns imaginaram queimar o papel na chama de uma vela;
- Outros pediram a um anjo que entregasse a sua folha;
- Outros simplesmente visualizaram o pedido a ser absorvido pela luz.

### Afirmação coletiva

Reforçamos a intenção com a vibração do grupo:

- *“Eu abençoo-me. Eu abençoo-vos. Nós somos abençoados.”*
- *“Tu és uma alma abençoada na Terra. Tu és uma força poderosa neste mundo.”*

### Visualização final

Imaginamos as intenções a serem cuidadas por uma inteligência superior — o universo, a grande Mãe Divina, os anjos. Recebemos bênçãos como uma cascata de luz e confiámos que o pedido foi escutado e está agora entregue.

## Reflexão Final

“A intenção não é um pedido para controlar o futuro, mas um gesto de confiança no presente. Entrego, aceito, e sigo em frente.”

A energia criada neste momento foi intensa, bela e partilhada por todos. Cada pessoa deu o seu passo, ofereceu o seu pedido e recebeu de volta uma sensação de alívio, confiança ou paz.

Se quiseres repetir este ritual em casa:

- Lê a tua intenção novamente;
- Sente-a no teu coração;
- Acende uma vela, respira com ela;
- E quando for o momento, entrega — com fé, com serenidade e com presença.

Obrigado por fazeres parte deste caminho.