

A person wearing a white, possibly silk, garment with intricate beaded necklaces in shades of red, green, and blue. The person's hands are held out, displaying three yoni eggs: two dark green/black and one light pink. The person is wearing several rings, including a silver ring on the left hand and a gold ring with a pink stone on the right hand. The background is a soft, out-of-focus white fabric.

SANA TU SENSUALIDAD CON
YONI EGGS

MI HISTORIA CON
LOS YONI EGGS

Qué son

- Cristales, minerales en forma de huevo.
- Se usan hace más de 5000 años
- Tienen beneficios físicos y espirituales
- Herramientas del Tao y Tantra
- Portales poderosos de sanación y sabiduría

Regalos del Yoni Egg

- Potencia tus capacidades multiorgásmicas
- Fortalece las paredes vaginales
- Mejora la lubricación
- Activa la energía sexual
- Previene de incontinencia
- Te prepara para una menopausia feliz.
- Ayuda a sanar trauma
- Reconecta con tu sensualidad
- Comunicación Espiritual



Adopta un Yoni Egg

- Jade: El iniciador por naturaleza. El más común. Conexión espiritual, apertura del chakra corazón, Sabiduría ancestral, empoderamiento.
- Obsidiana: El mejor para limpiar memorias dolorosas como abuso. Para utilizar este huevo, busca compañía de alguien que sepa de estos temas. Es una especie de lava que tiene vibración baja y por eso nos lleva bien adentro. Sueños arquetípicos. liberación del dolor.
- Cuarzo Rosado: Tiene una vibración alta, angelical. Expande a conciencia, es amoroso, activa la luz en nosotras.

Tamaños

- Chico: Para quienes tienen una práctica avanzada o hacen keggels.
- Mediano: El más común. Yo recomiendo comenzar con este.
- Grande: Para quienes han tenido uno o más partos naturales.



Proceso de 9 meses

- 9 meses porque es la medida natural de una creación.
- El proceso se divide en 3 bloques de 3 meses.
- No implantar los días de sangrado. Esperar a no sangrar por un día completo e implantar.
- Cuando se acaba cada bloque, descansa 11 noches para comenzar el siguiente bloque.
- Ten un diario o cuaderno para este proceso.

Primer bloque de 3 meses: Abrir tu Yoni a la sanción

- La conexión
- Jade/Cuarzo Rosado
- Reconocimiento de tu Yoni.
Trabaja memorias físicas.
Más densidad.
- Implantarlo antes de dormir
y sacarlo en la mañana.
- Cargarlo a la luz de la luna
llena. Descansar esa noche.



Segundo bloque de 3 meses: Limpieza de memorias, emociones y ancestros.

- La limpieza
- *Obsidiana/Jade/C. Rosa
- Sanación de memorias ancestrales, trauma y miedo.
*Montaña Rusa Emocional.
- Implantarlo antes de dormir y retirarlo en la mañana.
- *Enterrarlo la noche de Luna Llena. [Para Jade y Cuarzo: cargarlo a la luz de la luna llena]. Descansar esa noche.



Obsidiana

Por su baja vibración puede despertar memorias difíciles de gestionar. Por eso recomiendo que si vas a usar la obsidiana te acompañes de una terapeuta.



Tercer Bloque de 3 meses: El despertar de la Diosa

- El despertar
- Cuarzo Rosado / Jade
- Trabajas la conexión espiritual y la energía sensual.
- Nivel 1: Implantarlo antes de dormir y sacarlo en la mañana.
- Nivel 2: Déjalo durante todo el día y sácalo hasta la mañana siguiente.
- Nivel 3: Déjalo adentro hasta que él solo salga.
- Cargarlo a la luz de la luna llena. Descansar esa noche.



La documentación

- Comienza a documentar desde que lo compres. Si puedes preguntas de dónde viene etc, mejor.
- Escribe en tu diario la intención de cada bloque de tus 9 meses.
- Documenta emociones o estados de ánimo.
- Sueños nocturnos o visiones.
- Cólicos o corrientazos.
- Termómetro Sensual
- Reflexiones
- Q&A

Ritual para activar tu Yoni Egg

- Entiéndralo en la tierra por 3 noches en fases de luna menguante o Nueva.
- Para esterilizarlo, mételo en el agua fría y llévala a Hervir. Hierve durante 3 a 5 mins.
- Espera la siguiente luna Llena para cargarlo toda la noche.
- Mientras llega la siguiente luna llena, medita, habla, conecta con tu Yoni Egg. Ponlo en tu altar.
- Cuando duermas, ponlo en tu mesa de noche o debajo de la almohada.



Implanta el Yoni Egg

- Usa lubricante
- Usa hilo dental sin sabor para ponerle cuerquita.
- Tómallo entre tus manos y susúrrale tu intención del bloque en el que te encuentres.
- La parte más grande entra primero
- Empújalo hasta que la mitad de tu dedo índice quede adentro.

Antes de dormir

- Practica el ejercicio de respiración orbital [al final de este documento].
- Medita en silencio interno, escucha.
- Si te levantas a media noche y has soñado, documenta tus sueños.



Para sacar el huevo

- Postura de la gallina
- Usa lubricante, busca la cuerquita, agárrala firmemente.
- Inhala profundo y en la exhalación pujas y abres tu Yoni como una flor. Sácalo suave, puede tomarte unas cuantas respiraciones antes de que salga.
- Si no tienes cuerquita, puedes meter tus dedos hasta tocarlo y abrir tus propias paredes vaginales, caerá solito.
- Cuando vayas al baño, el huevo se puede salir. Con el tiempo aprenderás a que no sea así.
- Lávalo con agua y jabón. Sécalo bien. Guárdalo en tu frasco. Hierve tus huevos una vez por semana.

¿Cuándo me sirve dejarme el huevo implantado?

- Cuando quiero meditar, practicar yoga, qi gong, tai chi.
- Para hacer mis rituales de Yoni
- Cuando quiero sentirme empoderada.
- Cuando soy terapeuta y sostengo un círculo, una clase o una experiencia. *
- Para tener un encuentro sexual conmigo o con mi pareja.



Respiración orbital

➤ PRIMERO: 9 veces: INHALAS, aprieta perineo. INHALAS, suelta perineo.

Visualización: INHALACIÓN- succionas energía azul de la tierra.
EXHALACIÓN- la inyectas a tu huevo.

➤ SEGUNDO: 5 veces el siguiente circuito de respiración:

➤ INHALAS- aprietas periné, huevo lleno de luz azul de la tierra.

EXHALAS- sueltas periné, esa luz azul sube por la columna.

INHALAS- aprietas periné, esa luz azul lava la mente, las glándulas maestras.

EXHALAS- sueltas periné, esa luz baja por delante como miel suavizando tu energía.

➤ TERCERO: Al terminar, respirar profundo y soltar por la boca 3 veces.