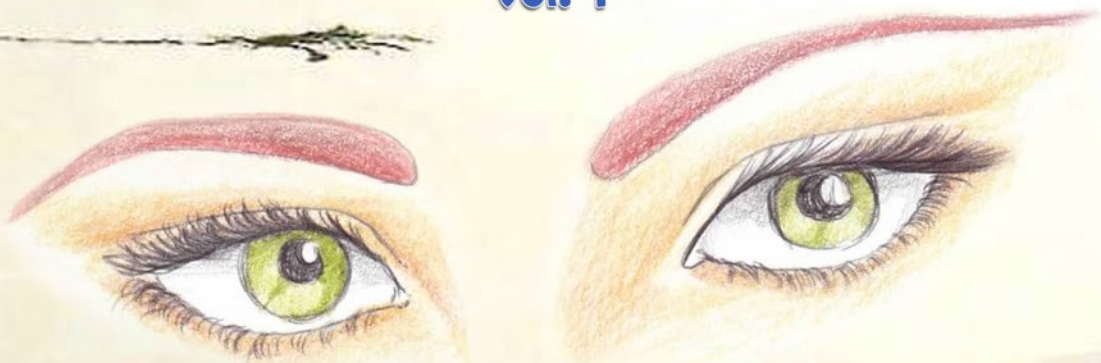


Em poucas palavras

Coletânea de textos para Reflexão
e Transformação Pessoal

Sissi Semprini

vol. 1



Ilustrações: Graziela Protti

Índice

A importância do aqui e agora	07
Ajuda e intromissão.	11
É preciso fazer o luto	15
O outro e eu.....	18
Solidão e Solidude	22
A arte da Escolha	25
Estar no mundo para viver ... com	29
Onde estamos neste momento.	33
Somos filhos da Luz	36
Voce não tem que.	39
Por que nos separamos.	43
Energia Manifesta	46
A Paz no Planeta Terra	49
A Força do Verbo	53
Consciência Existencial..	57
A Grande Liberdade	60
A Gratuidade da vida.....	64
O Sentimento de culpa	67
Relações cíclicas e Relações Espirais.....	72
A Felicidade Possível.....	77
O Sentimento de Gratidão	81
A Vida sob a ótica da Lei do Equilíbrio.....	85
A Diferença entre Estar e Ser.....	89
O Caminho do Novo.....	92
Ser Feliz ou Ter Paz.....	96
Siga o Fluxo mas seja Você.....	100
O Tempo não Existe.....	104
A difícil consciência da Individualidade.....	108
A Alegria inerente ao Ser.....	112
Voce Vai ao Passado.....	116
A Solidão é só um ponto de Vista.....	121
Morra Antes de Morrer.....	125
Como Ajudar?	129
Nossas Escolhas.....	134
Com Viver.....	138
Relações doentias.....	142
Expectativa energia que Bloqueia.....	147
Pensamento Cria – Verbalização Materializa.....	151
Compaixão e Piedade.....	155
Pai Nosso da Luz.....	159

Este livro nasceu a partir de textos escritos semanalmente para orientação de grupo de estudos e Constelações Sistêmicas Fenomenológicas Integrativas.

A fala do texto tem a ver com a nova postura e o novo entendimento que se faz necessário para a mudança planetária. Para que estes textos existissem há toda uma trajetória de vida com o encontro de pessoas chaves e fundamentais para o aprendizado e o crescimento interior.

Não tem a pretensão de pregar verdades.

Não tem a intenção de provocar discussões e polêmicas.

É fruto de um trabalho espontâneo que sugere apenas a leitura sem compromisso e sem imposição sugerindo uma fala simples para a reflexão, através de um ponto de vista pessoal e individual de como olhar para o mundo e de como viver a vida. Ele reflete o lugar onde estou neste momento.

Agradecimentos

Aos *Mestres da Grande Fraternidade Branca*, em especial ao Conselho Cármico dos quais recebo a Luz e a orientação para o meu trabalho diário.

Esmeralda Molina – uma Mestra iluminada e generosa a quem reverencio e agradeço o aprendizado.

Alexandra Caymmi – Um Oásis de sabedoria, gentileza e humildade com a qual aprendi a orquestrar as energias.

Dedicatória

À minha família, meu filho e meu marido, meus companheiros de jornada no grande laboratório da operacionalização do amor que é a Família.

À todos os meus ancestrais, a minha fonte, a minha origem.

Ao Grupo de Estudos das Quintas Feiras, movimento do qual surgiu a idéia do livro, em razão dos textos para estudos semanais.

Prefácio

É com imensa satisfação que escrevo o prefácio deste livro, pois faço parte do Grupo de Estudos das Quintas feiras, desde o início, e foi para os encontros semanais deste grupo que a autora escreveu os textos que originaram este livro. Dessa forma, posso dizer que eu, e minhas companheiras do grupo, vivenciamos cada texto, cada frase, cada palavra, semana após semana, ano após ano.

Agora relendo todos os textos novamente, para escrever este prefácio, relembrei de nossos encontros, a cada semana trazíamos ao grupo acontecimentos e emoções diferentes: questionamentos, alegrias, angústias, dúvidas, certezas, tristezas, realizações...

Quando líamos os textos as fichas caíam, os acontecimentos faziam sentido, ou simplesmente eram aceitos e transformados. Quanto aprendizado!

Agora juntos no “Em Poucas Palavras”, eu tenho certeza de que como aconteceu conosco, esta transformação também ocorrerá com vocês. Não é por acaso que este livro está em suas mãos, se você está lendo este prefácio já está em um processo de busca e de transformação.

A autora Sissi Semprini e eu nos conhecemos há 20 anos, em outras circunstâncias, ela com outra profissão, eu com outros interesses, e como um grande presente do universo para mim, nos reencontramos em 2010, agora, ambas na mesma sintonia.

A você, minha amiga Sissi, minha admiração pela sua competência, conhecimento, dedicação, e pela iniciativa de editar este livro, que como já nasce vivenciado pelo nosso grupo, carrega uma energia diferente, capaz de potencializar o despertar de uma nova consciência, necessária para o novo mundo.

A você leitor, desejo que tenha uma leitura agradável e transformadora, este livro que tenho a honra de apresentar, tocou profundamente a minha alma, espero que você também tenha a mesma experiência.

Boa leitura!

Maria Rosália Morari Dias

A importância do aqui agora



Para quem já viu ou conhece o trabalho de Cesar Milan, o encantador de cães, já o viu inúmeras vezes se reportar ao fato de que os cães vivem no aqui e agora.

A tônica de sua fala quando lida com animais traumatizados por maus tratos é a de que, a partir do momento que você apresenta o novo, a nova maneira de conduzir o cão e de tratá-lo, não existe mais trauma, os cães não vivem no passado. Só no aqui e agora, é por isso que se você der um

bom tapa e esbravejar com o seu cão e mandá-lo pra longe, e, um minuto depois chamá-lo em outro tom ele vem correndo e abanando o rabo. Os cães só vivem o aqui e agora. Carregar pesados fardos e viver olhando para trás é uma postura humana.

É muito difícil para nós entendermos como isto funciona, porque ao longo da evolução humana foram criados mecanismos que nos afastaram de nossa essência prima. Originalmente somos intuitivos e serenos. Temos a capacidade inerente de perceber o fluxo do universo e da natureza e seguir com ela, como fazem os animais ainda hoje, porque não se apartaram de sua essência Divina. Eles seguem o fluxo e continuam.

Ao contrário do homem que passou a criar medos, inseguranças, amarguras profundas e impossibilidades de seguir em frente, porque estabelece profundas amarras com o passado. Quando a dor está acontecendo você a experiencia e sente, passada a dor, você aproveita o novo momento e segue em frente. A vida muda a cada segundo. É impossível não mudar com ela. Ela tem ritmo vertiginoso e constante, e movimento absoluto.

Nós somos a somatória de nossas experiên-

cias já vividas, e deveríamos ter a mesma naturalidade de um cão que após treinado a não pegar um pedaço de carne no chão porque foi repreendido quando fazia isso, passa o restante de sua vida sem pegar aquele pedaço de carne no chão, porque ele traz a informação de que haverá uma represália se o fizer, mas não o sentimento e a angustia de ter sido repreendido por isso.

Quando discutimos com nosso parceiro deveríamos nos expressar e verbalizar tudo o que é necessário, e ouvir o necessário dele. Minutos depois deveríamos nos apresentar um ao outro tranquilamente e conversar com leveza a rotina do dia, porque o momento de discutir já passou. Mas não. Acumulamos o rancor e o desejo de que ele pague por isso, de que ele sofra porque eu estou sofrendo, e assim, o máximo que conseguimos é transformar a dor do passado num presente permanente. Com a nossa força mental vamos mantendo a dor e a frustração vivas e atuantes no aqui e agora.

Praticar o exercício de deixar o passado no passado, de armazenar as informações preciosas para quando se precisar usar a sabedoria adquirida

pelo vivenciado for pedida, se permitir olhar a vida com olhos de enxergar o belo, sorrir gostosamente e fluir a cada momento, transforma a vida terrena numa dádiva e num prazer, e podemos perceber que dá pra ser feliz sim.

A felicidade depende única e exclusivamente de estarmos PRESENTES! O presente é o único instante que te possibilita viajar para frente e para trás, então ele é tudo o que é.

Ajuda e Intromissão



Se Ele pediu = AJUDA

Se Ela quer que ele saia= INTROMISSÃO

Existe um mecanismo interno em todos nós que nos impele a preocupação no sentido de estarmos de prontidão para ajudar. Aos nossos familiares, aos nossos amigos, aos nossos vizinhos, e até a desconheci-

dos. Principalmente as pessoas que já se encontram na senda evolutiva de uma busca espiritual mais atuante.

A ajuda é sempre bem vinda e uma boa energia para atuar dentro da vida. Entretanto havemos que saber separar muito corretamente a ajuda da intromissão.

Ajudamos, quando a possibilidade de um movimento solicitado esta a nosso alcance e dentro de nossas possibilidades. Ajudamos quando inqueridos sobre nossa melhora apontamos a estrada percorrida e falamos algo a respeito deixando a possibilidade de escolha ao nosso interlocutor. Ajudamos, quando permitimos que o outro faça a sua própria escolha e não a escolha que achamos ser a melhor para ele. Cada ser humano tem um tempo que lhe pertence. Alguns são mais ágeis, outros mais lentos, outros extremamente vagarosos. Cada um é um e todos caminham no seu tempo.

Intrometemos quando queremos interferir na experiência do outro. Quando julgamos quanto há de sofrimento na vida da outra pessoa e decidimos que é muito para ela, e devemos aliviar-lhe o fardo.

Intrometemos quando queremos brincar de

Deus e decidir sobre a vida de alguém. Quando nos achamos capacitados a distinguir o bem do mal, o bom do ruim e queremos determinar escolhas e movimentos.

Intrometemos quando trazemos a baila a vida e a dor de outra pessoa, discorrendo sobre as escolhas que achamos que ela deveria fazer para mudar a sua vida e no mais das vezes até verbalizamos adjetivos pejorativos a respeito dela. Intrometemos quando não temos respeito pela vida de cada um.

É importante perceber que na grande maioria das manifestações de problemas e dores apresentadas nas nossas vidas, são energia em movimento nos impelindo ao crescimento interior, nos impelindo ao exercício da leveza, do perdão, da gratidão, da reverência. Ao longo de gerações a dor tem sido o único mecanismo de disponibilidade que o universo encontrou para impelir o homem na busca de seu EU Divino. Ajudar possibilita caminhar com o outro nessa busca, se intrometer significa interferir nesse processo.

É preciso crescimento e sabedoria para discernir corretamente uma energia da outra. Parar por alguns segundos e se perguntar com clareza; o que estou fazendo? Ajudando ou me intrometendo.

A ajuda não interfere no crescimento do outro, porque ela é solicitada e é bem vinda, chega como uma energia de alívio e compartilhamento. A intromissão interfere a tal ponto que pode nos acarretar problemas desnecessários como preço a ser pago por uma atitude impertinente. Não se sinta constrangido em desenvolver a percepção de que o que acontece com o outro não tem nada a ver com você. Olhe com respeito. Perceba sua incapacidade de agir diante daquele contexto e de um passo para trás, e retome o que lhe cabe, que é cuidar bem da sua própria vida, respeitar a vida do outro, interagir com o mundo sentindo-se parte dele.

Se você se torna um problema a menos para o Universo, já deu um salto quântico. Ao tempo de cada um todos evoluiremos. Evoluir é um movimento intrínseco do existir. Então, não se preocupe.

Faça apenas a sua parte. SEJA FELIZ !

É preciso fazer o luto



A palavra LUTO vem do Latim LUCTUS, “dor, pesar, aflição”, de LUGERE, “lamentar, sofrer”. Essa fala nos trabalhos de Constelação Sistêmica Fenomenológica Integrativa produz um efeito curativo rápido, pontual e surpreendente.

E isto acontece porque não damos conta de quantas perdas vivenciamos o tempo todo.

A perda da paciência com alguém da família.

A perda daquele negócio que esperávamos a

anos. A perda do encantamento que tínhamos por nosso namorado, ou noivo ou marido.

A perda da alegria de estar na vida.

A perda da juventude.

A perda da capacidade de entendermos que nossos filhos não vão corresponder às nossas expectativas. Em algum momento eles vão fazer diferente.

A perda do contato com nossa criança interior.

A perda da nossa saúde.

A perda da saúde de um ente querido.

Inúmeras e incontáveis são as perdas vivenciadas dia a dia. E, em algum momento alguma ou várias destas perdas vai se tornar parte integrante de nosso existir e acoplar-se em nosso ser de Luz como um pesado e doloroso fardo que piora situações e circunstâncias.

É neste instante que precisamos entrar em sintonia com a energia curativa do luto. Precisamos enlutar. Deixar a dor tomar conta por inteiro até se exaurir, para depois, e só depois ir-se embora definitivamente sem deixar vestígios de que esteve ali. O que fica é a energia do contato com a consciência da perda que aconteceu, cumpriu o seu papel em

nossa existência, impeliu-nos a alguma mudança e deixou de ser parte integrante do aqui e agora.

Não importa quão grande lhe parece ou seja essa dor. Fazer o luto a minimiza, a transforma em energia curativa e torna-se possível deixá-la ir embora para que você vivencie o novo, a alegria do movimento e a capacidade do auto perdão liberando-o também de culpas e ressentimentos.

Faça uma introspecção e se permita perceber qual o luto que ora lhe cabe fazer.

Eu preciso fazer o luto de minha falta de paciência com as pessoas.....

Eu preciso fazer o luto da minha incapacidade de relevar desafetos.

Eu preciso fazer o luto do meu relacionamento que acabou.

Eu preciso fazer o luto de.....etc.,

E aproveite para cantar enquanto sana suas dores, Cante, cante, cante.....e cante um pouco mais, Chore quando canta.....Fique livre, faça seus lutos.

O outro e eu



Não há só um ser humano no planeta que não tenha o interesse em transformar o outro.

É comum em conversas nos pegarmos falando ou ouvindo : Nossa A (fulana) ou O (fulano) estão se comportando assim ou assado e sofrendo x ou y e (bla, bla, bla)..etc. , estão num momento tão difícil, eu sugeri a ele ou a ela que fizesse (o que eu

acredito, o que eu fiz).

E aí, nos envolvemos por inteiro nesta fala, na ânsia real e imediata de que ele ou ela faça os movimentos que fizemos e ficamos melhores.

A intenção da melhora do outro é absurdamente verdadeira. Mas não é por compaixão, não é por amor.

A razão para essa postura é maior e mais profunda.

Ela esta diretamente ligada ao fato de todos sermos interligados com tudo.

Não temos essa consciência clara, mas quando eu quero melhorar o outro ou a outra, eu quero que o contexto global fique melhor, daí vem a idéia das posturas políticas socialistas ou comunistas, mas com a imposição não é possível a transformação.

A transformação só acontece no movimento individual desta fatia do todo. É aquela fatia que precisa de um ajuste e de uma mudança de fluxo, mas ela tem autonomia.

Não tem nada de errado em que você tente passar ao outro a sua informação e o seu movimento liberador, essa é energia de troca. O que não

pode é haver a intromissão exacerbada no contexto do outro. Ele opta por fazer ou não as sugestões que você oferece.

Os caminhos evolutivos e liberadores do ser humano são muito diversos e o tempo todo tropeçam assustadoramente nas posturas religiosas. Se você se aprofundar um pouco mais percebe que todas as religiões tem posturas de coleira, em algum momento você pode ou não pode, é assim ou assado e te colocam na subserviência de quem tem que pedir , pedir, pedir e até suplicar, anulando por completo a consciência de sua centelha Divina verdadeira e atuante no cerne de seu Ser que te possibilita criar a sua realidade.

O passo mais difícil de ser dado e mais difícil de ser compreendido por nossa sociedade humano terrena atual é a informação de que: EU SOU UNO COM O PAI, SOMOS UM SÓ.

Não há separação, eu efetivamente crio a minha realidade com a minha postura, com meus pensamentos, e com minhas crenças.

Preciso me apartar de todas as crenças para sentir a vida fluir e me permitir experimentar e conhecer as individualizações a meu redor sem pre-

conceitos e restrições, conheço e agrego ou não, mas evoluo.

E, se eu entro nesta consciência e nesse movimento a idéia de certo e errado cai por terra, o sentimento de culpa desaparece, e a integração com a eternidade passa a fazer parte de mim, e aí eu posso respeitar as escolhas do outro e aguardar no tempo dele que ele de o passo libertador na direção da Luz Maior que possibilita fluidez e leveza.

E é por conta desta consciência que o planeta esta passando por movimentos emocionais tão grandes. Haverá a agregação vibracional e as frequências é quem dirão a forma do novo existir. Por isso, quando quiser ajudar alguém com o bom que você recebeu da vida, faça o movimento de oferecer, mas não espere que a pessoa receba, ela pode não entender a sua linguagem.

Ai você simplesmente recua e respeita o momento dela e segue a energia da sua individualização para a alteração da frequência do todo.

Solidão e Solitude



A Solitude é um estado de espírito que nos remete ao contato interno. É um momento meu comigo mesmo. Quando estamos em Solitude há uma paz inexplicável em nosso eu interno. É um momento onde entramos em contato com nosso

grande além de dentro.

Podemos escolher ouvir uma música que nos agrade, contemplar uma paisagem ou a chuva que cai, admirar o pôr do sol ou a aurora, ou mesmo estarmos recolhidos no silêncio de nossas casas em quietude. A Solitude é agradável, benéfica é um momento em que nem gostamos de estar acompanhados, porque é mágico demais. Somos nós, o silêncio interno e o universo, uníssonos.

A solidão é uma tormenta interna. É um vazio profundo, um desencontro de mim comigo. É a ânsia incontida de precisar estar ao lado de alguém, ao lado de muitas pessoas, de precisar do movimento exagerado para ter conexão com a vida. A solidão quase sempre está revestida por um profundo sentimento de abandono e de dor. A solidão entristece, envelhece e adocece. Quase sempre vem acompanhada de muitos outros sentimentos como a angústia, a baixa auto-estima, a incompletude. A solidão dilacera a alma e nos remete ao vazio interno.

E como é possível transformar a solidão em Solitude?

Existe uma máxima inegável na vida: “Con-

hece-te a ti mesmo”. Precisamos entrar em contato com nossas essências internas, descobrirmos o que nos agrada, o que nos acresce, o que amplia nossos horizontes e ir caminhando rumo ao nosso além de dentro.

Quando nos conhecemos um pouco mais, aprendemos a lidar com nossas limitações e descobrimos caminhos e terapias adequadas que nos auxiliam na superação de nossas limitações.

Vamos nos olhando de uma forma mais amorosa, sem o cruel mecanismo de comparação. Percebemos que somos únicos, nos assemelhamos a outros, mas continuamos únicos. Aí começamos a trabalhar a nossa auto-estima e a amar a forma física que apresentamos na vida, a amar a maneira com que vemos o mundo, e respeitando a ideologia e a maneira dos outros.

Vamos ficando mais centrados, vencendo a impaciência e a ansiedade. Acalmamos a nossa mente e administramos nossos anseios a patamares saudáveis.

Passamos a viver melhor.

Descobrimos a Solitude. Estamos mais próximos do amor incondicional.

A arte da escolha



Podemos considerar a escolha como uma arte, porque ela é única e cada um de nós somos os artífices de nossas vidas. Podemos avaliar qualquer história contada e nos deparamos com uma infinidade de possibilidades plausíveis para aquele mesmo movimento.

Tudo acontece muito rápido, e escolhemos de acordo com o nosso momentum existencial.

Aí são levadas em consideração, (inconscientemente) informações biológicas, crenças, conceitos ou

preconceitos e uma gama imensa de incidências passíveis de interferirem nas interpretações.

E, como as possibilidades continuam sendo reais, é comum o arrependimento, numa tentativa inócua de voltar a fita no passado e escolher de novo. Precisamos aprender que toda escolha leva a um resultado, e que, todo resultado envolve um fluxo de energia que não está no nosso controle, cada ação desencadeia uma contra ação, e vamos interagindo com o movimento na espera do resultado almejado.

O resultado pode ser completamente diferente de nosso alvo, mas isto não pode ser considerado um erro, o fato é que a nossa escolha nos trouxe a esse resultado. Então, se me deparo com um resultado que desagrada o meu existir e me acarreta sofrimento, é hora de escolher de novo, e interagir com o aqui e agora.

A impressão que os seres humanos tem e as culpas que carregam são as maiores responsáveis pela dificuldade de conseguir uma vida mais serena, mais harmônica, menos competitiva e por conseguinte mais feliz.

Assistindo ao filme o Óleo de Lorenzo, você percebe que a luta árdua dos pais da criança os leva a es-

tudarem, a romperem barreiras e revolverem mundos na busca da cura de uma doença degenerativa, e eles são felizes, conseguem encontrar a cura, mas já não mais para o seu filho, para as outras crianças em estágio inicial e isso revoluciona a história médica. Porém, se a escolha deles não fosse a luta, e tivessem aceitado com humildade o destino de filho e fluido com esse movimento, talvez não tivéssemos hoje ainda o controle da doença, mas, ainda sim, estaria tudo certo. Essa é a grande sacada da vida. Porque tudo pede ponderação, com a descoberta que fizeram uma criança que viveria no máximo até os 8 anos de idade, chegou aos trinta, mas em completa dependência e impossibilitada de comunicação. Mas houve um ganho imenso, para os filhos de outras mães, que puderem ter uma vida absolutamente normal apesar da doença. E isto, não é nem bom e nem ruim, apenas é. É a condição da escolha que fizeram os pais de Lorenzo.

Por isso, da próxima vez que o arrependimento e a sensação de culpa rondarem a sua alma, não se esqueça, fazemos escolhas a todo momento e algumas delas nos levam a resultados que não correspondem aos nossos interesses, o melhor é recuar se possível,

refletir e escolher de novo.

Crescer está implicitamente ligado ao experimentar.

Experimente o novo, ouse, arrisque e se não der certo, faz diferente, mas faz, não se aprisione no resultado.

Estar no mundo para viver...com



Tenha muito forte e muito vivo em sua mente que você está no mundo para viver com as pessoas e não para viver por elas. Por mais que você se dedique e se desgaste em sair do lugar seguro de si mesmo e tentar fazer escolhas, proteger, se doar por inteiro pelo outro, nenhum de seus esforços atinge o cerne do ser do outro. Ele vem e aceita por escolha, não por imposição.

Quando somos impelidos a conhecer novos movimentos, a buscar novas saídas e experimentar algo novo, vamos porque algo muito profundo em nosso eu interno está nos impelindo ao movimento, e se prestarmos atenção a isso veremos que também não fazemos nada forçados. E odiamos que tentem resolver por nós.

É muito fácil percebermos o quanto nos incomoda quando querem resolver por nós, tomar conta do que é nosso, difícil é perceber quando somos nós que estamos fazendo esse movimento.

Em geral nossos maiores desafios são nossos familiares, gastamos um potencial energético imenso na tentativa de minimizar o sofrimento, de administrar perdas, de contornar emoções querendo impedir que eles sofram, ou percam, ou se desesperem, e nesta tentativa inócua vamos sendo deixados de lado, vamos nos deprimindo, vamos perdendo o brilho e a vida se torna um peso excessivo a ser carregado, porque não conseguimos ver que a perda faz parte, a dor faz parte, o luto faz parte, e só os grandes terremotos existenciais nos impelem, a mudanças verdadeiras e significativas.

Ficamos trancafiadas em nossas casas sentindo

uma solidão profunda porque os maridos preferem jogar futebol com os amigos, bater papo no botequim, os filhos saem com as namoradas ou vão para a balada , e nós estamos lá, a serviço do outro o tempo todo, deixando nossa energia e nossa vida escoar pelas mãos, esperando que reconheçam, que nos premiem porque abrimos mão de nossa vida individualizada para cuidar exclusivamente das vidas deles...

Os tempos são outros.

É o tempo do despertar para o ser pleno que você é.

É o tempo de se conhecer e se descobrir.

De se envolver com seus projetos por mais simples que possam parecer e se permitir viver na gratuidade, trocando experiências e sentimentos e sendo co-participe das vidas de seus entes mais queridos e dos amigos, mas agora com uma profunda reverencia a totalidade do seu ser, independente e único, você pode acessar a sua Luz interna e dar a ela o brilho que lhe convém. Mostrar o caminho você pode, mas caminhar pelo outro jamais. A evolução é uma jornada solitária. O que você já fez não pode ser alterado.

O que você fará não pode ser atingido. O QUE VOCÊ FAZ AGORA é que é determinante.

Será o seu passado logo ali adiante. Cuide do seu dia e seu futuro está livre de remorsos.

Perceba-se no contexto existencial de seu próprio eu interno.

Você não consegue impedir que seu filho faça algo, você aprende a lidar com isso.

A humildade é a energia que faz com que você perceba que ser é a resposta, ter não tem completude real.

Existe um diferencial quântico em cada manifestação de SER. Percebemos a evolução em todos os seres e a confusão na raça humana. O Reino Vegetal flui generosamente sobre o planeta manifestando sua majestosa existência em infinita sabedoria pacífica.

Dentro de meu eu mais profundo só eu tenho a chave. Aqui guardo minha essência prima. Meu Deus interior.

A falsa idéia de que deve haver um ser superior tomando decisões dizendo sim ou não é infundada. Esse reino É, e deixa-se manifestar como é: exuberante em seu existir, cada qual buscando a Luz de que necessita na mais harmoniosa e silenciosa manifestação de quietude de alma.

Onde estamos neste momento



Estamos neste momento na travessia do existir na forma humana. Estamos neste momento vivenciando a administrabilidade das emoções. Estamos imersos em sensações e sentimentos experimentando todo tipo de energia ligada a alegria e a dor.

Estamos nos descobrindo numa nova maneira de manifestação. Estamos no alvorecer da Nova Era, do novo existir, com a necessidade vital de conhecer o nosso grande além de dentro para as próximas escolhas e a necessidade de olhar para o outro vendo nele o outro e não ditando regras e padrões.

Estamos no momento de sentir a vida por inteiro, de rir de nossos limites, de deixar fluir a naturalidade do existir. De deixar de se debater e querer impor a qualquer custo padrões arcaicos que não servem mais ao novo.

Estamos no momento do pulsar da galáxia que representa ascensão em todas as formas e dimensões e requer naturalidade e leveza para nos deixarmos ir seguindo o fluxo e a corrente.

Nossos grandes sofrimentos existenciais são meramente terrenos, nossa alma é maior do que

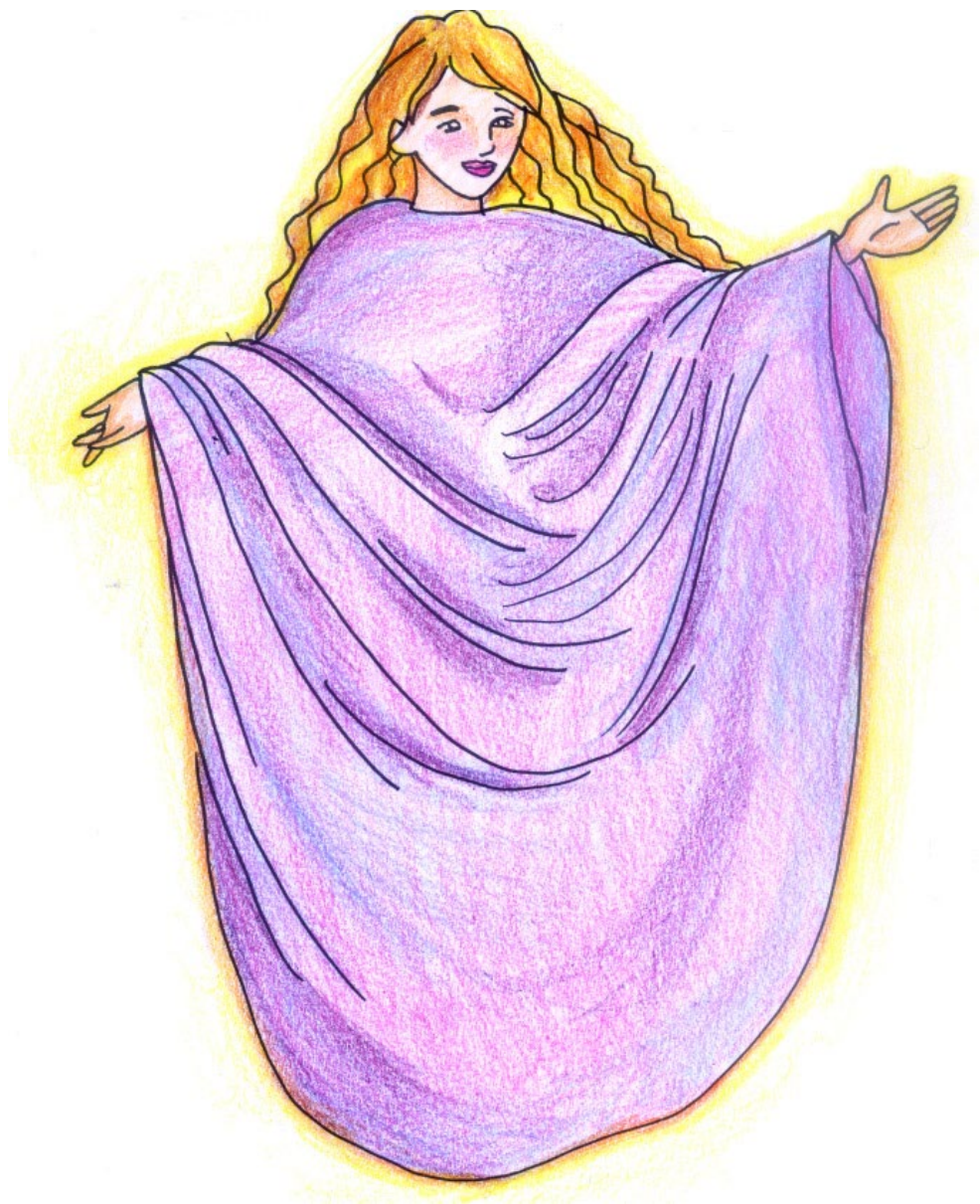
as pequenas divergências impostas pela vida terrena e pela loucura na administrabilidade dela que os homens imputam-se uns aos outros.

Estamos no momento de encontrar nosso Eu Divino, nossa essência prima e percebermos a Luz que Somos, a Divindade que há em cada um de nós.

Estamos no momento de sentir pulsar em nosso coração o coração de Deus e verbalizar com alegria Eu e Meu Pai Somos Um. Estamos no momento do despertar da verdade em nossa alma.

Estamos no momento de SER!

Somos Filhos da Luz



Eu Sou. Esta pequena expressão é a mais reveladora e a mais intensa das expressões a serem uti-

lizadas em nossas vidas e quando no seqüencial dessa expressão adicionamos positividade, entramos em sintonia com a criação de prosperidade em todos os níveis de nossa vida.

Uma boa maneira de começarmos o dia é nos olharmos no espelho e dizermos assim: “Eu Sou pleno, Eu Sou capaz, Eu sou forte, Eu Sou a força que me impele a conseguir, a vencer a realizar”.

Essa expressão Eu Sou, tem uma força criadora incrível, por isso, usá-la com seqüenciais de negatividade só piora o nosso evoluir, porque na realidade somos mesmo Filhos da Luz, um corpo de Luz, que está no uso de um corpo físico elaborado com substâncias químicas existentes no planeta ao qual chegamos. Vivenciar isso internamente nos torna mais fortes para sublimarmos todos os percalços que a vida terrena nos oferece.

A Grande Sabedoria vem da simplicidade de relacionar-se com a vida. Achamo-nos capazes de ir contra forças que desconhecemos e lutamos incessantemente contra a maré, ao invés de nos outorgarmos o direito de fluir com a vida, aprender com ela sem embates, apenas olhando atentamente para todas as nossas emoções e tentando respond-

er qual o propósito dessa incidência em minha vida agora, e não a pergunta “por que comigo”.

Somos filhos da Luz quando descobrimos que a vida terrena é efêmera e que nossa conexão é muito maior que esta. Descobrimos novos valores, novas posturas existenciais, sublimamos com mais facilidade e somos mais felizes, acessamos a gratuidade do existir.

Você não tem que...



Seja apenas você mesmo. Parece fácil, mas definitivamente não é.

Vivemos bombardeados por padrões e informações diuturnamente em todos os setores de nossas vidas.

Somos educados à forma e semelhança de nossas famílias e isso já nos direciona para determinadas posturas, depois nos relacionamos com a diversidade na escola, na sociedade, nos relacio-

namentos, no grupo de amigos, aí, nosso eu interno nos aponta que queremos uma outra coisa, as vezes até tentamos ficar iguais, agruparmo-nos nas mesmas idéias por semelhança.

Começa o conflito. A partir do início do conflito a postura da culpa vai se arraigando em nosso eu interno e a insatisfação passa a fazer parte intrínseca de nosso dia a dia.

Parece que para sermos nós mesmos temos que chegar a algum lugar que mal sabemos onde seja.

Alie-se a isso a mais difícil das incidências da vida: a convivência. E então de repente nos pegamos em relacionamentos onde o outro quer que eu seja o que ele quer que eu seja, e eu quero que ela seja o que eu quero que ele seja. Não nos vemos como personalidades distintas, diversas e diferentes com a capacidade de troca de experiência. Porque não há formulas. Não há o certo e o errado. Existem maneiras de fazer. O que diferencia o status do fato é a energia nele colocada e o propósito, que pode ser em benefício de ou em malefício de. E esse fato também não precisa de relevância porque a lei do equilíbrio atua no universo, recebo o que emano e ponto.

E então como fazer para me conhecer. Como conseguir ser feliz com tantas cobranças e exigências.

Começando por entender que Sou único, e que posso gostar de coisas diferentes, que posso ser parecido com algumas pessoas e posturas, mas tenho o direito e o dever de saber como sou internamente e a partir daí fazer as minhas escolhas sem imposições.

Se entro em contato com algo ou alguém que me desagrada, não tento mudar nada, apenas mudo o algo e aceito o alguém como um Ser completo e distinto que é como é.

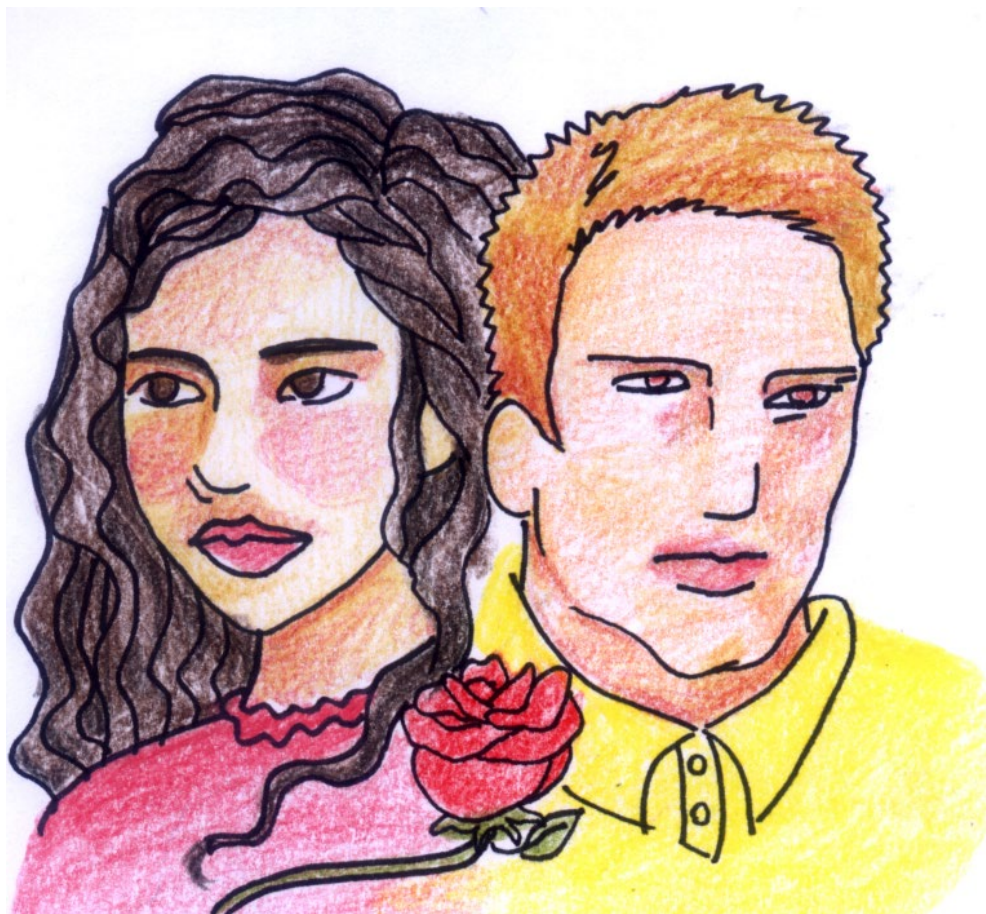
Despendemos muita energia no intuito de mudar as pessoas que estão a nossa volta, em querer que façam o que quero que façam e tiramos de nós a oportunidade de nos conhecermos mais e de repente descobriremos que não queremos ser celebridades, que somos felizes morando em lugares mais simples, que o que me agrada é passar os finais de semana cultivando minhas hortalças e meu jardim embora o meu círculo de relacionamento tenha por escolha ir ao shopping, festas e eventos. Descobrir que prefiro tomar água ao invés de bebi-

da alcoólica e não me importar se me chamam de careta, porque meu corpo se agrada com o paladar da água. Que posso comer um bife mesmo minha família toda sendo vegetariana, porque sei que sem a morte não se alimenta a vida. A alface também morre para nutrir o homem.

A grande sacada é mesmo, não tenho que, porque...

Sou filho do universo, Luz em expansão e em desenvolvimento, se aprendo a me conhecer e Ser o que Sou e se consigo focar meus ideais na positividade e construtividade da Luz, por certo me encontro, torno-me mais leve e inegavelmente feliz, pelo simples e magnífico fato de Ser o que Eu Sou.

Porque nos separamos?



Ao longo da vida desenvolvemos novas linguagens.

Vamos esculpindo nosso Eu com as incidências, escolhas, sucessos, fracassos, realizações, frustrações, ganhos, perdas de forma individual. A vida sempre é impactante, positiva ou negativamente. A todo momento somos impactados por algo. Isso é energia pura, energia incidente e transformadora. E, todos e

tudo no planeta Terra e no Universo esta envolto nessa fluidez energética nessa constante de movimentos impactantes.

Esse movimento também acontece em nossos relacionamentos. As incidências energéticas que me movem também movem a meu parceiro. Os fatos são na sua grande maioria os mesmos, porem, a incidência em mim pode acontecer de uma maneira em razão de meus valores e meu olhar para a vida que são individuais, únicos e intransferíveis, no maximo podem ser influenciáveis e no meu parceiro serem convergentes com o meu fluir ou divergentes de meu fluir.

Se a convergência acontece, vamos emoldurando e esculpindo uma relação que se engloba e chegamos até a nos parecer fisicamente bem próximos de nos tornarmos quase um só e envelhecemos lado a lado, convergindo mais e mais num mesmo fluxo de fluidez ao longo do tempo.

Se a divergência é a tônica da relação, a medida que as incidências acontecem vamos nos individualizando mais e mais e nos tornamos desconhecidos, já não nos agrada a companhia um do outro e passamos a gerar ainda mais incidências negativas e dolorosas, e ficamos perdidos nas sensações e sentimentos em

especial ao sentimento de fracasso até o momento em que a força é tanta que só a ruptura pode trazer alívio para um melhor existir. Esses sentimentos acontecem, não há culpados, viver é experienciar. Coloque-se no seu momento e avalie.

O que se faz salutar em nossas relações é perceber mais cedo se estamos na convergência ou na divergência da relação. E em qualquer um dos casos assumimos nosso 50% de responsabilidade pela energia gerada e agimos. As vezes o agir vai acarretar uma incidência sofrível, mas o movimento e a atitude é que trazem novas possibilidades. Suavizamos o dia a dia. E esse movimento se enquadra em todas as nossas relações, não só as amorosas, a todo momento no crescer do SER estamos dentro deste movimento, convergindo para algo e divergindo de algo. Assim, basta observar quem está fluindo na mesma energia, na mesma direção. A vida é uma incidência diária de situações e emoções impelindo o SER ao encontro da Verdade Absoluta!

Energia Manifesta



Energia é a força mor que impera no universo.

Vida é energia manifesta no planeta terra na terceira dimensão, tridimensional, densa e passível de incidências físicas ou emocionais que causam dor, sofrimento, sentimentos de inadequação, aprendizado, sublimação, superação. É a energia colocada em movimento no sentido de busca de aprimoramento humano.

Essa energia não nos pede passividade e conformismo.

Ela nos pede impulso e conhecimento.

O caminho da evolução e de novas descobertas.

Ela nos chama para o equilíbrio.

Mas sobremaneira nos chama para a nova era, onde o Ego deve ser sublimado.

Porem, não é possível sublimar o ego se anulando e adotando posturas de absoluta negação.

A sublimação do ego acontece quando você reconhece o ego do outro, quando consegue ver a Luz em outro ser.

Quando mergulha sem salva vidas em seu mar de além de dentro e se permite sentir e conhecer-se tal qual é, único em toda a criação.

Porem se você é único, aquele a seu lado também o é, e todos os seres manifestos no planeta o são.

Na manifestação terrena tridimensional humana temos aspectos aparentes que nos diferenciam uns dos outros, como por exemplo, cor de olhos, cor de pele, estatura, peso, porem se nos expomos a uma foto kirlian, percebemos que nossos corpos de luz podem estar alinhados ou desalinhados conforme nossas emoções, só pela foto não dá para se descrever cor de pele, estatura, peso ou qualquer outra característica estritamente terrena.

Portanto, você não é o corpo que ostenta. Você

é Luz manifesta em um corpo que o mantém apto a estar na manifestação física.

No grande mergulho para o além de dentro os encontros são com movimentos maiores, nos encontramos com a sutileza de nossa essência Divina que nos pede Amor Incondicional, tolerância, aceitação, em primeira instancia conosco mesmos. Pede-nos um olhar de carinho e um profundo amor pelo ser de Luz que cada um de nós somos.

Sob esse olhar, entramos em contato com a ternura que faz com que nossa Luz se expanda e contatamos então a vastidão de possibilidades da co-criação, da descoberta indescritivelmente bela de que Eu Sou Um com o Pai. De que Somos Todos Um.

A Paz no Planeta Terra



Nosso corpo físico adoece a partir de uma única célula doente. Isso contamina o todo. Da mesma forma cada um de nós é uma célula desta grande família humana. Vamos nos descontaminar. Vamos espalhar o Bem e a Luz, com amor e respeito. A Vida agradece.

A Paz no Planeta Terra começa em mim.

Se não me permito influenciar por conversas nocivas e destruidoras, se desligo minha TV quando a programação começa a falar de dor e infortúnio, se desligo minha TV quando apresentadores se intrometem desrespeitosamente no eu individual ridicularizando as pessoas, se sou capaz de não rir disso, mas de virar as costas a isso. Se percebo que todos tem direito a uma vida privativa sem intromissões a despeito de sua fama e me ocupo de meu universo com alegria e não procuro saber de como os outros vivem por mais famosos que sejam.

Se passo a viver no mundo com um profundo respeito a tudo e a todos, respeitando as capacidades e dificuldades de cada ser, sem achar que sou melhor, começo a mudar o mundo.

Se paro de dar lugar as grandes empresas da mídia que se alicerçam na destrutividade, se faço meu pequeno movimento individual de querer algo de melhor só para mim, pensando no bem, atraindo o bem, começo um movimento capaz de transformar verdadeiramente o mundo, porque o mundo, o planeta Terra, só poderá ser transformado, alicerçado na transformação individual.

Se olho para o planeta como a minha morada e me responsabilizo por sua saúde, cuidando de forma adequada de meu lixo, evitando desperdícios, fazendo escolhas seletivas quando de minhas compras.

Se tomo consciência de que o essencial é simples e eu posso fazê-lo.

Começo um movimento individual que me transforma e ao me transformar percebo que vou contagiando o todo ao qual pertenço.

Pense com amor na vida.

Quando ligar a TV seja seletivo, pois ao mesmo tempo em que estão acontecendo barbáries, há muito maior número de bem e bondade acontecendo simultaneamente, por certo há muito amor sendo praticado.

Infelizmente como até hoje o bem não tem dado lucro ao sistema, não é divulgado, não é assunto rotineiro de reuniões, é como se tudo fosse assustador e tivéssemos que viver no medo. Há muita Luz no mundo, para nós a aurora boreal não é visível, mas a Luz banha esta terra a todo instante.

Experimente se reunir com os amigos e só falar das virtudes dos ausentes.

A energia é outra.

A Luz brilha em você e aumenta a Luz do mundo.

Lembre-se, você também é responsável pelo mundo em que habita. Faça a sua parte, dê o primeiro passo, plugue-se na positividade, na construtividade, na energia da Lei da atração e com cada pequeno mundo melhor, é claro que o mundo todo melhora. É a consciência individual que forma a consciência coletiva.

A força do verbo



A palavra cria. O som emitido vibra numa forma frequencial que possibilita a criação no mundo material. Toda criação passa por estágios distintos. O primeiro movimento é o pensamento, é a formação do desejo, o segundo é a verbalização e só depois os movimentos acontecem para a materialização.

Existe uma força criadora e frequencial em cada palavra que se pronuncia. A vestimenta do corpo humano, o corpo físico é o mais sensível a essas emana-

ções emitidas, porque é nele que sentimos, é nele que tudo acontece de forma perceptível.

Palavras de pessimismo, de dúvidas, de insegurança, são capazes de criar essa realidade para nossas vidas, e o corpo físico pode sentir manifestando desconforto e até doenças; ao mesmo tempo em que palavras de ânimo, de coragem e de confiança também criam essa realidade para nossas vidas, tornando-nos mais saudáveis, mais resistentes a doenças e mais agradáveis para o convívio.

Precisamos aprender que a vida terrena só parece ser consistente e densa, na realidade ela é muito sutil e suscetível em especial aos nossos próprios movimentos, crenças e verbalizações diárias.

Falar de amor e de confiança cria uma atmosfera de atratividade de boas coisas que vibrem nessa frequência. Falar de ódio e vingança cria uma atmosfera de atratividade de coisas ruins que vibrem nessa frequência. A energia disparada é frequencial.

Um dos maiores obstáculos em nossas criações e ao nosso crescimento é a energia frequencial da mentira. A energia frequencial da mentira bloqueia a força da criação mental, porque não há credibilidade de você para você mesmo diante do que verbaliza.

Essa criação faz com que você crie um ser virtual de você mesmo, é como se você estivesse jogando um desses jogos de internet, onde a realidade possível de ser manifesta fica no imaginário, no irreal.

Quando você tem consciência da força criativa da palavra e faz bom uso dela, vive a sua verdade seja ela qual for, vive a possibilidade de criação manifesta de forma material palpável e plena. Não há limites para se criar e ter materializado sua criação, a não serem os limites de sua própria mente e dúvidas.

O diferencial está no tempo de materialização. Dependendo do que você quer criar no seu mundo a o tempo de maturação, porque segundo as leis universais você pode tudo o que quiser poder, mas ontem, hoje e amanhã são posturas humanas. A pressa humana é que no mais das vezes coloca em dúvidas o poder da criação mental.

A criação mental verbalizada tem força criativa. Dispara uma energia que viaja a uma velocidade maior que a velocidade da Luz e se projeta no universo atraindo partículas que fortalecem a identidade de sua criação e aciona todos os mecanismos e mentes que devam ser envolvidas para que sua realização se torne palpável.

A dúvida verbalizada por sua vez, tem força criativa suficiente para bloquear a energia liberada pelo desejo positivo, por isso inúmeros desejos verbalizados não se materializam.

Quando você quiser algo e quiser muito, verbalize seu desejo, deixe-o ir numa frequência positiva, e não pense mais nisso. E mantenha-se apenas com o sentimento de gratidão que pode ser verbalizado persistentemente no mantra muito obrigado.

No tempo universal e não no tempo humano você concretiza.

Desde o início é o VERBO.

Não é a iniciação que te leva à travessia, é a transformação, e a transformação ocorre sem rituais, ocorre com o conhecimento de quem é você!

Depois você se doma!

Consciência Existencial

Eu Sou um indivíduo.

Eu tenho sensações que podem ser diferentes de todas as maneiras de sentir das outras pessoas.

Eu olho para o mundo com os meus olhos.

Eu tenho a minha própria verdade.

É em mim e não a meu redor que existe a manifestação de vida.

Percebo que a grande mudança existencial da humanidade não é um movimento coletivo.

O mergulho para o centro só eu mesmo



posso fazê-lo.

E percebo mais alem. Percebo que as grandes leis existenciais não são ditadas pelos homens, elas são maiores, elas são Divinas.

Com base nessas leis percebo que Eu Sou, mas todos São. Percebo que a gratuidade da vida é plena e não oferece restrições ou questionamentos a quem esta na vida.

Percebo a grande lei da ação e reação. A toda energia disparada há inevitavelmente a contra energia. Percebo que recebo na justa proporção do que dou.

Percebo que quem veio antes de mim chegou primeiro e a hierarquia deve prevalecer sempre em todos os contextos existenciais.

Percebo que não me cabe julgar nada e nem ninguém, a cada um lhe será destinado o preço justo de todas as suas ações independente do que eu pense a respeito.

Percebo que a gentileza é a energia faltante dos dias atuais. Que ser gentil me torna mais bonita, mais calma e melhor comigo mesma.

Percebo que vencer ou perder não faz a menor diferença, as duas opções são apenas um resultado, o

que vale é o movimento, é a atitude, e o que precisa ser movido depois do resultado. O que vale é o continuar.

Percebo que a morte não existe, é apenas um movimento energético a serviço da vida.

Percebo que compartilhar traz alegrias profundas.

Percebo que relevar traz tranqüilidade.

Percebo que compreender nem sempre é necessário, mas digerir é fundamental.

Percebo que não precisamos pedir perdão quando assumimos nossa parcela de responsabilidade e pagamos o preço por isto.

Percebo que o sentimento de compaixão é abrangente e opera milagres em todos os níveis do existir e a piedade entristece.

Percebo que não há um Deus fora de mim, mas que Eu Sou sempre Deus em Ação.

Percebo que todo o existir é Divino e que o caos faz parte desta Divindade.

Percebo a minha Luz e a Luz da vida.

E reintegro a minha Luz menor a Luz Maior vivenciando o permear da gratidão e do amor fluindo juntos.

A grande liberdade



A auto estima é um sentimento de valor que uma pessoa tem em relação a si mesma. Auto aceitação + autoconfiança + auto respeito = auto estima = EU SOU

Esses sentimentos acontecem em você. São a base para o despertar de todas as virtudes e todas as invirtudes. E essas informações acontecem desde o berço, desde o nascimento. Nossa postura na vida começa a se delinear de acordo com as informações que recebemos em nossa família. A nossa verdade é a verdade que vivenciamos em nosso contexto familiar.

A estrutura ou desestrutura de nossa existência tem seu pilar mestre e suas fundações nas informações familiares. Naquelas que recebemos por conexão e descendência de toda característica dos ancestrais e a que se apresenta verbalizada através da educação recebida dentro de casa.

E dentro de todo esse contexto determinante do fluir de nossas vidas, a medida que crescemos vamos nos identificando com nosso eu interno, que no mais das vezes quer mais ou quer diferente, e por falta de consciência das Leis do universo que atuam em nossas vidas damos abertura ao sofrimento, as invirtudes e as insatisfações diárias.

Mas sabemos, precisamos de ajuda, há algo errado comigo. Tenho inseguranças, tenho medos, tenho insatisfações, quem sou eu? O bombardeio emocional é imenso. E damos início a nossa busca.

Essa busca é pessoal, intransferível e totalmente individualizada. E vamos fazendo buscas empíricas, na base da tentativa e erro. Aceitamos sugestões, experimentamos todo tipo de conglomerado humano principalmente em contextos religiosos, e queremos mais, precisamos do grande encontro. O encontro de mim comigo mesmo.

Nesta trajetória, muito se aprende, muito se guarda, muito se perde, muito se despreza, mas o movimento é intenso. E continuamos. Mesmo quando nos colocamos numa postura de reclusão absoluta às vezes envolvidos pela síndrome do pânico, ainda assim, há energia de busca em nossa alma. A estagnação é aparente, sempre estamos em movimento. A vida não é estática. Um dia nunca é igual ao outro, a vida muda a cada segundo, e sem nos darmos conta vamos mudando com ela. E a grande liberdade acontece quando saímos de todas as crenças.

Quando aprendemos a confiar em nossas escolhas e bancamos o resultado delas. Quando tomamos a responsabilidade total por nossos atos. Quando aprendemos que agradecemos a vida aos nossos pais e nos curvamos para eles sem a menor possibilidade de julgá-los ou questioná-los pelo que quer que seja, que simplesmente agradecemos a vida, que descobrimos a gratuidade no viver.

E a grande liberdade acontece quando percebemos que somos livres, inteiros, plenos em nós mesmos e capacitados dos instrumentos necessários para a efetivação de nossa jornada no

atual contexto de vida.

E a grande liberdade acontece quando não tenho mais medo de ser eu mesmo, de ser diferente, de gostar de coisas que outros não gostam, de não me importar com críticas e julgamentos.

E a grande liberdade acontece quando sou capaz de estar no mundo para viver as coisas do mundo e providenciar todas as mudanças efetivas e necessárias em mim mesmo. Que a grande transformação da humanidade acontecerá no silêncio e na calma do grande além de dentro de cada ser.

A gratuidade da vida



Crer ou não crer, eis a questão. VOCE É.

Hoje já não nos cabe questionar SER ou não SER. A consciência de que EU SOU toma forma palpável e sentimos um impulso inexplicável de nos conhecermos melhor, de sabermos de nós mesmos e neste contexto o grande entrave são as crenças.

Dentro do contexto de crenças, nenhum fluxo

energético tem tanto poder quanto o religioso. E as pessoas seguem vida afora se debatendo com as crenças a que cada uma se refere e aos padrões estabelecidos por elas segundo o líder que as idealizou e que é seguido.

O Ser humano ainda precisa de líderes, mas isso já começa a ser modificado pela nova consciência.

Estamos no mundo para sermos nós mesmos e descobrirmos o nosso caminho de acordo com as Leis do Universo que são imutáveis, e sob as quais podemos fazer diferente, sentir de forma diferente, experienciar, tudo na mais perfeita obediência das leis universais. E isso basta.

Leis são estabelecidas em função da ordem e do funcionamento de tudo. O ser humano burla leis, não respeita, desobedece, tanto as leis humanas quanto as cósmicas. Em relação a desobediência das leis humana pode ser que ele se de bem, que nada lhe acarrete, que minta, que trapaceie. Mas, em relação as Leis universais, aí sim, não há possibilidade de trapaceia, porque ela é algo que não se prende a um simples decreto. As Leis universais são energias de emanção da Criação que atuam mantendo a ordem universal. Todas as vezes que você age em desconformidade

com elas você paga o justo preço de sua ação.

E a ação é disparada no sentido de trazer de novo o equilíbrio.

Não há julgamento das atitudes, o que há é a contrapartida da energia disparada, há a observação do movimento da energia disparada, há o retorno da energia disparada.

Em relação a esse conceito você não precisa das crenças, mas precisa do conhecimento, precisa da disponibilidade de absorver o maior numero possível de informações para saber qual o seu real papel na vida e como lidar com ele com leveza e serenidade.

Agora é o momento de encontrar a sua unicidade dentro do cosmos para experienciar na forma mais ampla a completude da conexão com o todo. A vida terrena é apenas uma dentre as muitas manifestações possíveis do existir. E você pode viver na gratuidade, encontrar o seu centro, fluir com leveza e desfrutar da grandiosidade de SER.

O sentimento de culpa



Dentre todas as emoções humanas, nenhuma é tão nociva quanto o sentimento de culpa. Nociva pelos desacertos que provoca tanto física como emocionalmente, e pior ainda, completamente ineficaz, porque não traz em si nenhuma possibilidade.

Desenvolver o sentimento de culpa em razão de qualquer causa que lhe ocorra, cria entraves ao fluir da vida.

Se o que lhe causa a culpa é:

- ***Preocupação excessiva com a opinião dos outros***: Saiba que não importa o que você faça as pessoas não te vêem como você é, cada uma tem de você uma visão distinta e peculiar, algumas boas e outras ruins, da mesma maneira como elas não podem controlar como você as vê.

- ***Sente-se mal quando recebe algo***, pois na verdade não se considera digno de aceitar o que os outros dão: Você precisa entender que existem pessoas que sentem um profundo prazer e alegria verdadeira em serem gentis, se alguém lhe deu algo, recebe carinhosamente e veja de que maneira você pode retribuir a gentileza, a retribuição anula a possibilidade da culpa.

- ***Raiva reprimida***: Não reprima sua raiva, deixe-a sair de dentro de você, e para isso você não precisa agredir outra pessoa, mas achar a sua maneira de colocar para fora de seu corpo físico essa sensação. Pode ser tendo um saco de pancadas no quintal e esmurrando como se fora o seu algoz, pode ser cantando efusivamente músicas de protesto, e também pode ser através de um trabalho de respiração profunda e ritmada soltando através de sons e ais esse sentimento de raiva. E se ela for

muito grande procure nas medicinas vibracionais a cura, como por exemplo na Terapia Floral.

- ***Dificuldade em assumir responsabilidade pelos próprios atos:*** A dificuldade em assumir a responsabilidade por seus atos vem da crença de que existe erro. O erro é uma ilusão. O que existem são resultados diferentes do almejado, se você excluir a idéia de erro de sua mente a culpa vai embora junto. O fracasso também é um resultado, só isso. Aí, você revê os movimentos e procura outra alternativa e continua, tenta de novo vai em frente, em algum momento você se realiza.

- ***Não consegue falar 'não':*** Falar não é ter consciência de suas reais possibilidades. Quem não consegue falar não assume uma postura de que está na vida a serviço do outro para que ele o valorize, para que ele reconheça sua bondade, sua generosidade, seu valor, e isso não vai acontecer. Estamos na vida para trocar todo tipo de energia e informações, estamos na vida para conviver com as pessoas e não para servir e só servir. E não raro, o não que praticamos é o movimento de energia necessário para impelir o outro à ação.

- ***Não consegue administrar o tempo,*** pois

está sempre sobrecarregado: Estar sempre sobrecarregado é perder a graça e a leveza da gratuidade da vida, é perder o contato com o existir pura e simplesmente, é perder a sua identidade Divina para vivenciar exclusivamente a identidade humana, é perder a graça da criança brincalhona que há dentro de você.

Para resolver o sentimento de culpa assuma a vida como ela é, seja você mesmo sem medo de se amar. Seja mais simples, valorize movimentos de vida que ocorrem a seu redor o tempo todo, admire o por do sol, brinque mais, sorria mais, leve a vida menos a sério, ela é passageira e você é muito mais do as impossibilidades e problemas terrenos.

Assume os resultados de seus atos por mais dolorosos que possam ser e de o próximo passo, muitas vezes você vai perder algo ou alguém, com ou sem culpa isto vai acontecer, a culpa é apenas um acréscimo nas dores e pesares que temos que vivenciar, ela só aumenta o peso, não serve pra mais nada, adoece. Carregue menos peso, deixe a culpa, siga sem ela.

Assume! Responsabilize-se!

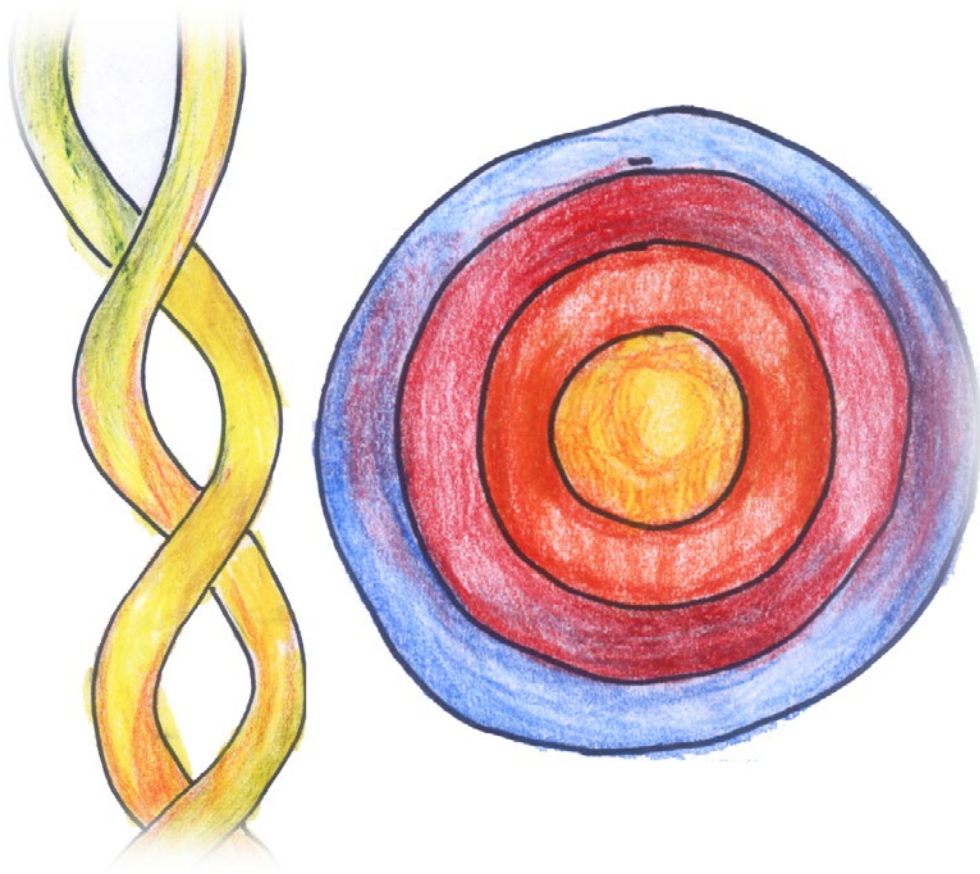
Na postura da vítima há uma vontade não

revelada de que o outro se sinta culpado pela sua dor!

Procure a Luz no outro, há sempre um caminho de acesso. Esse caminho se chama compaixão!

Os grandes problemas da humanidade não estão no coletivo, estão no individual. Indivíduos com as mesmas características se agrupam! A música é a frequência que agrega a energia primordial de elementos vibracionais!

Relações cíclicas e relações espirais



As relações humanas são pautadas através de encontros e desencontros. Em todas as nossas relações sejam afetivas, comerciais, profissionais, estudantis, estamos nos esbarrando o tempo todo com todo tipo de pessoas.

Por algumas sentimos uma enorme empatia, por outras uma enorme antipatia, de algumas temos saudades, por outras sentimos repulsa.

Quando dizemos que a Família é o grande laboratório na operacionalização do AMOR, trazemos essa informação dentro do contexto de que, todo tipo de emoção na convivência familiar também é permeado de sentimentos, com alguns nos damos bem, com outros nos estranhamos, com alguns temos afinidades, com outros temos uma profunda rejeição.

Nos dois contextos estamos falando de ser humano se relacionando com ser humano. Porém em nossas relações humanas dissociadas do contexto familiar por excelência (o de sua família de origem) nos podemos viver relações cíclicas com mais tranquilidade, a responsabilidade no convívio as vezes nem se apresenta.

Uma relação cíclica é aquela que tem começo, meio e fim. O encontro tem uma finalidade, cumpre o seu papel e não tem porque continuar a existir. Às vezes trata-se de uma relação muito boa, frutífera, que trouxe crescimento, leveza e bons momentos, mas é finita. Quando isso acontece você não precisa se sentir mal, achar que deveria fazer alguma coisa, tentar retomar o que já foi, é preciso apenas a consciência de que aquele encontro cumpriu o

seu papel. Fechou o ciclo. Encerrou o círculo.

Da mesma forma esse encontro cíclico pode ter sido dos piores, pode ter te trazido grandes dificuldades de convívio e ter exigido de você um ajuste imenso na forma de sentir para poder suportar. Foi ruim, mas ainda assim teve o seu papel no contexto evolutivo, com certeza te ensinou algo, e também fechou o ciclo. Encerrou o círculo: começo, meio e fim.

No contexto familiar as relações cíclicas são possíveis de ocorrer quando estamos falando do Sistema do outro, no caso por exemplo de uma separação. Você pode perfeitamente ter uma relação dentro do contexto começo meio e fim com o seu marido ou esposa e todo o contexto familiar do outro, irmãos, sogros, tios, etc. Essa relação também pode se encerrar dentro de um círculo, no que se refere a você. Porém se desta relação familiar ocorreram filhos a eles já se aplica a impossibilidade de fechar o círculo. Você pode romper com a família de seu parceiro, mas seus filhos não. E esse movimento tem que ser mais do que claro para que o sofrimento não se apresente aos filhos, tem que ser translúcido. Você pode romper com os

seus sogros, mas os seus filhos não podem romper com os avós. Estamos falando das mesmas pessoas em fluxo de energia totalmente diferente.

Toda relação familiar é espiral, você sempre esta reencontrando num movimento uma escala acima, ou num movimento numa escala abaixo. As relações em espiral são aquelas que tem um fluxo contínuo. Se a nossa dificuldade de relacionamento é muito intensa em relação a um membro de nossa família ao longo do existir ela pode estar num movimento espiralado de piora, e podemos perceber claramente isso. Temos os familiares com os quais nos afinamos, com os quais gostamos de estar e de reencontrar, e temos aquelas que nos causam náuseas só de saber que estamos próximos a um encontro. Se é da minha família, não há como colocar um ponto final. Pede consciência e administrabilidade, mas esses encontros vão acontecer. E eles podem se referir a ligações bem próximas, como pai e mãe, irmãos, sobrinhos. São espirais, não podemos colocar um ponto final nessas relações. Esse é o papel do Laboratório de operacionalização do Amor.

No contexto familiar espiralado é onde tudo

acontece e onde são possíveis as grandes e profundas transformações de nossa alma. Ai está o propósito de romper barreiras e crescer na condição de ser melhor. Toda vez que tentamos romper a energia de nossa espiral familiar acarretamos a nossas vidas um sofrimento e um bloqueio imenso. Ao contrário, quando organizamos esse fluxo dando a cada um o seu lugar e dizendo sim para este fluir, a sensação é de que destravamos algo e agora podemos fluir em todos os contextos de nossa vida. Amoroso, profissional, pessoal.

Em alguns casos podemos ter relações espirais com pessoas que pactuem de nossos projetos, ou mesmo amigos, é possível que essas relações existam, mas nelas há a leveza, a liberdade de se transformar em cíclica a qualquer momento. Essas relações em algum momento podem ter um fechamento de círculo e perder a condição de espiralada. Ela pode ter sido espiral por algum tempo e tornar-se cíclica. Acabar. Mas na família isso não ocorrer. E é tão verdadeira esta informação que o DNA é uma espiral!

O seu DNA é a sua família.

A Felicidade Possível



A felicidade é um estado de espírito.

Normalmente esse estado ocorre quando conseguimos relaxar completamente nosso corpo físico, e ao mesmo tempo soltamos todas as tensões e preocupações e acessamos um profundo silêncio em nossa alma.

É quando conseguimos sentir a presença Divina em nossa essência e deixamos de lado os contextos existenciais da vida terrena.

São muitas energias incidentes em nosso co-

tidiano. Uma seqüência infindável de exigências e escolhas, decisões e conflitos, compromissos e desejos, risos e lágrimas. Estamos no fluxo.

Sempre que condicionamos a possibilidade de se sentir feliz a algum evento externo vivemos expectativas, e só a energia da expectativa já mina a possibilidade de acesso ao deleite da felicidade. Gastamos tanta energia à espera de, que quando o esperado se realiza na maioria das vezes estamos exaustos, cansados e sem vontade de vibrar.

A felicidade por excelência é a quietude. É um acesso rápido ao centro de sua essência, de seu existir. É uma fonte que reativa o centro da vida e alimenta com Luz todas as suas vibrações em todos os seus corpos de existir, em especial os corpos de Luz.

O riso é apenas uma expressão dessa energia. Quando sorrimos há uma luminosidade diferente que expande a matéria física e nos torna belos. Porque com um sorriso amplo e espontâneo é o nosso ser de Luz que se apresenta, aumentamos nossa freqüência vibracional e expandimos e contagiamos o ambiente a nosso redor.

A felicidade é uma energia de contato da cria-

tura com a criação.

A simples consciência de SER é energia de felicidade.

Muitas vezes o que nos impossibilita este acesso são as expectativas em relação as pessoas de nosso convívio mais próximo: Nossa família. Estamos em postura de cobrança e desajustes achando que para sermos felizes é preciso que o outro faça ou realize algo, estabelecemos uma relação de profunda dependência e ficamos impossibilitados de perceber que a mudança e a adequação é nossa.

Neste momento conseguir ser honesto consigo mesmo faz toda a diferença. Conseguir ter a percepção de sua não conexão com a energia da compaixão que te possibilita manter a visão na Luz do outro, entender que se te infelicitas este convívio com alguém, a energia é recíproca. Com certeza se você se sente mal e infeliz ao lado de alguém a energia que você recebe é a mesma, este alguém se sente mal e é infeliz a seu lado. E perceber que a saída é procurar o bem. Se você buscar o bem no outro você vai achar. Há relações que nos infelicitam que não nos possibilitam a ruptura. Quando se trata de nossa família consangüínea, seja na as-

cendência ou na descendência, você pode se distanciar interromper o fluxo amoroso o que ocasiona um fisicamente, mas os laços não são rompidos. Você pode ter profundo sofrimento de alma, mas jamais deixará de ser parte dela, ou poderá fazer com que ela deixe de ser parte de você.

Por isso, a felicidade possível acontece quando você estabelece contato com o que é, e deixa SER. Flui com a vida e com os seres que fazem parte de sua vida num contexto de compreensão e administrabilidade, trabalhando na sua ascensão pessoal e buscando o equilíbrio através da aceitação e da leveza de simplesmente fazer parte deste universo em expansão compreendendo o que te é possível e fazendo a sua parte com amor e com leveza.

A felicidade é um estado de espírito que acontece em você! É de dentro para fora. Independe. Apenas acontece.

O sentimento de gratidão



O sentimento de gratidão é uma energia que transcende a compreensão humana. Estar imbuído do sentimento de gratidão, é conseguir perceber a fluidez da vida em todas as suas manifestações.

Como ficamos focados nas sensações, que são energias diferentes dos sentimentos, aprendemos a rotular tudo como bom ou ruim, dependendo da sensação que nos causa.

Quando a sensação é de desconforto, "ruim", acessamos imediatamente outros fluxos energé-

ticos, sejam eles: a ira, o desprezo, a fúria, a necessidade de vingança, etc. Todos esses fluxos são frequências vibratórias.

Viver é manifestar-se em diferentes frequências o tempo todo.

O sentimento de gratidão é uma frequência vibracional que nos leva a entender que todos os movimentos apresentados ao longo de cada milésimo de segundo de nossa existência, traz consigo a vibração de propósitos, o propósito único e exclusivo de fazê-lo perceber que viver é experienciar tudo em torno de você. Com essa informação e essa consciência, você se entrega ao momento e tem controle sobre as suas sensações.

Mesmo que seja um momento de impacto ruim, você consegue perceber que o propósito é maior e não se deixa levar pelas sensações que acarretam um profundo desequilíbrio em todo o seu campo de energia, possibilitando inclusive o adoecimento.

Estar vivenciando o sentimento de gratidão é dizer sim a vida por inteiro. É aprender a contemplar todas as diferenças e saber quem é você, e o que lhe propicia alegria interna e leveza.

Existe muita confusão nas nossas manifestações diárias, tudo é manifestação. Nos deixamos abater e ser afetados principalmente pelas crenças, a crença é uma sensação de achar que a manifestação ocorre daquela maneira, e isso pode não ser real, até porque tudo é quando você coloca a sua credibilidade no que se manifesta. A realidade, a sua realidade é diretamente proporcional e relacionada a como você vê o mundo e como coloca nesta visão as suas possibilidades.

Você é a realidade que você cria.

Quando o sentimento de gratidão se apresenta, você pode entender os movimentos que a vida trás, e mesmo que sejam dolorosos, você não vê o mal neles, você vê o movimento que te conduz a algum lugar ou a algum movimento que você precisa fazer para transformar.

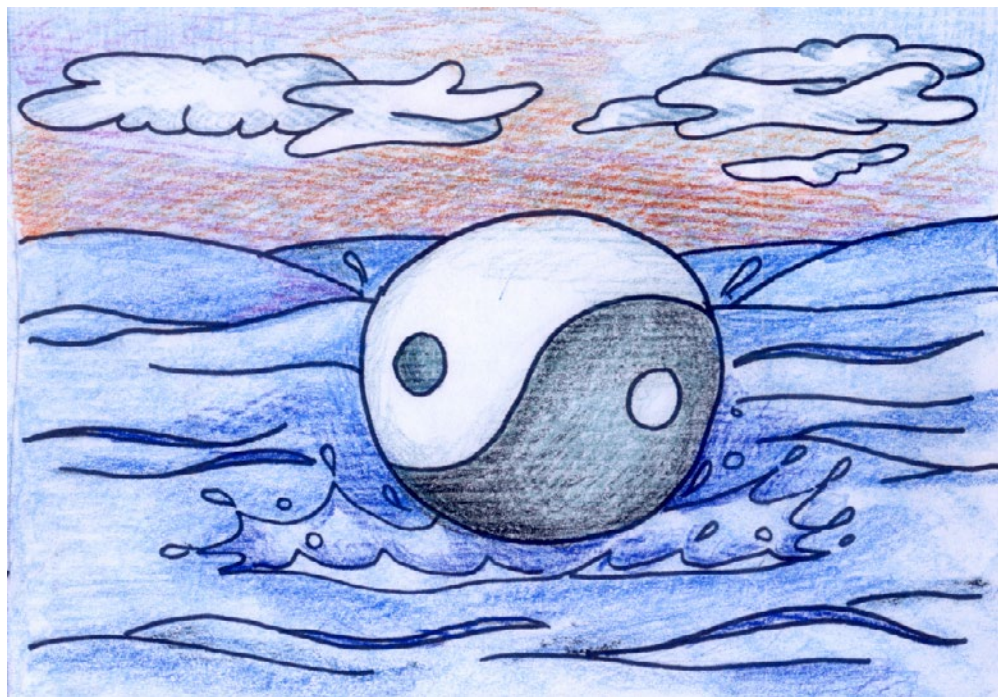
Somos os criadores de nossos destinos a cada segundo.

Abrir mão de crenças e dogmas, de pragmatismos e idéias pré estabelecidas nos possibilita verdadeiramente a capacidade de olhar para o mundo e para a vida como energia pura em movimento e em manifestação, e sentir a grandiosidade do bem

que nos preenche com o sentimento de gratidão tomando forma e expandindo em nós e através de nós acessando frequências vibracionais de puro enlevo conectados única e tão somente com a possibilidade de existir.

Do sentimento de gratidão em plenitude é que acontece o perdão. Quando você se sente plenamente grato, o perdão flui em você e através de você em todas as circunstancias existenciais, porque o mal já não te alcança, você compreende o propósito.

A vida sob a ótica da lei do equilíbrio



O Universo é perfeito.

Todos os movimentos universais são regidos por leis imutáveis que atuam sobre o nosso existir tenhamos consciência disso ou não. Aceitemos ou não. Acreditemos ou não.

A lei da gravidade é a mais comum de ser percebida. Vivemos sob a sua influencia e nos adequamos a isso, na realidade até nos esquecemos dela porque é assim e pronto.

Da mesma maneira somos afetados pela Lei do Equilíbrio. O tempo todo o universo busca se equilibrar através de movimentos constantes sempre no sentido da emanção da energia a favor do equilíbrio. Todas as nossas ações disparam inevitavelmente uma reação com a mesma intensidade e no sentido contrário. Se somos gentis, generosos, amigáveis na maioria de nossas relações vamos receber a emanção dessas energias em forma de respostas, das mais variadas maneiras, e nem sempre se originando das pessoas as quais nos reportamos. É o dar e o receber constante.

Assim, percebemos que todos os nossos movimentos estão em conexão com algo maior que atua nas nossas vidas humanas. Em um momento de estudos em relação as varias doenças manifestadas, a forma com que se manifestam, a sua implicância emocional, comecei a me deparar com algumas doenças muito raras com tratamentos difíceis e ainda sem perspectiva de cura. Algumas delas são assustadoras. Como entender esses distúrbios, como explicar esses fatos.

Reencarnacionista que sou desde a infância, embora nascida de um lar católico praticante, jamais

consegui entender a lógica de existir sem a possibilidade de reencarnar, e então comecei a estabelecer linhas comparativas dentre as formas com que o ser humano consegue ser atroz e associá-la as diversas manifestações doentias e raras que temos em nosso planeta.

E aí tudo se encaixa, tudo passa a fazer sentido e dá pra se perceber que o gatilho disparado em uma vida anterior num determinado sentido, faz com que este ser, esteja aqui novamente experienciando um novo aprendizado recebendo agora a resposta da emanção de sua energia acionada.

Não vou discorrer aqui nas relações estabelecidas entre o movimento humano gerado e a resposta recebida em respeito as pessoas que vivenciam hoje a resposta de seus atos no ontem. Ao contrário disso, a intenção é levar a uma reflexão mais ampla do porque de tanto sofrimento humano, de tanta dor a ser superada.

Nós somos os responsáveis diretos por nossas emanções e elas geram energia. Energia gerada é energia devolvida. É o fluir, o vai vem das ondas.

E a Lei do equilíbrio atua em nosso existir como atua a gravidade na terra. Sem predileções, sem con-

cessões, sem exceções. Absolutamente igualitária.

E como o conhecimento é libertador, quando tomamos consciência dessas energias atuantes procuramos adequar o nosso aqui e agora a uma forma mais suave de viver. Dia a dia, presentes no aqui e agora, percebendo que nossos movimentos e atitudes provocam ondas de retorno, vamos usando a inteligência e a ponderação e administrando a nossa energia emanada, no sentido de criar mais leveza, mais gratuidade para nossas vidas.

A escolha é nossa, o livre arbítrio é nosso, mas a Lei do Equilíbrio é do Universo. Você recebe o que dá.

A diferença entre estar e ser



Você é um dileto filho da Luz. Uma energia Divina manifesta na forma física, capacitado de todas as ferramentas e recursos necessários para o seu experienciar da vida na forma humana.

Na forma humana, vivendo de acordo com o fluir da moral, dos costumes e das direitos e deveres impostos pela sociedade criam-se idéias errôneas a respeito do que é verdadeiro no SER.

Há uma ilusão generalizada entre os seres, e

um sofrimento profundo pelas sensações de perdas, fracasso, e erros, associados as mais diversas incidências, por exemplo: O sentimento de perder o namorado para uma amiga, o sentimento de perder o emprego, o sentimento de vazio por não possuir determinadas coisas, dentre muitos.

Você está a esposa ou o esposo de alguém, você está a funcionária ou o funcionário de alguém, você está usufruindo um imóvel que chama de seu, você esta usufruindo de um carro que chama de seu, você esta usando uma jóia rara que ganhou de alguém. Nada disso você é.

Nós somos usuários do planeta Terra. Concionamos chamar de nosso coisas que são de propriedade exclusiva do planeta.

A falta da consciência de que somos apenas usuários dos recursos planetários, cria as divergências sociais astronômicas, cria os preconceitos, cria os tabus que infelicitam milhões de pessoas o tempo todo.

A grande consciência planetária devera ocorrer nos próximos anos, isso é que é a grande mudança existencial que deverá chegar com a ascensão do planeta para a quinta dimensão, com a

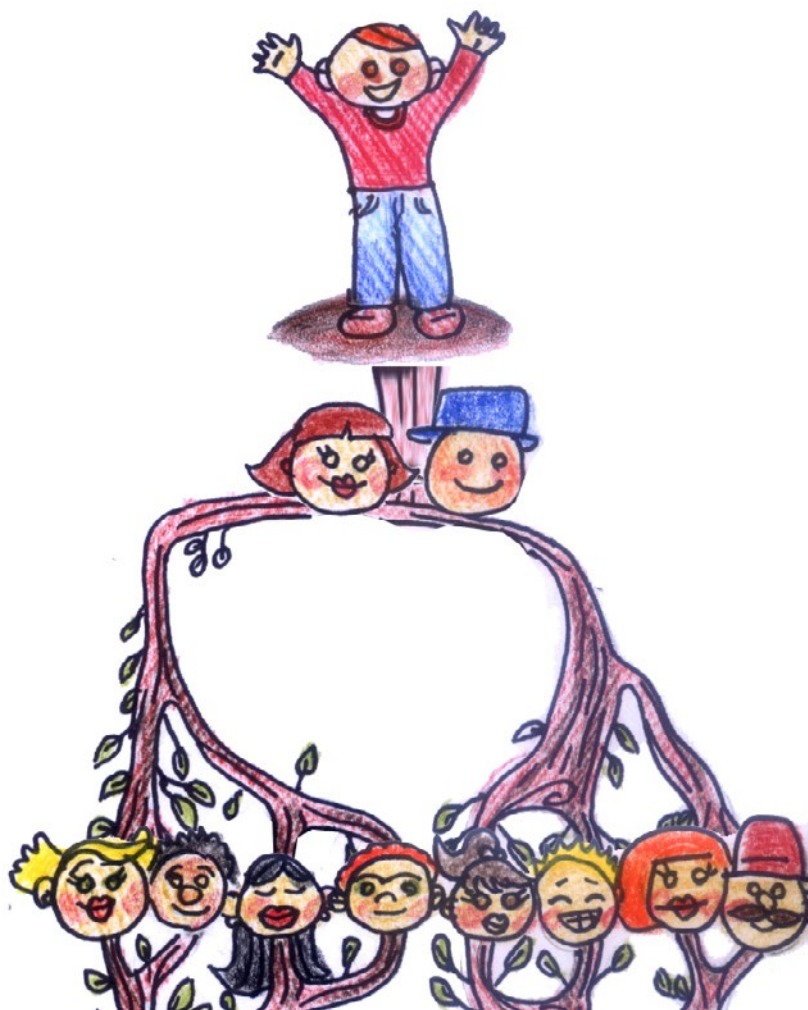
chegada das crianças cristal e todos os movimentos de energia que estamos experienciando.

Aprenderemos a usufruir com respeito todos os recursos da vida terrena manifesta na forma humana. Já não haverá a vontade indomável de acumular bens e riquezas que embora possam ser amontoados as barras ou guardados nos bancos, não se acoplam a nossa energia essencial, e no momento do retorno, somente a parte Luz segue caminho.

Não haverá espaço para preconceitos porque seremos capazes de ver brilhar a Luz do outro, independentemente da cor de pele que sua forma humana apresente.

Não haverá espaço para as diferenças econômicas porque os valores existenciais serão outros e as fontes não serão passíveis de rótulos humanos de propriedade, porque ela jorra ininterruptamente, e dela quem se aproximar poderá se fartar e beber.

O Caminho do Novo



Existe uma diferença ampla e ao mesmo tempo de total sutileza entre sentir, transformar, transmutar e assimilar. O sentir está diretamente relacionado a como você está na vida neste momento. O que acontece com você e em você quando uma

situação nova ou indesejada se apresenta e você precisa lidar com ela.

Nossa formação moral e aprendizado desde pequenos e as posturas que tomamos aprendidas através de nossos pais são determinantes neste momento. O que vale nesta hora é o que você aprendeu com eles, é o padrão da sua família, é o que vem sendo ensinado e aprendido geração após geração. A forma com que você reage em especial às experiências que denominamos negativas, tristes ou ruins, estão ancoradas no aprendizado e na sua conexão sistêmica.

Se você tem na sua ancestralidade um perfil sucessivo de pessoas intransigentes, perfeccionistas, rígidas ao extremo, rancorosas, muito certamente sua reação está sempre pautada no rancor, na intransigência, na vontade de ir a forra, na postura justiceira.

Se por outro lado você tem na sua ancestralidade um perfil de pessoas serenas, muito espiritualizadas, tranquilas e pacíficas, por certo numa situação idêntica sua postura será de refletir, relevar, ponderar e por certo elaborar todos os esforços necessários para a prática do perdão.

Se por outro lado você se conecta na sua ancestralidade tendo a mescla destes perfis, a sua situação fica ainda mais complicada, porque haverá na sua ânsia interna um conflito existencial maior, porque haverá uma oscilação de sentimentos e um conflito sempre presente de como agir e como fazer.

A transformação já é uma energia que se apresenta quando você está num estágio vivencial onde pode perceber esses movimentos na energia do sentir, e pode ver claramente estas conexões, o aprendizado, o quanto você é parecido com os seus ancestrais e ao mesmo tempo o quanto você é um ser único e individualizado em si mesmo na sua manifestação EU SOU. Aí, você pode transformar todas estas sensações originadas no sentir e agir, segundo a sua interpretação interna e achar a solução individualizada, a sua solução. Mesmo conectado com sua ancestralidade, você tem a percepção de que pode e deve ser naquele momento você mesmo

(As Constelações Sistêmicas Fenomenológicas Familiares aceleram esse processo)

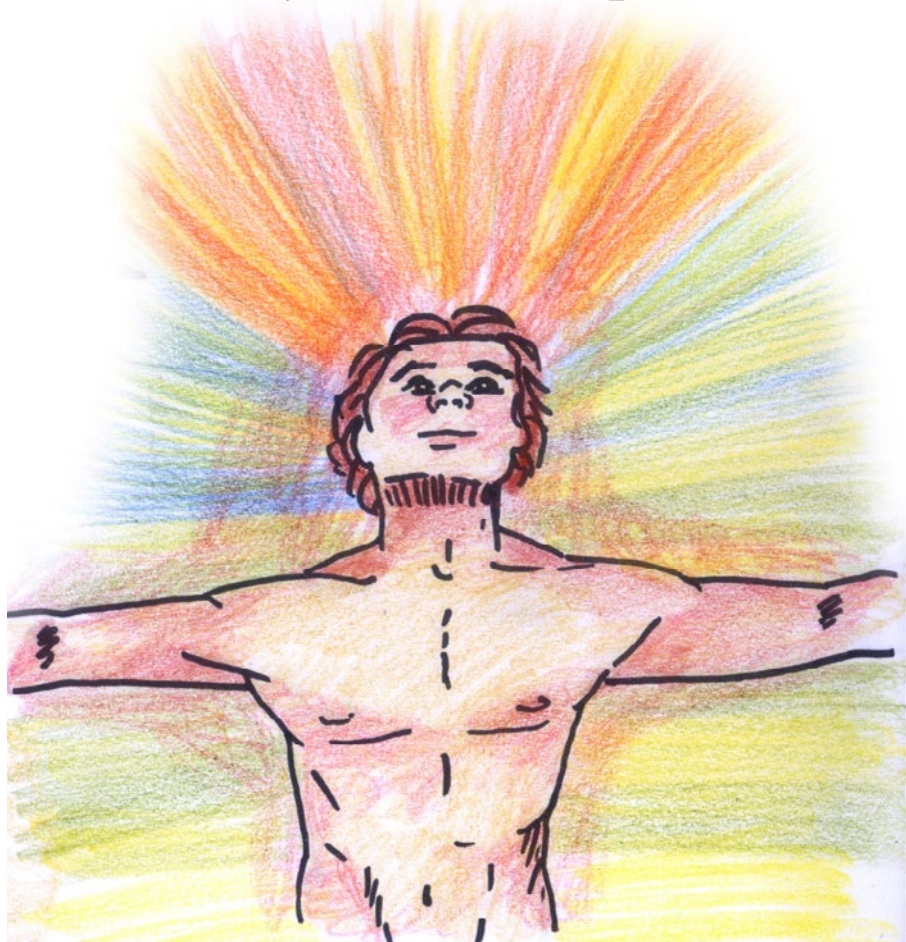
A transmutação acontece no momento em

que você assimilou essas informações, processou o aprendizado e praticando serenamente os princípios das grandes leis sistêmicas qual sejam A Lei do Equilíbrio, a Lei da Pertinência e a Lei da Hierarquia em relação a sua ancestralidade, você pode sentir o novo movimento, a liberação completa dos pesos existenciais carregados ao longo de gerações dos quais posse se libertar e transmuta a sua existência de um padrão de angustias e sofrimentos, para um padrão de fluir e vivenciar saboreando cada momento e cada movimento que a vida lhe traz num perfil de serenidade e leveza, se achando dentro do Universo.

A assimilação acontece quando todas estas informações se tornam parte de você, e você se abre para o novo, para a sua maneira de sentir e experienciar a vida, tudo que se faz necessário é a gratidão e o respeito a todos aqueles que percorreram antes esse caminho sem a possibilidade que se apresenta a todos nós neste momento da transformação planetária, a compreensão de que EU Sou UM com o TODO, essa é a Divindade plena.

Essa é a consciência assimilada do SER filho da LUZ!

Ser feliz ou ter paz?



O NOSSO CONTEXTO DE FELICIDADE É MUITO EXIGENTE. Nas nossas manifestações de vida humana, sempre tem algo faltando. Se estivermos felizes por alguma coisa, há sempre um desajuste que nos faz dizer, nossa, se não fosse por isso, eu estaria totalmente feliz.

Alem disso, são inenarráveis as circunstâncias em que nos pegamos voltando ao nosso passado e percebendo quanta coisa boa experienciamos e não fomos capazes de perceber a intensidade de felicidade que nos envolvia naquele momento, só tornando-se perceptível agora onde só pode ser acessada pela lembrança do que poderia ter sido, e na verdade já foi.

Na sociedade atual, onde tudo parece trazer equilíbrio se for acessado externamente, a insatisfação é a Tônica da sociedade moderna. O bombardeio da mídia escrita, falada e televisiva invade assustadoramente todo o nosso contexto existencial nos fazendo crer, que: se o nosso peso for adequado a nossa altura, se as roupas que vestirmos for de marca “y”, se tivermos acesso ao automóvel “z”, se freqüentarmos os espaços reservados para poucos, e etc. etc. etc. Seremos Felizes.

A pior parte, é que a grande massa já se deixou contaminar por essa energia, e o número de pessoas insatisfeitas consigo mesmas é assustador. Maior ainda o número de pessoas que não sabe quem são. Não sabem do que verdadeiramente gostam, não experienciam o contato da existência

consigo mesmas.

O ser humano que consegue ter essa percepção, que consegue vislumbrar o mundo das aparências e o mundo da essência, não se preocupa em ser feliz, porque a infelicidade não tem alcances em sua existência. Ele entra em contato consigo mesmo e percebe que a grande experiência, e a grande vivência é a PAZ! Feliz ou Infeliz são aspectos sentimentais de pouca importância, viver em Paz é fundamental. Com a energia da Paz instaurada internamente fica mais fácil a administrabilidade da vida, seja o que for que se nos apresenta o dia a dia.

A PAZ é um estado de espírito acima de sentimentos, ela acontece de dentro para fora, e você entra em contato com o seu jeito de olhar para a vida, com o seu jeito peculiar de sentir cada experiência, cada ganho e cada perda, e sabe que viver é aprender a cada dia, que o dia em que você partir e não fizer mais parte do contexto humano, quando fizer a travessia do portal da morte, não te perguntarão se você foi rei ou foi escravo, se foi feliz ou infeliz, mas te será perguntado se você viveu em PAZ! Porque é essa energia quem ditara a frequência na qual você vibra e determinara seu novo habitat.

Viver em PAZ, é conhecer-se, saber dos seus limites, perceber a passagem do tempo através de você, pelas marcas que lhe vão surgindo no corpo físico e saborear o deleite de uma alma melhorada em razão de cada uma destas marcas temporais.

Viver em PAZ é vencer seus monstros internos, derrota - los um a um com sabedoria e humildade, é ter a certeza clara de que não somos os nossos problemas e nem as dificuldades que enfrentamos, que essas energias fazem parte da vida planetária e que o homem precisa reencontrar o seu eixo e o seu centro para poder viver em perfeito equilíbrio com os outros homens e todos os seres que com ele compartilham a experiência de vida na terra, deixando de lado a hipocrisia de sentir-se dono do que quer que seja, todos somos usuários das disponibilidades de energia que o planeta nos oferece, o direito de propriedade das coisas da Terra é da própria Terra. Somos viajantes temporários desta forma de existir.

Buscar a PAZ interna possibilita sentir o Deus que habita em TI, a sua própria centelha Divina. A sua Unicidade!

Siga o fluxo, mas seja você



Sempre que a vida lhe trazer um movimento ou um novo evento, siga o fluxo da energia.

Você não precisa fazer igual aos outros, você não precisa recriar o que está criado, você não precisa reinventar a roda e muito menos se disponibilizar a fazer movimentos, que só você acha que são fundamentais e cruciais para aquela ocasião.

Se assim o fizer, com certeza ficara magoada, ficara excluída, será julgada.

Saiba avaliar o seu real papel naquele momento e o que compete exclusivamente a você. E fique com a sua parte.

Grandes mágoas e grandes dissabores podem ser evitados com este movimento prudente. Não queira ser mais ou fazer mais do que o papel que a vida lhe impôs naquele instante. Extrapolar o que nos compete é quem acumula mais dores e sofrimentos no nosso existir diário.

Tomemos como exemplo uma festa de casamento, se você é só um convidado, limite-se a organizar-se para estar adequadamente trajado e oferecer um presente razoável compatível com suas posses.

Se você é o pai ou a mãe da noiva, ocupe-se dos preparativos do evento, da contratação dos responsáveis pela festa, dos trajes que devem usar caso tenham os noivos delegado a você essa função, Se no lugar de pais não lhes coube a organização do evento, não saiam dando palpites, cheios de achismos e intromissões, a festa é deles. Limitem-se a estarem felizes e orgulhosos pelos seus

filhos desejando-lhes bons agouros e bênçãos, isto é mais do que suficiente.

Se você é o músico, apenas toque com empenho a sua orquestra, leve alegria e enlevo ao evento. Isso te basta.

Se você é o garçom que serve aos convidados, faça-o com alegria, ofereça com delicadeza e sintase grato pelo seu trabalho, trabalhar é uma grande honra. Isso te basta.

E assim, por diante.

Esta energia traz a leveza indelével da consciência de saber quem sou, qual o meu papel em cada evento da vida, porque todos os dias de existir é um grande evento é uma grande festa, quando aprendemos isso, celebramos cada novo dia como grandioso, porque sabemos qual é o nosso papel no nosso existir. E vamos ficando mais leves, mais livres, mais integrados com tudo o que acontece a nossa volta.

Já não invadimos limites. E o mais surpreendente é que com esta consciência de quem eu Sou e onde estou e qual o meu papel, faço um contato direto com minha essência prima, com o verdadeiro foco do meu presente existencial e fico bem,

fico em Paz.

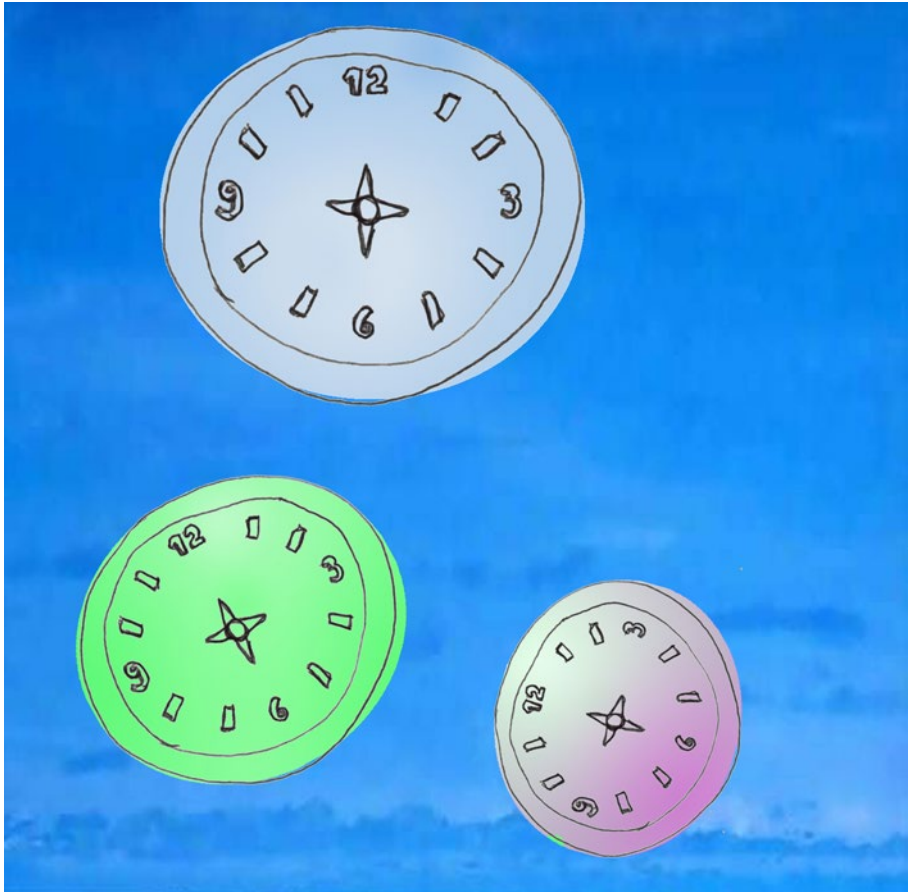
Olho para o meu filho e vejo-o meu filho, olho para o meu marido e vejo-o meu marido, olho para meu amigo e vejo-o um amigo, e consigo vê-lo por inteiro, como ele é, como se apresenta na vida e reconheço o papel exato que lhe cabe neste meu contexto de existir.

Não preciso consertar ninguém e nem o mundo, vejo que cada um anda no seu ritmo, vejo que é possível ser diferente, e que a diferença é quem enriquece a existência.

E sendo assim, fica muito mais fácil fazer as minhas escolhas. As minhas desistências. As minhas mudanças. E o melhor dar o passo seguinte.

Descubro-me UM, e me conscientizo do TODO.

O tempo não existe



O tempo não existe.

O que chamamos de tempo nada mais é do que a capacidade de percepção do movimento de tudo acontecendo em ritmos diferentes e que nos possibilita uma observação que pode ser medida.

Tudo no universo se movimenta. Nada é estático. Bem por isso todas as pessoas que não gos-

tam de mudanças sofrem profundamente com sua postura. Pois tudo muda em milésimos de segundos, segundo o ritmo frequencial de existência.

Desta feita, a Terra em seu movimento leva 24 horas para dar um giro em torno de si mesma e 365 dias para dar a volta em torno do sol, e, como a galáxia esta em expansão, com certeza esses giros sempre acontecem num intervalo espacial diferente do anterior.

Quando precisamos respirar e pedimos a alguém um tempo, na realidade estamos desejando que os movimentos ininterruptos que acontecem em nós mesmos possam nos levar a uma direção de tomada de decisão que nos felicite, porque com certeza no outro também haverá o movimento continuo em determinada direção. E essa decisão nos leva a um ajuste de reencontro, ou a uma ruptura definitiva, são os movimentos e os sentimentos que acontecem neste período que fazem acontecer e resolvem. Assim ficamos livres para sentir o movimento e experienciar sempre.

Quando dizemos que o tempo cura tudo, estamos na realidade nos referindo ao fato de que o existir não é inércia, portanto a medida que os

movimentos vão acontecendo em nós e fora de nós, a nossa percepção passa por modificações e nosso olhar diante da vida vai se transformando, e resolvemos nossas questões. Solucionamos. Mesmo o SER em depressão profunda e inércia aparente esta se modificando, mesmo recluso por pânico esta se modificando, num ritmo lento, mas está.

A contagem do tempo que realizamos através do relógio não significa que ele existe. Significa que na evolução humana foi possível desenvolver um mecanismo de medição que possibilita a organização da sociedade dentro de um contexto de compromissos. Seria difícil imaginar a vida sem um mecanismo que possibilitasse acompanhar a frequência mutável da existência, o relógio e o calendário possibilitam esta contagem. O que não confirma que o tempo existe.

A vida se manifesta numa forma atemporal, fluindo no espaço etéreo e possibilitando a toda forma de vida o caminhar através da evolução ininterruptamente. Infinitamente. EXISTIR é tudo.

Portanto, delicie-se com o fato de EXISTIR e cada movimento, aprenda sempre, não se prenda a crenças e travamentos desnecessários, crie opor-

tunidades novas, recomece, renove, reinvente, desista, refaça, chore a perda, sorria com a conquista, experimente o novo e decida se quer ou não. E respire profundamente, respire muito, porque a respiração é a forma da vida pulsar em sintonia universal.

A difícil consciência da individualidade



Somos seres que se agrupam, que buscam inegavelmente a companhia uns dos outros, precisamos de proximidade e de contato. Na nossa evolução de animal racional trazemos arraigado em nosso DNA a informação da convivência em

clãs. Estamos profundamente conectados a nossas famílias.

Esta conexão é mais visível quando se entra em contato com os trabalhos de Constelações Sistêmicas Fenomenológicas, processo terapêutico revolucionário elaborado por Bert Hellinger que retrata fielmente a profundidade de conexão que trazemos no nosso existir com nossos ancestrais.

Todo SER que já entrou em contato com esse processo terapêutico e já efetuou trabalhos para si mesmo dentro deste fluxo energético, pode perceber que mudanças profundas começam a ocorrer em sua forma de perceber o mundo e interagir com ele.

À medida que vamos desatando os nós dos emaranhamentos familiares a nossa percepção do eu individual começa a tomar forma.

E o momento planetário nos chama aceleradamente para essa nova consciência do existir, A consciência do Eu Uno com o TODO, que é pleno em si mesmo e pode fluir segundo suas escolhas e o seu pulsar de vida.

Essa consciência do Eu Uno, nos faz perceber que não só os nossos familiares merecem uma for-

ma diferenciada de serem tratados, mas todo ser planetário, independente da espécie a que pertença, somos conectados com todas as formas de vida nesta dimensão e em todas as dimensões.

Somos livres em nós mesmos e individualizados de uma maneira única e espetacular de existir.

Já não precisamos mais das crenças, não precisamos mais dos templos de adoração, não precisamos mais dos Deuses distantes colocados acima de nós.

Precisamos apenas da consciência evolutiva que nos faz perceber que na escala de evolução universal vibramos em diversas faixas de sintonia. E isto não nos faz menores, ou seres que precisam de piedade, nos mostra apenas o caminho que já trilhamos e a estrada que se desdobra a nossa frente para ser trilhada, com alegria, com leveza, no nosso tempo, sem culpas, apenas como seres conscientes de que todo movimento tem o contra movimento e toda causa gera um efeito, e assim, passo a passo, jornada a jornada, vida após vida, vamos nos libertando gradativamente do pesado fardo da inconsciência de que somos todos UM, e assimilando a informação de que cada qual tem por ex-

celência o domínio de si mesmo, ainda que não tenha se apercebido disto.

Só existe uma vida da qual você pode tudo a seu comando: A sua própria vida!

Aos que lhe são caros, e aos que você ama sobremaneira, só lhe cabe respeitar-lhes as escolhas e apontar os caminhos que te trazem leveza, mas trilhar esse caminho que você aponta, só se for por deliberação de quem você convida. Existe a interação, mas nunca a decisão pelo outro.

Somos seres livres, plenos em nós mesmos e estamos no universo para viver com toda a energia de vida universal, para interagir com ela, sem direito de propriedade e de domínio, essa é a grande consciência do SER! Apenas SOMOS! E isso é tudo.

A alegria inerente ao ser



Ao contrário do que se pensa, a alegria não é apenas o riso, o riso é uma das manifestações dela. A alegria é energia pura que faz as células corporais vibrarem numa frequência de positividade e criatividade, que nenhuma outra energia tem o poder de fazer.

A alegria é o contato do Ser com a essência do existir, é vibração intensa de pulsar e deixar a vida acontecer, tornando-se parte de cada movimento,

podendo deixar a expressão dos sentimentos aflo-
rarem mas não se afastando da essência da alma
Divina que é alegre em excelência.

A energia da alegria acessa o corpo físico
através do corpo emocional e inunda a aura de cor
pêssego rósea e a aura sofre uma expansão, capac-
itando a força criativa do indivíduo de potencializar
desejos, realizações e até mesmo a cura.

A alegria é energia inerente do Ser de Luz
que todos Somos. Acessá-la ou não é uma simples
questão de escolha, mas ela não pode ser destruí-
da, mesmo na mais profunda das depressões hu-
manas, ela permanece lá, em estado de inércia,
esperando ser acionada, mas permanece lá, no
âmago do SER. É possível viver conectado a ela,
permitindo que ela atue mesmo nos momentos
de perdas e tristeza profunda. Ela permanece per-
meando a essência, pronta para se expandir assim
que o momento da dor entra no contexto da sub-
limação.

Ela tem o papel fundamental em nossa ex-
istência de trazer a percepção do aqui e agora,
de nos manter conectados com a criança interior
e reafirmar de forma suave, mas, pontual que a

vida é efêmera, que tudo é transitório e que nossas preocupações exacerbadas no que concerne a manifestação de vida na forma terrena precisa ser revista e reorganizada, de maneira a nos fazer perceber a gratuidade de existir.

As experiências humanas a serem vivenciadas obedecem uma ordem Cósmica pertinente a cada um de nós. Tem a ver com reajustes carmicos, tem a ver com novos aprendizados, tem a ver com evolução planetária. Não estamos aqui por mero acaso e nem desnecessariamente. Há um propósito claro para cada um de nós. Propósito esse que nosso Ser de Luz, na sua forma intrínseca de existir conhece bem.

Se dizemos sim a vida, da maneira como ela se nos apresenta. Se entendemos que há um propósito maior por trás de todas as experiências, por mais difíceis e dolorosas que se apresentem, e se, apesar de todas as agruras e vicissitudes, permitimos o fluxo da energia da alegria em nossas almas, conseguimos nos manter em conexão contínua com nossa criança interior, e facilitamos a sublimação das experiências mais difíceis e mais dolorosas, mesmo porque, num mundo onde

a Justiça Divina se apresenta por completo, não há vítimas e nem inocentes. Cada ser humano está presente no contexto temporal da vida onde precisa estar, convivendo com as pessoas que precisa conviver no processo inerente à evolução pessoal e individual de cada um de acordo com a frequência da sua consciência. Por trás de todas as amarguras e tragédias que acometem os seres humanos atualmente de várias formas e de vários níveis, há o propósito inerente a ela. E nem sempre é dado ao homem conhecer esse propósito na forma de homem.

Rir mais, sentir leveza, entrar em contato com a terra pisando descalço, vida afora, respirar profundamente conseguindo sentir o seu fluxo existencial, são movimentos que conduzem o SER ao contato da energia da alegria Divina no âmago de seu DNA Cósmico.

O entusiasmo é a forma com que a energia da alegria se apresenta no cotidiano do Ser Humano.

Você vai ao passado?



Como não existe o tempo, sempre que você precisar se colocar em contato com uma experiência já vivida, o ideal é que você a acesse fazendo uma viagem através de seu registro akashico e indo até o momento espaço em que o fato ocorreu.

Você não perde o contato seguro do aqui e agora, acessa as lembranças e as analisa de forma diferente, com os seus conhecimentos adquiridos,

com a sua maturidade de hoje. Se são momentos agradáveis, se foram bons, você se abastece daquela energia de deleite de leveza de alegria . Se foram ruins, você observa o movimento desconstrutivo que você fez, inclua-se no fato, reflita sem julgamentos e absorve o aprendizado trazendo as informações necessárias para o seu presente existencial e único. A vida acontece no aqui e agora.

É fácil ter a percepção de como se faz a viagem de acesso. Se você tiver uma lembrança guardada por uma música, todas as vezes que ouve a música você se transporta para o passado, você vai até ele e sente as emoções por inteiro. Da mesma forma atua o perfume, o aroma. Eles te levam a esse acesso.

O mais surpreendente é que tanto a música como o perfume te transportam apenas aos momentos de alegria, de felicidade, de uma grande experiência amorosa. Faça o teste. Tanto a música como o perfume não te levam a acessar o que causou em ti sentimentos de menos valia, de rancor, de tristeza, porque quando esses sentimentos estão em ti, a sua frequência vibracional não é capaz de sintonizar a leveza frequencial da música e do

perfume do aroma.

E você pode se aventurar nesta viagem fantástica de sentir de novo o que já foi sentido, principalmente a energia abrangente de um amor de adolescente, de um amor platônico e se abastecer plenamente daquele momentum mágico. Você vai até esse sentimento, consegue acessar o quanto ele te enleva, e retorna para o aqui e agora renovada e preenchida no chakra cardíaco, e retoma seu aqui e agora mais fortalecida, capaz de enfrentar o que quer que seja que a vida lhe apresente. E esta viagem no túnel do tempo pode ser feita sempre para te permitir o acesso a energias já experienciadas que te envolveram em êxtase e alegria e te abastecer de forças renovadas, até que o novo momento de felicidade se apresente a você no aqui e agora. A grande magia é acessar a energia vivida por você, e deixar que o sentimento de amor e alegria que te envolveram por completo te envolvam no presente trazendo força e coragem de enfrentamento.

Entretanto, é muito comum e o mais usual é trazer a lembrança até o momento presente, é querer que ela se perpetue no aqui e agora se foi

positiva, ou trazer o amargo de experiências difíceis e ficar preso na angustia do que não deu certo, no medo que foi sentido, na perda que foi sofrida. E, com esse movimento, você perde o contato do que esta acontecendo no presente e se arrasta através do tempo aprisionada a lembrança que você insiste em trazer acoplada ao seu ser. E esse movimento é você quem faz ai ele não é bom, ele interfere no que esta acontecendo. Por isso você vai ao passado, mas o passado não vem até você. Tudo fica no seu lugar.

Assim que você terminar de ler este texto, o momentum dele já é passado, mas o que você puder agregar de valor dele para permanecer em você, torna-se você. E ai, se em algum momento você quiser rele-lo, você vai até o texto, o rele, e absorve algo que tinha ficado despercebido. Fazemos isso com alguns filmes que nos tocam, cada vez que o assistimos novamente, percebemos algo que não tínhamos percebido. E é sempre um ganho, uma aquisição permanente no crescimento do verdadeiro Ser de Luz que somos.

É preciso aprender a soltar para ter acesso livre ao túnel do tempo existencial de cada um de

nós e viajar livremente no passado buscando de preferência o bom da vida e projetar numa viagem futurista as grandes realizações que estamos por fazer fluindo livres como seres de Luz, viajantes do tempo, numa existência atemporal.

A solidão é só um ponto de vista



Sentir-se só, sofrer pela solidão é um sentimento que afeta ainda, infelizmente inúmeros seres humanos.

E este sentimento desencadeia uma série de outros sentimentos que podem inclusive levar este Ser a depressão, a angústia sempre presente, ao vazio e a baixa da auto estima.

E o sentimento de solidão é daqueles que se aprofundam acessando camadas interiores do existir e provocando inúmeros danos existenciais.

Entretanto, uma mudança no olhar, uma con-

sciência nova de percepção da vida, transforma esse sentimento devastador em apenas um ponto de vista.

Não somos sós, não estamos sós. Não podemos ser apartados do todo.

Se você considerar um aquário onde haja vários peixinhos, e você focar o seu olhar em cada peixinho terá a sensação da individualidade, um é diferente do outro, um é azul, o outro vermelho, um é maior o outro menor, etc. Mas, se você olhar a água que os cerca não vê separação. Ela é o elo de ligação entre todos os peixinhos, há uma ligação total entre eles de tal sorte que a água os envolve por completo.

Assim somos nós. Nos apresentamos na vida das mais diferentes formas, alguns somos altos, outros baixos, alguns magros, outros obesos, a cor de nossa pele varia consideravelmente, nossos gostos e apresentações diante da vida, nos remetem a individualização de cada um, mas quando focamos nosso olhar no Éter, o efeito é o mesmo da água dos peixinhos. Estamos conectados, interligados, coexistindo num universo, originário das forças criativas da vida.

Somos Seres de Luz.

E então, se nos colocamos “sozinhos” em algum lugar do Universo, seja nosso quintal, nosso jardim, nosso quarto, e acessamos essa consciência, modificamos o sentimento de tristeza e podemos vivenciar e experimentar a alegria de SER, como Somos, e perceber que esta agregado em nós, todos os Seres Humanos, Todos os planetas, todas as galáxias, todas as formas de vida. E acessamos a nossa Alma em quietude, acessamos a Paz interior.

Quem consegue chegar a esta fase, de sentir a conexão e estabelecer a Paz interna, pode viver com mais serenidade, livrar-se dos inconformismos por conta da forma com que se nos apresentam o dia a dia estimulando consumo como forma de completude, necessidades das mais diversas para preencher vazios imaginários, sentimentos de que precisa estar próxima a alguém ou manter alguém aprisionado a si para sentir-se bem.

Quem chega a essa consciência, escolhe um livro de seu agrado, ou uma historia em quadrinhos, ou uma palavra cruzada, ou um passatempo que lhe agrade, ou um trabalho artístico, ou o apre-

nder de um instrumento musical, e fica bem. Fica sereno. Sabe que esta na vida como co participe e não como espectador. Sabe que esta na vida em completude absoluta com o Deus de seu coração que se individualiza nele, e se agrega ao todo, sente o todo, vive no pertencimento da existência.

Mais uma vez sente-se pleno. É o Ser de Luz participando do viver no planeta terra aqui e agora. Individualizado SIM, mas sozinho: Jamais!

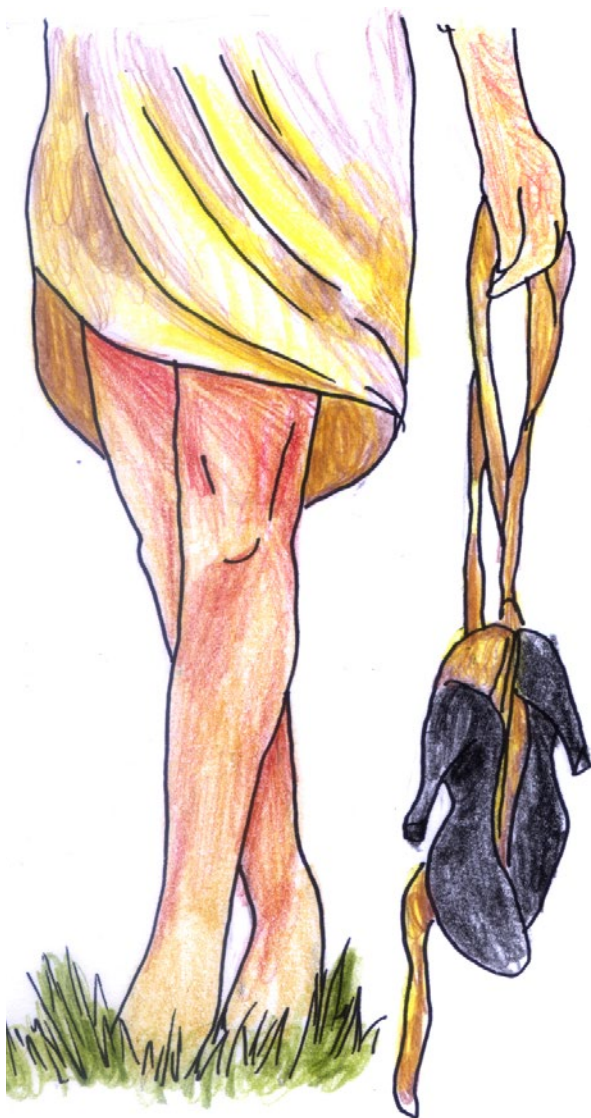
A Solidão é parte integrante daquele que não entendeu ainda que Somos Todos UM! Que tudo esta em Todos! É só um ponto de vista a espera da expansão da consciência.

Morra antes de morrer!

A morte não existe. É apenas uma energia a serviço da vida. É a vida vivida em outra dimensão, numa nova frequência.

É a vida vivida, despida de tudo o que nos aprisiona. Todas as nossas emoções, todos os nossos sentimentos, nossas experiências, nossos afetos e desafetos não nos pertencem mais.

É muito divertido morrer antes que a gente morra, é ter a coragem de experimentar a sensação de que no próximo segundo você não estará mais aqui. E



então colocar-se a avaliar como você é dispensável. A primeira vez que fazemos isso é difícil e estranho, mas depois percebemos a transitoriedade da vida.

O mundo não vai parar, só porque você não esta mais entre o contexto humano. Voce é só um usuário dos pertences do planeta, inclusive o seu corpo físico.

Todo o patrimônio que você amealhou fica para traz, ou se ao contrario sua situação é de endividamento, também fica para traz. Toda a luta que você embrenhou ao longo da vida, não tendo tempo para sorrir, não tendo tempo para curtir os filhos enquanto pequenos, não desligando o celular na hora do almoço porque tem que resolver negócios importantes, todas as suas angústias pelo excesso de peso, pela insatisfação consigo mesmo e com seus pertences, familiares, amigos e inimigos, não existem mais.

Agora é só você, sempre foi só você. Se você estava certo ou errado, que diferença faz? Isso não tem consistência. Certo e errado são conceitos humanos, porque todo movimento leva a um resultado, e o fracasso é apenas um deles, só isso.

E você precisa experimentar essa sensação de

deixar tudo para traz, para não correr riscos de se aprisionar em seu contexto mental quando o corpo físico não lhe der mais abrigo.

Voce estará onde sua energia mental estiver. E se você já tiver feito o treinamento de morrer antes de sua morte, será fácil compreender que você terá agregado em você todos os acréscimos que tenha conseguido efetuar nesta sua passagem pela vida terrena. E esses valores agregados tem a ver com o Ser de Luz que você é.

Quanto você conseguiu sublimar desafetos, enfrentar tormentas, manter a calma na alma e a leveza em sua essência. Quanto amor você viveu, quantas gargalhadas você deu, o quanto você esta partindo mais rico, deixando tudo para traz, tendo a coragem de dar o próximo passo mesmo não sentindo o chão aos pés, porque esta livre de seus apegos, fez o que pode, da melhor forma possível, e não carrega remorsos nem culpas.

Poder despir-se de tudo o que foi vivido e carregar consigo apenas o que lhe tiver sido acrescentado, porque os acréscimos agora fazem parte de sua Luz, de sua essência verdadeira, e então você vai, e vai em Paz. E é capaz de deixar que fiquem em Paz,

porque você transmite isso a quem convive com você, você vai embora sorrindo.

Quem volta para casa não precisa de bagagem, porque é lá que encontra tudo o que precisa.

E depois que você experimenta morrer antes que você morra, você compreende mais de viver plenamente, você compreende mais que o bom é administrar o nosso dia a dia fazendo valer a pena cada segundo, porque viver por aqui é bom demais para ser desperdiçado pela inconsistência dos valores que a sociedade moderna exhibe. Seja mais leve, seja mais livre, seja mais verdadeiro, seja desprendido. Diga SIM à sua vida por inteiro e esteja nela por inteiro, antes que você morra!

A sua vida oferece a você, neste seu momento planetário as experiências pertinentes a sua evolução.

A vida é uma DÁDIVA! Toda vida é LUZ! Nesta ou em outra dimensão.

Como ajudar?



Um dos livros do Bert Hellinger trata exclusivamente deste tema, o livro *As Ordens da Ajuda*. É um livro profundo, com conceitos que nos fazem repensar a nossa postura diante da vida. E, quando nos aprofundamos no trabalho de Constelações Sistêmicas Fenomenológicas, que Bert Hellinger desenvolveu, vamos nos apercebendo a cada novo trabalho, o quão desinformados somos a respeito da ajuda ao nosso próximo.

Nem sempre a nossa ajuda vai ser a solução daquele Ser de Luz, muitas vezes essa nossa ajuda vai servir de entrave para o seu aprimoramento existencial. Na ânsia de servir atropelamos o destino do outro.

Não raro, o sofrimento que interrompemos naquelas a quem amamos ou por aqueles que olhamos na energia da piedade e na vida dos quais interferimos, é o mesmo sofrimento que vamos experimentar manifesto evidentemente de outra maneira nas nossas próprias vidas. Pagamos um preço alto pelas nossas interferências, porque nos associamos ao destino daquela pessoa.

Precisamos exercitar e entrar em contato com a grandiosidade da vida, com a pura essência que sabe mais além e nos coloca na vida terrena de forma adequada ao que precisamos sentir, viver e superar para dar mais um passo rumo ao nosso próximo estágio existencial.

O próximo estágio do homem é a ascensão.

As Leis que regem o universo e a existência são justas e atuam para todos nós independente de estarmos cientes delas ou não. São leis imutáveis, e quando a nossa evolução individual já nos possibilita compreender o processo de reencarnação como parte da Lei da ação e reação, sem o conceito religioso que se associa a essa lei, fica mais fácil entender e respeitar o destino de cada um.

Voce está exatamente onde precisa para sua

evolução e toda interferência humana neste processo, mesmo imbuído dos mais nobres propósitos embasados no amor causa interferência, a tal ponto que em alguns casos acarreta a você o preço e estagna a percepção do que deve ser feito por parte do ajudado.

Mas isto não significa que você deva se transformar numa pessoa fria e egoísta, mas aprender a ponderar sobre seus passos.

Até onde a cesta básica que você oferece todos os meses a uma determinada família não a esta acomodando na miséria? Experimente pedir que ela faça algo em troca da cesta e veja a reação. Quanto ela está disponível a praticar a Lei do equilíbrio? Às vezes trata-se de uma pessoa enferma, mas que sabe fazer lindos bordados, porque não oferecer-lhe material de trabalho e aceitar esse trabalho como uma troca justa?

Porque não efetuar um trabalho de constelação sistêmica antes da prática de uma adoção? Adoção é algo muito sério e complexo, e no trabalho de constelação os movimentos são claros e as respostas precisas. Às vezes quando na adoção o que houve foi uma interferência cármica, a criança

adotada não se comporta com gratidão pelo que recebe, e os pais adotivos passam a experimentar um profundo sofrimento e tristeza pelo não reconhecimento, ninguém mais consegue ser feliz.

Quantas vezes interferimos nos atos de nossos filhos procurando minimizar os efeitos de algo que tenham provocado, impedindo-lhes de arcar com o que fizeram e justamente esta atitude os coloca no comodismo da repetição e desvia seu olhar da retidão e do crescimento.

Amar ao próximo como a nós mesmos, é reconhecer em cada um Seres de Luz em estágio evolutivo a caminho do próximo passo, e respeitar a todos os destinos por mais dolorosos que sejam, ajudando quando nos couber ajudar sem interferir e tentar resolver a vida do outro.

Se você der conta de cuidar de si mesmo, resolver as suas questões, compartilhar de si com tudo o com todos, por certo, terá feito muito para si e para a vida. A sua vida lhe propicia isto, dentro do trabalho que realiza, dentro da profissão que escolheu, dentro da família da qual você faz parte. Preste atenção, quanta coisa tem para ser resolvida por você.

As almas que nascem para a caridade, já nascem com esse destino, e nos cabe oferecer ajuda a estes seres que estão aqui com este propósito. Em geral estes seres já abdicam de uma vida convencional e partem para a devoção, esse papel é deles, e a nossa ajuda direcionada a estes seres que muitas vezes criam instituições ajudadoras é uma melhor escolha. E podemos ir mais alem, podemos vibrar energia de amor e Luz envolvendo todo o planeta terra confiando na força transformadora da Chama Trina e assim, ajudarmos com a energia correta praticando o amor que cura.

Nossas Escolhas



O que o nosso dia nos apresenta desde o raiar do sol é o resultado de nossas escolhas.

Nossas escolhas representam o movimento de energia que dispparamos ininterruptamente no nosso aqui e agora.

Desde as mais simples e imperceptíveis como decidir se você toma café ou chá, se usa açúcar ou adoçante, se vai resolver uma determinada questão

antes ou depois do almoço, etc.

Viver é escolher! Escolher, escolher, escolher.....

As possibilidades são inúmeras, quando não chegam a ser infinitas e por que tem que ser assim? Para que tem que ser assim?

A resposta é mais simples do que supomos. Através da escolha entramos em contato com a experimentação e o aprendizado.

Não há escolhas ruins, as grandes escolhas te levam inevitavelmente a grandes experiências. Por ex. a mudança radical de profissão, a ruptura de um relacionamento amoroso de anos, a opção de fazer ou não fazer uma escolha de vida, ou o abandono de um projeto que insistentemente vem te frustrando.

Quando se trata de grandes escolhas o movimento de energia é maior, e a experiência de vida adquirida com ele também.

O crucial é compreender a completa dissociação entre escolha e erro. O erro não existe. E essa compreensão pode te livrar do sentimento de culpa, muito comum a quem se arrepende de uma escolha. O arrependimento também não resolve,

o que resolve é o aprendizado e o movimento de uma nova escolha a partir daquela que não te levou ao pretendido.

É preciso tomar consciência que a energia disparada para o movimento de escolha esta em consonância com o nosso momento existencial, com nossa capacidade de sentir naquele momento e de como estamos olhando para a vida a partir dela. E, como viver é estar em movimento continuo com o fluxo existencial do todo, essa energia também em movimento pode nos levar a um resultado diferente daquele que criamos e projetamos quando escolhemos.

Por ex.: eu me caso com ele porque o escolhi e projeto envelhecermos lado a lado harmoniosamente. Entretanto, algum tempo depois a harmonia deu lugar ao conflito, a paz deu lugar à guerra e fico infeliz, então não tem jeito, preciso de uma nova escolha a partir desse resultado, e posso escolher: resignação e conformismo aceitando o triste, ou então o preço doloroso da ruptura para dar novos passos. Ambas as escolhas tem um preço, e eu decido qual delas quero bancar e sigo em frente. Eu escolho, e devo escolher com a minha consciência

e as minhas informações pessoais e a minha capacidade de administrar meus sentimentos, porque é em mim e comigo que tudo esta acontecendo. É pessoal e intransferível.

Não há erros em nossas escolhas. Elas nos levam a resultados diversos, que podem ser iguais ou melhores do que a nossa projeção, ou serem ruins e decepcionantes. E em todos os momentos de escolha quando o propósito esta claro a escolha é rápida e fácil, mas o resultado é sempre imprevisível. A vida é permeada de surpresas. E ainda assim, não devemos nos ater ao bom ou ruim, tudo é aprendizado.

Toda energia disparada leva a uma contra energia, que provoca movimentos em mim e alem de mim . Viver melhor é seguir o fluxo, é ter em mente que tudo o que experienciamos, por mais doloroso que seja, nada mais é, do que o movimento intrínseco da vida impelindo-nos ao aprendizado.

Para o próximo passo existencial através das escolhas de resultados dolorosos e difíceis conseguimos ser aceitos na escola da vida cuja etapa é fundamental: A escola do DESAPEGO!

Com...viver!



Como é difícil Com Viver!

Somos diferentes, todos nós somos únicos. Olhamos para o mundo e para a vida segundo nosso olhar, nossas informações pessoais e ancestrais, somadas ainda as informações que recebemos desde a nossa infância através de nossos pais, familiares, escola e grupo de amigos.

A despeito das informações que recebemos, também colocamos nelas a nossa identidade pes-

soal, porque as vezes recebemos a orientação em uma determinada direção e nosso eu interno grita na recusa de aceitar porque já traz em seu intimo existencial conhecimentos diferentes daqueles que ora nos são oferecidos.

Não raro nascemos em lares que são profundamente alicerçados em uma determinada linha de religiosidade, e desde pequenos, somos impelidos a outro rumo, já olhamos e sentimos com uma energia divergente daquele que se nos oferecem a família atual.

E depois nos tornamos adultos, carregando essas divergências desde sempre e agora nos posicionando diante do aqui e agora fazendo escolhas, encontrando novos amigos, novos relacionamentos. E o conflito continua, quando não piora.

Nem sempre conseguimos nos fazer entender. Há uma historinha interessante para se fazer uma analogia sobre isso, a historinha do Ovinho, ou O vinho.

Um casal sai do supermercado após as compras e o marido pergunta para a esposa: você comprou ovinho, e ela responde: Não, estava muito caro, achei melhor economizar. O marido demon-

stra claramente um olhar de mágoa e silencia, a conversa que estava numa frequência agradável deu lugar a um silêncio mortal.

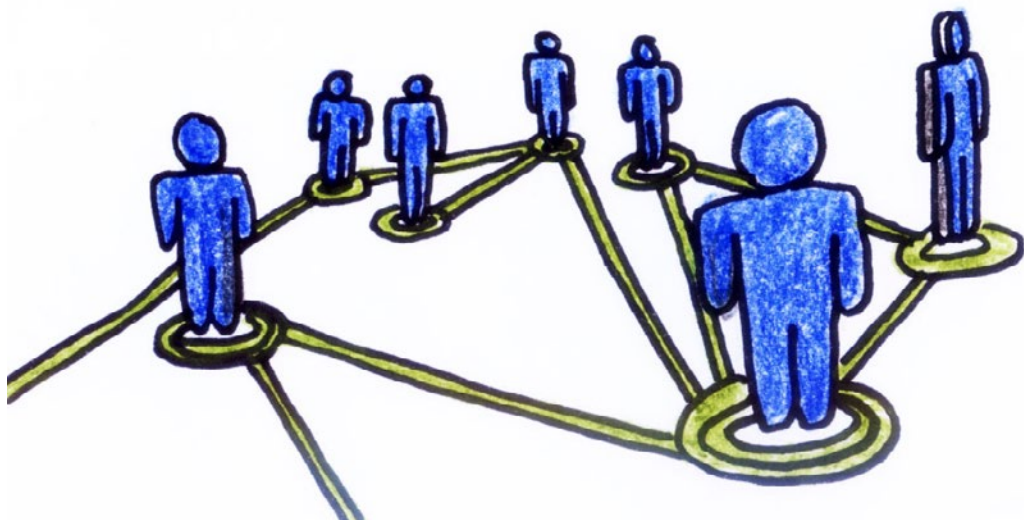
Passados alguns minutos a esposa pergunta, nossa, mas só porque eu não comprei o vinho você ficou assim? Ao que o marido responde agora com certa agressividade: Poxa, você sabe que toda compra eu gosto de meus ovinhos de codorna, custam tão pouco e você vem me dizer que não comprou para economizar? Ora. Faça-me um favor... Ao que ela magoadíssima e já com os olhos lacrimejantes diz: Eu pensei que você tinha perguntado do Vinho que nós gostamos, subiu muito o preço e aí ia estourar o nosso orçamento.

Ambos se dão conta, param o carro, descem para olhar a paisagem bonita da estrada, se olham com olhos de amor, porque foi isso que os uniu e agora conseguem rir, e aprendem para sempre consigo mesmos o perigo da confusão do “O Vinho”. Nossas vidas são assim. Na história eles conseguem perceber de pronto o equívoco, e contornam resgatando de novo a harmonia. Mas em nossas vidas, quantas vezes estamos diante do mesmo impasse e o esclarecimento não chega? Quantas

vezes nos deixamos levar pelo que sentimos e não buscamos entender como o outro recebeu a informação? Incontáveis vezes.

Com Viver, viver com as pessoas exige um exercício diário de tolerância e sublimação, por isso quando aprendemos a dizer SIM a vida e a tudo o que ela nos apresenta encontramos a capacidade de sermos mais leves e tolerantes, aprendendo que o certo e o errado não existem, e que cada um de nós sentimos e experimentamos as nossas vidas dentro da peculiaridade do existir de cada SER de LUZ único, porque é assim que Somos.

Relações Doentias



As relações humanas ao longo da história recente, a que conhecemos esta baseada em apegos, exigências, dominações, manipulações, intromissões, desrespeito, sentimento de posse.

Hoje há uma explosão comportamental entre os seres humanos, talvez fruto de milênios de distorção em nossas relações.

Mas ainda assim, elas não alcançaram ainda o equilíbrio e a plenitude de coexistir. Toda passeata é desnecessária, a grande mudança ocorre na solidão do eu individualizado. Cada Eu transformado internamente atrai para si uma egrégora de energia e força de identidade da transformação verdadei-

ra, e aí sim, o coletivo percebe a nova freqüência, a mudança evolutiva, do contrário é só bagunça e mais conflito.

Ainda vemos agrupamentos, afrontas e desrespeitos.

Uma relação para ser saudável, em especial as relações afetivas diretas, entre dois seres humanos, deve ser pautada a priori na informação de que cada um é pleno em si mesmo. Deixar cair por terra essa idéia de metade de laranja. Não somos metade, Somos TODO.

Cada um de nós, a despeito de todas as dificuldades que apresente diante da vida, sejam elas medos, insegurança, auto estima comprometida, etc. Não podemos parar na expectativa de encontrar uma parte fora de nós que nos ajude a estabelecer nosso equilíbrio existencial.

A busca pela cura e pelas saídas pode acontecer através de inúmeros profissionais de várias áreas terapêuticas e medicas, cujas profissões estão baseadas em ajudar e a curar. Mas apostar a sua solução de existência em outro Ser é loucura, é impossível.

Você busca a cura para você, vai, e resolve. O

Outro é outro, também pleno em si mesmo. Você com vive com ele ou ela, mas não pertence a ele ou ela e nem ele ou ela a você. Você compartilha, troca, divide. Só isso. Ninguém é dono de ninguém.

É muito mais fácil, entretanto, ligar a TV e assistir a novela das seis, ou das sete, ou das oito, ou das nove ou das dez, e depois passar a maior parte do tempo preocupada com a expectativa do próximo capítulo, ou com a maldade da vilã, ou com o sofrimento dos mocinhos. Tudo isso, ajuda a você não olhar para dentro.

Há toda uma distração do lado de fora.

Há um chamamento para o consumo, há uma vendagem de ilusão nas capas de revistas transformadas tecnicamente criando a ilusão de juventude e beleza humana permanente.

Há uma infinidade de crenças bloqueadoras. E você fica preso nessa teia de mentiras e inconsistências.

Esta na hora do grande salto, se você gosta de ver as suas novelas, que as veja sem conta transferência, apenas como entretenimento.

Se você gosta de revista de modas, então as veja sem o compromisso de se parecer com uma

mulher ou o homem fabricados, os reais está na casa deles, enfrentando as dificuldades deles, sentindo dores de barriga às vezes, tendo diarreia, acordando descabelados e de mau hálito, como você, como eu. Podem ter sido vistos na Índia, no Japão, na Austrália, podem estar andando nos carros mais fantásticos que o homem criou, mas ainda assim, são só pessoas. E é você quem muda essa informação quando ajuda a comprar revistas de futrica e intromissão. Eles são apenas funcionários da mídia cinematográfica ou televisiva, e a sua profissão os coloca em evidência, mas ainda assim, são só pessoas, alegres ou tristes, bem ou mau humoradas, com uma família cheia de confusões como a nossa, iguaizinhos. Seres de Luz, manifestos na forma humana.

Você pode estar usando uma calça Armani, uma bolsa Prada, Um Perfume Chanel n. 5, uma camisa Dior, uma lingerie Valisère, uma jóia H.Stern, e você quem É ? Todas as coisas que você usa têm uma identidade, qual é a sua identidade? Quem é você? Qual é a sua história?

De todas as pessoas que estão no mundo, para você a mais valiosa tem de ser você mesmo. E isso

não é egocentrismo, é consciência. Porque se você chega a essa consciência, coloca sua Luz interna a brilhar, e essa sua pequena Luz, vai somando as outras pequenas Luzes já conscientes da existência e contagiando essa casa humana a que chamamos Terra. E a vida passa a ser vivida com alegria, com leveza e com sentimento de gratidão.

Viver na forma humana é uma grande e singular oportunidade, desfrute desta Dádiva!

Expectativa: Energia que Bloqueia



Dentre todas as expectativas que criamos em nossas relações, a que mais nos aflige é aquela em relação aos nossos familiares, principalmente aos pais.

Dentro da Terapia Sistêmica Fenomenológica criada por Bert Hellinger, podemos observar que um grande remédio para nossas dores existenciais

é o aprendizado e a prática de dizer SIM. Dizer sim às nossas origens sejam elas quais forem, dizer sim aos nossos pais sejam eles como forem.

Dizer SIM é aceitar sem ressalvas a vida que recebemos dos pais que temos e de toda a nossa ancestralidade por traz deles. Dizer SIM é conseguir perceber que nossos pais não correspondem ao nosso modelo interno de como deveriam ser, ou como gostaríamos que fossem, mas que eles, assim como todos nós são pessoas humanas que sentem e olham a vida com o seu sentir e o seu olhar.

Cada um de nós olha e sente a vida de uma forma peculiar. Sentimos a vida acontecer a nossa maneira, dentro e fora de nós.

E essa expectativa primeira temos em relação a eles, e esse modelo transferimos para todas as nossas relações. E sequer tomamos consciência que também frustramos as expectativas de muitas pessoas ao nosso redor, inclusive de nossos pais.

Se os meus pais não correspondem as minhas expectativas em relação a eles, quanto eu correspondo à expectativa deles em relação a mim?

Estar em expectativa é criar o falso, o ineficaz, é perder a capacidade de tentar ver com os ol-

hos do outro, de entender que sentimos diferentemente, e de que somos todos peregrinos em jornada.

Criar expectativas é viver frustrado na esperança de que o outro me perceba como eu quero ser percebida, sendo que na grande maioria das vezes eu não me expesso dando indicativos e muito menos verbalizo, e é aí, que o dialogo é a grande cura de muitas relações. Criamos expectativas de que o outro adivinhe como eu quero ser vista e sentida, como eu quero ser tratada, e eu me recolho nesse sentimento sem perceber que ele esta a espera de que eu faça o mesmo.

A partir daí começamos a nos desconhecer, e a leveza da vida e a possibilidade de conviver vai dando lugar ao vazio, a solidão, a angustia e a desistência da beleza da vida. Eu quero que o outro me enxergue, mas eu não me vejo mais, e descarrego nele a responsabilidade de meus infortúnios.

Essas expectativas nos afastam do contato com o eu profundo e verdadeiro, e em alguns casos vamos buscar movimentos que criam sofrimento aqueles dos quais esperamos muito na tentativa ineficaz de ser percebido, e muitas vezes essas

escolhas pioram tudo, porque a frustração só aumenta. Vemos isso muito intensamente quando há a fuga pelas drogas, ou a queda em depressão, ou a angústia existencial.

É quando o olhar se perde no vazio da expectativa de que as pessoas com as quais convivemos se moldem ao que esperamos e queremos delas, sem o movimento eficaz e curativo de olhar para dentro e dizer SIM.

SIM à vida , SIM à nossa família, SIM a nossos amigos e SIM a nós mesmos, e então deixar a vida fluir no ritmo inquestionável do que podemos e do que não podemos intervir. Mas tendo sempre a possibilidade de administrar todas as nossas relações com sabedoria e discernimento.

Pensamento Cria, Verbalização Materializa.



O conceito recém divulgado de como atuar na vida através do Segredo da Criação Mental, tem sido amplamente divulgado através de filmes, de textos via e-mail, etc.

A nossa mente esta conectada a algo maior, esta ligada ao todo universal onde o limite é a imagi-

nação. No contexto mental você pode o que quiser poder, você elabora a idéia que quiser elaborar detalhadamente. Neste momento de sua elaboração a liberdade é total.

O que tem passado despercebido a quem entra em contato com o segredo é que para que a sua idéia elaborada se torne real e palpável você precisa verbalizar.

Depois de elaborar a sua criação mental detalhadamente e ter certeza do que quer ver materializado, chegou o momento de verbalizar. A sua mente precisa ouvir o som de sua voz e saber o que você quer.

Toda palavra emitida é composta de vogais e consoantes, cada vogal e cada consoante tem uma frequência de luz, som e vibração, devidamente organizadas que quando unidas transformando-se em palavras e frases completas, ecoam no éter e atraem as partículas etéreas realizadoras que são transportadas através dos éteres: elementais da terra, fogo, água e ar.

O idioma em que são organizadas não interfere, porque a frequência vibracional esta qualificada segundo a idéia que ela representa.

É notório e sabido de todos nós que: No início era o verbo! Desde sempre é o verbo.

Não nos acostumamos a ser prudentes com nossas verbalizações. Quando se diz que o silêncio é uma prece, estamos nos referindo ao fato de que, se não pudermos verbalizar o belo, o construtivo, o que nos eleva é melhor silenciarmos, até que nossa energia esteja requalificada, para só então ouvirmos o som de nossas vozes dizendo palavras de enlevo e criação.

O nosso poder mental é ilimitado.

Pode parecer estranho, mas a nossa realidade atual é uma criação nossa. Nós criamos a realidade na qual estamos mergulhados. Criamos nossos monstros, nossas dificuldades, nossos medos, nossos pânicos, e também nosso arrojo, nossa coragem, nossa lucidez.

O poder sobre nossas vidas jamais esteve distanciado de nós.

Vale salientar, que se nosso foco é a solução, a cura, a resolução de algo, a nossa vontade e o nosso impulso mental é quem nos conduzem ao caminho da energia de solução. O universo não cria a nossa realidade.

Nós criamos a realidade na qual queremos viver dentro do universo, e ele nos possibilita de acordo com nossa vontade. Mas, na manifestação terrena, verbalizar é preciso.

Aqui a criação acontece na energia sonora! Na frequência vibracional das ondas de energia do som, bem por isso a musica tem um efeito direto construtivo ou devastador sobre nós. Ela atua diretamente em nossa energia sensorial de percepção, criação e movimento.

Compaixão e Piedade

Embora pareçam ser iguais, os sentimentos de compaixão e de piedade são distintos.

A piedade cria a falsa idéia de que você é melhor.

A piedade é um sentimento que vê no outro um ser inferior, uma criatura desamparada e em sofrimento, e provoca a falsa idéia de que se precisa fazer algo por ele ou por ela, por se tratar de alguém de menos valia, in-



capacitado, infeliz.

A compaixão é um sentimento nobre, que traz em seu olhar o reconhecimento da capacidade do outro, da grandiosidade latente, do Deus interno do outro, que, naquele momento se apresenta com fragilidades, com dificuldades existências, com dificuldades físicas ou mentais, mas é um igual. É um Ser de Luz como você, em manifestação de vida.

A compaixão permite que em seu coração haja a percepção de que cada criatura humana esta no lugar que precisa estar para o seu processo evolutivo, adequado as suas questões pendentes, perfeitamente vinculadas a Lei do equilíbrio e do Carma.

A compaixão é o alicerce do não julgamento. Quem se compadece não julga.

A compaixão faz com que a chama Trina interna de seu coração se expanda, e a sua Luz entre num estado de calma levando conforto, alento, ativando com a energia luminosa o Deus interno do outro, e isto lhe serve de bálsamo existencial.

A compaixão é um sentimento tão nobre e tão profundo, que pode ser aplicada em nossa ex-

istência no convívio diário com aqueles que estão a nossa volta.

Ela nos possibilita ampliar a compreensão da existência, ela nos possibilita enxergar mais intensamente e internamente nossos pais, nossos filhos, nossos irmãos e nossos amigos, e nos possibilita ver, as dificuldades internas de cada um na administrabilidade da vida e na difícil arte de conhecer e conviver.

A compaixão é Divina. A piedade é terrena.

A compaixão abraça a alma na energia do enlevo e traz a carícia do colo de mãe.

A compaixão nos possibilita ver que tudo é transitório e que nossa essência é pura Luz. E que todo sofrimento na forma humana tem um propósito e pode ser vencido.

A piedade te coloca apartado da dor do outro.

A compaixão traz em você a consciência de que tudo se interliga e de que a dor do outro também é a sua dor.

A compaixão te possibilita oferecer a ajuda na medida certa e da forma correta, sem desrespeitar o núcleo existencial daquele ser irmão em evolução.

Em nossa trajetória humana rumo a ascensão, a compaixão se coloca para nós como a válvula propulsora, sem a qual não é possível fazer a travessia.

Pai Nosso da Luz!



Pai Nosso que estais nos céus, mas também
em nossos corações e em tudo o que há, Santifi-

cado façamos o seu nome e tudo o que sentimos e tocamos num movimento de aumentar a nossa Luz.

Venha a nós Vosso Reino que já é latente em nós como filhos e irmãos em Vós.

Conheçamos a vossa vontade que é a de nos conduzir ao pleno, ao puro, ao verdadeiro, ao imaterial, em todas as terras e em todos os céus, porque somos parte deste universo em expansão.

O pão nosso de cada dia nos venha abastado, muito mais o pão da alma que alimenta o Espírito no aprendizado e na aplicação do amor universal.

Que aprendamos de perdão, principalmente o perdão de nossas complicações cármicas, ensinando-nos a prática diária de viver em sintonia com a força desta energia frequencial que nos leva a soltura dos grilhões da ilusão.

Que a expansão da consciência nos ensine a não cair na tentação do engano de achar que ouro e poder nos fazem melhores.

Que entendamos em plenitude e essência de que Somos Filhos da Luz, e que, somente através do restabelecimento desse contato vivenciaremos a plenitude do SER.

E livra-nos com ternura dos pesos da crença de que o erro existe, para que nossa alma assimile por completo o caminho do aprendizado, e assim nos tornamos Um Contigo!

Sissi Semprini

(Aparecida D. Semprini Barbosa)

Terapeuta Vibracional, Pós graduada pela Unifran em Terapias Vibracionais, iniciou suas atividades na área de Terapia por volta de 1990 quando à necessidade de cura de um processo alérgico sério para seu filho, foi o fato que desencadeou a mudança de profissão e a total dedicação aos cursos e estudos relacionados com Medicina Vibracional. Com este movimento descobriu o propósito de sua existência atual o que a leva cada dia mais a aprofundar-se nos movimentos relacionados a aprender para cuidar com o propósito de conseguir a cura física e emocional. Facilitadora de Constelações sistêmicas Fenomenológicas – TSFI.



Site: www.sissisemprini.com
E-mail: sissigraal@hotmail.com.br

