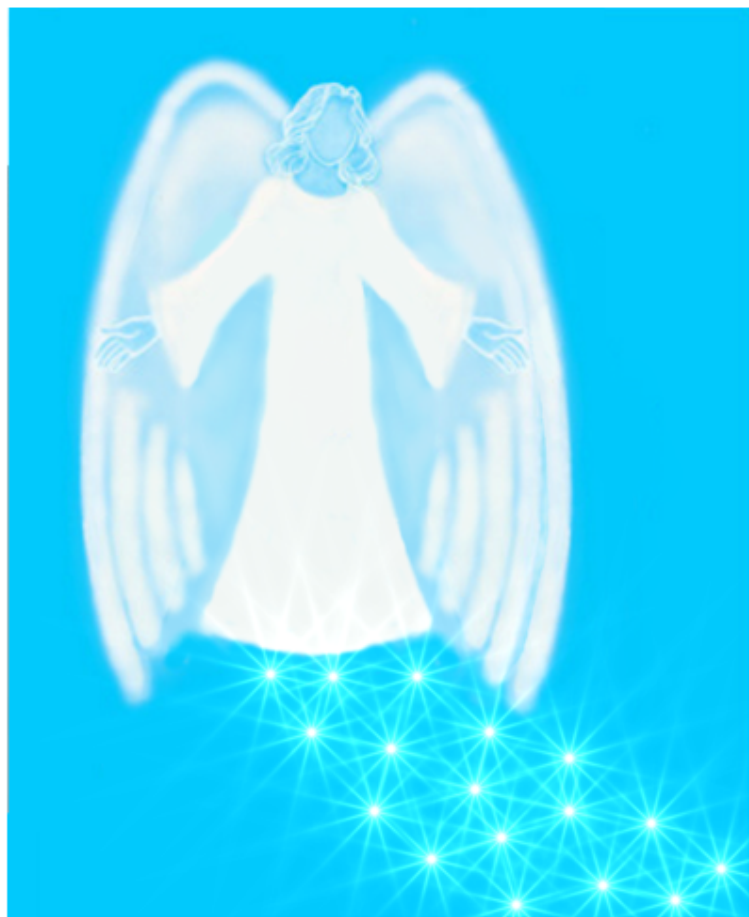


Satya

*Curar-se e
ajudar a curar*

Os Anjos indicam a Via da cura



Satya

*Curar-se e
ajudar a curar*

Os Anjos indicam a Via da cura

Título: Curar-se e ajudar a curar

Autor: Satya

Primeira edição:

ISBN :

© Satya

Todos os direitos reservados

Aos meus atuais
Companheiros de Caminho

A Vocês a minha alegria e a minha gratidão por terem dado ouvidos ao apelo da Alma que nos fez encontrar de novo, reconhecer, amar e realizar assim o desenho das nossas Almas.

Obrigado por viverem comigo esta aventura inimaginável onde, apoiando-se e amando-se, nós aprendemos como:

*superar com coragem cada obstáculo,
resistir com força a cada dificuldade,
encarar com determinação cada desafio,
redescobrir com alegria nossa Essência,
amar com simplicidade e liberdade,
ajudar com humildade e respeito,
jogar à vida como bebês alegres,
nos abandonando serenamente nos braços dos Anjos.*

Estou feliz para caminhar com vocês

Eu vos amo.

*P*refácio

Este é o 3º livro de uma série que recolhe muitas mensagens doados pelos Anjos através dos channelings.

Com as Suas palavras de Amor e claras, os Anjos nos ajudam:

a sentirmos acompanhados, amados e protegidos por Eles;

a aprender a comunicar com Eles e a ouvir para Eles como grande Amigos;

a redescobrir nós mesmos e o Potencial Humano e Divino que existe em cada um, para vivê-la plenamente e expressar toda a nossa Essência;

a compreender os sentimentos, as emoções, as sensações, que há no coração, para ser capaz de expressá-las ou transformá-las, ou dissolvê-las e fazer assim, o coração tão leve e alegre;

a conhecer o significado e o propósito da vida para vivera intensivamente e tirar tudo o possível de tudo;

a amar a nós mesmos, os outros e tudo ao nosso redor, toda as Criaturas do Universo, visíveis e invisíveis;

a viver com serenidade todos os relacionamentos, amando com o Amor incondicional, a compaixão, o perdão e na liberdade;

a dar com humildade e simplicidade e ajudar os que encontrarmos no nosso caminho;

a dar tudo o que é necessário ao nosso corpo, ao coração, a Alma, para tornar o corpo forte, o coração contente satisfeito, a Alma livre;

a ser livre e deixar todos livre de viver na harmonia, na paz.

Outras mensagens nos dão a consciência da Evolução e Ascensão do Planeta Terra, e da transformação celular em ato.

As mensagens foram recolhidas por assunto, e divididos em vários livros que podem acompanhar um percurso de crescimento e evolução.

Para facilitar isso, temos escolhido listar por cada livro os temas abrangidos no mesmo.

1º livro: - *A tua mão na Minha* -

*Dons de Amor dos Anjos para viver
a vida com Alegria*

Encontro de duas Almas Luminosas

*(Reconhecermos como Almas livre, caminhando em direção
à Luz, e viver o desígnio da Alma)*

*Quem é o teu Anjo, como senti-Lo, como viver
o relacionamento com Ele*

Como dialogar com os Anjos

Oração

Silêncio - Meditação

O *respiro*

(Com o respiro podemos levar dentro de nós o Amor, a Luz, e tudo o que temos necessidade. Com ele podemos fazer fluir tudo, fundirmos com o Universo, e reencontrar a serenidade)

A *Natura: uma casa, uma escola*

(Descobrir a Natura como lugar onde regenerar e fortalecer o corpo, uma fonte para renovar e satisfazer o coração, um meio de nutrir a Alma)

O *Amor*

(Viver na liberdade o Amor que une mas não liga, descobrir o Amor Novo, Amar tudo e todos)

A *alegria e o sorriso*

(A alegria atrai, o sorriso protege: com ambos podemos doar Amor e Luz)

A gratidão

(Com ela nos lembramos de tudo o que já somos e temos, rechamamos o que é necessário para nós)

*R*econhecer quem és, reconhecer a própria

Essência

(Somos Filhos da Luz, do Céu, da Terra, somos um Dom de Amor.

Em cada um de nós há uma Criança, um Guerreiro, um Viajante, um Aluno, um Professor: reconhecendo-os podemos dar áEles o espaço necessário, e saber expressa-o nas várias situações da vida)

*E*xpressar a própria Essência

(Viver o Divino que está em nós, manifestar a nossa Luz, doar o Amor, o nosso 'Perfume', os nossos 'Cores')

2º livro: - *Estou perto de ti* -

*Dons dos Anjos para transformar a tua vida
com a força do Amor*

A *Reincarnação e o Antigo*

(Os Anjos definem 'Antigo' o conjunto das viagens feitas anteriormente e aquilo que eles tinham vivido.

Podemos deixar aflorar o Antigo espontaneamente, com serenidade, sem tentar conhecer ou lembrar, com a certeza de que isso vai acontecer no momento certo, quando estamos prontos)

O *Despertar da Alma*

('Despertar' é o termo usado para descrever o que acontece quando começamos a entender que somos Almas livres e, portanto, os arquitetos de nossas vidas)

A Vida: significado e objetivo

(A Vida que estamos vivendo é uma das muitas viagens que a nossa Alma escolheu para crescer, para evoluir, para tornar-se mais brilhante.

É um grande meio para uma infinidade de objetivos. Dia por dia se descobrem novos aspetos, se entendem novos significados e propósitos)

A personalidade, o ego, o 'eu'

(Compreender a nossa personalidade para descobrir a nossa Essência Luminosa.

Deixar de lado o ego e 'eu' para dar espaço a sabedoria da Alma, fazer brilhar a nossa beleza e expressar os nossos talentos

A Humildade e a Simplicidade

(Expressar-se com a humildade que dá espaço ao orgulho e a nossa 'grandeza'.

Viver na Simplicidade do coração da Alma)

Expressar o Poder do Ser, o Poder

da Alma

(O Poder do Ser, o Poder da Alma, é a força interior que está dentro de cada um.

Ele nos permite viver plenamente a nossa Essência, e expressar todos os sentimentos e emoções, satisfaz o coração e dá a força de viver tudo)

Como relacionar-se com o corpo

(Tornar o corpo forte e luminoso para fazer brilhar todos os seus 'cores'.

Descobrir a sua linguagem para amá-lo e criar nele as alquimias que desejamos)

Saber abandonar-se

(O 'abandono' é um estado do coração.

'Abandonar-se' significa permitir que aconteça o que a nossa Alma escolheu, para além da realidade que nos rodeia, e viver com responsabilidade)

Como viver a Vida, o quotidiano, o trabalho

Apaixona-te pela Luz e pelo Amor

Eleva-te ao Céu

Os Anjos como exemplo

Ama tudo o Criado

Fala com o mundo real invisível

Leva nos braços a tua Criança interior

*Caminha com entusiasmo, vive tudo como um jogo,
sorri, canta, dança*

*Une a responsabilidade e o empenho, à intensidade e
à ligeireza*

Vive 'tocando levemente' o mundo

Unicidade e individualidade

Desejo de isolar-se

Vive o presente

Como viver as emoções

O que fazer para aumentar o sentir

A importância das escolhas

A concepção

Dissolver os temores e as dívidas

Compreender o significado dos cansaços, das dificuldades, dos sofrimentos e como superá-los

Como podes viver o quotidiano, o trabalho, os momentos de férias

3º livro: - *Curar-se e ajudar a curar* -

Os Anjos indicam a Via da cura

As 'Chaves de Luz'

Há 'expressões' indispensáveis para viver serenamente, para manifestar a nossa Essência Luminosa, para alcançar a paz, para satisfazer o coração, para andar em um Caminho de crescimento.

Eles abrem umas 'portas invisíveis' que permitem a Alma a cessar a novas dimensões, inimagináveis, de indizível beleza e contemporaneamente fecham a porta a tudo o que cria dificuldade e sofrimento, ao que impede de receber as ajudas dos Anjos e os Seus dons .

Por isso, o podemos definir 'Chaves de Luz'

Alguns deles são:

Observar o momento presente

Coragem

Clareza

Consciência

Responsabilidade

Integridade

Equilíbrio

Força

Assertividade

Candor

Sensibilidade

Amabilidade

Pacatez

Paciência

Compaixão

Aceitação e Respeito

Perdão

Humor

Autoestima

Motivação

Determinação e Prudência

Disciplina e Constância

Abertura e Pensamento positivo

Deixar o passado e saber-se adaptar

Viver a solidão sem se sentir só

Além destes, existem outros já incluídos nos livros anteriores ou que serão incluídas nos próximos.

Via da cura

Significado das desarmonias e do sofrimento

Meio de cura

Chamamento da Alma e do coração

Chamamento da Alma para concluir, dissolver ou curar os ‘Antigos’

Não expressão da própria Essência

Presença de pensamentos e sentimentos não luminosos

O que a cura permite

Maior serenidade e fluidez nas relações interpessoais

Tornar-se novos - Viver o novo - Caminhar na Via do coração

Possibilidade de doar a verdadeira ajuda

Possibilidade de entrar no silêncio total, na meditação profunda

Compreender a Vida

Possibilidade de criar

*Descobrir o curador que está em nós
Como o Curador Interior pode agir*

Curar com as mãos e com o coração

Curar com a Luz

Curar com a Natureza

As palavras – Os sons

Pensamentos Positivo e Visualização

As lágrimas

A meditação

O Amor

Como escolher os meios e os modos de cura

Aceitar a si mesmo e os outros

Aceitar as desarmonias e as dificuldades

Agradecer

*Observar o passado para curar, compreender, perdoar,
amar*

O quotidiano como meio de cura

Criar mudanças

Agir com intensidade

Pedir ajuda: porque é necessário e como pedi-la

A expressão do coração

Partilhar, doar, receber

Inebriar a mente

Deixar sair o que está dentro de ti

Temor de abrir o coração, de partilhar

*Temor do trabalho interior, de tudo o que o crescimento
exige*

Temor do não compreensível, do não visível

Dissolver as dúvidas e dificuldades

Recitar para tornar-se, curar e criar

A nossa atitude, as expressões da cara e do corpo afetam no nosso estado de ânimo, eles podem penalizar ou ajudar a nossa ação, mudar o que nos rodeia, influenciar as pessoas que estão ao nosso lado.

Caso ainda não conseguimos expressar o que está dentro de nós, o que nós queremos manifestar, o que consideramos ser justo, útil e bonito para nós, podemos nos ajudar com a Recitação.

Recitando se dissolvem os bloqueios e os obstáculos que nos impedem tudo isso, caem os véus que nos impediam a visão real de nós mesmos, da nossa vida, do mundo em torno a nós.

A recitação é, portanto, um grandíssimo meio para compreender, descobrir, curar, tornar-se e criar.

4º livro: - *Ajudar com*
a Luz e o Amor -

Redescobrir com os Anjos a Arte de ajudar

A arte de ajudar e doar

A quem podes doar a tua ajuda

A Natura chama-nos

Simples exemplos

Colaborar com os Anjos

Queres colaborar coMigo?

Ajudarei as vossas Almas a encontrar-se

Podes fazer assim

Escuta a tua Alma

Como podes preparar-te

Como ajuda e doar

Doar, doar-se, tornar-se 'Dom'

As alegrias do doar

O privilégio de poder ajudar e doar

Saber discernir

Intuir as necessidades

Saber ouvir e responder

Guia à leitura

É utilizado o feminino porque os Anjos se dirigem para ti como Alma Luminosa, à parte feminina ‘acolhedora’ que existe em cada um de nós, para além do corpo masculino ou feminino que acompanha a Alma nesta viagem.

Foi usada a letra maiúscula onde se queria ressaltar o valor intrínseco.

As mensagens doadas pelos Anjos têm uma estrutura linguística própria e emitem vibrações que ressoam nos corações e nas Almas.

Eu quis usar um pseudônimo para que tu, Alma Luminosa, me possas sentir e pensar somente como uma Alma Luminosa como tu és.

*I*ntrodução

Olá Alma Luminosa,

estou feliz de poder partilhar contigo as mensagens doadas pelos Anjos para ajudar-te a compreender o significado do sofrimento e para indicar-te o 'Caminho da cura'

No nosso coração pode haver feridas que não conhecemos, porque foram causadas por alguma coisa que removemos, ou por eventos vividos na vida anterior (Antigo).

Muitas vezes o nosso coração sofre por algo que estamos cientes, mas não sabemos como agir para nele voltar a trazer a alegria, a paz, a leveza.

E se não conhecermos o caminho, muitas vezes tememos em percorrê-la, porque temos medo de sofrer novamente na curar as feridas.

Os Anjos seguram-nos amorosamente pelas mãos, inspiram coragem e força, caminham conNosco para o 'Caminho da cura', tranquilizando-nos em tudo, em cada momento.

Acompanham-nos a descobrir sem algum temor as raízes das feridas, a recordar sem sofrer as causas da desarmonia, dá-nos o bálsamo necessário.

Ensinam-nos a aceitar a dor física e a dar carinho ao nosso corpo.

Indicam-nos para onde olhar para conhecer a origem de todas as desarmonias, a todos os níveis.

Eles nos dão a consciência que nos permite aumentar a nossa vibração para prevenir qualquer doença.

Oferecem-nos as ‘Chaves luminosas’ para fecharmos o passado e para entrarmos em novas dimensões, onde acontecem as magias do Amor, os milagres da Luz.

Levam-nos a recitar nos Seus ‘teatros’ para transformar a nossa vida em um jogo, para vivê-la como uma aventura alegre.

Damos com confiança a mão a Eles, certos que a nossa Alma conhece as ‘Chaves luminosas’ e sabe já ‘usá-las’.

Deixamos livre a nossa Criança interior que nos acompanhará a ‘brincar na vida’, recitando com entusiasmo.

Aprendemos como ficar perto daqueles que sofrem enquanto vivem seu processo de cura, através de métodos, técnicas e meios de comunicação que escolhe livremente e em que acredita.

Assim saberemos doar o nosso Amor de forma incondicional, oferecer toda a ajuda necessária e a nossa amizade, partilhar o nosso conhecimento e as experiências passadas.

Conseguiremos doar também a nós mesmos, ficar totalmente livres e manter serenidade sobre qualquer coisa que aconteça ou não.

E as nossas Crianças interiores possam brincar juntas nos 'teatros dos Anjos', enquanto os nossos corações voam no mundo mágico da Alma.

“Cada doença, cada sofrimento, cada desarmonia, a todos os níveis, aparece, como pedras frias e pesadas.

Iluminando-os com a Luz e envolvendo-os com Amor, transformar-se-ão em 'pedras preciosas' para a Alma.”

I

As 'Chaves de Luz'

Comentário

*Amada Alma Luminosa,
nos dois livros anteriores vimos a importância de algumas
expressões..*

No 1º livro *Atua mão na Minha*
as expressões:

de Amor,

de Felicidade,

do Sorriso,

da Gratidão,

da Oração,

do Silêncio,

da Meditação,

da Expressão da própria Essência,

No 2º livro *Estou ao teu lado*
as expressões:

das Escolhas,
da Humildade,
da Simplicidade,
do Abandono,
do Entusiasmo,
do Jogo,
do Canto,
da Dança,
da Responsabilidade e do Empenho,
unidos na Intensidade e na Leveza,

Essas expressões são indispensáveis para se viver serenamente, para exprimir a nossa essência, para alcançar a paz, para agradar o coração, para caminhar num trilho luminoso.

Os Anjos ajudam-nos a compreender a importância delas, aquilo que podemos adivinhar no momento em que vivemos, aquilo que podemos compreender enquanto as exprimimos em tudo ininterruptamente.

Isso, porque cada uma delas se abre uma 'porta', atrás do qual há uma nova dimensão, inimaginável antes, não descritível com palavras.

Por isso, as podemos definir: 'Chaves de Luz'

Por experiência própria, posso confirmar que essas 'Chaves de Luz' abrem as portas em dimensões maravilhosas que estou ainda estou experimentando, e, ao mesmo tempo, fecham as portas àquilo que cria dificuldade e sofrimento, àquilo que impede de receber as ajudas dos Anjos e os Seus dádivas.

Naturalmente as 'Chaves da Luz' são incontáveis, todas de grande ajuda para nós mesmos e em nossas relações interpessoais.

Também as são em momento em que escolhemos oferecer a nossa ajuda e a nossa experiência a quem é próximo de nós ou encontramos no nosso caminho.

Alguns delas são:

Observar o momento presente

Coragem

Clareza

Consciência

Responsabilidade
Integridade
Equilíbrio
Força
Assertividade
Candor
Sensibilidade
Amabilidade
Pacatez
Paciência
Compaixão
Aceitação e Respeito
Perdão
Humor
Autoestima
Motivação
Determinação e Prudência
Disciplina e Constância
Abertura e Pensamento Positivo
Deixar o passado e saber-se adaptar
Viver a solidão sem se sentir só.

*O*bservar o momento presente

*C*omentário

O passado já não é mais nosso.

Mesmo se recriamos uma situação perfeitamente igual a uma vivência anterior, não a podemos viver da mesma maneira, sentir as mesmas emoções, porque alguma coisa em nós já mudou: mudamos de momento para momento.

O futuro não está ainda nas nossas mãos, e enquanto não tivermos uma coisa, não a podemos desfrutar, apreciar, usar.

Então o presente é a nossa única riqueza. É o único tempo que podemos viver, no qual podemos agir.

E o presente é feito de 'momentos'.

Todos os Mestres convidam-nos a viver com total consciência o 'aqui e agora'.

É uma conquista imensamente importante, vital, porque dá-nos possibilidade de viver totalmente a vida, de colher tudo o que o momento oferece, cria e permite.

Ao mesmo tempo que nos leva a doar, criar e permitir.

Oferece a oportunidade de amar totalmente, desfrutar completamente, valorizar plenamente todos e tudo.

Assim não nascerão arrependimentos, sentimento de culpa, amargura, por aquilo que não foi vivido, feito, doado, tomado, permitido.

No coração estará a serenidade e a paz por haver sempre dado espaço a tudo isso.

Se observarmos com atenção o momento presente, a coisa que estamos fazendo, seremos conscientes de tudo, em tudo, ininterruptamente, e, então agiremos com responsabilidade.

Deste modo, nenhuma situação, pessoa, sensação, emoção, sentimento, vos levará a reagir, nem a abalar-se.

Refletindo no momento presente, conheceremos nós mesmos, e reconheceremos tudo aquilo que está dentro de nós.

Se vivemos conscientemente o 'aqui e agora', exprimiremos a nossa Essência, manifestaremos as nossas escolhas.

Tendo atenção no momento presente, a mente afastar-se-á naturalmente.

Isso permite que no coração entre o verdadeiro conhecimento, sabedorias, intuições e as mensagens dos Anjos. Nisso despertam-se todos os nossos talentos que a atenção mesma nos permita de viver em cada momento.

Assim teremos a possibilidade de exprimir todo o nosso potencial humano e Divino.

Se estivermos no 'aqui e agora', não desperdiçaremos energia com preocupações e ansiedades, pensando no passado ou no futuro.

Porém, aumentará a energia física, psíquica e a lucidez mental. Não faríamos mais nada por hábito e sem se dar conta.

Viveremos de mesmo modo as coisas pequenas ou as maiores, aquelas quotidianas ou excepcionais.

Vivendo conscientemente o momento presente, desfrutaremos plenamente o Amor que envolverá naquele momento de infinita beleza e preciosidade.

Coragem

Comentário

Creio que a coragem seja uma ‘Chave de Luz’ que usamos mesmo antes de nascer: uma Alma manifesta a coragem logo quando escolhe encarnar-se no Planeta Terra, onde a evolução acontece ultrapassando obstáculos, dificuldades, vivendo sofrimento, quase sempre no esquecimento da própria Essência, do desígnio escolhido, do Antigo vivido.

Recordando que aquilo que a Alma escolhe para viver pede-nos sempre menos daquilo que temos no nosso potencial, podemos ter certeza que dentro de nós há também a Coragem necessária.

◇ *Para se ser feliz quando somos corajosos, observamos as coisas da nossa vida que nos pedem constantemente de ‘usar’ esta ‘Chave de Luz’:*

- enfrentar dificuldade;*
- superar os obstáculos;*
- aceitar o que acontece e o que nos rodeia;*
- viver as relações interpessoais na liberdade, sem ser prejudicado ou prejudicar.*

- *fazer as escolhas necessárias;*
- *fazer os passos e as ações que as escolham pedem;*
- *ser coerentes e íntegros com as escolhas feitas, com aquilo que se diz;*
- *expressar o próprio pensamento;*
- *dizer e dizer-se a verdade;*
- *falar com clareza;*
- *deixar livres;*
- *respeitar todos, em tudo;*
- *expressar os sentimentos, as emoções, as sensações;*
- *partilhar medos, dúvidas, dificuldades;*
- *agir com determinação, intensidade e responsabilidade.*

◇ *E se escolheu-se de crescer e evoluir como Alma livre, é necessário também o Coragem para:*

- *caminhar num Caminho luminoso;*
- *expressar a própria Essência;*
- *viver o que a Alma ensinou;*
- *agir com Poder da Alma, da Luz, recordando-se de ser Cíntilas Divinas;*
- *manifestar a própria Crença;*
- *testemunhar tudo aquilo que se vive, quanto se manifestou;*

- *separar-se de si mesmo, da própria personalidade, necessidades, medos, etc.;*
- *separar-se de tudo e de todos, para ter uma visão real e total;*
- *desafiar as próprias convicções e crenças aprendidas durante a vida;*
- *viver fora de esquemas, convicções e crenças sociais quando são contrários às nossas escolhas, obstruindo o Caminho, limitando a liberdade.*

◇ *E sobretudo quem deseja Coragem para:*

- *‘viajar’ para dentro de si mesmo;*
- *descobrir totalmente a si mesmo;*
- *aceitar-se em tudo;*
- *reconhecer o quê e quem nos feriu, quem não se ama a si mesmo ou não nos amam, e perdoar incondicionalmente;*
- *observar tudo aquilo que o coração tem, também aquilo que não é de Luz e Amor;*
- *‘tocar’ as feridas do coração, e procurar as causas, as raízes;*
- *reconhecer o que desarmonias físicas expressam, precisam, e agir em conformidade;*
- *escolher viver e fazer tudo aquilo que a cura requer;*
- *afastar a mente para viver e aprender somente com o coração;*

- *ir para além das necessidades do coração para seguir a Alma;*
- *deixar as pessoas, segurança, vantagens, para ser coerentes e livres;*
- *viver abandonados, com confiança total;*
- *deixar o coração bem aberto;*
- *amar incondicionalmente tudo e todos;*
- *dar Amor em todas as suas manifestações e expressões.*

E tudo isso: sempre, em todos os lugares, com todas as pessoas.

Se em algum momento não tivermos a Coragem de fazer qualquer coisa, pedimos ao nosso Anjo de nos ajudar e de nos infundir a Sua força.

Isso acordará a força que está em nós, e nos fará sentir prontos para entrar em ação.

Na ação sentiremos a essência da Coragem, porque isso é uma flor que nasce da 'Força da Alma'.

E nunca mais esqueceremos que nada é impossível quando agirmos com os Anjos, na Luz, quando apertarmos a mão do nosso Anjo.

Clareza

“... É a Clareza em si mesmo, nos próprios sentimentos, desejos, necessidades, é a Clareza à volta de si, que trará a paz.

Quando tudo é iluminado, em tudo e com todos tivemos uma postura clara, muitas coisas mudam sozinhas. Outras são fáceis de mudar porque foram reconhecidas, outras exigem um novo compromisso, ou pode-se deixar ir.

“... A Clareza é acompanhada da compaixão, da gentileza, da humildade.

Quem escolheu ver claro, sentir claro e falar claro, poderá encontrar-se em situações que exigem a firmeza. E aqui há o risco de fazer sentir a dureza se não houver a compaixão e a humildade.

Com isso, juntamente com a lembrança da própria dificuldade, a Clareza estará sempre rodeada da gentileza.

Assim, mesmo se as expressões possam ser intensas e firmes, quem escuta nunca sentirá qualquer dureza.”

“... Também nós vos ajudaremos com Clareza, sempre e em tudo.

Às vezes, podes perder o teu Caminho, podes desviar-te do mundo, podes desviar o olhar do Céu e não te aperceberes.

Com Amor te ajudarei a reconhecer isso, a fim de que tu possas retomar o Caminho com uma nova confiança.

Então, essa ajuda e todas as Minhas ajudas, as sentirás somente como Clareza que eu te dou porque amo-te infinitamente, porque desejo-te felicidade, porque a minha missão é de ajudar-te a viver o desígnio da tua Alma e alcançar o teu objetivo.

Também tu trazes a Clareza como uma dádiva de Luz e de Amor, e não observar nem nada julgar daquilo que isso criará.

No teu coração há certeza de que nenhum raio doado é perdido.

As ocasiões que exigem de ser claros podem ser numerosas também em apenas um dia.

Então, tem muita atenção em todo o teu quotidiano, a tudo aquilo que vives, para pôr-te sempre de forma clara, para se fazer sempre Clareza em ti e à volta de ti, em tudo, em qualquer lugar, em cada momento

As Clarezas são indispensáveis porque a Luz não permite nenhuma sombra.”

Pergunta:

Escolhi trazer Clareza em toda a minha vida, mas temo um pouco perder o que tenho, às vezes, deu-me força para seguir em frente, mesmo se agora eu percebi que há muitas ilusões.

Resposta:

“Essas ilusões tiraram-te a força, não te a dão.

Nunca as ilusões deram força, em vez, criam também a ilusão da força.

Observa o teu passado, e podes ver que a tua força veio de outras fontes e que tu sempre tiveste muita força.

Aquela força não veio certamente de ilusões que sempre a ofuscam e a sufocam. Uma ilusão pode iludir a tua mente, pode iludir quem está perto de ti ou quem encontras, mas não pode iludir a parte mais profunda de ti: a tua Alma não a pode enganar. Aqui está o porquê de ilusões criarem desarmonias dentro e à volta, e tiram a força.

Se na Clareza desejas viver, isso te trará a verdadeira força, e iluminará sempre tudo aquilo que a tira ou a diminui.

É a mente que te faz acreditar no que temes.

Se observares aqueles que se colocam de forma clara, verás que se tornam mais fortes em tudo.

A Clareza doa a ‘Força da Alma’ que nada e ninguém pode tirar, e aumenta também a força física.

Por isso, deixa ir o teu medo criado pela mente, dizendo:

– Sou forte e estou agindo com Clareza para sê-lo sempre mais, para usar toda a minha força–.

Em ti haja sempre certeza disso, e peça-Me para ajudar-te.

Agora não podes saber como agir e exprimir sempre de forma clara, te leva e te levará, eis por que a temes: a mente teme tudo aquilo que não conhece.

Une à Clareza a alegria e o orgulho de ter coragem de viver assim, de trazer Luz dentro e à volta de ti, une a leveza para abrir o coração e mantê-lo aberto.

Quem traz a Clareza traz a Luz, e a Luz ilumina os corações.

Agir de forma clara cria vibrações que podem fazer nascer situações antes inimagináveis. Traz dissoluções que permitem aquilo que parecia impossível.

Atrai sempre grandes dádivas.

A não-clareza desvia não apenas a força, como também outras possibilidades, limita muito, interrompe o crescimento e cria dificuldades aos ‘Corações’ envolvidos.

Pode também criar desarmonias no corpo, enquanto a Clareza a pode dissolver e curar, muito pode fazer nisso, muito pode trazer e doar a isso.

Mas somente vivendo-a totalmente, ininterruptamente, em qualquer lugar, com qualquer pessoa, descobrirás tudo o que cria, doa, atrai.

Aquilo que deves realmente temer é a não-clareza, porque é perigosa, para ti e para os outros, para o corpo, o coração e a Alma.

A Clareza cria possibilidades inimagináveis quando vier com Amor, para a serenidade do coração e o crescimento da Alma, quando é feita conNosco, com a Luz, para voar ainda mais em direção à Luz.

Às vezes, aquilo que o ser claro precisa, estimula a fazer e viver, pode criar inicialmente qualquer dificuldade, mas esses se dissolvem nas dádivas que imediatamente chegam, na fluidez e serenidade das relações que a Clareza permite.

Quando sentes qualquer dificuldade ou resistência em conseguir esta postura, recorda que isso é indispensável para viver aquilo que a Alma escolheu, para conquistar Altos Picos, para viver na alegria, na harmonia e na paz.”

“... Haja muita compaixão em doar Clareza e em fazê-la dentro de ti.

Frequentemente, escolhe-se a Clareza, mas depois, inconscientemente, age-se não claramente, pelos temores, desejos, vantagens, hábitos.

Quando não compreendes, com muito amor e muita doçura, pede claramente, sabendo o quanto são importantes para tudo, em qualquer lugar e sempre.

Com Amor e doçura, seja sempre clara em cada relacionamento, pensando que aquilo que é compreensível para ti não o é sempre para todos, em cada momento.

Recordando isso, farás e doarás as clarezas com compaixão, envoltos com a bondade, e observarás tudo com distanciamento. Se escolheres o Amor, recorda que é uma flor que pode crescer somente na Clareza, e que morre na não-clareza.

Se escolheres a Luz, recorda que pode brilhar somente na Clareza, porque esta cria o espaço para a Luz, enquanto a não-clareza a sufoca e remove cada espaço.”

Consciência

“... Ser consciente é ter a visão clara, e então poder observar aceitar, deixar fluir, dissolver, agir, e permanecer sempre atentos e vigilantes.”

“... Se tens consciência dos teus temores, poderás descobrir sempre mais. E mais a reconheceres, mais descobrirás as tuas belezas.

Se és consciente das tuas inseguranças e dos teus temores, podes ir ao campo de batalha com as armas certas, e saberás pedir a ajuda necessária.”

“... Se escolheres viver conscientemente, estarás consciente de ti em primeiro lugar, da tua Essência de Alma Luminosa, de todas as partes da tua Essência que em ti existe, que pode exprimir na Luz e com Amor.

Se conheces o significado da vida, o propósito desta viagem, com Consciência podes agir, ouvir, exprimir-te.

Com isso podes intuir a não-visível e descobrir mundos até ainda desconhecidos por ti.

Se vives conscientemente não tens necessidade de compreender sempre o que está a acontecer, o motivo ou a causa de tudo, e permanece entretanto sereno.

Se estás presente em tudo, intuirás e compreenderás o que está a passar dentro e fora de ti, mesmo longe de ti.

Vive então intensamente e deixa fluir tudo.

Com Consciência ininterrupta observa cada coisa: o que acontece, se move, se faz sentir, o que intuis e vês dentro de ti, à tua volta, longe de ti.

Assim compreenderás e descobrirás muitas coisas que te ajudarão a aceitar tudo com Amor e viver com serenidade.

A atenção te permite de viver as pequenas e grandes coisas como oportunidades para o teu crescimento, para a tua evolução, para as tuas conquistas, sem a necessidade de compreender, nem agora, nem amanhã.

A Consciência te permite de abandonar-te serenamente e totalmente, certo que estás a viver o desenho da tua Alma, que estás tendo grandes oportunidades, recebendo grandes dádivas.

No abandono total, na não compreensão, podes entretanto conscientemente observar, intuir, escutar e exprimir.

Vivendo assim, recordarás tudo aquilo que é necessário recordar naquele momento, compreenderás o quanto é bom para ti compreenderes.

Seja no ‘aqui e agora’, como um guardião que observa tudo, como uma testemunha que do alto vê tudo, para ter a visão total, o distanciamento necessário, para viver tudo serenamente.

Seja vigilante e atento, para acolher tudo e para estar consciente em tudo.”

“... Vive a Consciência com Amor, porque com tudo isso será diferente.

Com Amor esteja atento àquilo que está se transformando dentro de ti, àquilo que se abriu, àquilo que deste início.

Isso te levará a intuir o despertar do Antigo, e o aproximar-se do Novo.

A mudança acontece quando se vive conscientemente, porque assim se permite tudo, se colhe cada oportunidade, cada dádiva, e se deixa espaço ao Novo de se manifestar.

Do espaço do Antigo e ao Novo em todas as expressões, recordando que o Antigo e o Novo tornarão a unir-se no coração. É no coração que tudo fica unido, é o coração que deve desabrochar.

Pode facilitar o seu florescer emergindo da Natureza, deixando entrar dentro de ti a sua linguagem, os seus sons, imagens, expressões.

Tornarás um arco-íris que liga o Céu à Terra, que traz o Céu sobre a Terra, que levanta a Terra para o Céu.

Na Natureza será mais fácil fazer emergir o Antigo, abrir o coração, sentir o Tudo, sentir-te em Tudo.

Escutar em silêncio tudo que a Natureza te diz, tudo que as Criaturas que nela vivem, te sugerem.

Descubra o Tudo permanecendo em silêncio, observando em silêncio, escutando com o coração.

Mergulha na Natureza e eu te levarei no braço. Mergulha na Natureza e eu te levarei ao alto.

Corre na Natureza e tu te tornarás uma menina feliz.

Fala com voz alta com a Natureza, com as suas criaturas, e depois escuta em silêncio.

Depois, fala com o coração e escuta com o coração.

Altera esses dois modos de falar e escutar: saberás compreender a linguagem da Alma em quem na Natureza encontrares, saberás falar com eles com o coração.

E é assim que a Natureza e as suas criaturas irão ajudar-te a tornares-te plenamente consciente de tudo.

Com Consciência protege a tua Luz, com o Nosso Amor nutre o teu coração.”

“... A Consciência dos obstáculos e das dificuldades que se encontram, de tudo aquilo que está no próprio coração, nunca pode entristecer, porque nos dá a coragem de fazer os passos e as ações necessárias, de superar os obstáculos e as dificuldades. Viver consciente de tudo e então responsável em tudo, requer uma grande coragem.

Muitos ‘Corações’, por medo, não permitem ao menos de doar-lhes a consciência.

Outros, para terem algumas vantagens, escondem a Consciência adquirida e afirmam não ter conhecimento: tentado enganar, enganando antes eles próprios.

Teme-se que a Consciência obrigue a tomar os passos e as escolhas necessárias.

Em vez disso é o contrário: esta permite também de escolher de não fazer os passos e as escolhas que não se quer fazer.

Como se pode ver, é necessário ter muita coragem para aceitar as Consciências, vivê-las, e com isso observar onde se está, como se está, para onde se está a ir, como se escolhe ser, onde se deseja chegar.

E se é preciso ainda mais coragem depois, para fazer as escolhas e os passos que a Consciência exige.

É natural que para se chegar à meta desejada, não basta ser consciente se depois se permanece fechado, ou se se encontra justificativas para não se prosseguir.

Nesse caso é necessário ser-se íntegro e dizer:

– Tenho consciência, compreendo a minha dificuldade, vejo o meu obstáculo, mas escolho permanecer firme. –

Em tudo é necessário fazer uma escolha: a escolha de continuar o Caminho, de viver responsabilmente, ou de parar.”

Comentário

Às vezes pode acontecer de sentir que não é simples viver com Consciência porque esta requer força, coragem e contínuas escolhas.

Quando escolhemos ‘despertar’ e escolhemos viver conscientemente a vida, e tudo aquilo que acontece em nos e à nossa volta, não podemos mais esconder a realidade, nem a nós mesmos, nem aos outros.

Se fizermos isso pelas vantagens, pelos temores, pelos cansaços, uma voz dentro de nós continua a recordar-se da verdade e da realidade.

Podemos não compreender aquilo que aconteceu ou está a acontecer, mas no coração há a certeza que isso tem um propósito, que é uma oportunidade.

E saberemos que, se vivermos conscientemente, podemos intuir o significado.

Viver conscientemente requer realmente muita força, uma grande coragem e uma total responsabilidade em tudo, em cada momento, mas dá uma liberdade inimaginável, a verdadeira liberdade.

Somente quando si é consciente se pode realmente escolher, e a escolha é real.

Se não se conhece, escolhe-se com a mente, não certo de Almas livres.

Escolhe-se motivado pelos desejos, pelas necessidades, pelos ferimentos, pelos traumas, pela experiência vivida.

Assim, a escolha é condicionada e, portanto, não é verdadeira.

Enquanto se escolhe conscientemente, sabe-se parar e escutar o próprio coração. Sabe-se ir para além dos desejos e as necessidades do coração, para escutar aquilo que a Alma está a indicar.

Assim podemos perceber aquilo que os Anjos nos está a sugerir, a fim de a escolha ser para o nosso bem, para realizar o desígnio da Alma, para torná-la ainda mais luminosa, e deixá-la livre.

Não devemos nunca temer a Consciência, por motivo algum, e muito menos pensar que nos obrigue a fazer qualquer coisa.

Esta nos ajuda a recordar que somos Almas livres, e que então, podemos escolher tudo, em cada momento, na total liberdade.

Somos livres para decidir continuar o Caminho até à meta, ou fazer uma pausa, ou reiniciar, ou parar.

A Consciência permite de escolher superar os obstáculos ou de entregar-se às escolhas de superar os obstáculos mas sem sentir-nos vítimas da situação.

Nos ajuda a dissolver cada dificuldade em tudo, também nas relações.

E quando conscientemente escolhemos de não enfrentar as dificuldades, sentimos no entanto de não padecer por nada nem ninguém.

A Consciência leva a fazer tudo aquilo que é necessário para viver a liberdade, para conquistar Altos Picos, para alcançar a meta, para adormecer em paz.

Permite também de escolher de não fazer nada, apesar de estar consciente das prisões, das ilusões, de tudo.

Faz sentir liberdade em mudar as escolhas feitas, sempre que quisermos.

A Consciência não é somente uma ‘Chave de Luz’ é também uma pedra preciosa da qual se descobre o valor dia após dia, vivendo conscientemente tudo.

Responsabilidade

Pergunta:

Como posso ser mais responsável?

Resposta:

“Sente que és realmente uma Alma livre, em tudo, em cada momento, em cada escolha, também de poder mudar as escolhas feitas.

Recordando isso, faz agora a escolha de viver responsabilmente tudo.

Procura dar atenção em cada coisa que fazes, pequena ou grande que seja, e a cada pensamento teu.

Faz isso com serenidade, sentindo e pensando que estás a treinar, e que assim viverás com Responsabilidade cada coisa.

Descobrirás o quanto viver responsabilmente, te faz sentir maior, te faz ser humilde, te traz nova alegria.

Quando encontras alguém, ou estás agindo com alguém ou para alguém, sente que estás agindo com um coração ou para um coração, e que, então, é necessária a atenção total, uma grande Responsabilidade, uma infinita doçura, o Amor das Almas.

Assim te recordarás que, na realidade, estás agindo com uma Alma, estás tendo uma postura com Alma, e sentirás ainda mais a indispensabilidade do Amor, da doçura, da atenção, e de ser responsável.

Treina com as pequenas coisas do quotidiano, com os pequenos passos, as pequenas mudanças. Recorda que são ajudas para treinar a Responsabilidade, a atenção, não as verás mais pequenas ou pouco importantes, mas sentirás que tudo tem a mesma importância.

Tem sempre atenção ao teu modo de pensar, falar, agir, a como vives o teu quotidiano, porque é ali que está o grande treinamento que te levará a viver a vida de Alma responsável.

Às vezes, quando comesças a conhecer a beleza de ser desapegado às coisas que acontecem, podes sentir não ser fácil viver o quotidiano, porque em alguns momentos se sente a inutilidade, a não importância.

Mas se vives tudo responsabilmente, sabes que no quotidiano há o treinamento, a aprendizagem, as ocasiões, as oportunidades, para te tornar quem és, para conquistar o que escolheu, para alcançar a tua meta.

É assim que viverás totalmente todas as tuas expressões com Responsabilidade, sentindo tudo como treinamento, como meios, e que tudo faz parte do desígnio da tua Alma.

Se vives tudo responsabilmente, darás muito espaço a Mim e Me permitirás de ajudar-te a viver tudo, mesmo os opostos, e, sobretudo, a passar de um oposto a outro com alegria, com felicidade.”

Pergunta:

Nesse período sinto o cansaço de ser responsável em todas as minhas coisas. Û

Resposta:

“Lembra que em ti há a Essência de Guerreira da Luz.

Se voltares a contatar e expressar essa Essência, não sentirás nenhuma dificuldade em algo assim natural para uma guerreira como o é a Responsabilidade.

Sentindo em ti essa Essência, sentirás a alegria de ser responsável pela tua vida, pelas tuas ações, pelos teus passos, pelos teus pensamentos, pelas tuas intenções, pelos teus desejos, de cada tua expressão.

A guerreira da Luz tem orgulho de ser responsável por si mesma, em toda a sua totalidade.

Se continuar a escolher ser uma guerreira de Luz, sentirás o entusiasmo de ser responsável pela tua vida em tudo, de assumir a responsabilidade da tua expressão em tudo, ininterruptamente.

A Responsabilidade faz parte da Essência da guerreira da Luz, e isso leva a viver responsabilmente tudo com entusiasmo.

Uma guerreira de Luz ama a própria Essência e tudo aquilo que faz parte da própria Essência, da própria expressão.

Observa o teu coração com clareza, com consciência, e senti o que te leva a ter medo em ser responsável.

Com coragem exprime tudo o que está dentro de ti, para ser capaz de entender aquilo que te está a impedir de exprimir a tua Essência de guerreira e suas outras Essências.

Assim descobrirás aquilo que agora está a criar-te dificuldades ou medos.

Se descobres que são as vantagens que não queres deixar ir, as necessidades que queres satisfazer, coisas que retardam o teu Caminho ou limitam a expressão da tua Essência, permanecem totalmente serenos, e livremente escolhes aquilo que desejas.

O que conta é levar luz para dentro de ti, e reconhecer tudo o que nela existe.

Assim compreenderás que ser responsável não cria fadiga e nem dificuldades.

Se um ‘Coração’ está pronto para deixar ir tudo e crê realmente na própria luminosidade, na própria grandeza, se sente a imensidão do Caminho escolhido, da própria Alma, do Pico escolhido, coloca à frente de tudo isto.

E isso faz sentir o entusiasmo, a vangloria e o orgulho, de viver todas as expressões da própria Essência, de superar cada dificuldade, sentindo a alegria, as dádivas, as satisfações, que se dissolvem instantaneamente toda a fadiga, todo esforço.

Então, se escolhes de viver ainda a tua Essência de guerreiro da Luz, não podes deixar de sentir a alegria e o orgulho de poder ser responsável por todos e em tudo.”

Integridade

“... Integridade significa expressar com serenidade aquilo que naquele momento se escolheu viver, sem medo de ser julgado, seja qual for a escolha.

É saber escutar o coração e seguir as indicações, e depois ir para além das necessidades e os desejos do coração, para seguir a Alma.

É agir com Alma, e não permitir a mente, as necessidades do coração, as vantagens de influenciar a ação.

É não aceitar nenhum compromisso para conseguir o que se quer, e muito menos propô-lo.

É saber afastar-se de situações, de coisas, de pessoas, que criam dificuldades, ou perturbem a harmonia e a serenidade interior, ou dificultar o Caminho escolhido.

Isso, naturalmente, depois de ter feito os passos, as ações e as clarezas necessárias, para resolver as dificuldades.

É ter coragem de escolher cada coisa com consciência e responsabilidade, e fazer escolhas, passos, ações, mesmo aqueles difíceis, para serem coerentes com a escolha e com o próprio Caminho.

É ter a coragem de abandonar as trilhas fáceis e escolher aquelas difíceis, quando se compreende que somente elas levam à meta escolhida.

É exprimir sempre com doçura e firmeza o próprio sentimento, o próprio pensamento, a própria verdade, mesmo à custa de perder amizades, companheiros, vantagens.

É andar direto ao Caminho escolhido, sem perder tempo com situações não claras, para manter segurança ou reter as vantagens.”

Equilíbrio

“... Afunda cada vez mais as tuas raízes para dentro da terra para que possamos mais facilmente ter o olhar no Céu.

Se as tuas raízes são bem profundas na terra, saberás não apenas ter o olhar no Céu, como também olhar à volta de ti, para dentro de ti, o horizonte à frente de ti.

Olha dentro de ti, escuta as sensações do teu corpo, dos corpos invisíveis, para compreender o teu Ser, e as vibrações de quem ou o que está próximo de ti.

Olha o Céu sorrindo, recordando que te protegerá, te infundirá a força para viver e fazer tudo.

Olha o horizonte para descobrir quem está a aproximar-se.

Assim saberás abrir as portas e preparar a mesa feita para os viajantes, ou fechar ainda mais as tuas portas.

Se necessário, poderás assim deixar no tempo a tua aldeia e, para protegê-lo, andar determinada a quem no horizonte avança.

Afunda as tuas raízes na terra para se tornarem uma árvore forte que nenhum vento pode agitar ou dobrar, e saiba mover os teus ramos com fluidez, com leveza, com alegria, para conservar a capacidade de fletir-se totalmente e permanecer firme, forte, irremovível.

E assim em todas as coisas, em todas as expressões.

É desta forma que se une e se cria tudo, se vive tudo.

Se vive com Equilíbrio, cria espaço necessário de modo que Tudo entra e se manifesta em ti.”

“... Com o Meu Amor ajudo-te a aproximar do ‘centro’, no ‘centro’ importante de onde podes agir observando tudo de igual modo.

Imagina estar no meio de um grande círculo, e teres prova que, a partir de lá, verás da mesma forma cada parte deste.

Podes fazer isso também realmente, para entrar mais nesta compreensão.

Do centro podes mover-te para chegar a um ponto do círculo onde foi-te solicitado uma ação, uma expressão, mas depois regressa ao centro e observa tudo.

Chegar até ao ‘centro’ por si mesmo é um grande objetivo.

E não é fácil permanecer ali depois, porque basta uma emoção, um sentimento, um não estar atento, cauteloso, totalmente desligado, para perder aquele lugar, para se deslocar do centro.

E aquele ‘centro’ chama-se Equilíbrio.

Do centro podes elevar-te com distanciamento: do alto e no centro podes observar melhor tudo, para compreender totalmente, e saber então agir do modo pedido.

Alcança o ‘centro’ por ti mesmo, e dali saber desligar-se para observar tudo do alto, pode tornar-se fácil vivendo de Alma livre.

Se sentires a fadiga em chegar ao ‘centro’, de viver com Equilíbrio, sorri e pensa que a sentes porque não é simples desligar-se de tudo, mas esse objetivo é fonte de alegria, de paz, de serenidade.

Qualquer fadiga, por quanto maior possa ser, não é nada perto de tudo aquilo que essa fonte pode doar-te e te doará realmente. Então, vai em direção a esse ‘centro’ com a alegria em chegar ali, o entusiasmo em alcançar esse objetivo.

Caminha e age sorrindo, com a certeza de chegar, mesmo se às vezes os teus passos demorem, ou qualquer obstáculo requer tempo para ser superado.

À medida que te aproximarás, saborearás novas alegrias, uma serenidade nova, uma paz profunda.

Vais te sentir cada vez mais livre, porque no ‘centro’ estarás livre de tudo o que pode sufocar o coração, retirar a serenidade, obstruir o caminho.”

Força

“... A Força está em todos, mas nem todos escolhem exprimi-la. Recorda que, às vezes, por trás de uma expressão aparentemente de fragilidade, de debilidade, há uma força não iluminada, que comanda, impõe, exige, dirige.

Muitas vezes se usa mesmo uma aparente debilidade, fragilidade, timidez, o demonstrar de não conhecer, de não compreender, de não saber fazer, para induzir alguém a agir em seu lugar, a fazer o que se deseja, a comportar-se como se quer, ou para receber alguma coisa, ou para obter vantagens.

Por isso nem sempre é simples descobrir a verdadeira Força, ou onde a força não luminosa se esconde.

Juntos, com Amor, iluminando a tua Força, de modo que tu possas exprimir em toda a sua grandeza, com toda a Luz que esta requer.

A verdadeira Força é a Força do Amor, da Luz, da Alma.

Eis porque pode ser expressa com o Amor doce e tenro.

A Força não luminosa pode ser expressa com ações violentas, com expressões duras, mas mesmo essas escondem uma fragilidade, ou medos.

Às vezes a Força requer a firmeza, mas também essa pode ser sempre expressa com doçura, bondade e ternura.

Seja consciente de tudo aquilo, para recordar que em ti há uma grande Força para viver, enfrentar e fazer tudo.

Então, sentes que será sempre uma escolha tua extrai-la totalmente, será depois uma outra escolha expressá-la somente com a Luz e o Amor.

Com essa consciência observa quem está ao teu lado, recordando sempre que cada um tem dentro de si uma grande Força.

Assim saberás compreender quem teme em extrai-la, saberás ter compaixão com quem não a extrai para suas vantagens ou para manipular.

Saberás ir para além das palavras, as lágrimas, as expressões de debilidade e de fragilidade.

E se alguém, para obter vantagens, não escolhe usar a própria Força, saberás trazer clareza, e se necessário, também distanciar-se.

Exprimindo com a Luz e o Amor a Força que há dentro, saberás proteger-te, doar, ajudar e amar com intensidade.”

Assertividade

“... Antes havia muito poucas palavras, e haverá um tempo em que existirão ainda menos palavras.

Naquele tempo haviam os grandes ‘sins’, os grandes ‘nãos’, que nasciam do coração, de uma sabedoria profunda, da união do coração à Luz, da conexão profunda com a Grande Luz.

Quando havia um ‘sim’, era um ‘sim’ luminoso: quando havia um ‘não’, era um ‘não’ luminoso.

Quando o ‘sim’ era pronunciado, permanecia ‘sim; quando o ‘não’ era pronunciado, permanecia ‘não’.

Poucas palavras, palavras claras, coerência com essas palavras. Esta é a Assertividade.

E se há a união do coração com a Luz, as palavras serão sempre expressas com Amor.

A Assertividade te ajudará a manifestar o que escolheste ser e de exprimir, a manifestar também a tua Essência de guerreira de Luz, e, como tal, afirmar:

– Eu sou uma guerreira de Luz. Nada temo e não me movo. – .

A Assertividade acompanha também as ações, onde poderás dizer:

– Se escolho andar, nada me pode impedir. O meu propósito, a minha meta, são luminosos e continuarei o meu Caminho além de tudo, sobre todos os obstáculos. –

A Assertividade vem do fundo iluminado, é manifestada sempre com o Amor.

Assim, quando te exprimires, te manifestarás, agirás, tudo farás com Assertividade e Amor.

Isso desconcerta, mas também atrai. Eis porque com a Assertividade podes despertar outros ‘Corações’, podes ajudar e doar.

E com ela te podes também distanciar ou fazer distanciar aqueles que querem sufocar a Luz, ou querem ofuscar a tua Luz.”

Candor

“... O Candor se exprime com o agir, com as palavras, com os olhos, se manifesta em todo o Ser, vibra no corpo e à volta dele. mas lembre-se que você vai antes de tudo que se manifesta de seus olhos, desde a sua vibração

Com Amor te ajudarei a manifestar o Candor com as palavras e nas ações, mas lembre-se que será manifestada primeiramente tudo de seus olhos, das suas vibrações.

Por esse motivo, esteja atenta às vibrações que sentes quando alguém exprime com as palavras que escolheu o Candor. E se dúvidas tiveres, observa os seus olhos.

Lembre-se sempre do que sentes quando estás perto de uma criança, como todo o seu Ser exprime o Candor, como também as suas vibrações são sinceras, como os seus olhos exprimem a pureza do coração.

Lembrando de tudo isso, saberás descobrir onde realmente há Candor ou não.”

Sensibilidade

“... Muitas vezes uma pessoa muito sensível sente-se frágil, vulnerável e, às vezes, teme que o seu coração assim aberto o leva a sofrer mais.

Na realidade a expressão da Sensibilidade demonstra uma grande força e uma grande coragem.

Quem escolhe em ter o coração aberto para sentir, a tudo o que vibra em todo o seu Ser, a escutar tudo o que há e vibra em outros corações, há uma grande coragem e muita força.

É muito mais fácil proteger-se dos próprios e outros sentimentos, fechando o coração, construindo muros, criando barreiras, mas assim se perde a alegria, não se vive o Amor.

A Sensibilidade é escolher sentir cada sentimento, cada sensação, cada emoção, aqueles que nascem no próprio coração, aqueles que chegam de outros corações.

É exprimir sempre cada sentimento, cada emoção, e vivê-los totalmente.

A Sensibilidade traz a compaixão, porque sabe perceber e intuir o que está por trás de cada palavra, expressão e ação.

Leva a viver no coração fazer-se guiada pela Alma.

E quando se escolhe de estar no coração, de viver com o coração aberto, de compreender tudo com o coração, deixa-se a mente fluir.

A Sensibilidade leva a acolher, a amar, a não temer, a envolver amorosamente cada ‘Coração’, porque compreende-se cada necessidade, cada desejo, cada temor.

A Sensibilidade ajuda a dizer as coisas de boas maneiras e no momento certo, doar o que naquele momento é necessário, a amar totalmente. Isso ajuda a saber como, até mesmo, manter-se firme para esperar o pedido, e para aproveitar o momento oportuno.”

Amabilidade

“... A Amabilidade é a expressão do Amor que envolve, nutre, acompanha, acolhe, e em tudo compreende.

É indispensável antes de tudo a si mesma.

Seja amável com a Criança que está dentro de ti, seja amável com o teu coração, aceitando as tuas necessidades, as necessidades do coração e do corpo.

Com Amabilidade fala ao teu coração e ao teu corpo, para saber acompanhá-los além das necessidades.

Isto, a fim de que o coração e o corpo sejam sempre livres: somente assim a Alma permanece livre.

Se fores amável com a Criança que há em ti, com o teu coração, com o teu corpo, saberás com Amor envolver cada ‘Coração’ que encontras, acompanhar cada viajante que se aproxima de ti.

A Amabilidade é necessária quando se opta por doar o seu conhecimento, a sua sabedoria, a sua experiência.

Assim cada ‘Coração’ que receber isso, será facilitado a fazer as suas escolhas, os seus passos, as suas ações, e sobretudo, saberá abrir-se a ti, sentindo que o compreendes e o ajudarás gentilmente.

A Amabilidade atrai, porque todos precisam de Amor.

Leva a abrir os corações, porque sentem que não serão julgados, mas somente aceites e amados.

Nutre o corpo porque há necessidade de carinho, ternura e calor.

A Amabilidade, a doçura, a ternura, não estão de todo longes da força e da firmeza, porém, para serem expressas totalmente, são acompanhadas destes.

Somente assim haverá o grande som que entrará no fundo do coração, para nutrir, iluminar, curar.

Se optares por exprimir desta forma, vais ter também certeza que não haverá a ‘afetação’ que não faz bem a ninguém, porque não nutrem e nem suportam, mas eliminam e manipulam.”

Pacatez

“... A Pacatez começa quando é alcançado no próprio centro, quando permanece conectado à Luz e ao Amor.

A Pacatez requer o recordar-se sempre de ser Alma livre, em viagem e direção a uma grande meta, de ser Almas Luminosas que escolheram a Luz e o Amor

Lembrando que tudo o que acontece é escolhido pela Alma, e que, para além das aparências, é bom para a própria Alma, vive-se tudo mantendo-se calmo.

Se exprimes tudo com Pacatez se se recordares que quem se encontra é uma Alma Luminosa que a Alma escolheu encontrar para doar ou para receber.

As dificuldades que se encontram no quotidiano levar a perder mesmo a Pacatez.

Por isso, de manhã, quando acordas, fica um pouco Comigo e respira o Meu Amor.

Leve para dentro de ti todo o Amor e a Luz que nesses momentos dou-lhe e diz-Me:

– Ajuda-me a tornar Amor, a difundir hoje o Amor em tudo, com qualquer pessoa. – .

Depois, quando sentes que alguma coisa pode te fazer perder a Pacatez, pare por um instante, respira o Amor, e lembra o que de manhã Me pediste, assim saberás levar-te com Amor, exprimir-te pacatamente.

A Pacatez perde-se quando está longe do próprio centro ou não está em conexão com a Luz, com a própria Essência luminosa.

E quando não é ainda redescoberto em ser Alma Luminosa no caminho, está-se longe do próprio centro.

Então, não podes saber se quem encontras é uma Alma acordada ou não, se está no seu centro ou não.

Recordando isso, terás a compreensão total e então a Pacatez.

Faz de tudo para permanecer no teu centro, para recordar quem és, para repetir a tua escolha de doar Amor, para se tornar Amor.

Se em qualquer momento te esqueceres disto e te distanciaras do teu centro, tem compreensão e compaixão contigo.

Assim terás também com os outros, e te deixará sempre com Pacatez.

Devagar, devagar, com a Minha ajuda e o Meu Amor, conseguirás permanecer no teu centro e estar, portanto, sempre pacato.”

Paciência

“... A Paciência é saber esperar com Amor e serenidade.

É reconhecer que nada se sabe sobre o Antigo vivido que pode levar a uma ação, expressão ou dificuldades.

É aceitar de não conhecer o desígnio da Alma e, então, de não saber os tempos necessários para conseguir as próprias conquistas, para deixar andar a própria personalidade, para completar a cura do coração, para superar os obstáculos, para enfrentar os desafios, para vencer uma batalha.

A Paciência ajuda-te a repetir as lições, não somente quando as compreendeste totalmente, mas desde que possas vivê-las ininterruptamente, em qualquer lugar e com qualquer pessoa.

Ajuda-te a doar a tua sabedoria, os teus conhecimentos, a tua consciência, mesmo depois de ter percebido que quem o está a receber aprendeu, e até o momento em que sentiste no fundo do coração.

Saberás doar com Amor até ver os transformou em ações e passos, naturalmente se esta é a tua escolha.

Leva-te a aceitar com serenidade os tempos necessários ao teu coração e ao teu corpo, a esperar pelas coisas ao seu tempo e o seu estar pronto.

Leva-te a doar água mesmo em maiores quantidades do que o necessário para aquele prado, lembrando que, talvez, é árido há muito tempo, e que, portanto, precisa de muito mais água do que pode parecer.

A Paciência faz-te permanecer sereno se, por vezes, tropeças, caís, ou abrandas os teus passos, e ajuda-te a recomeçar com um novo entusiasmo.

Empurra-te a repetir ações e passos para conquistar o que escolheste, sem se cansar, sem ter a ansiedade em alcançar, ou de fazer tudo de uma só vez e rapidamente.

A Paciência ajuda-te a acompanhar com Amor cada viajante. A saber permanecer-se ao seu lado com Amor, mesmo quando não faz os passos e as ações necessárias, naturalmente se vê os seus esforços, continua-se a escolher caminhar em direção à sua meta, na Luz.”

Comentário

A Paciência permite a realização do desenho da Alma, porque saberás viver com equilíbrio, e compreender quando é necessário agir, ou esperar, ou permitir que isso aconteça...

Não traçarás as estradas com pressa e à tua vontade, mas caminharás sereno no Caminho escolhido pela tua Alma.

Assim cumprirás a tua tarefa, na forma e no tempo certo, não anteciparás nada e permitirás tudo.

Não conhecerás mais ansiedade e preocupações, mas somente doces esperas.

Compaixão

“... A Compaixão leva-te a doar e amar totalmente, profundo, luminoso, até doar também a si mesmos.

Quando te aproximas de uma pessoa, pensa que ela é uma flor à qual podes doar água.

A Compaixão leva-te além disso, leva-te a tornar a flor, mantendo-te na tua Essência.

Então, ajuda-te a entrar nos seus sofrimentos, nos seus temores, nos seus medos, em tudo, sem ser oprimido por eles, sem aquele envolvimento que podes temer. Assim, saberás resplandecer os teus e os seus tesouros.

Com a Minha ajuda, aceitarás com Compaixão cada parte que requer ser iluminado, transformado, curado. A reconhecer com alegria todas as tuas qualidades, a viver plenamente todas as tuas capacidades.

Chegarás assim a doar as tuas experiências, a embrulhar com a Luz e o Amor todas as pessoas que encontrar, a viver a Compaixão com todos.

Recordando as tuas dificuldades, a tuas fadigas, a tua solidão, o que viveste, saberás compreender tudo o que uma pessoa está a viver, e demonstrar então Compaixão.

Se necessário, saberás também empurrar com Amor e determinação, recordando que todos têm a força necessária para viver tudo.

A Compaixão te ajudará a ser infinitamente amoroso e acolhedor, mas também firme e claro.

Te fará compreender como acompanhar uma pessoa a tomar os passos e as ações, à medida que está pronto para os fazer.

Leva-te a aproximar-se sempre e totalmente aos corações, às Almas, que têm necessidade de tua ajuda, permanecendo naquele distanciamento indispensável para continuar a sorrir, e permanecer com o coração leve, quaisquer que sejam seus problemas.

A Compaixão faz-te participar dos seus passos, de suas ações, apoiando, caminhando ao lado, suportando, às vezes, também agindo com eles, e lembrar que não podes nem agir, nem caminhar com eles.

Somente assim, o que conseguirmos, o que conquistarmos, será selado neles.”

Pergunta:

Como posso encontrar o equilíbrio entre a paciência e a assertividade?

Resposta:

“A Compaixão requer ser sempre muito paciente, envolvente, amoroso.

De saber diferenciar entre tomar consciência, clareza, ou esperar, porque também se o teu é o ‘balsamo’ necessário, talvez aquele coração naquele momento assim não o sente ou o teme.

Se tens ininterruptamente a ligação com a Luz, coMigo, te ajudarei a compreender quais são os momentos justos, as coisas

a dizer ou a fazer, a sabedoria para trazer, as experiências para partilhar.

A Compaixão requer ser como uma mãe, que acolhe alegre entre os seus braços seu filho, amando-o como naquele momento, envolve-o com o seu Amor tenro, tranquiliza-o, solta os seus medos e as suas dúvidas com o seu sorriso.

Para ser como um pai que sabe como apoiar, compreender, acompanhar, inspirar força e coragem.

Para estar pronto em todos os momentos para cuidar desse coração, desse Alma, de qualquer forma conhecida, em cada situação.

Assim serás uma Alma Luminosa que sabe amar na totalidade. Somente quando um ‘Coração’ está cercado por tudo isto, e a isto se abre, pode indicar os passos a dar, as ações a serem tomadas, e doar as lições que aquele momento requer.

E pode ser necessário fazer isto muitas vezes, com paciência infinita.

Se, apesar de tudo aquilo, aquele ‘Coração’ não escolhe curar ou de fazer as ações e os passos necessários, é indispensável ainda a paciência para continuar a acompanhar, e repetir as lições doadas.

Somente quando tens certeza que é uma real e clara vontade de não escolher, de não caminhar, de não agir, o equilíbrio leva-te a não dispersar mais água.”

Aceitação e respeito

“... A Aceitação é o início de toda mudança, de toda transformação, de toda cura.

Esta é indispensável quando se escolhe amar e ajudar.

Se se deseja mudar alguma coisa em si mesmo, na própria expressão, na própria personalidade, o primeiro passo é aceitar serenamente e com alegria o que se escolhe mudar.

O segundo passo é amar o que se deseja mudar, porque há a Aceitação verdadeira somente quando se ama incondicionalmente.

Se te amas sem quaisquer condições, te aceitarás com serenidade em cada coisa, em cada especto, aceitarás todo o teu ser.

Desta Aceitação amorosa, podes começar a mudar, a transformar, aquilo que desejas, seja em ti ou à tua volta.

E tudo pode acontecer, se primeiro escolhes continuar a aceitar totalmente, incondicionalmente, amorosamente, aquilo que queres mudar, mesmo se isso não mudar apesar os teus esforços e das tuas tentativas.

Isto, porque não conheces os tempos necessários, e nem sempre podes compreender o significado real daquilo que existe ou acontece em ti ou à tua volta. Algumas coisas podes compreender, outras podes intuir, mas não todas e nem sempre. A Aceitação dá espaço também à cura do coração e do corpo, porque podes compreender o significado de uma desarmonia do corpo, de uma ferida do coração, somente depois que a aceitaste.

A Aceitação permite-te ajudar realmente os outros quando é incondicional, total, amoroso.

Quem escolhe ser ajudado por ti, sente se o aceitas e o amas assim como é, procura compreender sem qualquer julgamento. Só então poderá abrir-se a ti, e encontrar tudo o que é necessário para fazer o que quiser.

Eis porque a Aceitação é a base do amar, curar, ajudar; é o início de toda mudança.

Leva-te a respeitar o teu corpo e o teu coração, a respeitar os tempos necessários para as mudanças, as transformações, as curas.

Isto saberás fazer então com quem encontrares, com quem escolheres amar, para ajudar.

Se aceitas um ‘Coração’ assim como é, se respeitas totalmente os seus tempos, as suas escolhas, o seu agir, chegar na compaixão, a doar a verdadeira ajuda, a doar também a ti mesmo.

Nisto serão necessários o equilíbrio e a integridade; como aceitas os tempos, o agir, as expressões de um ‘Coração’, é indispensável que saibas observar se consegues ficar do seu lado de qualquer forma, com serenidade, ou se alguma coisa dele traz-te emoções, sentimentos ou tensões, que te tiram a calma e a paz.

Se isto acontecer, reconhece as tuas reações sem julgamento, e aceita que é melhor para ti e para ele, desprender-te amorosamente.

Isto é, respeitar e aceitar com Amor a outra pessoa e si mesmo, na clareza, no equilíbrio.”

Perdão

Comentário

A aceitação e a compaixão, unidos ao Amor das Almas, levam a perdoar a si mesmo e aos outros.

Lembre-se que se estiverem Almas no caminho, que se escolheu esta viagem para se tornar ainda mais brilhante, leva a perdoar ininterruptamente todos e tudo.

Isto porque se é consciente que não se pode conhecer as experiências que uma Alma escolheu viver, nem os tempos necessários para tomar os passos e as ações

Não se pode compreender todas as causas e as motivações das suas ações e expressões, porque não se conhecem as raízes.

Lembrar-se disto, leva a andar sempre para além de tudo, mesmo a perdoar.

O Perdão é indispensável para si mesmo e para os outros, para curar-se e ajudar a curar, para amar-se e amar incondicionalmente, para respeitar o tempo próprio e dos outros, nos passos, mudanças, curas, transformações.

O Perdão é uma grande conquista que requer muitos passos, ações, curas, transformações.

E é necessário muito tempo para compreender cada coisa, aceitar e amar.

Por isso mesmo acreditamos ter perdoado, mas, em seguida, um facto ou uma situação nos mostra que não tínhamos alcançado o Perdão total, profundo, incondicional.

Viver com Almas livres permite conhecer o verdadeiro Perdão, e de alcançar o momento no qual desaparece a necessidade de perdoar.

Isso acontece quando se vê tudo como experiência, quando se se deixa de lado a crítica e se torna intocável.

Notas:

O Perdão é uma conquista imensa, é uma meta que se alcança lentamente.

Requer usar muitas outras 'Chaves de Luz', e de fazer então, repetidamente, as verificações.

Por esse motivo falaremos disto mais amplamente nos próximos livros.

Humor

Comentário

O Humor é indispensável na vida para se saber enfrentar tudo aquilo que acontece, sem se sucumbir e sem ser oprimido pelos eventos.

Está ainda mais no despertar, no Caminho de crescimento, porque permite redescobrir tudo, enfrentar com serenidade as dificuldades do crescimento, de viver a vida como um jogo.

Sobretudo, leva a brincar consigo mesmo e com aquilo que é necessário transformar, dissolver, deixar ir.

O Humor mantém alta as vibrações em qualquer momento.

Se rires de ti mesmo, aceitarás a própria personalidade e todas as partes ainda não iluminadas. Saberás, então, agir com amor.

Para alguns o Humor é inato, mas todos podem aprendê-lo, e vivê-lo conosco mesmos, com os outros, e com tudo o que nos circula.

Autoestima

Comentário

A Autoestima nasce da consciência em ser Cintilas Divinas. Reconhecendo-se como tal, sentimos que tudo aquilo que obstrui a expressão da própria Essência, potencialidade, criatividade, força, pode ser resolvido ou superado.

Estamos certo que, como Cintilas Divinas, em nós há luz, há a Força da Luz, o Poder da Luz, e, portanto, podemos fazer e superar tudo.

Estar conscientes disso, ajuda-nos a evitar estas afirmações:

– Não consigo fazer isto, não sou capaz, não me encontro à altura disto, etc. –.

Às vezes essas expressões são contudo usadas para não se viver com responsabilidade da própria vida, em todos os aspetos, ou para se obterem vantagens, ou para denegrir.

Como Almas Luminosas dizer: – Até este momento não tenho sido capaz de fazer isso, mas agora eu sei que o posso fazer com a Força da Alma, com o Poder da Luz–.

*O nosso Anjo está sempre perto de nós e ajuda-nos em tudo.
À nossa volta estão muitos Anjos, e podemos pedi-los de nos
ajudar em tudo, de fazer cada coisa perto de nós.
E, com Eles, tudo é possível.*

Motivação

Comentário

Todos os conquistadores chegaram às realizações escolhidas porque tinham uma grande motivação, que os ajudava a superar quaisquer dificuldades.

Em todas as coisas que faziam conscientemente, foram movidos por um motivo, por um propósito.

Para quem escolhe caminhar num Caminho luminoso e seguir a Alma, não há Motivação maior daquela de alcançar a própria meta, de realizar o desígnio da Alma, de tornar-se mais e mais brilhante, de amar, doar, ajudar.

Se mantivermos o foco nessas metas, dentro de nós haverá a Motivação que criará o impulso e o entusiasmo para continuar o Caminho, para realizar as ações e os passos necessários, para expressar sempre a nossa Essência, para além de toda as dificuldades.

Se maior for a Motivação, maior será a nossa força de vontade, e essa nos poderá ajudar a alcançar cada objetivo.

Determinação e Prudência

Comentário

Quando se faz uma escolha, depois, para vivê-la é indispensável agir com Determinação, em cada momento, renovando continuamente a escolha.

Quando se quer chegar a uma meta, é necessário andar em sua direção com Determinação, e com ela superar cada obstáculo, caminhar com qualquer condição de tempo, seja com o sol, a chuva, ou o vento somente assim se pode lá chegar.

E, ao lado da Determinação, é necessário haver a Prudência.

Esta nos ajuda a permanecer vigilantes, atentos, acordados. Faz-nos ser responsáveis e saber valorizar a situação e os tempos.

A Prudência nos permite compreender como agir e esperar o momento certo.

Disciplina e Constância

Comentário

A Disciplina é uma palavra que, em si mesma, cria temores ou reações, porque vem associada à rigidez, à imposição, ao dever de viver sob esforço.

Enquanto pode-se torná-la doce, com o Amor, a alegria e o entusiasmo em alcançar objetivos predefinidos.

Vivendo-a, pode-se compreender o quanto é indispensável para a realização de cada desenho, para se alcançar cada conquista.

A Disciplina é subjetiva. Deve ser escolhida avaliando tudo e observando-se com integridade.

Somente assim se saberá vivê-la serenamente em cada coisa.

Por exemplo, se quiser fortalecer o corpo, escolhe-se aquilo que é bom para si mesmo, aquilo que se sente poder fazer, os tempos que podem existir ou que se escolhe dedicar ao fortalecimento.

Essas escolhas 'em todos' fazem sentir ser livres, e a liberdade leva a amar o que se faz e se vive.

Assim, cada esforço, cada fadiga, é vivido com serenidade e entusiasmo, pensando em como depois o corpo será, a aquilo que doará, o quanto permitirá viver e fazer.

É indispensável pôr-se assim com todas as conquistas escolhidas, mesmo com as do coração e da Alma.

A Disciplina requer a Constância: se usar os meios de vez em quando, não se conquista nada, não se chega à meta desejada. Naturalmente não se deve haver a rigidez, nem na ação, nem no pensamento, porque isso leva à reação, à rejeição, e a cansar-se de tudo antes de se alcançar o objetivo escolhido.

Abertura e Pensamento positivo

Comentário

O Caminho da Alma requer abrir o coração totalmente, estar prontos a receber, a doar, e viver tudo aquilo que a Alma escolheu.

Se o coração não estiver aberto, não chega à intuição e não pode haver compreensão.

Somente se o coração estiver amplamente aberto poderá acolher o Amor dos Anjos e da Grande luz, poderá ser afundado pela Luz, que tudo cria e permite.

Somente assim podes receber o Amor de quem está próximo e de quem encontras no caminho.

O Amor é a manifestação da Luz, é o meio através do qual a Luz se cria.

Portanto, um coração não aberto totalmente ao Amor, limita a realização de cada ação.

O coração amplamente aberto ao Amor e à Luz, pode sentir o Amor, a ajuda, a proteção do próprio Anjo e da Luz. Então, será natural ter o Pensamento Positivo.

Se realmente, totalmente, profundamente, se acredita ter ao lado um Anjo que está ali para nós, que age conosco; se se acredita que muitos Anjos colaboram para nos ajudar a alcançar a nossa meta, para iluminar ainda mais a Alma, é

natural sentirmos amados, protegidos, ajudados, e ter então apenas pensamentos positivos...

Isso leva a acolher serenamente o que acontece e a viver com Amor, sentindo que tudo é útil para a própria Alma, para além do que tu compreendes ou não.

E se é certo que será assim mesmo para o que aconteça no futuro.

Então, os pensamentos serão somente positivos.

Tem sido cientificamente comprovado a força da visualização e o poder do Pensamento Positivo.

Esses permitem alcançar o que se pretende, porque conduzem o olhar ao objetivo, à meta, e não às dificuldades que poderão surgir.

Os caçadores de ouro nunca o teriam encontrado se tivessem pensado sobre os esforços da procura...

A Abertura e o Pensamento Positivo permitem e atraem o que ainda não conhecemos, e que então, nem mesmo sonhamos, desejamos, pedimos.

Se estivermos abertos sem algum limite, se esperarmos até mesmo o inimaginável, encontraremos o inesperado, e permitiremos dons e magias impensáveis chegar até nós.

Deixar o passado e saber-se adaptar

Comentário

Quando se escolhe deixar o passado, tudo o que aconteceu dentro de nós e à nossa volta, até ao instante anterior, então está-se realmente preparado para tornar-se novo, a receber o novo que pode acontecer em qualquer momento.

Descolar-se continuamente da imagem de si mesmo, permite expressar sempre mais e mais a própria Essência.

Ter o olhar somente no presente, leva a colher tudo que cada instante pode doar, pode permitir.

Do passado é bom virar o olhar unicamente para aquele momento que te permite aprender com as próprias experiências, para não repetir as mesmas 'lições', e para colocar-se sempre numa nova maneira. Mas esse tempo deve ser realmente 'um instante', e, em seguida, o olhar deve ser mantido no presente, deve ser levado ao Céu.

A nossa mente nos leva continuamente ao passado ou ao futuro, enquanto a nossa Alma nos pede para pensar unicamente no presente, a fim de colher tudo, para fazer e viver o que nos é pedido, o que se escolheu, e para doar o que nos é possível.

E os Anjos nos lembram que, na realidade, podemos viver somente o presente...

Assim se pode expressar a Essência do viajante que continua sua viagem, com o entusiasmo de viver cada dia uma aventura mágica.

Quando se vive a vida como uma aventura e se sente sempre no caminho em direção a experiências novas, nada do passado é difícil deixar andar, porque se antecipam as alegrias que os lugares novos doam, e a realização do coração para as conquistas que se conseguem alcançar.

Se se escolhe deixar continuamente o passado e se expressar com entusiasmo a Essência do viajante, não se fica mais ligado aos lugares, às coisas, aos hábitos, e torna-se natural saber-se adaptar com alegria em cada nova situação.

E se o coração está aberto ao novo, o corpo fica pronto para viver tudo o que acontece e em cada lugar.

Isto é a Adaptabilidade.

Com ela torna-se livre de tudo, de todos, e sobretudo, de si mesmo.

É-se Alma livre que eleva alegria ao Céu.

Viver a solidão sem se sentir só

Comentário

Quando se vive sozinho e serenamente alguma coisa, um evento, uma situação, há a confirmação da própria capacidade, da própria força, da própria Essência.

Isto pode ser alcançado recordando que, na realidade, nunca se está só, porque ao nosso lado há o nosso Anjo, existem muitos Anjos e, se desejarmos, podemos pedir sempre a Eles ajuda e fazer tudo junto a Eles.

O nosso Anjo pode ajudar-nos mais do que qualquer outra pessoa, porque ajuda-nos com a Luz e com o Amor, porque leva-nos a descobrir e a viver a Força da Luz, o Poder do Amor.

E os Anjos conhecem meios e vias desconhecidos pelo homem e pela nossa mente...

Apesar de não vermos o nosso Anjo, se não conseguirmos perceber a Sua presença, o Seu toque, Ele manifesta-se e ajuda-nos também através de alguém ou de alguma coisa, e está conNosco em tudo.

Lembrando disso, supera-se a necessidade de ter sempre alguma pessoa por perto, o medo de não ser capaz de viver uma situação sozinho, ou de fazer sozinho uma determinada coisa.

Saber viver com alegria essa solidão, liberta-nos de apegos, ilusões, necessidades, e da parte de nós que nos faz viver

compromissos e realizar ações não luminosas, apenas para termos por perto uma pessoa.

A Solidão é uma conquista que oferece a liberdade total, e nos faz apreciar integralmente quem está ao nosso lado, uma ajuda recebida, o Amor dado.

Nos momentos em que estamos sozinhos é mais fácil captar as mensagens dos Anjos, descobrir a linguagem da Natureza, dos Seres de Luz e das Criaturas que ali vivem.

E assim, temos a confirmação de que, na realidade, o silêncio 'fala' ...

Na Solidão serena podemos sentir mais intensamente o Amor da Grande Luz, os Anjos, o Universo, e então experimentar alegria e realização assim intensa de não poder ser explicado com as palavras.

Nota:

Devido a Solidão vivida na paz ser também o resultado de outras 'Chaves de Luz' e de experiências que são vividas no Caminho de crescimento, será um tema que vai ter maior espaço nos próximos livros.

Comentário Final

Esses que vimos agora, são somente algumas das 'Chaves de Luz' que nos pode ajudar, que muito podem criar na nossa vida e no Caminho de crescimento.

*Existem outras igualmente importantes, entre as quais:
a Liberdade, o Transcender, a Intocabilidade, a Invencibilidade, o Credo, o Destacamento-União, que se compreende sempre mais durante o Caminho de crescimento.
Eles serão tratados nos próximos livros, ao mesmo tempo, sendo, por vezes, chamados também neste.*

Pergunta:

Sinto essas 'Chaves de Luz' indispensáveis, mas temo não saber usá-las.

Resposta:

“Tranquiliza o teu coração dizendo:

– Esqueci-me delas por um pouco, mas essas 'Chaves de Luz' já as usei em outras viagens–.

Depois, pede-Me para ajudar-te:

– Estou feliz e orgulhoso de ter escolhido de retomar um Caminho Luminoso. Ajuda-me a permanecer humilde, a recordar o Antigo, a preparar-me para o Novo, a usar bem e sempre as 'Chaves de Luz' –.

E sorri para Mim e para o Céu, sentindo-se uma Alma Luminosa. Ao fazer isso, todos os medos desaparecerão, e sentirás algo que a entrar dentro de ti: é o que eu te darei a fim de que tu possas agir para a tua Alma, sentir toda a tua força, redescobrir a tua Essência.

Sentirás dentro de ti a Minha força que desperta a tua, e naquele momento diz:

– Esta minha força não é nada perto da verdadeira força que há dentro de mim, que sempre o meu Anjo me doa–.

E sentirás como a força física é muito importante e muito bela, mas ela deve ser combinada com a verdadeira força: a ‘Força da Alma’.

Sempre pode acontecer alguma coisa que desvia momentaneamente a força física, ou a diminui, enquanto não há nada que pode desviar a ‘Força da Alma’, nem diminuí-la, e não há ninguém que a pode sufocar.”

“... E agora podes compreender o quanto é importante ter entre as tuas mãos todas as ‘Chaves de Luz’, e tê-las polidas a fim de que estejam prontas para quando os tem que usar.

Não temer e não perturbar-te, se até agora não o tenhas exprimido ou totalmente usado.

Com alegria dá espaço ao impulso da Alma que te leva a reassegurá-las nas mãos, uma a uma, a poli-las para torná-las brilhantes e prontas.

Leva-a para dentro do teu coração, a fim de que, quando necessário, tu possas tomar nas mãos a ‘Chave de Luz’ solicitada naquela situação ou de alguma coisa.

Lembra-te de tê-la sempre bem luminosa, e de permanecer atento a fim de que a poeira não a cubra novamente.

Fique pronto para usá-la porque podes não saber quando uma ‘Chave de Luz’ irá servir-te, ou qual será necessária naquilo que andares a viver ou a fazer.

Se dentro de ti permanece polida, se a proteges com Amor, se com orgulho toma-la pela mão e a observas com humildade, não temerás nada, porque estarás certo que em cada momento possuis a ‘Chave de Luz’ necessária, e saberás como usá-la.

E usando-a com Amor, para a Luz, tornar-se-ão mais luminosos e resplendidos.

Assim chegará o momento em que farão parte da tua Essência: não serão mais ‘Chaves de Luz’, mas tuas expressões.

Com alegria estou perto de ti para ajudar-te a tê-las sempre lucidas e protegidas no teu coração.

Com Amor ajudar-te-ei a perceber qual deve ser usada em cada momento, situação, coisa, e por quanto tempo.”

Resumo de expressões sugeridas

pelos Anjos

- *Sou forte e estou a agir com Clareza para sê-lo sempre mais, para usar toda a minha força –*
- *Sou consciente, compreendo a minha dificuldade, vejo o meu obstáculo, mas escolho permanecer firme –*
- *Eu sou uma guerreira de Luz. Nada temo e não me movo –*
- *Se escolho andar, nada me pode parar. O meu propósito, a minha meta, são luminosas e continuarei o meu Caminho para além de tudo, sobre cada obstáculo –*
- *Ajuda-me a tornar-me Amor, a difundir hoje o Amor em tudo, com qualquer pessoa –*
- *Esqueci-me delas por um tempo, mas essas ‘Chaves de Luz’ já as usei em outras viagens. –*

- *Estou feliz e orgulhoso de ter escolhido retomar um Caminho luminoso. Ajuda-me a permanecer humilde, a recordar o Antigo, a preparar-me para o Novo, a usar bem e sempre as ‘Chaves de Luz’ –*

- *Esta minha força não é nada perto da verdadeira força que há dentro de mim, que o meu Anjo me doa sempre –*

II

A via da cura

Comentário

Amada Alma Luminosa, não é fácil falar disto de modo simples e breve, porque a cura envolve todas as partes da nossa Essência, reconhecidas e manifestadas, ou ainda por descobrir ou por iluminar.

Requer trazer o olhar sobre o quanto estamos vivendo, sobre o que já vivemos, sobre a imensidade do mundo interior, sobre tudo que nos circunda, seja perto ou longe de nós.

É conhecido o quanto a doença física ou mental é a materialização de uma desarmonia já manifesta na aura.

Decorre da cristalização de 'elementos invisíveis' como as intenções, os pensamentos e expressões negativas, do que é reprimido, de não viver totalmente a própria Essência, ou dos traumas vividos.

Por isso a atenção tem que ser trazida também aos 'corpos subteis', ao mundo real invisível e ao Antigo (vidas passadas).

Portanto, escolhi limitar-me a flash, seja com comentários que seja como channeling, com o propósito de permitir a todos de levar Luz para dentro de si, e de ampliar os próprios conhecimentos, nos tempos e nos modos desejados.

Mais do que conhecer, é sempre necessário experimentar pessoalmente, dia após dia, com os próprios tempos, a liberdade absoluta.

Como cada conquista, também a cura e ainda mais a prevenção, requerem uma profunda integridade em fazer as escolhas, no aceitar das consciências que chegam até nós e que descobrimos, na realização dos passos e das ações requeridas, no deixar ir

seguranças, vantagens, ilusões e muitas partes da personalidade.

As mensagens dos Anjos são dirigidas principalmente ao crescimento pessoal, ao alcançar da serenidade e da paz do coração, da realização do desígnio da Alma.

Isto porque, como tudo, as raízes da desarmonia estão na história da Alma, a cura faz parte do desígnio da Alma.

Antes de entrar nesta visão global, distanciamos a mente para compreender, descobrir, escolher e viver, somente através o coração.

Acompanhamos a nossa Criança interior 'No Caminho da cura', assegurando-lhe com essas palavras dos Anjos.

“... E como uma criança, sobe no baloiço, será assim mais fácil alegrar como as crianças, cantar como as crianças, sentir a emoção de ser embalado, o entusiasmo em ser atirado muito ao alto.

Sobre os Nossos baloices, não se pode cair... a partir desses pode-se descer para os Nossos braços.

Não temer nunca os Nossos baloices, mesmo se no início possa ser a perturbação que nasce do não sentir os pés na terra, ou se teme de cair.

Temores e perturbações desaparecem quando sobre o baloiço Comigo terás brincado.

Permanecerá somente a alegria por ter brincado, cantado, sorrido, e a certeza que os Meus braços te ampararão sempre.

Conhecerás a leveza de voar, terás prova de que:

quando é necessário caminhar, caminharei perto de ti;

quando é necessário correr, amorosamente estimular-te-ei a fazê-lo;

quando é necessário brincar, sobre o baloiço te levarei;

quando é necessário descansar, entre os Meus braços te prenderei, te envolverei com ternura, te nutrirei com o Meu Amor.

Sentirás tudo isso, descobrirás somente subindo sobre o baloiço.

As palavras podem levar a acreditar, mas não a sentir e a exprimir.

E se não se exprimir não se pode compreender realmente e totalmente.

Com alegria suba sobre o baloiço como uma criança e tornar-te-ás mais do que nunca, uma criança feliz e despreocupada.

Sai sem pensar em nada, com o entusiasmo que nasce do saber o que pode cantar, alegrar, sorrir, provar a emoção da liberdade, o êxtase do voar.

Vivendo isso não sentirás o vazio porque os teus pés estão firmes na terra, nem sentirás falta de qualquer coisa do mundo.

De cima do baloiço terás a visão total de tudo: do que poderá levar-te ou distanciar-te do contentamento e da felicidade, do que é real ou é ilusão.

E quando como criança goza-se a brincar no baloiço, chamam-se outras crianças que a podem jogar muito em alto... depois essas crianças subirão felizes sobre o baloiço para serem empurradas por ti muito em alto...

Sobre Nosso baloiço pode-se chegar a alturas inimagináveis, porque Nós estamos ali perto, para empurrá-los muito alto com Amor, para protegê-los com alegria.

Com entusiasmo sobe sobre o baloiço para alegrar, para receber as doações que continuamente levarei a ti, para aproximar-te do Amor novo.

O verdadeiro Amor tem necessidade da Luz que tudo ilumina, da liberdade total que lhe permite crescer e voar.”

*S*ignificado das desarmonias e do sofrimento

*C*omentário

Para alcançar a cura, para viver tudo o que pode ser prevenção, para aceitar amorosamente as desarmonias e então poder depois transformar tudo isso, é necessário compreender o significado e o propósito do sofrimento.

“... O sofrimento é uma de muitas experiências que a Alma escolheu viver para conhecer, crescer, evoluir. O sofrimento pode ser um meio para curar o Antigo e descobrir o Mundo Novo.”

◇ *Meio de cura*

Pergunta:

Porque algumas pessoas sofrem muito?

Resposta:

“Não apenas algumas pessoas mas muitas pessoas têm grande sofrimento. Muitos deles são dilacerantes, e estão ocultos nos corações que buscam expressar algo mais: esses são os sofrimentos mais intensos, mais profundos.

E não é possível classificar o sofrimento: contudo é sofrimento. Uma desarmonia física pode ser vivida serenamente e não criar grande sofrimento, se a pessoa a vive com consciência, a aceita, há já descoberto em si a força que permitirá a cura.

Se isso não é, ou se aquela desarmonia tocar na ferida que há no coração, será um sofrimento maior e mais profundo.”

◇ Chamamento da Alma e do coração

“... O corpo chama por qualquer coisa que o coração necessita, ou para aquilo que nele viu iluminar, para curar, para dissolver, para transformar, para deixar ir.

O corpo chama a tua atenção a fim que tu possas escutar a Alma e aquilo que ela está a dizer-te.

A Alma, com desarmonia que há no corpo, pode indicar os passos e as ações a fazer, que naquele momento é-te difícil de compreender.

Pode doar a consciência necessária para realizar o desígnio escolhido.

Pode advertir-te de experiências que podes evitar porque não escolhes e não são necessárias, e que te provocaria mais sofrimento.

Pode ajudar-te a tornar-te consciente de que saíste do teu Caminho e, assim, reconduzir-te de volta a ele.

O corpo reflete sempre a situação do coração e da Alma.

Cada desarmonia, física, psíquica, emotiva, pode ser um convite, uma possibilidade, um meio de crescimento.

Pode ser um sinal de prevenção, um indicador que evidencia em qual ponto do momento da tua vida, do teu Caminho, encontras-te.

Ajuda-te a compreender qual parte de ti está a precisar de atenção, a coisa com a qual é necessária confrontar-se ou reconciliar-se.

Uma desarmonia pode doar-te uma consciência que tornará mais leve o quotidiano e alegria à vida. Pode fazer-te compreender uma lição útil a ti e ao teu Caminho.”

◇ *Chamamento da Alma para concluir
dissolver ou curar os ‘Antigos’*

“... Um sofrimento pode levar-te a chegar a um ponto onde, numa outra viagem, paraste porque sofreste muito por causa de alguém, ou porque fizeste alguém sofrer: em ambos os casos, o sofrimento é igual.

Um sofrimento pode fazer-te compreender onde ficaste por causa dos temores, ou para manter algumas seguranças, ou para ter as vantagens, enquanto o desígnio daquela viagem era de prosseguir até à meta escolhida pela Alma.

E quando chegas àquele ponto, tens a mesma possibilidade daquele tempo e o mesmo risco, mesmo agora estás em um lugar diferente, com roupas diferentes.

Se estás consciente, não só pode ser o fim daquele Antigo, mas também uma grande ascensão.

Seja serena: para que isso aconteça, não é necessário conhecer a história antiga, mas para compreendê-la através do coração, porque nela tu a sentirás.

E a Alma te indicará o passo a tomar, a ação a cumprir, a expressão de viver.”

◇ *Não expressão da própria
Essência*

Pergunta:

Não tenho uma dor precisa ou um sintoma evidente, mas não me sinto bem: sinto que me falta algo...

Resposta:

“É uma sensação natural quando não se expressa si mesma e a própria Essência, quando no coração existe alguma coisa que não permite a total liberdade.

Essa sensação de falta, de insatisfação, pode existir quando não se vive o desígnio da Alma e, portanto, não se expressa todas as potencialidades, as belezas, as capacidades que escolheu expressar nessa viagem.

Se não houver essa consciência, muitas vezes procuram-se satisfações fora, mas isso aumenta a sensação de vazio e falta.

Se perseguem a ilusão do que o mundo propõe, mas estas tiram ainda mais, aumentando assim o vazio.

Enquanto vive a própria Essência, satisfaz o coração e o corpo. Só se cumprir os desejos da Alma não se sente mais falta e se preenchem todos os vazios.

Permanecerá somente uma falta: aquela de não estar no ‘Mundo Luminoso’ que te pertence...

Mas mesmo essa pode dissolver tranquilizando o teu coração que voltarás lá, que o que estás a viver é apenas uma viagem que te levará de volta para ‘Casa’ ainda mais rico e luminoso.”

◇ *Presença de pensamentos e
sentimentos não luminosos*

“... Mesmo se souberes esconder completamente as intenções, os pensamentos não luminosos, que em ti existe, chegará o momento no qual o teu corpo se manifestará.

Esses entram nas células do corpo e criam desarmonias.

E mais se procura esconder, mais aumentam as desarmonias.

Se é escondido por muito tempo coisas muito fortes, pode existir também a necessidade de curar as desarmonias com as expressões intensas, porque essas libertam o coração e as células do corpo.

Se compreenderes que essas são necessárias para a tua cura, nada temerás, porque te ajudarei em tudo.

Conduz o olhar para a luz que depois no coração existirá, ao espaço que assim criarás para receber o Amor.

Alegre-se, saboreando a liberdade que assim conquistarás.

Sorri, sentindo que depois saberás amar e doar em um novo modo.”

“... Recorda que na realidade nada se pode esconder.

Terás muitas provações disto observando o que acontece em ti e nas Almas que encontras.

A confirmação que o camponês colhe somente o que semeia; que o universo retorna o que é enviado com intenções, pensamentos, palavras, ações, vibrações.

E assim em ti será selada a consciência de que cada um é arquiteto da própria felicidade.

Isso leva-te a ter responsabilidade em tudo.

Far-te-á livre para escolher como viver a tua vida, e saber assim deixar todos livres.”

Comentário

Descobrir pessoalmente quanto o corpo físico está relacionado com os corpos subtis, e como eles interagem, dá a consciência que permite a cura e facilita a prevenção.

Saber que uma desarmonia aparece no corpo como manifestações de uma desarmonia do coração, da Alma, leva a ampliar o olhar, a compreender onde e como é necessário agir e, então, a não arriscar perder tempo, ou a fazer coisas inúteis. Muitas vezes pode-se sentir o desconforto, perceber as dificuldades, por uma desarmonia que está presente apenas no nível da aura.

Um stress físico ou um trauma que o corpo sofre, podem criar buracos na aura dos quais florescem a energia, ou 'mudar' a aura, e criar uma falta de equilíbrio, quer ao nível físico quer ao psicológico e emocional.

Para transformar isso, é necessário ter a capacidade para ver e ler a aura.

Com serenidade aceitamos a desarmonia, pedimos ao nosso Anjo para ajudar-nos a compreender o significado, abrimos completamente o coração e permanecemos em silêncio: escutando o coração podemos reconhecer, compreender, e sentir tudo, mesmo aquilo que o nosso Anjo nos sussurra...

Através do coração, a Alma nos indicará o caminho a percorrer e as ações a serem realizadas.

O importante é não recusar a desarmonia, não reprimi-la, não ter pressa em dissolvê-la, e ser grato por tudo que nos está a indicar, ensinando e permitindo.

Como sempre, a gratidão abrirá a porta certa e atrairá o que for necessário. Expresse gratidão quando desarmonia aparece ou é sentida, deixe a cura

Expressar a gratidão no momento em que a desarmonia aparece ou é sentida, permitirá a cura.

É bom não querer compreender as causas de todas as coisas, não julgar, e colocar-se com amabilidade.

Pode acontecer a cura, a dissolução, sem que haja a compreensão da raiz, e muitas vezes, a consciência virá depois.

É indispensável não criar resistência e não sufocar nada, porque a supressão cria separação, enquanto a vida requer unir tudo.

É correto ter muita atenção com a desarmonia, mas não lhe dar muita importância, ampliará mesmo a desarmonia.

Mantenhamos o olhar no Céu, peçamos ajuda ao nosso Anjo, façamos tudo o que nos compete, e depois abandonamo-nos serenos, certos que assim acontecerá o que for bom para nós.

O que a cura permite

*C*omentário

Se dissolvermos ou transformarmos a desarmonia, podemos viver tudo o que ela impedia, podemos exprimir o quanto ela sufocava, alegrar com os dons que ela impedia de chegar até nós.

Escutando o chamamento da Alma, vivendo o que ela nos indica, será muito mais simples o caminho no Trilho luminoso escolhido, e realizaremos com mais facilidade o desígnio da Alma.

Isto pode dar-nos a motivação para fazer todo o possível para a cura, para transformar a desarmonia.

Descobriremos que o que antes considerávamos ‘azar’, se transformará em ‘sorte’.

Para além disso, a cura cria e permite outras possibilidades. Vejamos algumas.

◇ *Maior serenidade e fluidez nas
relações interpessoais*

Pergunta:

Como posso agir com a pessoa que está criar-me dificuldades?

Resposta:

“... Antes de mais é necessário escolher como agir contigo para curar o que te cria tanta perturbação.

Quando sentes isso com quem encontras, poder avisar-te que isso não deveria ter acontecido, ou que aquela pessoa tem um significado particular no desígnio da Alma. As relações são um ginásio, uma escola, uma possibilidade de purificação, de cura, de crescimento.

Se o teu coração está totalmente curado, se o Antigo está completamente concluído e curado, ninguém te pode perturbar ou criar dificuldades dentro de ti.

Vês essa pessoa como uma flor que pode ser um meio para cura, para treinar-te, ou para compreender qualquer coisa.

E quando acontece alguma outra ‘rosa’ picar-te com os seus espinhos, diz:

– Também essa rosa é um meio para aprender a viver entre as rosas sem me fazer tocar em algum espinho, andar no meio dos arbustos espinhosos sem mais medo de algum espinho –.

E verás o quão simples será tudo, como rápido poderás curar a parte de ti que cria essas perturbações e dificuldades, parte da qual talvez trouxeste do Antigo, ou escolheste iluminar nessa viagem.

Vais te tornar tão forte que andarás descalço no meio dos arbustos espinhosos, ou com os ventos frios, sorrindo e alegrando-se.

Se trouxeres cura ao coração, ao Antigo, a todo o Ser, com a Minha ajuda e Amor, vives conscientemente tudo perto de Mim, nenhum espinho te irá picar, nenhum vento gelado criará frio dentro de ti.

É assim que irás te lembrar de uma outra parte do Grande Livro da Alma que está dentro de ti, escreverás uma outra página do livro desta vida.”

Pergunta:

Como posso superar as perturbações que a afetuosidade me cria?

Resposta:

“Curando o teu coração e doando o Amor em todas as suas expressões.

Doa um abraço e peça-o. Doa um carinho e peça-o.

Sentes as perturbações quando o Amor entra em ti, ou toca uma ferida no coração. Isso não acontece se tu doas unicamente o Amor e não o recebes em troca, mas assim tudo permanece no coração e não haverá a cura.

Seja consciente que recebendo um abraço, um carinho, o teu coração pode ainda ser incomodado. Naquele momento observa o que sentes: descobrirás partes a iluminar, ou feridas a curar, tornar-te-ás consciente das necessidades e desejos que procuram sufocar.

Se um ‘Coração’ é incomodado ao receber o Amor, tem medo de receber as gentilezas, as afetuosidades, pode sempre correr o risco de ser ferido ainda mais.

O Amor e as suas expressões tocarão o coração até não ficar pleno do Amor Novo que satisfaz todo o Ser e enche cada vazio. Seja consciente desta realidade, mas a perturbação é uma outra coisa: esta é dissolvida, curando ou transformando aquilo que a cria.”

“... Esteja atento à expressão: – *Tenho necessidade de Amor* –.

Isso aumenta o risco de entrar em histórias do passado, em feridas, vazios, necessidades, que foram esquecidas.

Seja consciente que no teu coração não entrou ainda completamente o Amor Novo, e que então nos permaneceu a necessidade de Amor, de ternura, de afeto.

Juntos transformaremos essa necessidade em desejo, porque as necessidades criam dificuldades, enquanto os desejos alegres atraem as doações.

Sorri sabendo que o teu coração estará satisfeito e no Amor Novo viverás quando, com o Meu Amor e ajuda, tudo será curado, transformado, dissolvido, deixado andar.”

Comentário

A cura cria serenidade e fluidez não somente nas relações interpessoais, como também nas relações com os animais, com cada Criatura visível e invisível, com tudo o que nos circunda. Isto porque detrás de cada dificuldade que existe em qualquer tipo de relacionamento, com qualquer pessoa, Criatura, coisa, etc., há sempre uma parte para iluminar, ou qualquer coisa para deixar ir, para dissolver, para transformar, para curar.

◇ *Tornar-se novos – viver o novo –
caminhar na Via do coração*

“... Quando o coração estiver completamente curado, tudo viverás em uma nova forma.

Verás o que está à tua volta de uma maneira nova, saberás apreciá-lo, desfrutar e viver com intensidade e alegria.

Sentirás o que acontece dentro e à volta de ti em uma maneira nova, e nada te tocará.

Saberás receber e doar o Amor em modo totalmente diferente de antes.

Não reagirás mais a nada, mas agirás em tudo. Então o teu agir será novo em cada situação, com cada coisa, em cada relacionamento.

Vivendo tudo em modo novo, vendo e sentindo tudo em modo novo, sentir-te-ás uma pessoa diferente, nova: na realidade serás nova. No teu coração florescem as sementes espalhadas no jardim onde antes havia feridas.

Se na cura te puseres com entusiasmo para conseguir tudo isso, para permitir tudo isso, vais experimentar a cura com leveza, na alegria, impulsionado pelo desejo de se tornar novo, de viver o Novo.

Com o coração curado construirás as tuas vibrações e irás trazer ar fresco à tua volta, expandirás perfumes por onde passas, a tua alegria será sentida no ar, o Amor vibrará como um doce vento: é assim que caminharás na direção do coração, no caminho do Amor.”

◇ *Possibilidade de doar*

A verdadeira ajuda

“... Quando o teu coração estiver totalmente curado, saberás expressar facilmente uma infinita doçura e uma profunda ternura com uma intensidade nova, a intensidade que nasce da força luminosa que cada cura cria e permite.

Somente quando houver a cura total, no teu coração haverá espaço necessário para o Amor Novo, e saberás expressá-lo com intensidade.

Quando do teu coração sair o Amor Novo, cada viajante que encontrares, ou que se juntar a ti, ou que simplesmente passar por perto de ti, verá, sentirá, perceberá esse Amor.

Ele se irá manifestar em todo o seu Ser: o teu corpo terá uma Luz nova, os teus olhos serão luminosos, as tuas vibrações serão intensas.

Aqui não servirão ações nem palavras: será o teu ser que ali tudo criará, que tudo permitirá.”

“... No coração curado espontaneamente o desejo de sorrir para tudo, para todos nasce a vontade de cantar, de dançar, de alegrar. O sorriso sobre o teu rosto convidará que encontrares a sorrir; a tua música será o bálsamo para os ‘corações’ que a ouvem; a tua

dança convidará a dançar; os teus jogos chamarão novamente outras crianças para brincar contigo.

O Amor que expandir à tua volta com alegria, tornar-se-á orvalho que sacia a sede, bálsamo que curará cada ferida.”

“O Amor é a cura maior, doar a felicidade é a única verdadeira e grande missão de cada um”

◇ *Possibilidade de entrar no silêncio
total, na meditação profunda.*

“... A cura requer esvaziar totalmente o coração de tudo o que não é Amor e Luz, de libertar o corpo, de exprimir sempre os pensamentos, as emoções, os sentimentos.

Isso prepara o espaço para o silêncio, e permite-te entrar em meditação profunda.

E ali encontrarás a nutrição para a tua Alma, a força para o teu corpo, a paz para o teu coração.

No silêncio ouvirás as linguagens novas com as quais se exprime o Universo, com as quais te irão falar todas as Criaturas que no Universo vivem e vibram.

Com a meditação entrarás no profundo que envolve a imensidão criada a partir do teu Antigo, e ali podes intuir e perceber o Novo.

Naquela profundidade podes descobrir também as raízes das tuas dificuldades, raízes muito longas que partiram de longe.

Disso podem nascer compreensões novas para outras coisas que requerem ser transformadas, curadas, ou deixadas andar.

Mas lembra que de cada raiz nasce depois um broto, uma flor.”

“... O coração curado cria o espaço para Tudo e permite então a união com o Todo.

É assim que entrarás em conexão com a tua parte Divina, com a Luz e o Amor que o Divino manifesta e doa.

Eis que emanarás Luz e doarás Amor ininterruptamente, simplesmente, espontaneamente.”

◇ *Compreender a vida*

“... Quando o teu coração estiver curado não temerás mais observar tudo o que dentro dele existe ou entra. Portanto, não temerás mais observar toda a tua vida.

Com o Meu Amor te acompanharei a vê-lo, ajudando-te a aprender como isso pode ser feito na alegria, com o Amor.

Mas escolhe fazer o que somente é necessário para se aprender, para se curar, para colher a Essência de uma experiência vivida.

E com alegria depois, deixa ir o passado, grato por aquilo que te deu, por aquilo te permitiu. Então desvia para sempre o teu olhar dele para levá-lo à tua frente e ao Céu.

Compreendendo a vida, não temerás deixar ir tudo o que te impede de vivê-la plenamente e na total liberdade.

Saberás transformar ou deixar ir toda a tua personalidade e criarás assim a ‘morte do ego’.

Quando conheceres a ‘morte’ do que está dentro de ti, não poderás mais temer a morte, porque terás certeza que na realidade não existe.”

◇ *Possibilidade de criar*

“... O coração curado cria espaço à Luz e ao Amor, permite a conexão completa com a Grande Luz, leva a expressar naturalmente a Essência de Cintila Divina, a manifestar o Poder da Alma.

Tudo isto te dá a possibilidade de criar, de realizar os milagres, e te trata sempre tudo o que é necessário para ti.

Crê nisso, porque tu és um raio daquele ‘Sol’ que tudo cria e realiza milagres.”

Descobrir o Curador que está em nós

Como o Curador interior pode agir

Comentário

Quando há necessidade de cura, em qualquer nível, a Alma impulsiona a procurar, a conhecer, a compreender, a agir, para alcançá-lo.

Quase sempre se tenta alguma coisa ou alguém que se possa curar.

Muitas vezes escolhe-se eliminar rapidamente os sintomas da doença, sem se perguntar o motivo pelo qual aconteceu: considera-se a doença algo natural, que pode acontecer sempre e a qualquer um.

Muitas vezes você optar por excluir rapidamente os sintomas da doença

E quando o coração sofre, facilmente se pode atribuir a causa a algo, a alguém, a uma situação.

Vai-se a um médico, depois a outro. Se não resolverem o problema, procura-se curadores ou terapeutas, prova-se vários tipos de remédios, experimentam-se diversas técnicas de cura.

Alguém fecha-se neste ponto, alguém, por vez, continua a busca até descobrir que o único Grande Curador já está dentro dele. Compreende assim que as raízes de cada desarmonia estão sempre dentro de si mesmo.

Essa consciência leva a assumir a responsabilidade da cura, e a curar-se em um modo novo.

Podemos, no entanto, pedir ajuda a alguém para nos ajudar com alguma coisa, mas sentiremos isso somente como meios, como ajudas, e não delegaremos mais a nada e a ninguém, a nossa cura.

Se optares por iniciar a dissolução das doenças com as próprias mãos, (através de várias técnicas), com a Luz com tudo o que a Natureza doa.

É assim que facilmente reaparecem as lembranças de métodos de cura já conhecidas do Antigo: formas simples de ligação com o Amor e a Luz, de levar a Luz e o Amor para si, para iluminar as raízes, para dissolver as desarmonias.

É assim que se inicia a procurar o Grande Livro da Alma e o Grande Livro da Natureza.

Inicia-se a ler com os olhos da Alma, a aprender com o coração. Esse 'vaguear' pode acontecer também com os conhecimentos: primeiramente procura-se de lado de fora, de muitas formas, em muitos lugares, em muitas pessoas.

E também neste podes parar em um determinado momento, ou continuar a procura adquirindo muitas informações e conhecimento, procurando a pessoa que possa responder a cada pergunta nossa.

Pode haver uma possibilidade de encontrar o Maestro ou mais Maestros gradualmente que o crescimento continua, lembrando que: 'quando o discípulo está pronto, o Maestro aparece'.

A função do Maestro é sobretudo aquela de ajudar-nos descobrir o Maestro Interior, as sabedorias do Grande Livro da Alma e do Grande Livro da Natureza.

Na procura é necessário estar muito atentos, porque existe grandes fontes de ensinamento, de sabedoria, mas existem também outras fontes que criam confusão e afastam pela verdadeira sabedoria aquela da Alma, que alimentam somente a mente e distanciam-se do coração.

E mesmo essas fontes são bem mascaradas: lembra que nisso há a Luz, mas é 'luz refletida', e não vem do coração; são usadas palavras de Luz e de Amor para ofuscar e confundir, certamente não para ajudar, como tem sido acreditado.

Somente o coração sabe reconhecer se realmente são palavras de Luz e de Amor, são palavras que têm o propósito de levar Luz, de doar Amor, de ajudar.

Antes de procurar os meios de cura, é necessário a escolha de se curar a qualquer custo, mesmo se a cura pudesse requerer os esforços ou os sofrimentos.

Aceitar que o Grande Curador e os medicamentos que podem realmente curar estão dentro de si, leva a sentir responsabilidades da cura e da própria vida, leva a assumir a responsabilidade em tudo, com qualquer pessoa, em qualquer momento.

Tudo isto será simples se se optar por estar pronto para mudar-se, e a ampliar o novo.

Permanece aparentemente mais simples delegar aos outros ou a qualquer coisa a cura, seja do corpo como do coração.

Isso poderá levar também a expressões de heroísmo, de grandeza, porque se demonstra aceitar com resignação e força, sofrimento, doenças, eventos e situações difíceis.

Na realidade, se está a escapar, não se está definitivamente lutando, nem se está a fazer o que nos compete.

Sem a nossa ação não haverá reais recuperações, ou serão temporárias.

Enquanto agirmos com responsabilidade, alcançaremos a harmonia total de todo o nosso Ser.

E em tudo os Anjos ajudar-nos-ão.

“... Se escolheres procurar dentro de si o Grande Livro da Alma, te ajudarei a esfolhear, a ler com os olhos da Alma, a aprender com o coração, nos tempos e nos modos certos para ti.

Se escolheres explorar o Grande Livro da Natureza, irei contigo descobri-lo, juntos o esfolharemos, o leremos, e o teu coração o aprenderá alegrando.

E esses livros te levarão a um conhecimento, a uma sabedoria, antiga e nova, a união com o Todo, ao despertar da capacidade e qualidade antiga, a expressões totais da tua Essência, a descobrir os teus tesouros, a conhecer a liberdade em usá-la, sempre, em qualquer lugar com qualquer pessoa.”

◇ *Curar com as mãos e com o coração*

Pergunta:

As minhas mãos podem curar-me?

Resposta:

“Se as sentes como um meio do teu coração, da tua Alma, da Luz, do Amor.

E não somente podem ajudar-te, mas também aos outros.

Se estás em conexão total com a Luz, se o teu coração está cheio de Amor, poderás doar a todos a Luz que ilumina e dissolve, o Amor que tudo transforma e cura.

Criam ondas de Amor e de Luz que partem do teu coração, das tuas mãos, para entrar nos corações e nos corpos que esperam por eles.

Vive aqueles momentos em silêncio, permite ao teu coração falar, escutar a linguagem da Alma, a música do silêncio.

O silêncio doa a possibilidade de ouvir a voz do coração e da Alma.

Sinta a santidade daqueles momentos: te fará recordar a Grande Luz, o teu ser uma Cintila Divina.

Acompanha a Santidade com a alegria e o entusiasmo de ser um meio precioso da Grande Luz.

Naqueles momentos chama-me, a fim que eu me possa curar contigo. Sentirás a felicidade de colaborar Comigo, conNosco, e o teu coração ficará satisfeito.

Conhecerás momentos de fusão com o Todo e com a pessoa que está a ajudar-te a curar-se.

Isso será o mesmo quando escolheres curar as feridas do teu coração, as desarmonias do teu corpo.”

“... Une o Amor que no teu coração existe, à Luz que as tuas mãos podem infundir dentro de muitos ‘Corações’ difundidos à tua volta.

As tuas mãos podem ser não somente um grande meio de cura, mas também portadores da Luz e do Amor.

Por isso ama as tuas mãos, ama o teu coração.

Observa as tuas mãos porque, se quiseres, serão sempre mais mãos luminosas que, com as Minhas mãos, agirão para trazer Luz e Amor.

Alegra-te, porque o teu coração e as tuas mãos são meios para a cura, para levar Luz, para doar Amor.

Vê o teu coração luminoso, imagina que seja um belíssimo sol. Sente como as tuas mãos podem curar o teu coração, como este ‘sol’ pode tornar sempre mais luminoso as tuas mãos.

Se escolhes curar o teu coração, diz:

– Com as minhas mãos curo o meu coração, com o coração torno luminosas as minhas mãos–.

Disto, pensa nisso, ouve isso.

Quando em vez de usar as tuas mãos para levar Luz e doar Amor, a ti ou aos outros, leva sempre antes as mãos ao coração, imagina

que seja um belíssimo sol, entra em conexão com a Grande Luz, e diz:

– Com as minhas mãos torno o meu coração luminoso, com o coração torno luminosas as minhas mãos –.

Vê que uma faísca de Luz entra dentro de ti e torna todo o teu Ser um ‘Sol’ luminoso.

Depois, chama-Me, e sente sobre as tuas mãos as Minhas mãos que atuam com as tuas, sente o meu Coração que envolve o teu coração, para doar Amor junto a ti.

Naqueles momentos infundirei dentro de ti e em quem estiver a receber de ti Luz e Amor, raios de união, de cura, de transformação, raios de alegria.

Sentirás que o teu coração acompanhará a Luz e o Amor que infundirá em si mesmos, sentirás que o teu coração se fundirá com o outro coração para tudo compreender, e então, para doar o que no coração está a esperar.

Enquanto as tuas mãos infundirem a Luz, do teu coração partirão ondas de Amor que se unirão à Luz que está doando.

Nesses momentos infundi pensamentos e expressões de Amor em quem está recebendo das tuas mãos a Luz, do teu coração o Amor.

As tuas mãos tornar-se-ão ainda mais luminosas, o teu coração será sempre mais um sol resplendente.

Sentirás uma nova leveza, conhecerás novas alegrias, e todo o seu Ser perceberá a infinita doçura do Amor e da Luz.

Eis porque esses momentos são vividos no silêncio total: isso permitirá a ti e a outra pessoa de descobrir, de compreender, de intuir, de receber tudo.

Assim existirá possibilidade para iluminar partes, para descobrir raízes, para compreender causas, para receber consciência, para recordar sabedoria, que o todo criará e permitirá.

Eis porque não devem existir palavras: elas iriam convocar a mente que nesses momentos vai embora porque evitaria tudo isso, e poderia também sugerir de fugir...

Quando se entra no coração, a mente cria sempre resistência e temores, mas também esses serão compreendidos junto com o Amor, dissolvidos com a Luz.”

◇ *Curar com a Luz*

“... A Luz é uma dádiva para ti e para os ‘Corações’ que desejares ajudar e curar.

A Luz é um meio imenso para iluminar, transformar, dissolver, curar.

A Luz desperta tudo o que está dentro dos nossos corações, faz brotar as flores mais belas, conduz às fontes que saciam e nutrem.

Se a acolhes e a doas com o Amor, te acompanhará a descobrir o invisível.”

“... E Luz branca agora doada a ti. Sente-a cair sobre ti como uma cascata, sabendo que é uma cascata daquele Amor e daquela Luz que sempre amorosamente doará a ti.

Isso será nutrição para o teu coração e para a tua Alma. Será um grande meio de limpeza, de purificação, de dissolução.

O teu coração deve ser leve para poder seguir a Alma, deve ser livre para poder voar com ela.

Em muitas viagens muitas ‘poeiras’ podem ser depositadas no teu coração, mas a tua Alma sabe que aquelas ‘poeiras’ podem ser lavadas, afastadas do caminho da Luz.

O teu coração sente que cada dia outra ‘poeira’ poderá nele depositar: tranquilizando-o, dizendo-lhe que com a Luz cada dia será removida, que com a Luz sempre dissolverá o que o pesa. Quando um coração humildemente pede Luz de purificação, tornar-se-á puro; quando pede Luz de dissolução, de transformação, tornar-se-á leve; quando pede Luz de libertação, será livre.

Se desejares isso, poderás pedir-me assim:

– Estou consciente da ‘poeira’ que no meu coração existe, que sempre nele pode entrar. Peço-te Luz branca de purificação, de dissolução, de transformação, de libertação.

Peço-te para ajudar-me a purificar o meu coração, para torná-lo leve, livre e luminoso. Ajuda-me a agir para permitir tudo isso–.

Com essas palavras permitirás a Mim fazer tudo e ajudar em tudo.

Faça esse pedido com o sorriso, sentindo que atuarei no teu coração com o Amor e a Luz, envolvendo com o Amor e a Luz. Peça isso com a alegria, alegrando permite acontecer tudo, e tudo acontecerá.”

“... Amavelmente trago-te um raio de Luz azul, um raio que possa penetrar no teu coração e abri-lo completamente, para permitir a uma cascata de Luz azul de inundá-la, de saciar a tua Alma, de restaurar todo o teu Ser.

E essa Luz azul fará nascer no teu coração a paz que tanto desejas, criará ondas que te ajudarão a chegar à praia que a tua Alma escolheu.

Com o teu coração inundado de Luz azul, com o teu Ser envolto de Luz branca, dissolveremos todos os temores de curar as feridas, de remover a ‘poeira’, de viver as tempestades da vida. Peça-Me isso todo dia, verás que isso acontece a cada vez que desejares.

Assim se dissolve também os muitos pequenos ‘grãos de poeira’ que poderão estar no teu coração e nas tuas asas, e que impedem ao teu coração e à tua Alma de serem livres no Céu, de mergulhar-se no mar do Amor.

Quando Me pedires isso, doar-te-ei a Luz que pode dissolver o que ofusca a tua Luz, que pode remover o que pesa no teu coração, que pode lavar as tuas asas.

A Luz que te doarei despertará em ti as cores antigas, levar-te-á a conhecer as cores novas, criará arco-íris de Luz e de Amor que te unirão ao Céu, a Terra, a nós, a quem, com a Luz e o Amor, queres ajudar a curar.”

“... Lembra-te que a Luz e o Amor serão sempre os bálsamos, os medicamentos, os meios de cura, que tudo e todos podem curar.

Naturalmente, se existe uma real vontade de cura, o humilde pedido da Luz, a abertura total ao Amor.

Todas as Almas procuram a Luz, todos os corações têm necessidade de Amor, todos os corpos desejam a Luz que sacia, nutre, fortalece, regenera e cura, o Amor que a acaricia e que a envolve num tenro abraço.”

“... Doando a Luz e o Amor com as tuas mãos, com o teu sorriso, com o teu coração, com todo o teu Ser, não somente podes curar tudo o que há no teu coração e no teu corpo, não somente podes ajudar a curar quem desejas ajudar, mas também podes descobrir as vias mais belas do coração, as maravilhas da Luz, a realização do Amor.”

◇ *Curar com a Natureza*

“... Aquilo que a Natureza doa poderá tornar-se cura junto às tuas e as minhas mãos, junto da tua Luz e com a Luz que infundirá naquele momento.”

Pergunta:

Como posso ser afetado pelos perfumes da Natureza, o sabor das suas frutas que não consigo mais sentir depois que tive um forte resfriado?

Resposta:

“Vai na Natureza com o entusiasmo que podes sentir pensando que vais para lá para fazer um belíssimo jogo Comigo.

Com Amor apanha da Terra entre as tuas mãos, com elas traz Luz para aquela terra, e em voz alta peça-Me para levar para lá a Minha Luz de cura. Depois, com prazer coloca a cara naquela terra e sente o seu perfume.

Faz a mesma coisa com a erva, as flores, as folhas, e com tudo o que a Natureza oferecer-te.

Faz esse jogo também para poder saborear os seus frutos.

Primeiro, recolhe com Amor e sacralidade, depois traz o que colheu a tua Luz, peça a Mim de levar os meus raios de cura, e

então coma um pedacinho daquela folha, daquela flor, daquele fruto.

Faz isso com a certeza que são curas para ti, que as tuas mãos são muito luminosas, que unindo o Amor do teu coração, nada é impossível a Nós, se isso é bom para a tua Alma.

Não se surpreenda: estes jogos já foram curados em tempos antigos.

Eles te ajudarão a compreender o quanto tudo o que há na Natureza pode curar, ajudar, despertar, ensinar.

Crê em ti, ama a Natureza, lembra-te do Poder da Luz.

Alegra-se, porque as magias podem sempre acontecer às crianças que jogam conNosco, que creem na Luz, que amam tudo o que no Universo vibra.”

“... A Natureza oferece-te uma imensidão de possibilidades de cura.

Podes descobrir isso andando ali com uma criança, colocando-te com ela com o Amor de filha, pedindo a Mim de acompanharte a descobrir e de ajudar-te a recordar.

Na Natureza há músicas mais doces, e sons mais intensos, que entram no profundo do coração, que nutrem a Alma, que curam o corpo.

Existem as cores que nenhuma mão pode trazer, as imagens mais belas que podem distanciar a mente, e despertar emoções e sensações antigas.

Essas cores, essas imagens, e o que elas criam e permitem, podem tornar-se cura para ti.

A terra, a água, o ar, o fogo, são já curas, e podem fundir-se uma com a outra para criar novas curas.

E se tiveres dúvidas, observa quantas técnicas de cura foram inspiradas na Natureza, usados os seus elementos e tudo o que ela oferece.”

Pergunta:

Os Seres invisíveis que existem na Natureza podem ajudar-me a curar esta minha desarmonia?

Resposta:

“Certamente que sim, se crês Neles, se permites a Eles de fazê-lo, se colaborares com Eles, se te abrires à compreensão daquela desarmonia.”

Pergunta:

É verdade que também os animais têm poder de curar?

Resposta:

“Eles são Criaturas que podem ajudar-te muito em tudo. Veja-os como meios para expressar o Amor, a doçura, a ternura: com eles é muito mais simples. Estas Criaturas podem ajudar-te a expressar assim muito o Amor, que isso pode tornar-se uma parte de ti, que tu podes tornar-te Amor.

Podem ajudar-te a compreender todos os sentimentos que nascem no teu coração, mesmo aqueles de não amor: há sempre uma ferida que cria o não amor em direção aos animais, em direção às Criaturas do Universo.

Os animais são também grandes exemplos de vida, de Amor. São meios de expansão, de abertura.

São possibilidades de crescimento em tudo, porque são grandes espelhos que refletem o que há em ti e à tua volta.

Por tudo isso podem ser então um meio de cura, e o Amor Deles é já cura.”

◇ *As palavras - Os sons*

“... Recorda o poder criativo das palavras e dos sons, e quanto as expressões em alta voz criam no interior e à tua volta.

Não há uma palavra, nem menos uma parte dela, que não criam algo: isto pode ser cura, força criativa, pode ser a materialização disso que com aquela palavra exprime.

Por isso, esteja sempre atento a cada palavra, porque como cria pode distorcer, como cura pode ferir.

Fala com o teu corpo como se fosse uma criança para amar, compreender, tranquilizar, suportar, ajudar.

Expressando-lhe aceitação, compreensão, ajuda, para a desarmonia que naquele momento está a manifestar-se, iniciará a cura que o Amor assim expresso fará acontecer.

Depois dessa expressão, podes pedir a ele para deixar ir aquela desarmonia.

Junte à expressão o toque amável e o trazer ali Luz junto a Mim.

Não te preocupes se não conheces os sons terapêuticos e esteja sereno: esses nascerão espontaneamente no teu coração, se pedires a Mim de ajudar-te a recordá-lo, a recebê-lo do Universo, a emití-los nos modos e nos tempos necessários.

Isso acontecerá se a tua mente tiver já distanciada, se estiveres ali com o coração, no silêncio absoluto, na abertura total, na união com a Luz, com todo o teu Amor.

As palavras, os sons e todas as expressões podem ser cura para o teu corpo, para o teu coração, e para todos que desejares ajudar.”

◇ *Pensamento positivo e Visualização*

“... Recorda que a mente falará contigo sempre somente do que conhece, então quando lhe falas do desconhecido ou crias o inimaginável, ela se distanciará.

A mente não sabe reconhecer a diferença entre a realidade que a circunda e as imagens e a realidade que podes criar com os teus pensamentos e com as tuas visualizações.

Eis que podes compreender que agora sabes aquilo que criaste com os teus pensamentos, palavras, ações e vibrações.

Portanto podes te tornar o que escolheste criar com eles.

Com alegria imagina coisas maravilhosa para ti, para tudo que há dentro de ti, para o teu coração, para o teu corpo, para a tua Alma.

Imagina as coisas mais belas e maiores para tudo o que te rodeia. Permite à Criança que há em ti de sonhar o desconhecido, de ter todo o espaço necessário para a tua fantasia, para a tua criatividade.

Se a tua Criança se possa expressar sempre, criará não somente na cura, mas atrairá também tudo o que é necessário para ti, e o que agora não podes ao menos imaginar.

Se a tua Criança é livre para fazer voar a sua fantasia, criará uma realidade maravilhosa, plena de magias e prendas.

E junto da sua fantasia, e dos seus sons, voará também o teu coração e a tua Alma.

◇ *As lágrimas*

Pergunta:

Muitas vezes quando penso nas feridas do meu coração que eu escolhi de curar, descem-me as lágrimas...

Resposta:

“Não temê-las, essas são lágrimas de derreter, não de chamada de atenção como estás a temer, porque agora estás consciente se com aquelas lágrimas queres chamar a atenção de alguém ou queres pedir a alguém para agir em teu lugar.

Se são lágrimas de criança, essas dissolvem tudo o que necessita ser dissolvido, também aquilo que tem raízes no Antigo.

As lágrimas podem dissolver os nós maiores, abrir as portas trancadas, derrubar os muros construídos.

Podem lavar o que ofusca as tuas cores e fazer-te descobrir as cores antigas.

Podem remover as folhas secas para dar às tuas flores e às flores antigas o espaço necessário para crescer.

As lágrimas podem libertar as tuas asas para permitir à tua Alma de voar alta no Céu.”

◇ *Meditação*

“... Vai para a Natureza com o teu coração de criança e no silêncio permanece a doce escuta: os seus sons, as suas músicas, os seus perfumes, inebriam a tua mente e a distanciará.

Abre o teu coração e chama-Me perto. Imagina depois uma faísca de Luz que une o teu coração ao Céu, o teu coração a Mim e sorri.

Naturalmente, podes também fazer isto em tua cada e em outros lugares. Em todos os lugares é indispensável o silêncio, o coração amplamente aberto, o sorriso, a união com a Luz, o permitir tudo a Mim.

Não procurar sentir ou compreender, não procurar nem menos intuir ou perceber: simplesmente permanecer ali, como uma criança alegre e sorridente, que tem o coração e as mãos abertas para receber as imensas prendas já prontas para elas.

Se não procuras nada, não esperes nada, chegará a ti tudo o que naquele momento é necessário para ti.

No silêncio podes descobrir as raízes mais profundas, os motivos inimagináveis, as causas mais distantes, de cada desarmonia que há em ti.

Podes compreender como agir para dissolvê-las, ou transformá-las, ou deixar ir o que é necessário.

No silêncio podes receber o Amor do Universo, e os Meus raios de cura.

Para além de tudo isto, o silêncio é já cura para o teu coração, libertação para a tua Alma.”

◇ *O Amor*

“... Com infinita doçura lembro-te de quanto o Amor tudo permite, a tudo cria espaço, tudo tira e doa, tudo cria e dissolve. Lembro-te disto a fim de que possas estar certo que o Amor é o medicamento indispensável por cada ferida, é um meio de cura maior, mais potente, é o bálsamo mais doce para cada ferida.

O Amor é a expressão da Luz, então o Poder da Luz manifesta-se através do Amor.

Por isso, o Amor faz-te ser um curador, para ti e para quem te pede ajuda para curar.

Tudo o que escolhes usar para as tuas desarmonias ou de outras pessoas, rodeia-o com a Luz, doa-o com o Amor.

E lembra-te que tudo o que o Amor pode fazer acontecer dentro de ti e à tua volta, não é somente o Amor que recebes, mas sobretudo o Amor que doas.”

Como escolher os meios e os modos de cura

Comentário

Com a experiência pessoal que ganhei comigo mesmo e com as pessoas que doei os métodos de cura do meu conhecimento, e as quais têm estado perto dos métodos de cura escolhidos por elas, compreendi que não há um meio ou um modo de cura certo ou errado.

Por isso, simplesmente vamos doar o nosso conhecimento e a nossa experiência a fim de que, a pessoa que pediu ajuda para se curar tenha mais conhecimento e consciência possíveis para poder escolher o melhor para ela.

Somente ela pode escolher, e nós devemos estar muito atentos para não a influenciar na sua escolha de modo algum.

Mesmo se a oferecermos algo de 'milagroso', que a poderia curar num instante, contudo a cura não acontecerá se ela não estiver pronta, se não acreditar no quanto oferecemos, se não compreendeu o que aquela doença a está a ajudar a compreender e a conhecer.

Eu experimentei também que uma técnica, um modo, um meio pode completar a cura iniciada com as curas anteriormente realizadas.

Essas tinham 'arado o terreno', tinham já doado o despertar e as consciências que aquela desarmonia deveria trazer.

A última terapia usada tinha simplesmente completado a obra. Se antes não tivesse acontecido quando era necessário, mesmo aquele meio não se teria curado.

O que me foi permitido compreender quando, depois da escolha de se querer curar, de fazer todo o possível, de aceitar o que isso traz, é necessário também a aceitação de possibilidades que a cura acontece de imediato.

Isto, naturalmente, seja para ti mesmo que para as pessoas que desejamos ajudar.

Podem existir muitos motivos que impedem a cura até quando não serem reconhecidas, compreendidas e dissolvidas.

Algumas delas são:

- Se a desarmonia tem o propósito de fazer compreender uma lição, permanece até ao momento da compreensão dela mesma.

- Se a desarmonia é um álibi para não se assumir a responsabilidade de uma determinada coisa ou situação, a pessoa a tratará conscientemente ou não.

- Se a desarmonia é um meio para se obter vantagens, ou é um modo para chamar atenção, para receber Amor, para garantir que alguém vá cuidar de si, esta permanecerá enquanto a pessoa não escolhe perguntar tudo isso de modo claro.

- Se a pessoa adoecida está num momento de evolução no qual não está pronta a receber certos tipos de terapia, ou a as vê com ar suspeito, impede quaisquer melhorias.

- As desarmonias podem estar ligadas a alguma coisa do Antigo que deve ser concluído nos tempos e nos modos necessários, por nós conhecidos.

- Pode ser que no desígnio da Alma a cura deva vir com a ajuda de uma determinada pessoa. Então acontecerá somente naquele encontro.

- Se uma pessoa deseja receber tratamentos de médicos ou terapeutas famosos, ou usar métodos de cura 'especiais', isso fará com que a cura não tenha sido feita através de métodos simples e naturais.

- Alguém pode também escolher de não se curar para confirmar a inutilidade daquela técnica ou terapia para evidenciar a falha do médico ou do terapeuta.

Estes e muitos outros motivos podem ser também em caso no qual a pessoa afirma que quer curar-se a todo o custo, demonstra fazer todo o possível, aceita quaisquer propostas e ajuda.

É impossível conhecer o íntimo de uma pessoa... o Amor e o respeito pedem-nos nem de desejar, quanto a conhecê-lo...

E, portanto, a história de uma Alma permanecerá sempre desconhecida para nós.

Consigno mesmo é necessária uma profunda e total integridade, e a coragem de descobrir os motivos que impedem a cura.

Com os outros é pedido a disponibilidade total, acompanhada do respeito e do distanciamento que permitem observar o que acontece sem algum julgamento, interpretação ou expectativa. Assim deixaremos sempre todos livres, mesmo se escolhermos de não curar...

“... Faz tudo o que podes, assim permitirás a Mim de completar o que iniciaste.

Nenhum passo poderei eu dar por ti, nenhuma ação, mas posso alongar muito o teu passo, torná-lo maior mesmo com uma pequena ação que tu cumpras.

Nada que fizeres com Amor poderá invadir, poderá constringir, poderá agir no lugar de outro, nem mesmo para o bem: isso é Amor, isso é liberdade.”

“... Qualquer pessoa deverá sentir no próprio coração o que naquele momento o posso ajudar: isso em tudo, mesmo na cura. Somente assim os meios e os métodos podem criar e permitir.

Perto de uma escolha feita com o coração, não com a mente, é necessário a coragem de aceitar e enfrentar o que os meios e os modos podem criar ou fazer surgir, para permitir depois a cura. Muitos podem ser as ajudas, os instrumentos e os meios.

É necessário que cada pessoa escolha o seu, com serenidade, consciência, atenção, lembrando que muitas vezes se deixa de lado o que é mais necessário naquele momento, por medo de sofrer, de descobrir, de deixar ir.

Às vezes não se quer conhecer a causa da desarmonia, porque se intui que depois será necessária uma escolha, um passo, um agir. Esses medos podem também ser inconscientes, e fazem desviar o olhar para outro lugar, fazem tomar um outro instrumento que se acredita ser menos doloroso, mesmo se sabes que precisará de muito mais tempo.

Às vezes curar-se lentamente leva a sofrer por mais tempo e pode ser mais doloroso.

Uma ferramenta aparentemente ‘doce’ pode ser na realidade muito ‘pontiaguda’, um modo aparentemente simples pode ser muito intenso.

Portanto é necessário deixar livres na escolha, recordando que em alguém há sempre a força necessária para enfrentar tudo o que a cura requer.

E qualquer coisa um instrumento ou um modo pode criar, o poderás viver com serenidade, com doçura, chamando-Me para perto, colaborando Comigo, permitindo a Mim o todo, envolvendo cada coisa com a Luz, fazendo tudo com o Amor.”

“... Nas curas é necessária a confiança total mas não ser a expectativa.

E, portanto, serás sempre tu a curar-se...

E descobrirás que não é a cura em si que melhora, mas tudo o que há dentro de ti, o que escolheste com integridade, e como ages.”

“... Antes de agir em quaisquer modos no teu corpo, no teu coração, chama-Me para perto de ti. Assim posso agir, ou permitir a qualquer um de agir, com a Minha ajuda, de levar a Luz necessária, de envolver o todo com Amor que permite a cura.

Sobre cada coisa que levas ao teu corpo e dentro dele, faz acender antes a tua Luz com as minhas mãos, envolvidas com o te Amor, e depois peça-Me a Luz e o Amor ali necessárias.

Quando levas as mãos ao teu corpo, sente sobre ele as Minhas mãos. Então, imagina que o sol entra na parte do corpo junto com os Meus raios que o fará penetrar.

Sente e vê isso também no que levas ao teu corpo e dentro dele. Naturalmente faz isso e imagina também quando doas as tuas curas a outros ‘Corações’.”

Aceitar a si mesmo e os outros

Aceitar as desarmonias e as dificuldades

Pergunta:

Compreendi que não apenas não aceito as minhas desarmonias, mas nem menos mim mesmo.

Resposta:

“Fecha os olhos, abre o coração, e sente o quanto eu te amo, o quanto sempre te aceito incondicionalmente, totalmente, ininterruptamente.

Sentindo isto, não podes que amar-te e aceitar-te.

Assim descobrirás o quanto és amado e aceitado não somente por Mim, como também por outros ‘Corações’.

É difícil sentir isto de qualquer um se antes não te aceitas e não te amas como és, o podes ver mas não sentes.

Para crescer-se é necessário antes aceitar o que te fará crescer, e aceitar que o crescimento continuará até tu o desejares.

Não podes prosseguir o Caminho até a tua meta se não observares onde estás naquele momento.

Se reconheces e aceitas isso humildemente com Amor e alegria, prosseguirás o teu Caminho e continuarás o teu crescimento no Amor e na alegria, te aceitarás sempre com serenidade. E para tudo é assim, e em tudo será assim.”

“... O crescimento, a transformação, a mudança e a cura requerem escolhas, consciências, responsabilidades, passos e ações, mas primeiramente tudo é aceitação.

Vem para os Meus braços e faz-te envolver nas Minhas asas. Sente-te como uma criança amada e protegida.

Sentes que por Mim és tão aceitado que te levo dentro do Meu coração, e nele te envolvo com todo o Meu Amor.

Pensa, vê e sente isso: será fácil assim aceitar a si mesmo e tudo de ti, aceitar as feridas do coração, as desarmonias do corpo, reconhecer as partes a iluminar ou a transformar que estão a criar aquelas desarmonias.”

“... Do teu coração nem tudo saiu, no teu coração nem tudo está curado: aceita isso com serenidade e não combatê-lo.

Mas não penses no que deve sair do teu coração, nas feridas que nele estão, nas partes que requerem ser iluminadas, transformadas, deixadas ir.

Sorrindo, observa pelo contrário, tudo o que resplende em ti, tudo o que está a manifestar-se à tua volta, a tua Essência luminosa, as tuas cores, os teus perfumes.

Assim não existirão mais temores, não te sentirás frágil, e saberás tudo aceitar, curar, transformar e deixar ir, com paciência, serenidade e Amor.

Doa o Amor, expressa a Essência, manifesta a tua Luz, alegra-te pela coragem que tens, pela força que há em ti: tudo acontecerá docemente.”

Pergunta:

Estou lutando há muito tempo contra essa doença mas não consigo curar-me.

Resposta:

“Não lutes mais, mas veja-a com Amor e aceita-a com serenidade.

Isto te permitirá reconhecer o seu significado, de compreender a mensagem que te está a levar, o que a Alma te quer dizer através dela.

É importante que não a recuses, que não procures reprimi-la ou sufocar o que está a dizer-te.

Leva as mãos ao coração, levanta os olhos para o Céu, expressa gratidão por isso, para o que a cura te levará, e peça-Me para ajudar-te.

Tudo acontecerá se dentro de ti há a gratidão profunda, a aceitação total, a serenidade nas tuas ações, a alegria para os dons que aquela desarmonia e aquela dificuldade seguramente te levam.

Não temer nunca nada de ti ou do que há em ti, não prejudicar nunca e ama tudo, certo que dentro de cada nuvem tem sempre o sol.”

Sugestão

Com alegria te dou esses dois jogos que podem ajudar na aceitação de si mesmo.

- *Olhe-se ao espelho, diz o teu nome e, sorrindo, expressa à imagem refletida, (a ti):
Amor, admiração, orgulho, força, para a Luz que há em ti, por tudo que já és, já fazes, já exprimes, já doas, por quanto já amas, já ajudas.*

- a) *Imagina à frente de ti o teu Anjo que te sorri e te olha com Amor, admiração, orgulho e escuta-o: permite que te diga todas as coisas belas que gostarias de ouvir-te a dizer.*

- b) *Faz a mesma coisa imaginado à tua frente alguém que conheces.*

- c) *Agora faz isso imaginado à tua frente muitas pessoas.*
- d) *Agora imagina-te em cima de um palco: ouve o público que te aplaude e expressa o quanto és maravilhosa, brava, grande, belíssimo, ouve que te diz o quanto é importante tudo o que sabes fazer, e o que estás a fazer.*
- e) *Feito isso, sorri ao teu Anjo, a essa pessoa, ao grupo de pessoas, ao público, e agradeça-lhes pela verdade que expressaram, pelo reconhecimento deles e apreciação, pelo Amor deles.*

Comentário

Penso que somente quando aceitamos a nós mesmos, em tudo, aceitamos cada coisa que acontece dentro e à nossa volta, conseguimos então aceitar realmente os outros, em tudo e em cada momento.

Diz-se que é mais fácil aceitar e perdoar os outros que a nós mesmos, mas muitas vezes não é assim.

Se observarmos com integridade, veremos que nem sempre aceitamos totalmente uma pessoa, em cada situação.

É-nos difícil aceitá-la com Amor quando ela nos faz de ‘espelho’ porque reflete uma parte nossa que ainda não aceitamos ou não queremos reconhecer, mesmo se compreendermos que isso é uma ajuda para o nosso crescimento.

Ainda mais quando é um ‘espelho falante’, e nos diz as coisas que não queremos ouvir, por saber que são verdades e que podem ser as mensagens de ajuda.

Não é fácil aceitar serenamente uma pessoa quando recusa uma ajuda nossa ou pisa um dom nosso, sobretudo se antes o pediu.

Não é fácil aceitar com imparcialidade as suas ações que o distanciam da cura ou da meta, depois que nos foi pedido ajuda para alcançá-las.

É ainda mais difícil se para fazer isso, tenhamos doado muito tempo e energia, feito cada coisa possível, e renunciado também às nossas necessidades.

Nem sempre conseguimos ficar afastados quando a vemos sofrer porque não faz os passos e as ações necessários, mesmo aqueles fáceis.

Não é simples aceita-la com compaixão quando se lamenta do que não há, do que não se consegue fazer ou a alcançar enquanto vemos que tudo poderia ter, fazer e alcançar, se colocasse em prática os seus conhecimentos.

Para chegar à aceitação total é necessário recordar que cada um é livre em tudo, mesmo de sofrer.

É livre para perder o que tem, de não receber o que está a procurar, de não ser como desejaria e realmente pudesse ser.

Conseguiremos ainda mais aceitar todos se os virmos como Almas que nos está a ajudar a aprender a arte de doar, de ajudar, de expressar o Amor incondicional.

Se recordarmos disto, e o sentirmos no nosso profundo, conseguiremos agradecer todos por tudo, mesmo quando nos recusamos ou reagimos violentamente contra nós, mesmo por aquilo que doamos a eles, por quanto o amamos.

Eis porque a aceitação nos leva à gratidão, e tanto nos leva à serenidade.

E atraem sempre grandes Dons.

Agradecer

“... Um mundo mágico as portas fechadas que vês podem revelar-te se as abres, uma infinidade de dons depois os obstáculos te podem trazer, compreensões e sabedorias, as desarmonias do teu corpo o pode te fazer descobrir.

Por isso, quando encontres uma dificuldade, descobres uma ferida do coração, o teu corpo manifesta uma desarmonia, antes de tudo agradece com intensidade, levando o teu olhar para o Céu, sorrindo para tudo o que de grande, de belo e de mágico, dentro de ti já existe e está a chegar a ti.

Essa gratidão fará abrir as portas mais inexpugnáveis fará cair os muros mais fortes, levar-te-á a superar as dificuldades maiores, levará a cura e a transformação em tudo.

Agradecer primeiramente tudo, leva a aceitar, a compreensão, a visão total, a transformação, a cura, e leva a fazer os passos necessários, as ações requeridas.”

Comentário

Parece absurdo agradecer para o que não gostamos ou que nos está a fazer sofrer, para o que não queremos, ou que nos está a impedir alguma coisa, ou está a mudar os nossos programas. Mas realmente agradecer por cada coisa e primeiramente tudo, cria e permite o inimaginável, o que achamos impossível.

“... A aceitação de tudo e de todos, feita com Amor, a gratidão alegre, a partilha humilde das dificuldades que encontrares no aceitar e no ser grato em tudo, leva a alcançar grandíssimas conquistas, completa rapidamente muitas curas, mesmo a cura do Antigo, e permite o chegar das novas doações para ti mesmo e para os outros.

Continua a aceitar com Amor, a agradecer com alegria, a sorrir para tudo e para todos, ininterruptamente, permanece perto de tudo, de todos, tem o olhar ao Céu, à meta da tua Alma: viverás com alegria com as magias que acontecem, inimagináveis, agora por ti, te sentirás carregada na onda do Amor que te leva ao alto, que permitirá à tua Alma voar livre no Céu.”

Recorda que:

- *As dificuldades são:*
 - *ferramentas que forjam,*
 - *treinos que fortalecem,*
 - *meios para sacar o que há por dentro,*
 - *possibilidade de manifestar a Essência luminosa,*
 - *degraus para subir sempre mais alto,*
 - *espelhos para auto refletir-se,*
 - *bancos de ensaios,*
 - *maestros da vida.*

- *Para superar as dificuldades é necessário depor as armas da mente e abrir a porta do coração.*

- *Por cada problema há uma solução,
por cada Pergunta há uma resposta,
por cada derrota há uma vitória,
por cada falha há um sucesso,
por cada fim há um começo.*

*Observar o passado para curar,
compreender, perdoar, amar*

“... Se quiseres, acompanhar-te-ei com Amor para veres um belíssimo filme: a tua vida.

Com alegria ensinarei- te a observá-lo.

Uma força nova te darei a fim de que tu o possas fazer simplesmente e serenamente.

Permitirás assim o despertar de uma grande força que de ti sairá enquanto estiveres a fazer isso.

Compreenderás assim que tudo o que há em ti e à tua volta faz parte de um filme ainda não terminado.

Verás as imagens em um novo modo e com uma luz nova, porque agora trouxeste para a tua vida uma nova luz.

Quando vês um filme que gostas muito, vives as emoções intensas, embora sabendo que é um filme: isso é o que acontece na vida, isso é a vida.

Em algumas imagens focamos- nos para observar melhor, para poder colher a essência daquela situação vivida, daquela experiência feita, daquele encontro acontecido.

Focamo-nos para compreender se ali é necessária uma cura ou uma transformação, se podes aprender um ensinamento ou receber uma compreensão.

Assim poderás aprender e compreender o que não aprendeste e compreendeste nem enquanto estavas a viver aquela situação, aquela experiência, aquele encontro, nem depois.

Traremos Luz do passado para aumentar a Luz no presente, para chamar ainda mais Luz para o futuro.

Uma parte de ti te empurrará a ver junto Comigo esse filme e a revê-lo mais vezes, porque é por este atraída, porque intuis todos os dons que dentro de ti existem.

Uma parte ti te empurrará pelo contrário, a fugir para longe, porque teme descobrir coisas que podem fazer sofrer ainda, ou em tocar as feridas.

Uma parte de ti te empurrará a vir Comigo, porque sabe que percorreremos a estrada que leva para dentro de ti para descobrir a tua beleza, a tua grandeza, os teus tesouros, a tua Essência de Alma Luminosa, de Filha de Luz.

Uma parte de ti te chamará, pelo contrário, através de outras estradas, através de outros lugares, sentindo que a estrada para ti mesmo é a mais difícil, também sabe-se que é a mais bela, a mais rica de dons e de magias.

Uma parte ti te fará sentir frágil e débil para poder ver o filme junto a Mim. Nesses momentos Chama-Me, e com a Essência da ‘Guerreira de Luz’, diz:

– Não sou frágil, não sou débil, simplesmente sinto o meu coração frágil e débil, mas agora com a minha força o curarei e o tornarei forte–.

Diz isso em voz alta para sentires a força que há em ti, que te permitirá observar o filme sem sofrer, sem desejar fugir, que te levará a amá-lo e a descobrir o quanto é belo.

Após teres visto todo o filme junto a Mim e de o teres compreendido, transformado, curado, te sentirás mais forte, sentirás que não temerás mais nada daquilo que no filme da vida viveres, sentindo que na realidade a vida é um filme.

Não fugirás de nada, não sufocarás mais os sentimentos e as emoções, mas tudo enfrentarás com entusiasmo, viverás com intensidade.

É assim que viverás a vida como uma criança que está a jogar, descobrirás a tua grandeza, permanecendo humilde.

Alegremente estenderás a mão para Mim e correrás feliz em direção às aventuras que a vida te doará.”

Pergunta:

Temo em fazer isso porque sofro ainda mais quando ressurgem as recordações do que sofri com os meus pais. Temo não tê-los realmente perdoado...

Resposta:

“Como uma criança vem para os Meus braços para observar junto a Mim partes do filme que com eles viveste.

Sorrirás para isso e para os teus pais, porque também tu agora te estás a proteger e a defender com os mesmos meios, modos, e expressões usados por eles.

Com facilidade descobrirás as raízes, as causas, os temores, as necessidades que trouxeram aquelas expressões, a usar aqueles meios.

Com simplicidade afastar-te-ás destas, com alegria compreenderás que eles não tinham necessidade de protegerem-se e de defenderem-se, como na realidade nem tu tens essa necessidade.

Descobrirás o quanto aquelas expressões, aqueles modos, aqueles meios, na realidade não protegem, não defendem, mas


impedem ao Amor de satisfazer o coração, à Luz de fazer resplender a Essência, aos Nossos dons de alcançar.

É assim que compreenderás os teus pais e os perdoarás agora mais, os amarás como Almas que te deram uma grande oportunidade de crescimento e de evolução.

Ressurgirão assim outras belezas tuas.

Saberás doar novas ajudas, porque tudo isso te permitirá intuir mais o que pode estar dentro de cada expressão e ação, ou não expressão e não ação.

Darás sabedorias que a tua vivência agora te pode dar, e essas são os dons mais belos, são as ajudas maiores.”



*quotidiano como meio
de cura*

“... Leva atenção ao lugar onde estás, leva consciência em tudo que fazes e vives, observa com imparcialidade as emoções que existem no teu coração, as sensações que experimentas.

Tudo pode ser um meio para compreender as raízes, as causas, as motivações, os propósitos das desarmonias do corpo, do sofrimento do coração.

Para além de poder captar tudo isto, podes intuir o modo e o meio de uso para cura, para dissolver, para transformar.

Os lugares podem despertar as sensações já conhecidas.

Os sons, as imagens, os perfumes podem ajudar a recordar.

As palavras podem conter as Nossas mensagens, para além das fontes de onde provêm.

Um atleta quando se prepara para uma corrida não pensa em mais nada, não leva o olhar para além do seu campo de treinamento, não se perde nas recordações do passado ou nos pensamentos do futuro, mas vive intensamente o seu campo, está atento ininterruptamente à sua preparação.

Se vives o quotidiano assim, saberás viver conscientemente as sensações e as emoções, poderás descobrir para recordar, para intuir, para captar.

E para além do que podes levar para a cura, podes captar ocasiões de crescimento, podes aprender lições novas, podes recordar sabedorias antigas.

Também isso é um modo para se distanciar a mente, limpas as ‘antenas’, refinar os sentidos.

Quando o coração for esvaziado de tudo o que não for Amor, não for Luz, não for alegria, a Luz terá a possibilidade de torná-lo forte e de tornar-te forte, o Amor o poderá encher e te satisfazer totalmente.

Assim te será mais fácil perceber e compreender o invisível e o ‘subtil’ de tudo.

Mesmo que não tenhas esvaziado completamente o teu coração, tu pões-te igualmente como agora sugeri-te, porque isso te levará a alcançar a satisfação do coração, a liberdade da Alma.

E como vês, não resta espaço para as recordações do passado, para as ansiedades do futuro, para as ilusões do mundo, mas somente para sonhar o que estás à espera.”

“... Quando dois ‘Corações’ se encontram muito pode acontecer, nascer e completar-se.

As Almas encontram-se para crescer e envolver juntos, para iluminar-se sempre mais uma com a outra, para curar o que em outras viagens iniciaram juntas.

Muitas vezes acontece que se fazem mais viagens para fechar o que não se fechou quando houve uma oportunidade.

Isso porque naquele momento não se prestou a atenção necessária, não se viveu com consciência, não se compreendeu o que aconteceu, não se fez o que era necessário.

Se não se vive com atenção e consciência, as ocasiões não criam o que podem criar, não fecham, não concluem, não dissolvem o que é possível.

E, então, não acontece a cura que naquele momento poderia acontecer.

Por isso, coloca sempre muita atenção nos encontros que fazes, aproveita tudo o que aparece, que tu o compreendas ou não.

Sente os encontros como doações de Amor, mesmo se naquele momento não sentes o Amor através de quem encontres, ou sentes sentimentos bem longes do Amor.

Se aquele encontro tem um propósito, se faz parte do desenho da Alma para alcançar uma cura, isto acontecerá quando estiveres pronto, quando for o momento certo, que tu recordas ou não.

Se tens a certeza de que realmente é um dom, sentirás também o Amor, porque na realidade tudo o que leva a cura, a crescer são dons de Amor.

E como sempre, para assim senti-los, não deve ser a mente, nem por um momento, mas somente o coração e o silêncio que permite compreender muitas coisas.

Chama-Me e sente-Me por perto para ajudar-te a viver tudo.

Firme a Mim será mais fácil sentir-te uma Alma que encontra outras Almas, ver tudo como Almas em caminho, relacionar-te com uma Alma que escolheu o Amor e a Luz.

E assim te aproximarás mais do Amor da Alma.”

“... Os sentimentos não luminosos e de não amor impedem ao Amor de fluir, aos dons do Amor de chegar.

Limitam a sua expressão e a de outro, bloqueiam a conquista de tudo que poderias ser.

Esses sentimentos impedem de compreender ou de intuir o motivo daquele encontro, daquele acontecimento, então fazem perder aquela ocasião.

Tenha sempre o teu coração livre desses sentimentos, tem-no leve, observando com clareza tudo o que contém para ter a visão clara.

Assim, saberás como agir para te certificares que no teu Coração há somente o Amor, a Luz, a alegria, a paz.

Cada um é um ‘espelho’ vivente por alguém, porque permite ao outro descobrir a si mesmo.

Isso te poderá ajudar a não prejudicar e a não culpar nada nem ninguém.

Aprenderás a amar aquele ‘espelho’ que te está a lembrar que tudo o que nele lhe cria dificuldade, há também em ti.

Pode ser uma pequeníssima parte ou expresso em ti de um modo muito diferente.”

Criar mudança

“... Quando sofres, quando não chega a cura apesar dos teus esforços, observa se podes mudar alguma coisa à volta de ti.

Muitas vezes as mudanças externas permitem as mudanças internas e vice-versa.

Uma desarmonia pode ser uma ajuda para fazer-te alcançar aos melhores lugares para ti e para o teu crescimento, ou para ajudar-te a compreender que o lugar onde vives já fez o seu tempo, serviu para as etapas que alcançaste.

Lugares novos, imagens e perfumes novos podem criara a cura. Pode ser necessário uma grande mudança: de trabalho, de modo de viver.

Pode ser uma pequena mudança, ou uma mudança em pequenas coisas que cria em ti o terreno fértil para a flor da cura.

Pode bastar uma consciência nova para levar-te a mudar uma atitude, um modo de pôr-te, de reagir.

Isso te fará sentir, ver e viver tudo o que está a seu redor em modo novo, como se tudo tivesse mudado, mesmo se na realidade nada do teu quotidiano ou do que está à tua volta mudou.

Terás confirmação que nada na vida tem um significado igual para todos, é vivido da mesma maneira: tudo depende de como afetam as pessoas, nas situações, a tudo o que se vive.”

Agir com intensidade

“... Quando compreendes o que a cura requer, age intensamente, porque a intensidade nos passos, nas ações leva a alcançá-los rapidamente.

A intensidade exprime o teu desejo de cura, e isso desperta grandes energias dentro de ti e à tua volta.

A intensidade permite a Mim agir intensamente contigo e sobre ti, e de compreender assim tudo o que iniciaste.

Não temer se sentes que dentro de ti se está a mover muitas coisas e muito rapidamente.

Ama o que está a acontecer, recordando que a intensidade diminui o sofrimento que poderá estar na cura quando tocas nas feridas.”

Pedir ajuda: porque é necessário e como pedi-la

Comentário

Mesmo as necessidades de uma ajuda externa nascem da escolha da Alma em aprender e experimentar a humildade de pedir.

Mas nem sempre a dificuldade de pedir vem da falta de humildade.

Poderá existir uma resistência sutil pelos sofrimentos vividos, poderão ser pelos medos por causa das rejeições recebidas nesta vida ou na vida do Antigo.

Cada um deve fazer os próprios passos, as próprias ações, mas também saber serenamente pedir ajuda no fazer, apoiado no caminhar.

Eis onde está a grandeza da humildade.

Mesmo se provar uma grande alegria em doar ajuda, no curar com as próprias mãos, mas quando pelo contrário se há necessidade de ajuda, de cura, pode-se ter dificuldades em pedi-la com a mesma serenidade.

Enquanto poder existir a mesma alegria e a mesma fluidez, seja em dar ajuda, seja em pedi-la, seja em aceitá-la.

Isso leva a permanecer abertos e a compreender o que pode estar por trás de um pedido de ajuda, ou por trás de um não pedido de ajuda, por trás das dificuldades em recebê-lo, ou de doar apoio e Amor.

Se pode descobrir o que cria a ansiedade de querer a todos os custos doar, curar, para além de que seja ou não feito o pedido, e não se observa se realmente há o desejo de receber o quanto se quer dar.

Às vezes a pessoa não deseja receber o que lhe vem proposto com insistência, mas aceita porque teme que a sua recusa a possa fazer sofrer.

Isso é invadir e não respeitar a liberdade dos outros e os Seus tempos, é criar mais dificuldades.

Eis porque a ajuda é uma arte, o pedir ajudar é uma experiência importante para todos, é indispensável para quem deseja ajudar.

Pergunta:

Eu fiz muito para a minha cura do coração, mas não consigo completar: tenho talvez necessidade de ajuda de alguém?

Resposta:

“Muito já permitiste, e cada coisa que fizeste deu um grande resultado, para além do que agora vês, e por isso esteja orgulhosa e alegre.

Podes continuar também sozinha, mas os tempos serão diferentes, e podes correr o risco de não tirar tudo o que for necessário.

Imagina ter uma ferida aberta: podes curá-la mesmo sozinha, mas pensa o quanto será difícil resistir à dor que experimentarás entrando na ferida para purificá-la de tudo, e para colocares sobre a ferida o que for necessário.

Há ainda o risco que a dor em fazer isso te faz fechar os olhos, e tu não fores assim no seu profundo.

Eis porque um cirurgião sabe curar mais e melhor as feridas dos outros...

E quem tiver a ferida, se contar com o cirurgião, sente menos dor e leva menos tempo a curar.

Nas curas do coração, os temores possam ser assim enormes que impedem compreender e viver também as coisas mais simples.

Por isso te apelamos a pedir sempre a Nós ajuda para poder iluminar, compreender e agir.

Quando não houverem feridas, não será um Antigo a transformar, a curar, a pedir, é simples compreender também as coisas mais difíceis.

Enquanto as feridas, as dificuldades, os temores podem ofuscar a compreensão total e impedir a visão completa.

Podem impedir de usar completamente e até ao fundo as ferramentas que foram escolhidas para arar o próprio terreno, os modos de alcançar a cura.

Eis porque a ajuda doada deve ser bondosa, intensa, contínua, mesmo quando quem a recebe fecha os olhos para a dor, ou deseja fugir.

Os empurrões a prosseguir devem ser sempre bastantes pacatos, a fim de que tudo seja feito serenamente e com o entusiasmo de conquistar o que a cura permitirá.”

Pergunta:

Existe um modo particular de pedir ajuda?

Resposta:

“Leva as mãos ao coração, olha para o Céu e pede-Me, com palavras simples de criança, tudo o que o teu coração, o teu corpo, naquele momento necessitam, tudo o que a tua Alma tem necessidade para ser livre de querer.

E depois vá serena e alegre, certo de que tudo o que é necessário chegará.

Cada coisa que pode fazer fluir o teu caminho irá trazê-lo, e nada é impossível à Luz.

Se escolheres realizar em primeiro lugar todo o desenho da tua Alma, a cada pedido de ajuda, para qualquer coisa, ao fim diz:

– *Se isto for bom para a minha Alma*–.

E se no quanto pedes estão envolvidas outras pessoas, diz:

– *Se isso for bom para mim e para estas Almas*–.

Se fizeste todo o possível e o teu pedido for intenso, for acompanhado por um Credo total, for concluído assim, permanecerás serena para além do que aconteceu ou do quanto pediste.

Terás a certeza que, se o teu pedido não foi ouvido é porque dificultará o teu crescimento, impedirá o desenho da Alma, ou chegará mais além nos tempos certos para ti.”

“... E enquanto juntos formos recolher as espigas douradas já prontas para ti, recolheremos também o que entre as espigas existe, e que impede às espigas de crescerem completamente, às flores que entre as espigas estiverem a florescer totalmente, de doar intensamente o seu perfume.

Não penses nisso, mas olha somente as espigas que entre as mãos terás, inebria a tua mente com os perfumes das flores que Comigo colherás.

Enquanto tu cortas o trigo, Eu colho o que no trigo não deve estar, entre as flores não podem permanecer.

A isto pensa, faz cada vez que descobres que há alguma coisa a remover.

Se pensa-se no que há para remover, procura-se remover o que não está bem, pode-se também arrancar as flores e as espigas.

Enquanto se está atento a apanhar as espigas e as flores, se o olhar estiver ali, se se está alegre em fazer isso, então Nós podemos limpar o grão e libertar as flores.

Se pensas no que é preciso extirpar, não podes apanhar o que é necessário para ti, não poderás saborear o que é doce, belo, que está ali para ti, não te saberás alegrar para o teu grão e para as flores.

Essa consciência é necessária para compreender que tudo que há na vida, que tudo se pode esconder, mesmo no meio do grão e das flores.

Mas pensa sempre que é tempo de colher, assim não sofrerás por aquilo que há para remover.

Recorda que na realidade atrás de tudo o que parece ser bom, poderão existir campos de grão plenos de espigas douradas.

E ainda não conheces o grão da Alma, portanto nem mesmo as flores da Alma, que juntas ao grão podes colher.

E quando Conosco se colhe, se semeia simultaneamente, porque as vossas mãos vão estar cheias de grãos e de espigas douradas, daqueles que o Céu os doará.

Quem colhe o Nosso grão, escolhe a única nutrição da Alma.

Quem escolhe as Nossas flores, escolhe conhecer as flores da Alma.

Quem escolhe as Nossas Sementes de Luz pode recolher feixes de Espigas de Luz de Amor, de alegria.

Observa como a semear, o ritmo deve ser doce e o corpo ereto, mas sempre para recolher o grão, ou para preparar o terreno para as sementes, devem se dobrar e aproximar se à terra.

Esta aproximação à terra faz ser humilde: eis porque com humildade se prepara o terreno, com humildade vai-se colher.

Se se recorda que para arar e colher você está dobrado, quando se semeia o que se faz com humildade que naqueles momentos se conheceu.”

“... Estás a permitir a uma parte de ti de desabar-se, a uma parte de fluir mais: por isso sentes emoções diferentes, por vezes também contraditórias.

Não tentes compreendê-las, mas escuta somente o que elas te estão a dizer, o que dentro de ti está a acontecer.

Se queres compreender, chama a mente. E ela reconstruirá o que está a desabar-te, criará tempestades para impedir o que está a tentar fluir em ti.

Quando for para compreender, compreenderás com o coração no momento certo.

De manhã podes dizer à tua Alma, ao teu coração, à Mim:

– Escolho conhecer tudo o que pode mudar, o que para a minha Alma for bem transformada, para o meu coração iluminar.

Escolho fazer tudo o que è necessário, mas também de lutar.

Ajuda-me a compreender tudo com o coração, quando è bem para mim–.

Assim darás a Mim, à tua Alma, a possibilidade de criar situações e encontros a fim de que tudo aconteça, e sem que tu corras o risco de parar para compreender com mente.

Se sentes que a mente quer falar contigo, permanece em silêncio. Sorrindo, escuta o que te quer dizer, observa tudo dentro e fora de ti: simplesmente permanecendo ali, em silêncio.

A mente irá deixar de falar contigo, e eis que com o coração compreenderás o que naquele momento é necessário que tu compreendas.

Provarás grandes alegrias em ver o que está a desabar, o que está fluindo, sentindo que tu és o criador de tudo isso.”

Expressão do coração

“... Há uma parte de ti que requer a cura, há uma parte de ti que requer a expressão do que há no coração.

Ambos terão de unir-se para permitir a dissolução de tudo.

E isto acontece sempre com a Luz e com a Nossa ajuda.

A expressão requer um grande empenho, uma profunda humildade, às vezes fadiga e ações pessoais.

Curar com a Luz requer o abandono, a confiança, e o confiar-se.

O pedir sempre leva a um crescimento na humildade.

A expressão do coração requer abrir totalmente a porta do coração.

Tudo isso permite então permanecer abertos.

É como retirar a chave de uma porta para impedir que se possa fechar novamente.

A expressão do coração leva a uma humildade ainda mais profunda: aquela de aceitar-se e aceitar tudo, mesmo o que não se quer mais contatar, sobretudo quando de tocam as feridas do passado e do Antigo.

O valor da expressão do coração está no ser um grande meio de crescimento na humildade, na abertura, na aceitação, no abandono, na confiança.

Se podes curar uma ferida com todas as pomadas e as substancias melhores, mas se primeiro não se removem as partículas de poeira que estão dentro, às vezes invisíveis, aquela ferida não poderá nunca curar-se.

Entretanto se tens coragem de abri-la, de limpá-la em profundidade, mesmo fazendo-a novamente sangrar-se, esta depois irá fechar-se para sempre.

Para compreender a importância da expressão observa um balde cheio de água: se estiver vazio e queiras enchê-lo de água limpa, basta versá-la para dentro.

Mas se já estiver plena de água não limpa, se contém areia e não queiras antes esvaziá-lo, deves colocar muito mais água para deixar sair toda a areia.

Contudo, pode ser um risco que alguns grãos de areia permaneçam, e que então a água não se torne completamente pura.

A mente não quer nunca abrir as portas do coração, nem esvaziar os ‘baldes’.

Mesmo o coração teme isso, mas sempre a Alma impulsiona a fazer isso, para conduzir à liberdade, à alegria, à paz, para permitir as curas.

Eis porque às vezes é necessário andar para além do que o coração sente e, com coragem e determinação, fazer a escolha de seguir em primeiro lugar a Alma.”

“... A expressão do coração prepara o terreno a fim de que possa germinar as flores mais belas.

Quando inicias a romper uma placa, mesmo somente depois de tê-la quebrada, te ocorre que perto dela há outras placas a serem removidas.

E muitas placas criadas no passado desta viagem podem ter origem no Antigo.

Por isso a Alma escolhe recreá-la nessa viagem, para ir além, para fechar ou superar um Antigo que em outras vidas não foram fechados ou superados.

Um desafio pode ocorrer muitas vezes, em muitas vidas até não forem superadas.

Então, com serenidade, rompe as placas que tens entre as mãos, sabendo que é a expressão e a consequência de uma coisa ou um facto que aconteceu.

E não importa se é no passado desta vida ou de outras vidas.

Eis porque é bem difícil, às vezes impossível, compreender todos, dar explicação a todos.

O que é necessário é abandonar-se e dizer:

– Escolho curar o que recordo, escolho transformar o que saberei reconhecer, e permito que isso aconteça mesmo naquilo que tem raízes no Antigo–.

Depois, peça-Me ajuda no fazer tudo.

E esteja certo que com essa tua escolha com esse permitir com o pedido de ajuda, tudo acontecerá.

Naturalmente se seguires essa escolhas, as ações e os passos necessários.

E tudo em leveza, sabendo que Eu concluirei o que iniciei, mesmo o que não compreendes ou não recordas, ou é melhor que não recordes.

Partilhar, doar, receber

“... E recordando que o medo de sofrer ainda, às vezes, obscura a visão total da causa de uma desarmonia, escolhe com alegria de partilhar as tuas sensações, as compreensões e as consciências que chegaram a ti.

O poderás primeiro escrever: te pode ajudar a ter clareza nisso, a dissolver muito do que requer ser dissolvido, e confirmará o teu sentimento, o teu intuito.

Quando as partilhas, dás espaço à Criança interior: ela as fará com a simplicidade e a leveza que a expressão requer, sem temer algum julgamento.

Faz isso com quem sentes que te pode escutar com Amor.

No momento ao qual dirás:

– *Sinto isto, experimento isto...* –

Estarás no presente, e não poderás estar no passado ou no futuro. Assim dissolverás o que há naquele momento, iluminarás o que não é claro naquele momento.

Isso permitirá de dissolver e iluminar também o passado e o Antigo que por trás de ti poderão estar.

Se por medo levas a atenção ao passado ou ao futuro, não agirás no presente.

Somente no presente poderá estar a ação, a compreensão que leva à cura.

E a expressão continua no presente, abre o coração ao Amor, chama o Amor.

Recorda-te de levar somente a criança em cada expressão, porque as crianças sabem ver somente o presente e, em seguida, indicam o Céu.”

“... Para partilhar não procurar aqueles que estão curados, quem é sábio, quem tem muito conhecimento, mas procura um ‘Coração’ simples que saiba escutar-te com Amor, sem nenhum julgamento.

Enquanto partilhas pensa que estás a doar, porque cada coisa que exprimirás pode ser um dom de Amor, um meio de compreensão, uma consciência para aquele ‘Coração’ que está a escutar-te.

Pedindo ajuda, doas ao outro a possibilidade de ser um meio de Luz e levar-te o que naquele necessitas.

Recordando isso, a expressão, a partilha pode ser suave, serena e simples.

E sentirás todos os encontros como encontros de Almas que se estão a ajudar reciprocamente.

É somente a mente que complica as coisas, é somente o ‘ego’ que impede a simplicidade das crianças no abrir o coração, no pedir, no dar.”

Inebriar a mente

“... Com Amor levo no teu coração flores da primavera, flores com cores e perfumes intensos.

Alegremente veja as cores, inebria-te com perfumes que levam alegria ao coração: assim a mente pouco a pouco adormecerá.

E com a mente adormecida será mais fácil abandonar-te.

O abandono te fará crescer mais rapidamente, caminhar mais seguramente no teu Caminho luminoso.

Com o coração pleno de flores perfumadas, com a mente adormecida será fácil sentir o apelo da tua Alma, compreender a tua linguagem: assim alcançarás a tua meta serenamente.

O coração quando está ferido, ou está pesado daquilo que contém de não amor e de não luz, pode ofuscar o teu sentir, porque fica condicionado por aquelas feridas, por aqueles pesadelos.

Mas nunca isso poderá criar aquelas grandes dificuldades que uma mente acordada cria, porque ela fala assim em voz alta para sufocar a voz do coração e da Alma.

Eis porque, para alcançar as curas do coração, do Antigo, para haver compreensão real das desarmonias do corpo, é indispensável adormecer a mente.

E podes fazer isso cheirando o perfume intenso de uma flor que gostas e pedindo-lhe:

– *Inebria-me, faz adormecer a minha mente*– .

Fazer esse jogo pode ajudar-te na escolha de adormecer a mente.
E diz-Me:

– Ajuda-me a sentir os perfumes das flores que Tu me doas, a fim de que me possam inebriar–.

E, em seguida, prossiga feliz o teu caminho, com a certeza que assim é mais simples caminhar e crescer, é mais fácil andar rapidamente em direção à tua meta.”

Pergunta:

O que posso fazer com esses pensamentos que não gostaria de ter?

Resposta:

“Dá espaço a eles.

Expressa com quem sentes que te possa escutar com Amor, o que no teu coração há.

Em seguida, fecha-te, senta-te, e no silêncio observa os teus pensamentos que passam e repassam.

Dá espaço a eles, sem julgá-los: pouco a pouco sairão da tua mente e se distanciarão de ti.

Com ambas as coisas podes fazer ‘limpeza’ também no que trouxeste do Antigo.

Eis porque não deves julgar os pensamentos: não sabes de onde chegam.

Pode ser que em outras vidas tu tenhas agido pela Luz, tenhas realizado somente ações de Luz, mas em outras vidas ainda, talvez não sempre as tuas ações tenham sido essas.

Muitas vezes são essas que, em seguida, empurram ainda mais a procurar a Luz novamente, a agir na Luz e para a Luz.

Portanto, não julgar nem o passado, nem o Antigo, sente somente a alegria da limpeza, da transformação, da dissolução que estás a fazer.

Talvez, podes ter iniciado a fazer isso no Antigo, e agora tens possibilidade de completá-lo.

Eis porque não podes compreender nada de outros ‘Corações’, quanta força é requerida para fazer isso, e quanto enorme seja a dificuldade deles.

A única coisa que conta é permitir à Alma de viver o que escolheu viver, de fechar, de curar, de transformar, de limpar. Então, não julgar e não temer os teus pensamentos, nem as partes que necessitam de ser iluminadas.

Observa tudo em silêncio, expressa tudo com quem te possa compreender: somente assim os teus pensamentos se distanciarão, não te pertencerão mais, e se transformarão na Luz.”

Pergunta:

Não consigo de nenhuma forma a dissolver as tensões que sinto na testa para o meu contínuo pensamento, podes dar-me uma ajuda?

Resposta:

“Como sempre te doarei isso com Amor.

Mas é indispensável que tu escutas o teu coração e dês espaço a ele.

Não penses expulsar os teus pensamentos, distanciar a mente, mas alargar o coração, aumentar a escuta do coração, sentir e perceber o que há nele.

Quando sentes essas tensões, esses pensamentos, respira profundamente, leva o olhar ao coração, fecha-te a escutá-lo, e pede-Me:

– Ajuda-me a entrar no meu coração–.

Em seguida, imagina-te uma criança que entra em um coração grande, e ali escutas os seus batimentos.

Pouco a pouco, perceberás assim a linguagem do coração, depois a linguagem da Alma: nesses momentos não haverá espaço para a mente, nem espaço para os teus pensamentos.

Como vês, também aqui há necessidade de teus passos e ações da tua escolha, e de pedir-Me ajuda.

Isso permitirá a Mim de fazer tudo junto a ti, e de completar o que tu iniciaste.

Seja sempre humilde a aceitar um conselho, independentemente de qual tenha sido sua origem, porque se tu o sintas justo ou não para ti, te ajudará a fazer clareza em ti.

Ser humilde leva à verdadeira grandeza.

Esteja sempre atenta e pronta a aprender das situações, dos feitos que acontecem, de tudo o que vives.

Esteja pronta a crescer escutando os ‘Corações’ que já viveram experiências similares às tuas, escutando os ‘Corações’ mais simples que encontras, porque tudo e todos podem ser ensinamentos para ti.

Isso requer levar a atenção ao presente que estás a viver, a aquilo que no momento estás a fazer, e de observar tudo conscientemente.

Essa atenção aos teus gestos, às tuas sensações, emoções, consciências, remove inevitavelmente atenção ao passado, ao futuro, à mente.

E não haverá espaço para outros pensamentos.

Assim se dissolverão todas as tensões.

A ausência da mente, dos pensamentos do passado e do futuro, e o coração aberto, permitem as grandes curas, as curas totais.”

Pergunta:

Porque continua a voltar-me à mente essa parte do meu passado?

Resposta:

“Quando isso acontece assim intensamente, pode ser uma ajuda para fazer imediatamente o que é necessário, nesse momento, ou um impulso para agir com alguém.

Muitas vezes é também o desafio de quem optar por trazer a cura para o passado, de remover o olhar ao passado e ao futuro, de viver o presente.

Quando uma memória emerge por um perfume, por uma música, por uma imagem, por uma palavra que a lembra, sorri e deixa deslizar com serenidade aquela memória.

Quando um passado retorna, pode ser uma ocasião para aumentar a sabedoria que naquele passado escreveu no coração: isso é uma sabedoria do vivido.

Pode acontecer que o passado retorna porque teme-se que o Novo que está a chegar, e o tornar novos que se escolheu: é como procurar um ponto de apoio e uma segurança no conhecido.

Eis porque é necessário estar muito atentos a não deixar entrar na mente quando acontece isso, mas fazer falar somente o coração e nada mais.

O coração fará compreender se ali há uma ferida aberta ou não completamente fechada, fará intuir o todo necessário.

Quando isso acontece, chama-Me e diz:

– Estou pronta a fazer imediatamente e sem algum temor os passos e as ações necessárias, ajuda-me a compreendê-los–.

E depois deixa correr tudo com serenidade, certo que, com a Minha ajuda, tudo acontecerá.

Tu estejas somente atento que não sejam as necessidades que procuram sufocar, que fazem ressurgir pensamentos do passado, que nada mais sejam necessidades do presente.”

Pergunta:

Todas as noites assaltam-me os pesadelos de um trauma do passado...

Resposta:

“Escolheste nessa viagem um corpo que ninguém conhece totalmente, um corpo que está unido ao invisível.

O passado marca sobre essas linhas invisíveis que nem sempre podeis cancelar.

As dores, o sofrimento, as feridas profundas, criam as escritas sobre esse invisível que nem sempre podeis remover completamente.

E acontece que, por qualquer coisa que passa não observado, retorna-te ali, sobre linhas, sobre aquelas escritas.

Não temer se isso requeira curas particulares.

Esteja simplesmente consciente do quanto pode acontecer.

Tu continuas o teu crescimento em cada modo que sentes e intuis necessário.

Em seguida, como uma criança, pede-Me ajuda: sabes que te levo nos braços, que te acaricio cada vez que. Me pedes ajuda, cada vez que fechas os olhos.

Assim, sentindo-te entre os Meus braços, pede-Me de trazer as Minhas mão sobre o teu coração, a Minha Luz sobre essas linhas, sobre essas escritas, o Meu manto branco sobre ti, e depois adormece-te serena, imaginando-Me assim, sentindo tudo isso, e não pensando mais em nada.

Poderás fazer isso também de manhã, para transmitir mais a tua Essência e a Minha Essência no quotidiano, no mundo.

E imagina-Me sorridente, porque para Mim é doce vigiar-te dia e noite.”

Pergunta:

Como posso vencer os ataques de pânico?

Resposta:

“Nesses momentos para-te, respira profundamente, chama-Me e pede-Me para ajudar-te.

Sente-Me perto de ti, com a certeza que juntos tudo podemos superar.

Com essa certeza faz silêncio e leva a atenção à respiração, ao coração.

Sentirás que te envolvo com o Meu Amor, sentirás que Comigo perto não existe nada a temer, sentirás que com o respiro entra a Luz no teu coração e no teu corpo, e que a tua Alma se une ao Céu, à Luz.

No silêncio te encontrarás e encontrando-te tudo passará.

O silêncio te permitirá sempre encontrar-te, regenerar-te, restaurar-te, reforçar-te e permitirá a Mim de infundir dentro de ti tudo o que naquele momento é necessário.”

Deixar sair o que está dentro de ti

Comentário

Alma Luminosa, para compreender mais facilmente o quanto a cura requer deixar o que está dentro de nós, pode pensar nessas imagens.

Uma ferida aberta, inevitavelmente contém terra, areia ou outro material: se não se remove tudo isso, a nada servem as pomadas ou qualquer medicamento, e se se procura fechá-la, o que ficou dentro cria infecção e piora a ferida.

Imagina um vaso vazio: nele podes colocar tudo o que desejas somente se estiver vazio.

Pensa numa porta dentro da qual há belezas inimagináveis: se não podes ver nada, nem apreciar o que estas belezas podem oferecer-te.

Assim, mesmo as nossas belezas, os nossos tesouros podem emergir somente se abrimos a porta do coração.

E também o que pode levar cura, alegria e tudo o que desejamos, não pode entrar se nós não abrimos essa porta.

“... Sobe sobre os Meus braços, deixa-te abraçar por Mim, imagina-Me com o sorriso e sente que te estou a dá-lo, permite ao Meu Amor entrar no profundo do teu coração.

Sentindo-te assim amada, será mais simples abrir o teu coração e deixar os sofrimentos e tudo o que está a pesando-o.

Não pensar nunca de dever abandonar alguma coisa, mas simplesmente de transformar, de curar, de permitir ao Amor e à alegria de entrar dentro de ti, junto a tudo o que é necessário ao teu coração, ao teu corpo.

Partilha os teus temores, as necessidades, as dores, e expressa a solidão que estás a sentir.

Abre-te e partilha as tuas lágrimas.

A grandeza está no saber partilhar.

Uma criança, com a mesma espontaneidade e simplicidade, te doa um sorriso ou chora nos teus braços, e depois volta a sorrir.

Mesmo tu, com a mesma simplicidade, doas o teu sorriso e partilhas as tuas lágrimas, doas a tua alegria e partilhas a tua tristeza, doas o teu Amor e requeres Amor.

Todos os ‘Corações’ sabem sorrir, chorar, alegrar, vivendo todos os sentimentos, mas não todos os ‘Corações’ escolhem manifestar tudo isso.

Muitos ‘Corações’ temem isso, outros ‘Corações’ protegem-se tirando tudo ou manifestando somente o que considera belo, bom e que traz alegria.

Se pensas que tudo vem do coração, não esconderás mais nada, e verás quanto será mais simples partilhar, quanto Amor e ajuda chegarão a ti.

Abraça e deixa-te abraçar, dá alegria e pede conforto, compreende todos e tudo.

Esse equilíbrio te levará a expressar a força que está em ti, e a Força da Alma te levará à verdadeira grandeza.”

“... Imagina um prado coberto de neve branca, onde o outro olhar não vê que esse manto branco, mas em baixo há vida, há movimento.

Aqui de longe observa, nada se vê, e tudo parece ter parado. Mas em baixo da neve há agitação e, pouco a pouco, as sementes tomam forma, os brotos ultrapassam a neve, as flores se abrem ao sol.

E com o sol saem outras Criaturas que, com o seu calor, sentem o chamado da primavera.

Isso é a clara expressão do teu ser.

Se escolhes continuar o teu crescimento, não podes manter a tua manta branca e intata, porque não podes parar o que está empurrando para sair, o que está preparado para sair.

Todo o movimento que antes não era visível, mas estava ali, tu o sentias, mesmo se não o compreendias.

Esse movimento agora está empurrando as tuas belíssimas flores e tudo o que está pronto para sair, para ultrapassar o cobertor branco.

E não há nada que possa impedir esse desabrochar, esse emergir, se não parar o teu crescimento e evitar a sua Alma de ser livre.

Se sentes que dentro de ti há um vulcão que está por explodir, não o tema: pensa que estás a permitir a essas flores belíssimas e perfumadas de abrirem-se, estás a permitir aos teus tesouros de brilharem ao sol.

Recorda que a verdadeira fadiga é para reter e impedir, nunca para fazer fluir ou para permitir que tudo emerja.

Não olhar nada do que está a chegar, exceto quando isso será iluminado, porque pode parecer-te incolor, não luminoso.

Se o sol sobre isso farás resplandecer, não poderás ver as belíssimas cores.”

Pergunta:

Não me diagnosticaram nenhuma doença, mas tenho um grandíssimo mal-estar em todo o corpo e no coração.

Resposta:

“Estás sentindo as pressões do que do teu profundo quer emergir, está emergindo, deve emergir.

Outras vezes trouxe essa clareza a mim, mas temes de fazer sair tudo o que há nesse profundo, porque sabe que sobre isso há o vivido desta vida, há os pensamentos que não partilhas com ninguém, há os sentimentos que manténs escondidos, e esqueces que em baixo de toda essa camada fina do passado há o Antigo. Estás a pensar que essas coisas podem levar-te a sofrer, e que para fazer emergir o todo haverás as dificuldades, mas não será assim.

Mais uma vez confirmo-te que uma fonte está dentro de ti, e tu uses só pouca água...

Observa quanto temes o silêncio porque sabes que o contato com a tua Alma permite escutar o que o coração está a dizer-te, teme em trazer clareza dentro de ti, de fazer conhecer a grande força que em ti há.

Uma flor livre no prado cresce muito rapidamente, pode expandir o seu perfume, doar as suas cores.

Mas quando estiver coberto de folhas secas ou de terra, esforça-se por sair...

Serentemente remove a terra e deixa desabrochar não uma flor, mas todas as belíssimas flores que tens no coração.”

Pergunta:

Peço-te de ajudar-me a compreender o que me leva a sentir uma grande raiva, e a ter um contínuo nervosismo que não consigo sufocar.

Resposta:

“Escolheste crescer, desenvolver, e a tua Alma te impede de sufocar.

Não sufocar nada, sente o todo como uma peça de roupa que estás pronto a deixar ir no rio.

Se continuas a escolher crescer com integridade, descobrirás a fonte e as raízes do que te leva a expressar o quanto não queres. Assim poderás curar, transformar, ou remover o que for necessário.

E permanecerá em ti a fonte que há agora existe, mas a água será diferente, será uma água que saciará a tua Alma e muitas outras Almas.

Podes dizer:

– Estou consciente de tudo o que está a acontecer em mim, agora vou descobrir as raízes e escolho de dissolver ou remover o que for necessário.

Eu vou descobrir a minha fonte para transformar tudo em água fresca que saciará a minha Alma e outras Almas –.

Recorda que nem todos os tesouros encontram-se dentro de arcas, muitos estão escondidos na terra, e frequentemente as arcas estão escondidas na terra.

Eis porque enquanto se remove a terra que cobre essas arcas e escondem os tesouros, deve-se haver certeza e a alegria de encontrar os próprios tesouros.

Sempre quando se tem coragem de limpar o que não parece de facto um tesouro, de remover a terra que o cobre, permite-se aos belíssimos tesouros de brilhar ao sol.

Não temer a tua terra, não temer em levá-la na mão, nem que alguém a veja, porque esse alguém poderá ajudar-te a removê-la.

Somente tu pensas que não é terra boa.

É por isso que só tu podes escolher mostrá-lo, olhá-lo, tirá-lo, obter ajudar para tirá-lo.

Mas é necessário um passo a mais: deves amá-la.

E saberás fazê-lo recordando que sob ele há os tesouros mais belos.

Recorda que Nós te prendemos no braço com todas as roupas, nem sempre novas, nem sempre limpas; amamos-te sempre, mesmo quando existe distância entre Nós ou não quiseses jogar Conosco...

Pensando nisso diz:

– Com Amor prendo no braço a minha Criança e cada parte de mim–.

E seja feliz em fazer isso. Seja feliz quando, se tu queres, peça-o e permita-o, alguém prenderá no braço a tua Criança e cada parte de ti, mesmo a tua terra.

Um dia saberás o quanto traz alegria ajudar outros ‘Corações’ a fazer isso, e compreenderás que ninguém julga como não boa a própria terra como quem a ela pertence.

Não sufocar ainda esses sentimentos, nem essas tuas expressões. Recorda que por trás deles há sempre sofrimento, uma dor que foi sufocada, um vazio, uma falta, uma frustração.

Mas quando tudo é aceitado e há a alegria de descobrir, tudo se transforma em água que mata a sede, em Luz que ilumina.

E tu tens muita água a oferecer, tanta Luz a expandir. Esteja pronta ao novo, e não temerás nem de descobrir as raízes, nem de andar à fonte desses sentimentos, dessas expressões, e de outros.”

Pergunta:

Temo todo esse tumulto que sinto dentro de mim.

Resposta:

“É o sussurro do vento: não o temer mas sim amá-lo.

Temes que seja o início de uma tempestade, de um temporal.

Certo, o vento faz agitar as folhas, faz descobrir o que por baixo delas há, mas traz também os perfumes mais intensos, pode trazer a primavera e levar as nuvens para poder deixar o sol brilhar.

E quando agita intensamente as folhas e as levanta, é para permitir às sementes que na terra existem de brotar e de florescer mais rapidamente.

Estás a temer esse descobrir, essa viragem das folhas secas, porque esqueces que em baixo delas existem sempre os brotos que a Alma escolheu fazer aparecer ou reaparecer.

Mais uma vez observa a Natureza: o camponês com Amor remove dos campos as folhas e os ramos secos, para permitir às ervas de aparecerem livres e rapidamente.

É assim também para ti, para todos.

Às vezes o camponês, fazendo isso, descobre as pedras que antes não tinha visto, o que as chuvas fizeram reaparecer, mas que as folhas foram escondidas novamente.

Ele não pensa em ferir a terra, removendo as pedras, mas em embelezá-la e torná-la mais fértil.

Coisa que também tu fazes e pensas.

Estás a tornar a terra muito fértil, estás permitindo a todos os brotos de aparecer.

E quando ouves o sussurro do vento, ama-o como um meio, uma ajuda, um amigo.

E com isso poderás sentir doces perfumes, restaurar-te com brisas novas, que simplesmente te ajudarão no teu andar.

Quando com as tuas mãos removes folhas e ramos secos, alegrate pensando que as tuas mãos recolherão as flores que nascerem. Tem o teu olhar no teu coração para doar a esses brotos a água que necessitam e as curas mais amorosas.

E esteja pronto para acolher os brotos do Antigo, os brotos das sementes novas que sempre nos terrenos férteis Nós trazemos.

Lembra que Eu estarei sempre perto de ti para remover os ramos secos e as folhas, mas também na alegria juntos quando te inebriaras com o perfume das belíssimas flores que no teu terreno nascem.”

Pergunta:

Mas esse distúrbio físico conseguirei curar?

Resposta:

“Seguramente que sim, se não reteres mais nada, se não sufocares mais nada, se fizeres tudo o que é necessário, se Me pedires de ajudar-te.

Às vezes alguém escolhe em não fazer sair alguma coisa, enquanto tu agora estás somente temendo fazê-lo: isso, é muito diferente.

O temes porque sentes que tudo poderia fugir-te das mãos e explodir.

Sentes quantas coisas estás a sufocar.

Observa quantos desejos estás escondendo.

E cada coisa retida, sufocada, cria nós, pesos: o corpo sente-os e evidencia-os em modos diferentes.

Canta em voz alta quando temes exprimir os sentimentos que existem dentro de ti. Grita com intensidade quando sentes que estão saindo, e em voz alta diz:

– *Estou escolhendo livremente de permitir isso*–.

Assim não te sentirás forçado nem pela Alma, nem pelo coração, nem pelo corpo, nem por nenhuma outra pessoa, de dever deixar sair o que está dentro de ti, mas te sentirás livre para expressar tudo.

E sentindo-te livre, não temerás fazê-lo.

Tens necessidade de gritar, de berrar, de cantar em voz alta, de expressar intensamente a tua Essência.

Faz isso, e o teu corpo alegrará contigo.

Nascerá em ti a vontade de dançar, e o teu corpo te agradecerá por tudo isso.”

Temor de abrir o coração, de partilhar

Comentário

Muitas vezes, quando se começa a abrir o coração, nasce um grande temor e, às vezes, sente-se a 'morrer' ...

Na realidade há a morte de alguma coisa, ou de uma parte de nós, e pode-se sentir que está a chegar a 'morte' do nosso 'ego', da nossa personalidade.

Essa é a vida, isso é o ciclo de tudo o que vives.

Quando a flor começa a desabrochar, morre o seu broto.

Quando o fruto começa a tomar forma, morre a flor.

Quando nasce um dia novo, morre a noite.

Quando inicia a primavera, morre o inverno.

Se pensarmos neste ciclo natural de tudo, não temeremos mais a morte, mas a veremos somente como transformação, sentiremos que quando acontece seja somente uma sucessão de expressões diferentes da vida.

Eis porque se diz que quem vive no terror da morte, na realidade não vive.

Desde a infância, ouvimos da morte como o mal maior.

Difícilmente ouvimos dizer que a morte do corpo permite à Alma a liberdade de voar e de retornar à Casa.

Podemos aprender a ver a morte em um modo novo e a acolhê-la na nossa vida de diferentes maneiras: não mais como uma inimiga, mas como uma amiga que permite a transformação, a conclusão, a liberdade.

Se escutarmos quantos descrevem a experiência do coma, sentimos somente palavras de paz, de liberdade, de leveza, de alegria, de Luz.

Muitas pessoas que passaram por essa experiência, conheceram uma felicidade assim grande que, em seguida, sentiram a nostalgia do que provaram, e com dificuldade superaram o pesar de não terem sido capazes de ir para além.

Esse pesar pode ser dissolvido pensando que a tarefa da Alma não está ainda terminada, e que aquele momento maravilhoso retornará.

Se aprendermos a ver a morte como parte da vida, como uma amiga que doa a liberdade de retornar à Casa, para viver na alegria e no Amor, não temeremos mais a ‘morte’ de algumas de nossas partes, do nosso ‘ego’, da nossa personalidade.

Aliás, quando isso acontece, sorriremos, recordando que são apenas prisões, e sentiremos a alegria da liberdade.

Pergunta:

Tenho um grande medo de abrir-me com qualquer pessoa...

Resposta:

“Sorri para esse medo e junto observaremos a realidade.

Quando se tem dificuldade em abrir o coração, pode existir o temor que depois evidencia-se alguma coisa que considera-se poder tirar luminosidade à imagem, enquanto a Criança interior deseja ainda elogios, deseja ouvir que ela é brava e bela.

Isso é um temor que vem da mente, ou de alguma coisa vivida no passado ou no Antigo, onde um julgamento criou feridas e sofrimentos.

E esse temor aumentou da consciência que agora há das tuas partes a iluminar, de deixar ir, de transformar.

É como ser crianças na escola e ser capaz de ter no bolso os jogos que não se levam para a escola, ou de ter agido como o professor explicou que não se devia agir.

O aluno conhece os jogos que esconde, as ações feitas, os pensamentos de recusa que tem para o professor, não somente para a escola.

Por isso teme de pôr as cartas na mesa, teme que alguém descubra as suas ações, ou intui os seus pensamentos.

Recorda que esses temores nascem sempre da mente, então agora tu escutas somente o teu coração.

Sente o Meu Amor que está à tua volta.

Pensa no Amor que continuarei a doar para ti, no quanto te aceito como és, com todos os jogos que tens nos bolsos, com as ações não luminosas feitas, com os teus pensamentos nem sempre luminosos, e te levo no braço com imenso Amor.

Tudo isso tranquilizará o teu coração porque te sentires sempre amado e aceitado como és.

E sente-te livre de partilhar o que desejares, quando e como quiseres.

No momento ao qual o fizeres, na total confiança de ser aceite, amado e não julgado, tudo será simples, será na serenidade, e provarás tudo o que a partilha e a abertura do coração doam, levam a ser, permitem viver.

E o teu coração não terá mais temor, mas somente a vontade de cantar.”

Temor do trabalho interior e de tudo que o crescimento exige

Comentário

Se as desarmonias do corpo, do coração, da mente, estão ligadas à nossa evolução, ao nosso crescimento, por isso serão também as curas, e sempre envolvem a Alma.

Aqui, no Planeta Terra, cada crescimento, cada evolução espiritual, é realizado também através do sofrimento.

Muitas vezes acontece com a 'morte' de algumas de nossas partes, com a 'morte' do 'ego' e da personalidade.

Por isso é necessário abrir as portas do coração, e estar sempre pronto para depor as armas que a mente cria para lutar com os seus medos.

Muitas vezes há o temor de seguir a Alma, sentindo que fazer isso pode criar mudanças na vida.

Sentes que também tu mudarás, que não poderás estar 'parado', que a transformação será em muitas formas, em lugares diferentes.

Mas essa contínua insegurança é o dono mais belo que a Alma te pode fazer.

Quando descobrires a beleza, agradecerás à tua Alma e tudo o que ajudou a remover raízes, pontos de apoio, laços, a mudar-te e a tua vida.

Um dia perceberás a ideia de ter necessidade de pontos principais, de segurança, e viverás a excitação da aventura, a emoção de ser uma nuvem transportada pelo vento para a imensidão do Céu.

A mente sabe que não pode seguir-te quando vais para o interno de ti, quando vais analisar tudo o que há no teu profundo, e agora cria em continuação muitos temores e obstáculos para retardar ou impedir essa viagem interior.

Quando sentes que há o chamamento da Alma, sorri à mente, e naquele momento faz com alegria o que a Alma está a pedir-te, está a levar-te a compreender.

O futuro é sempre um refúgio, uma desculpa para conceder-se pausa, para procurar ganhar tempo.

É somente no momento presente que tudo se concretiza e se supera, que tudo pode acontecer.

Pergunta:

Sinto sempre mais forte o impulso para iniciar a viagem em direção a mim mesma, mas está a bloquear-me um grande temor.

Resposta:

“Tens medo de cavar o terreno enquanto a tua Alma está a empurrar-te com insistência para fazer isso.

Os ‘Corações’ que conheceram feridas, sofrimento, privações, muitas vezes enterram tudo para conseguir prosseguir e continuar a viver.

É por isso que se tem medo de pegar na enxada e escavar muito no próprio terreno.

Mas quando a Alma escolheu arar aquele terreno, fechar todas as feridas do passado ou do Antigo, continua a pedi-lo.

Não temer nada e confia-te ainda mais na tua Alma, porque ela te conduzirá para os sentimentos justos em direção à meta escolhida, em direção aos Picos Altos.

Abandona-te com serenidade.

Não olhar para o que deixaste, o que abandonaste ou vais abandonar, o que sentes que deverás deixar: simplesmente abandona-te à tua Alma e permite a Mim de levar-te nos braços. Assim esvanecerão os medos e verás somente a Luz em direção à qual a Alma te está a levar, sentirás a Minha proteção, o calor dos Meus braços, a alegria do Amor que te dou.

Esteja atento para não permitir à tua mente de reter, sobre quaisquer modos, a tua Alma com pensamentos, dúvidas e temores.

Abandona-te, e a mente no abandono não te pode seguir...”

“... A tua Alma escolheu fazer florescer dentro de ti um belíssimo jardim.

Qualquer jardim antes de receber as sementes das flores tem necessidade de ser arado.

Se aquele terreno durante muitos anos não foi cultivado, tem somente muitos matagais para remover, muitas pedras para extrair, e não basta escavar uma vez, mas é necessário escavar muitas vezes.

Na escavação rompe-se o terreno, gramado após gramado, mas isso é o único modo para fazer fértil aquele terreno, que permitirás às Minhas sementes, às tuas sementes antigas de germinar.

Antecipa já agora a alegria que terás em observar o teu belíssimo jardim florido. Em tempos, que andava nos campos, cantava muito, porque assim seria menos duro aquele trabalho.

Entres os cantos, as risadas, as alegrias, esquecia-se o cansaço do corpo, o temor do amanhã.

Faz isso também tu: canta, ri, alegre, e não sentirás o cansaço de preparar o terreno, e assim isso se transformará rapidamente em um jardim florido.

E cantando, rindo, alegrando, esquecerás cada temor.”

Temor do não compreensível, do não visível

“... Se tens medo de perceber, de sentir ou de ver o invisível, diz:

– *Estou temendo a felicidade, o êxtase* –.

Chama-Me perto e pede-Me de envolver-te com a Luz.

Isso acalmará tudo dentro de ti, porque sentirás que quando há a Luz, a sombra não se fará sentir, nem poderá aparecer.

Quando estás em silêncio leva as mãos ao coração e chama dentro de ti a Luz, chama-Me perto de ti e pede-Me de envolver-te com a Luz, de proteger-te com o Meu Amor.

Sentirás que tudo o que percebeste e não consegues ver, o que sentes mas não consegues compreender, é somente expressão da Luz.

Faz isso cada vez que perceberes qualquer coisa que não consegues ver: assim nunca haverá espaço para a sombra mas somente para a Luz.

Age sempre assim, mesmo quando acontece uma coisa que não consegues compreender, motivar e, depois, simplesmente alegra-te, porque por detrás há seguramente um don para ti, para a tua Alma.

Se insistes e pretendes compreender, permite à mente criar a não realidade, de separar, e na divisão tudo desaparecer.”

“... É somente a mente que tem medo do não compreensível, do não visível.

Escuta o coração e sentirás que és feliz de viver na aventura, desejas percorrer os sentimentos inexplorados, ama a liberdade da insegurança, alegra-te pelo que sentes e que não consegues ver ou explicar.

Se trazes atenção ao coração, sentes que nunca é totalmente satisfeito: ama o movimento e queira continuar a procurar.

Isso acontece quando o coração está totalmente curado e está dando a mão à Alma, porque a Alma é uma grande aventureira, escolheu viver aventuras inimagináveis e mágicas.

O coração curado segue a Alma, e traz-te a alegria da sua vinda constante sem conhecer a meta, certo que a Alma conseguirá guiá-lo até lá.”

*D*issolver as dúvidas e as dificuldades

*C*omentário

A dívida é fruto do medo que a mente cria.

Há raízes no desejo de proteger-se, de criar seguranças, de evitar mudanças, de assumir-se as responsabilidades.

A dívida é uma defesa, mas na realidade não nos defende, pelo contrário, aprisiona-nos.

Dando espaço à dívida não se vive o que a Alma escolheu, impede-se o chegar de Dons inimagináveis.

Quando se segue a Alma não há necessidade de defender-se, mas somente de abandonar-se confiante.

E a confiança é o fruto do Amor e do Credo, leva a sermos corajosos.

As dúvidas e os temores nascem da mente; a confiança, o Amor, o Credo, são flores do coração.

Pergunta:

Quem ou que coisa pode ajudar-me a eliminar os pensamentos e as dúvidas que me criam tantas dificuldades?

Resposta:

“A Luz, naturalmente, viver o quotidiano na Luz, mover os passos e cumprir as ações na Luz.

Se caminhas na Luz, amarás tudo o que encontras no teu caminho.

Se o teu olhar é na Luz, sentirás o desejo de deixar ir hábitos, esquemas, e sentirás o desejo de saciar-te nas fontes da Luz, de nutrir-te nas fontes do Amor.

Isso te levará ao entusiasmo e à alegria que removerá espaço e tempo às dúvidas, aos pensamentos, aos temores.

Quando um pensamento negativo, uma dúvida, um temor, uma intenção não luminosa, ressurgir, tu ages com a Luz, caminha em direção à Luz, pede-Me de ajudar-te: tudo se dissolverá e desaparecerá.

Fazendo isso eliminarás as dúvidas, os pensamentos, a tudo o que a mente cria, não darás mais nutrimento à mente que assim se distanciará.

Não procurar com ansiedade quem te pode ajudar, mas pensa que todos te podem acompanhar nos teus passos, nas tuas ações. Estende a mão sem pensar que deves pedir ajuda, mas fá-lo com a alegria de permitir a alguém ajudar-te, de acompanhar-te.

E sempre no teu caminho encontrarás alguém que te estende a mão para ajudar-te e acompanhar-te, encontrarás sempre alguma coisa que te possa ajudar.

Esteja consciente que na realidade existem os meios e as forças para fazer a viagem também sozinho.

Mas se viajas sozinho não podes viver a alegria de encontrar viajantes que têm a mesma meta que tu, e de caminhar juntos.

Enquanto estendes a mão farás crescer a humildade no pedir e o entusiasmo no doar, porque também tu apertarás mãos que se estendem para pedir uma ajuda, para caminhar juntos.”

Resumo expressões sugeridas

pelos Anjos

- *Mesmo essa rosa é um meio para aprender a viver entre as rosas sem fazer-me tocar em nenhum espinho, andar no meio de arbustos espinhosos sem mais temor de nenhum espinho –*
- *Com as minhas mãos curo o meu coração, com o coração torno luminosas as minhas mãos –*
(Isso quando queres curar o teu coração)
- *Com as minhas mãos torno o meu coração luminoso, com o coração torno luminosas as minhas mãos –*
(Isso quando escolhes trazer Luz e doar Amor, a ti e ou aos outros)
- *Estou consciente da ‘poeira’ que no meu coração está, que sempre nele pode entrar.*
Peço-te Luz branca de purificação, de dissolução, de transformação, de libertação.
Peço-te para ajudar-me a purificar o meu coração, para torná-lo leve, livre e luminoso. Ajuda-me a agir para permitir tudo isso –

- *Não sou frágil, não sou débil, simplesmente sinto o meu coração frágil e débil, mas agora com a minha força o curarei e o tornarei forte –*

- *Se isso for bem para a minha Alma –*

- *Se isso for bem para mim e para essas Almas –*

- *Escolho reconhecer tudo o que posso mudar, o que para a minha Alma for bem transformar, para o meu coração iluminar. Escolho fazer tudo o que é necessário, mesmo de lutar.
Ajuda-me a compreender tudo com o coração, quando for bom para mim –*

- *Escolho curar o que recordo, escolho transformar o que sei reconhecer, e permito que isso aconteça, mesmo naquilo que tiver raízes no Antigo –*

- *Inebria-me, faz adormecer a minha mente –*

- *Ajuda-me a sentir os perfumes das flores que tu me doas, a fim que me possam inebriar –*

- *Ajuda-me a entrar no meu coração –*

- *Estou pronto a fazer imediatamente e sem algum temor dos passos e das ações necessárias, ajuda-me a compreendê-lo –*

- *Estou consciente de tudo que está a acontecer em mim, agora vou descobrir as raízes e escolho dissolver ou remover o que é necessário.
Vou descobrir a minha fonte para transformar tudo em água fresca que saciará a minha Alma e outras Almas –*

- *Com Amor levo no braço a minha Criança e cada parte de mim –*

- *Estou escolhendo livremente permitir isso –*

- *Estou temendo a felicidade, o êxtase –*

III

*Recitar para tornar-se, curar
e criar*

Comentário

A recitação é um grande meio para compreender, descobrir, curar, tornar-se e criar.

Quando se recita a parte de um particular personagem, pode-se compreender os sentimentos, as emoções que ele poderá ter provado vivendo a sua história.

Existem várias técnicas e meditações muito intensas e eficazes nas quais se recitam as expressões das emoções e dos sentimentos.

Essa recita pode fazer recordar o que foi removido e que agora necessita de transformação, dissolução, cura e compreensão.

Ajuda a exprimir o quanto esteve-se sufocado por muitos motivos.

Leva a descobrir o que não se reconheceu e compreendeu enquanto vivenciam-se as situações.

Recitando o choro pode-se cair as lágrimas não derramadas que dissolvem a dor que ainda há no profundo do coração.

Exprimindo a raiva pode-se sair expressões libertadoras que permitem, depois, um perdão que não aconteceu ainda, ou não total.

Isso, portanto, também cria a possibilidade de uma nova relação com a pessoa perdoada, e de uma diferente atitude e outras relações

A expressão da raiva leva a reconhecer sentimentos sufocados, emoções reprimidas, ajuda a descobrir a potencialidade e a força que se tem.

Recitando a alegria leva-se leveza ao coração, pode-se ver e sentir em modo novo o que se está a viver.

Expressar o Amor pode dissolver o que impedia de doar serenamente, seja com expressões verbais como com o toque, o carinho, a ternura.

As risadas intensas podem fazer reencontrar o entusiasmo e a força, ambos indispensáveis para prosseguir o caminho.

Tentamos imitar com o rosto e com o corpo os opostos: a força e a fraqueza, o medo e a coragem, a humildade e a soberba, o domínio e a sujeição, o orgulho e a vergonha, a prepotência e o respeito, a submissão e a liberdade, e por aí adiante.

Temos a compreensão total do quanto a atitude pode afetar o nosso estado de ânimo, pode penalizar ou ajudar o nosso agir, modificar o que está à nossa volta, influenciar as pessoas que estão perto de nós.

As recitas podem criar alquimias inimagináveis e levar a curas inesperáveis.

Ajuda-nos a tornar como se escolheu, a pôr-se como se deseja. Para criar tudo isso é indispensável seguir essas sugestões:

- *distanciar a mente,*
- *abandonar cada resistência ou preconceito,*
- *afastar-se da personalidade,*
- *entrar totalmente e incondicionalmente na parte,*
- *recitar com intensidade,*
- *não olhar o que se recita, mas ‘tornar-se’ o que se recita,*

- ter atenção para que não haja diferença entre si mesmo e a 'coisa' recitada: é necessário tornar-se um todo,
- esquecer que se são atores para dissolver-se nas situações.

Se vivermos a recita com toda a nossa energia, com todo o nosso Ser, essa se transforma em realidade.

Eis porque a recita pode mudar tudo em nós e tudo o que está à nossa volta.

Pode operar curas no coração e no corpo.

Pode distanciar a mente, a personalidade, e dar espaço à nossa Essência de Centelhas Divinas, e assim tornar livre a Alma.

Pode mudar a nossa relação com todos e com tudo.

Não é por acaso que se diz:

*“Chora e chorarás sozinho,
ri e todos irão rir contigo”*

“... O teu caminho pode fazer-se mais seguro se por um pouco subires sobre Nosso teatro para exprimir, como em uma recita, a imagem e o papel das partes da tua Essência que agora escolhes exprimir.

Podes escolher exprimir a tua Essência de viajante que percorre o caminho da sua vida, com o entusiasmo de conhecer coisas novas, de descobrir lugares novos, de encontrar outros viajantes, de viver experiências inimagináveis agora.

Podes escolher exprimir a Essência do guerreiro da Luz e do Amor, forte para enfrentar qualquer situação e qualquer evento, amavelmente em ajudar quem está em dificuldades, feliz em defender a Luz e em trazer o Amor.

Não te perguntes se agora és ou não um viajante, um guerreiro, não te perguntes se te tornarás ou se já foste, mas entra intensamente na recita e leva somente ali a tua atenção.

Sorrindo, imagina ser um ator que escolheu recitar sobre Nosso teatro, um ator ao qual Nós demos uma parte, a parte do viajante, do guerreiro, ao qual daremos outras partes para recitar.

Fecha os olhos, estende a mão para Mim e faz a tua escolha de recitar esses papéis, certo que tornarás essas Essências recitando junto a Mim, certo que receberás muitos aplausos porque sabes recitar bem.

Em seguida, imagina realmente subir sobre um palco e usar as roupas daquele personagem.

Recita aquela parte, somente aquela parte, exprimindo-a completamente, sentindo-a dentro de ti.

E pede-Me ajuda para recitar bem aquela parte, e somente aquela parte.

Não recitar mais papéis juntos, mas escolhe o papel que naquele momento desejas exprimir mais.

Enquanto recitas a parte escolhida, poderás escutar as vozes de outras partes da tua Essência que queiras exprimir naquele momento.

Sorrindo, diz a aquelas vozes:

– Sobre este palco agora não há lugar para vós –.

E ali viva somente aquela parte, recita somente aquela parte, com todas as tuas forças.

O cansaço maior não é personificar ou recitar, mas é impedir a todas as outras personagens que estão dentro de ti, de subir sobre o palco enquanto estás a exprimir o papel escolhido.

As partes da tua Essência saberão esperar o momento delas, mas as partes da tua personalidade insistirão subir sobre o palco, para exprimir-se intensamente.

Impedir isso a eles, requer uma atenção contínua, o empenho total, a consciência do esforço inicial.

No Nosso teatro somos Nós os diretores, e criaremos as situações que te permitirão recitar totalmente, continuamente.

Esteja atento às expressões, à tua imagem, à voz, ao movimento, porque tudo cria tudo, porque cada expressão cresce dentro e fora de ti.

Aquilo que se modificará dentro de ti, em seguida, transformará o exterior.

Aquilo que criarás como cena, ou realmente mudará à tua volta, transformará alguma coisa dentro de ti.

Não sentir de fingir, mas simplesmente experimentar, aprender, distanciar-te.

As recitas feitas Connosco nunca serão ficções, mas serão sempre as ajudas para exprimir a própria Essência, para manifestar toda a tua Luz, doar os próprios tesouros.”

Pergunta:

Não tenho certeza se estou a recitar bem a parte que escolhi...

Resposta:

“Essa incerteza é natural, então sorri para isso e diz:

– Nenhum ator pode conhecimento se recita bem ou não, se se move corretamente, se tem a expressão certa. Por isso existem os diretores que podem observar, sugerir, ter conhecimento também das pequenas coisas, e ajudar a repetir –.

E para ajudar-te nisso, pode pedir a alguém para fazer esse jogo contigo.

Peça-lhe para ser um diretor e, enquanto recitas aquela parte, para estar atento às expressões, ao movimento, à voz, a cada mais pequeno detalhe.

Esteja certo que o saberás fazer se, antes juntamente, pedires a Nós para ajudar-vos nisso.

Para facilitar-te ainda mais, podes criar a cena onde aquela personagem se move, e usar uma roupa que o distingue.

Essas são ajudas simples, mas agem intensamente na recita.

Pede a quem está a ajudar-te para fazer-te repetir quando não tiveres a expressão correta. Assegura a Criança que está em ti, dizendo:

– Nenhum ator sabe a própria parte antes de aprendê-la. Com alegria repetirei mais vezes a fim que houver uma expressão correta–.

E sente-te uma criança que faz com alegria um belíssimo jogo: às crianças vem natural recitar quando jogam.

Sente-te somente uma criança que está jogando e, sorrindo, distancia a mente e qualquer outro pensamento.

Sempre sorrindo, repete muitas vezes:

– Estou recitando aquilo que já existe para sabê-lo exprimir totalmente, sempre, em qualquer lugar, com qualquer pessoa –.

Essa expressão e esse pensamento, te trarão alegria que nasce no descobrir a própria beleza, a própria Luz, a própria Essência.

Essa expressão extrairá de ti toda a força necessária para continuar a recita ininterruptamente.

Eu te darei a força para não sentir nenhum cansaço, a Luz para iluminar totalmente o palco, para poder ser notado os mínimos detalhes que te farão ser um ator perfeito, que saberá recitar assim bem para se tornar a personagem recitada.

É assim que depois a tua Essência exprimirá sem o perceber disto, em cada momento, em cada lugar.”

Pergunta:

Mas estou pronta para recitar cada parte da minha Essência?

Resposta:

“Nunca tenhas dúvidas de estar pronta e nem mesmo de ter capacidade.

As dúvidas criam e alimentam as dificuldades, fazem sentir não ser capaz.

Se esses pensamentos chegam, recorda que és já o que escolhes recitar, e que para as crianças são naturais os sentimentos e as

emoções mais belas, as expressões de alegria, de felicidade, de entusiasmo.

Isso porque podes recitar as partes da tua Essência, mas também os sentimentos e as emoções que escolhes exprimir ininterruptamente, ou aqueles que tens dificuldades de manifestar.

Não há nenhum impedimento, nenhuma dificuldade.

Por isso que vós ajudamos a viver e a exprimir, sois sempre pronto e capaz.

Então, com grande confiança diz:

– Agora estou pronta para exprimir isso, tenho todas as capacidades e os meios, e não existe nenhum impedimento, nenhuma dificuldade –.

Naturalmente é pedido o esforço, como cada treinamento, até que a expressão se tornará natural.

Se chegarem as dúvidas, assegura o teu coração dizendo:

– Sou já o que estou recitando, escolhi exprimir os sentimentos e as emoções que estou recitando. Agora devo simplesmente treinar recitando. Essa recita é uma ajuda para levá-lo ao Sol, para manifestá-lo na Luz –.

Esteja atenta às pequenas coisas daquela expressão, observa o rosto e o corpo atentamente, porque tudo cria, tudo está conectado.

Essa atenção deve ser ininterrupta. Sobre Nosso teatro não se recita por um tempo limitado, mas até que se torne o que é recitado, sabe-se expressar o que se recita, ininterruptamente em qualquer lugar e com qualquer alguém.”

Pergunta:

Enquanto recito as partes da minha Essência e exprimo intensamente os sentimentos que agora desejo exprimir, sinto temores...

Resposta:

“Sorri a isso porque são naturais.

Nascem da mente que não quer deixar ir o conhecido, não quer viver o que percebeste que viverás, e que agora ela não conhece. Estão ligados à personalidade que estás a deixar ir recitando, a tudo que escolheste mudar.

Esteja consciente que a recita criará grandes mudanças dentro de ti e à tua volta, te trará as novas escolhas, a deixar o velho para dar espaço ao novo: isso sempre pode fazer nascer temores, criar as dificuldades.

Nesses momentos recita ainda mais intensamente e diz:

– Agora estou a libertar o meu coração. Escolho eliminar espaço às recitas criadas pela minha personalidade, para poder assim manifestar a minha Essência luminosa, para viver na alegria, no Amor, na liberdade –.”

Pergunta:

Tenho dificuldades para recitar em frente de alguém...

Resposta

“Pensa que os atores não se escondem da multidão, mas se propõem a esta, caso contrário não fariam os atores...”

Não temer recitar nem mesmo à frente de uma multidão, se recitas Connosco e sobre Nossos teatros, se recitas com o coração para ser livre, para exprimir a tua Essência luminosa.

Esteja consciente de que muitas vezes recitais as partes da personalidade, e fazes isso com muitas pessoas...

Mesmo sentindo no coração que aquela recita não está bem, que pode vos criar dificuldades ou a qualquer outra pessoa, continua aquelas recitas para ter vantagens.

As recitas das partes da personalidade, no fim eliminam a possibilidade de viver livres e serenos.

As recitas da própria Essência, feitas Connosco levam a ser alegres, luminosos, a viver em paz, cantando e amando.”

Pergunta:

Ajudas-me a não dar espaço à minha personalidade?

Resposta:

“Com a alegria de descobrir, viver e manifestar a tua Essência, sobe sobre palco junto a Mim.

E antes de usar realmente, ou de imaginar usar a roupa daquela personagem, daquela expressão, tira a roupa da tua personalidade, ou de aquela parte da tua personalidade.

Não temer de deixar para sempre a roupa que tenhas deposto, porque esse temor te impedirá de viver serenamente a personagem que escolheste, e de transformar a tua imagem.

Imagina subir simplesmente sobre um palco com um roteiro a recitar e com a roupa requerida para aquela recita.

Observa o teu corpo, o rosto, as mãos, escuta o tom das palavras, o som da tua voz.

Escuta o que sentes no coração e no corpo recitando intensamente e totalmente aquela parte.

Sentirás que te estás a recuperar, estás reconhecendo quem és, estás ouvindo o que desejas ouvir, estás vivendo como queres viver.

Continua a distanciar a mente e assegura o coração, pensando que os atores quando recitam não fingem, mas criam a personagem e a doam.

Os atores entram na parte do roteiro tanto e tão bem, a esquecer a si mesmos e a própria personalidade.

Agora compreendes como, enquanto recitas a tua Essência, esquecerás a tua personalidade e esquecerás a tua roupa que tinhas deposto.

Isso é uma forma simples de crescer, para tornar-se mais luminosos.

É uma forma assim simples que a mente o fará esquecer continuamente, e nunca lhe dá a importância que tem.

A recita feita Connosco, expressa intensamente, pode criar tudo, pode fazer descobrir o inimaginável, satisfaz o coração, doa a liberdade.

A recita leva a deixar ir o que pesa e que cria dificuldades, permite viver na alegria e no Amor, ser confiantes e orgulhosos da própria Essência luminosa.”

Pergunta:

Porquê usar realmente a roupa da personagem que se escolheu recitar ajuda assim tanto?

Resposta:

“Porque a roupa expressa a Essência do personagem.

Pode-te ajudar a compreender isso, observando como as pessoas mudam quando usam um uniforme, como são diferentes quando estão vestidas em um certo modo ou em um outro.

Com alegria usa a roupa da parte que queres exprimir, com amor toca-a, observa-a com orgulho.

Exprime o entusiasmo que isso te pode lembrar quem és, pode fazer emergir a tua Essência.

De seguida, com essa roupa joga, canta, dança, feliz como uma criança.

Quando fizeres isso, fecha-te e fica em silêncio, sempre usando aquela roupa.

Dentro de ti reemergirão coisas antigas, no teu coração ressurgirão emoções e sensações antigas, em tudo o teu Ser criará o espaço para a tua nova imagem, para a tua nova expressão.

Sentirás quando uma roupa te irá ajudar a transcender a tua personalidade, como te acompanhará facilmente a tornar-se a parte recitada, a tornar-se tu mesmo.

Com alegria, então, deixa a roupa da tua personalidade antes de subir no palco e usa a roupa da tua Essência.

Não te digo de andar longe de ti, de deixar a tua imagem ou as roupas que agora usas, mas simplesmente de subir sobre o Nosso palco para jogar, recitando.

Observa atentamente a roupa que usas para recitar, observa a forma e as cores: sentirás que há uma Essência, porque a sua Essência fala no coração, cria sensações no corpo, faz nascer emoções no coração.

Quando podes vive o teu quotidiano, pensa em tudo o que sentiste e provaste enquanto usavas aquela roupa: sentirás tudo a reemergir em ti, porque a Essência daquela roupa permanece também quando a removes.

Isso acontece se continuas a recitá-la ininterruptamente, em cada lugar.

Isso pode levar a acontecer grandes coisas, pode fazer-te viver as emoções fortes, pode fazer-te sentir alegria inimagináveis agora.

Viver a própria Essência, viver a vida como crianças alegres, leva a viver felizes e livres, leva a grandes conquistas, faz conhecer a sabedoria da Alma.”

Pergunta:

O que posso fazer quando não há ninguém que faça de diretor para mim?

Resposta:

“O silêncio será o diretor.

No silêncio podes compreender muito, podes intuir tudo, podes ouvir as novas linguagens que ali te foi pedido recitar, podes descobrir outras partes, outras coisas, que podes recitar para alcançar rapidamente aquilo que desejas.

No silêncio podem alcançar-se as imagens de como de ser realmente a recita, qual a Essência pura do personagem recitado, podem retornar as imagens de como recitaste para ouvires e compreenderes o que deves repetir.

E isso sempre chamando-Me por perto, a fim que possa inculcar em ti tudo que é necessário que tu compreendas, e a fim que tu possas já sentir os Meus aplausos.”

Pergunta:

Porque é necessário recitar ininterruptamente a parte escolhida?

Resposta:

“Porque pode acontecer que recitando tu reconheças a tua Essência, que quando recitas é aquilo que desejas realmente exprimir, mas se depois usas novamente as roupas da personagem que sempre usaste, e vives com aquelas roupas, há o risco que a tua personalidade e o mundo ofusquem a roupa da tua Essência luminosa.

Isso pode anular tudo o que a recita criou, pode distanciar-te de alcançar o que escolheste conquistar.

Então, não somente recita ininterruptamente, mas esteja também vigilante para exprimir tudo da roupa nova e de não exprimir nada das roupas velhas que agora escolheste depor, compreendendo que na realidade não te pertencem.

Isso será fácil se te apaixonares por ti, por tua Essência, pelo papel que escolheste recitar, pela roupa que usas durante a recita.

Então, apaixonona intensamente por aquilo que recitas, pela roupa que usas enquanto recitas, apaixonona com tudo de ti mesmo.

O apaixonar-se pelo Amor torna-se Amor, o apaixonar-se pela Luz faz tornar-se Luz, apaixonar-se pela própria Essência faz tornar-se si mesmos, apaixonar-se pela recita, daquilo que se recita para tornar-se a recita, o recitado.

Quando um coração está apaixonado, ouve e vê pela primeira vez aquela fonte.

Todo o resto é rodeado de um manto, tudo aquilo que o rodeia perde a importância, e o seu olhar permanece fixado naquilo que está apaixonado.

Um coração apaixonado deixa ir tudo, desprende-se de tudo, apenas para viver perto de quem ou o que se está apaixonado.

Não sofre em deixar, mas somente a alegria de unir-se. Não sente o cansaço no caminhar em direção à fonte à qual está apaixonado, mas somente o entusiasmo de chegar rapidamente.

Apaixonate pela tua Essência e serás apaixonado pela recita, pela roupa que usas no palco, serás feliz de subir ao palco, de viver ininterruptamente a recita.

O apaixonado sabe deixar tudo para viver o próprio Amor, sabe deixar tudo para alcançar o próprio Amor, sabe proteger-se e proteger o próprio Amor de tudo e de todos.

É assim que o apaixonado exprime a alegria de viver, a força em tudo o que faz, cria a magia do Amor, porque o Amor faz tudo ser uma magia, um jogo.”

“... Enquanto vives o teu quotidiano, cuida sempre da tua imagem, da tua expressão: rapidamente imanarás toda a tua Essência.

Esteja atento a cada detalhe e às pequenas coisas.

Em todas as situações pensa na parte da tua Essência que ali podes viver e diz:

– *Estou aqui...* –

E nomeia a parte que queres expressar ali. (*um Viajante no caminho em direção à Luz, um Don de Amor, uma Flor do Divino, etc.*)

Verás que fazendo assim, mudarão muitíssimas coisas dentro de ti e à tua volta.

Sentes que, enquanto recitas estás a tirar tudo o que cobre a tua Essência, tudo o que não deixa sentir o seu perfume. Estás reconquistando tudo o que conquistaste no Antigo, para resplandecer em toda a tua beleza, para fazer brilhar os tesouros antigos, para fazer resplandecer o teu corpo, o teu coração, a tua Alma.

Recorda que não deves ser um ator por um dia, por uma hora, por uma comédia, mas deves ser um ator sempre, ininterruptamente, em qualquer lugar e com qualquer pessoa.

Leva atenção então ao olhar, ao sorriso, às palavras, à voz, às expressões do rosto e do corpo, às vibrações que emanam naquele momento.

É assim que chegará rapidamente o momento no qual não recitarás mais nada porque espontaneamente exprimirás toda a tua Essência luminosa, e o mundo inteiro tornar-se-á o teu palco. Não sentirás mais nenhum cansaço no fazer, mas somente a alegria do Ser.”

“... No início, a recita pode requerer um esforço, mas depois tudo se tornará alegria.

No esforço, pensa que estás recitando para brilhar, para alegrar ininterruptamente, para satisfazer o coração, para tornar livre a Alma, para alcançar a tua meta.

Assim descobrirás que a recita não te pede nada, mas dá-te tudo. Faz a recita como um jogo, e joga com intensidade como fazem as crianças.

Recita com o empenho e a constância de quem está a treinar para vender.

Recita com a sacralidade de quem sente grande o que está a conquistar.

Recita com a responsabilidade de saber que estás a criar aquilo que escolheste viver, ser, exprimir, e que tudo isso depende de ti.

Nunca desça do palco, nem mesmo quando vês que não existem espetadores... Nós estamos sempre presente e te aplaudimos.

Não permite a nenhum motivo de te distrair da recita, de fazer-te descer do palco.

Não permite a ninguém fazer-te mudar a recita ou interromper-te.

Saiba proteger-te e proteger a tua recita e o Nosso palco, de tudo e de todos.

É assim que rapidamente exprimirás o quanto escolhes, viverás como desejas, manifestarás quem és e a tua Essência luminosa.

Se alguma coisa ou alguém poder criar dificuldades, fazer-te descer do palco, interrompe a tua recita, anda para os Meus braços, abraça-te forte a Mim.

Sentirás o Meu coração pronto para proteger-te de tudo e de todos, sentirás o Meu Amor que te envolve e te protege.”

“... Nunca esqueças que és tu que crias tudo, com os teus pensamentos, intenções, palavras, ações, expressões e vibrações. Eis porque a recita verdadeira, intensa, contínua, e o recitar contigo mesmo, cria aquilo que rodeia, cria alquimia no coração e no corpo.

Se estás triste e recitares um sorriso, a tristeza desaparecerá.

Se estás a sofrer e recitas a alegria, cantando, dançando, expressando que és feliz, o sofrimento perderá intensidade, poderá ainda dissolvê-lo. Será mais fácil compreender o significado e, então, sentir realmente somente a alegria e a gratidão em direção ao que te faz sofrer.

Se te sentes débil e recitas a força, sairá de dentro de ti realmente a força.

Se te sentes cansada em fazer alguma coisa e recitas o entusiasmo por aquela coisa, o cansaço desaparecerá.

Se te sentes insegura e recitas a segurança, encontrarás confiança em ti.

Se te sentes temerosa e exprimes a coragem, realmente sentirás a determinação entrar dentro de ti.

Se sentes o coração inchado de tanto chorar e recitas a risada, o coração tornar-se-á leve.

Se te sentes pesada por tantas responsabilidades e recitas a criança descansada andando a correr nos prados, entre as árvores, sentirás que a vida é um jogo.

Assim recordarás que o que estás a viver é uma ocasião de aprender, de crescimento, e pode transformar-se em um don.

E isso está em todos os aspetos.

Observa como mudando simplesmente a expressão do rosto, ou a postura do corpo, mudam as tuas sensações, as tuas emoções. Então podes estar certo que as recitas criam e criarão sempre, transformarão tudo.

Eis porque a recita pode curar o coração, o corpo, tornar livre a Alma.”

“... Recorda-te de não pensar que estás recitando, mas de sentir que estás a tornar, que estás conquistando.

Crê na potência das recitas, e recita com intensidade, com entusiasmo, com tudo em ti mesmo, sentindo que estás alcançando uma meta importante: a expressão da tua Essência. Sente que estás conquistando a tua beleza, a tua grandeza, a tua luminosidade, a intensidade da tua Essência, a liberdade da Alma.

Sentindo isso, deixarás ir, sem te dares conta, tudo o que impediu a expressão da tua Essência, o que criou obstáculo, dificuldades, sofrimento.

Recitando deixarás ir, sem esforço, a personalidade que te distancia da tua Essência, das fontes da alegria e do Amor.

Recitando removerás o espaço na mente que cria limites e aprisiona, darás espaço ao coração que leva à liberdade.

A felicidade emanará com os olhos, com o corpo, a luminosidade exprimirá com tudo o teu Ser, no Amor e na alegria viverás.”

“... Com a recita podes exprimir, viver e usar todas as ‘Chaves de Luz’, contigo, com todos, sempre e em qualquer lugar.”

“... Recita a criança que joga em tudo, com tudo recita a criança que faz o jogo da vida.

Chegará o momento no qual não jogarás na vida, mas viverás a vida jogando, viverás a magia de alguma coisa que não pode ser expressa na palavra vivida.

Quando recitas de jogar ou realmente jogas, fá-lo intensamente, exprimindo a vida no jogo: viverás intensamente tudo, viverás a vida como um jogo.

Na realidade a vida é um belíssimo jogo que a Alma escolheu para aprender, para crescer, para envolver.

Recita o jogo, joga recitando.

Conhecerás alegrias inimagináveis, viverás emoções e sensações ainda não conhecidas, lembrarás grandes dons, viverás a viagem da Alma como uma magia, e atrairás tudo o que te será necessário.”

“... Na recita cura a imagem, a roupa, a expressão do rosto e do corpo, a linguagem, o tom e o som das palavras, as vibrações que emanam.

Sobe sobre o Nosso palco com a alegria de recitar, e recita com alegria, intensidade, empenho.

E, de seguida, dança, canta, alegra-te, festeja a conquista e o que conquistarás com a recita.”

“... Podes recitar não somente as partes da tua Essência, os sentimentos e as emoções que desejas exprimir, como desejas viver, mas também cada sonho teu, cada desejo teu e fantasia, mesmo o inimaginável.

Recorda o poder das recitas, e o quanto as recitas te levarão a exprimir o Poder do Ser, o Poder da Alma.”

“... E sorrindo aproximo-Me de ti com músicas, canções, danças, jogos, para ajudar-te a tornar-se música, som, canto, dança, jogo.

Não disse para ajudar-te a dançar, cantar, tocar, jogar e criar música, mas para ajudar-te a tornar música, som, canto, dança, jogo.

Isso a mente não pode compreender, mas o meu coração sim, a minha Alma já conhece o significado disso.

Tudo isso e muito mais podes tornar-te acreditando em ti, em Nós, na Luz, recitando o que escolhes, desejas, sonhas, recitando o impensável, o inimaginável.”

Comentário

Amada Alma Luminosa, essas são as palavras dos Anjos, essas são as minhas experiências.

Se escolhes fazer o jogo da recita, podes descobrir coisas novas, experimentares alquimias inimagináveis dentro de ti e à tua volta, abrir portas novas, receber grandes Dons.

Não temer perder a tua identidade recitando: quaisquer coisas que fazemos juntos dos Anjos leva-nos a reencontrar-nos e a reencontrar, nunca a perder.

Se observas à tua volta verás que muitas pessoas recitam todo o dia..., conscientemente ou não..., mas recitando o que os outros e o mundo quer.

Isso leva a perder-se e a viver aprisionados.

Então podemos escolher recitar como desejamos ser e viver, escolher recitar a nossa Essência para poder expressá-la em qualquer lugar, sempre com qualquer alguém.

Isso nos leva a viver livres, alegres e a pôr-se como Almas Luminosas.

Nos permite de receber e doar o Amor e a Luz.

Atrai dons e cria magias.

Como as intenções, os pensamentos e as palavras, criam ou destroem, assim é também para a recita.

É necessário então uma grande atenção sobre como nos colocamos no quotidiano, para sentir-se responsáveis daquilo que com as nossas intenções, pensamentos, expressões, ações e vibrações, atraímos ou distanciamos, criam ou obstruem o que desejamos ser, viver e ter.

Podemos assim estar sempre conscientes se estamos a fazer as recitas que nos aprisiona, nos limita, criam sofrimento, destroem, recitas que fazemos por hábito, por temores, para vantagens.

Essa consciência nos permite escolher recitar, pelo contrário, o que atrai dons, traz alegria, cria magia, torna livres.

Resumo expressões sugeridas

pelos *Anjos*

- *Sobre este palco agora não há lugar para vocês –*
- *Nenhum ator pode reparar se recita bem ou não, se move-se corretamente, se tem a expressão justa. Por isso, existem os diretores que podem observar, sugerir, dar conta também das pequenas coisas, e ajudar a repetir –*
- *Nenhum ator conhece a própria primeira parte antes de aprendê-la. Com alegria repetirei mais vezes a fim que seja a expressão –*
- *Estou recitando o que já sou para sabê-lo expressar totalmente, sempre, em qualquer lugar, com qualquer pessoa –*
- *Agora estou pronto para expressar isso, tenho todas as capacidades e os meios, e não há nenhum impedimento, nenhuma dificuldade –*

- *Sou já o que estou recitando, escolhi expressar os sentimentos e as emoções que estou recitando. Agora devo simplesmente treinar, recitando. Essa recita é uma ajuda para levá-los ao sol, a fim de manifestar-se na Luz –*

- *Agora estou liberando o meu coração. Escolho remover espaço às recitas criadas da minha personalidade, para poder assim manifestar a minha Essência luminosa, para viver na alegria, no Amor, na liberdade –*

- *Estou aqui... –*
e nomeia a parte que queres expressar ali. (um Viajante em um caminho em direção à Luz, um Don de Amor, uma Flor do Divino, etc.)

Conclusão

◇ *E lembra-te que:*

Tudo o que acontece é fruto do que semeaste, então as flores que recolheres amanhã são sementes que hoje deixaste cair.

O homem absorve em si os vírus que têm uma vibração correspondente à vibração do seu corpo.

O homem atrai o que se move no nível ao qual o seu coração está a caminhar, a sua Essência se está a expressar.

O homem que não conhece luta contra os sofrimentos e teme os perigos.

O sábio reconhece e recusa toda forma de negatividade.

Quem caminha nos Caminhos luminosos acolhe com aceitação as aparentes 'más sortes', as dificuldades, as desarmonias, porque sabe que podem ser as suas verdadeiras 'fortunas', os seus 'trampolins' em direção ao Céu.

*Uma Alma Luminosa sabe que, como 'Filha de Luz',
pode transformar e elevar tudo.*

*“Os milagres não são eventos que acontecem
além das leis da Natureza,
mas são expressões da Luz e do Amor
que se realizam na harmonia da Natureza”*

◇ *E não te esqueças que:*

És uma Centelha Divina.

*Tens em ti o Poder da Luz e a Força Criadora do
Amor.*

*Os Anjos te doaram as Sabedorias da Alma a fim que tu
possas viver como uma Criança Sábia.*

*No teu coração existem as 'Chaves de Luz' para abrir
portas de dimensões onde o teu coração poderá cantar
de felicidade e a tua Alma fazer-te sentir a beleza do
Voo da Liberdade.*

◇ *Então podes:*

Curar e prevenir as desarmonias.

Tornar o teu coração assim leve e luminoso para poder seguir a tua Alma nos ‘Altos Picos’.

*“Se ontem pensavas que não podias fazê-lo,
hoje esteja certo que o poderás fazer ‘recitando
tudo’*

*para criar cada coisa,
para expressar a beleza do teu coração,
a luminosidade da tua Alma”*

Compromisso

Quando o coração for curado de cada ferida, esvaziado de tudo o que não é Luz e Amor, sejamos capazes de oferecer ajuda verdadeira.

Quando conseguimos manter longe a mente, e tenhamos deposto todas as roupas da nossa personalidade, não teremos mais necessidades, nem expectativas, mas somente o desejo de amara e ajudar.

Somente agora podemos doar, ajudar, suportar, de maneira imparcial, com respeito e na liberdade.

Isso nos permite doar o Amor incondicional, acolher com compaixão, ter empatia com os outros, doar a si mesmo, e permanecer distante ao mesmo tempo.

O distanciamento é necessário para se compreender os modos e os tempos, para ter sempre a visão clara que nos ajuda a deixar livres, e a permanecer livres.

Os Anjos nos ajudam a aprender ‘A Arte de ajudar’ e a nos tornarmos um ‘Don de Amor’ e uma ‘Fonte de Luz’.

Assim saberemos acompanhar no ‘Caminho do Amor’, no ‘Caminho da cura’.

E o nosso coração abrirá as suas asas para seguir a Alma na missão mais bela:

*“Trazer a Felicidade ao mundo,
dando a Luz, dando o Amor”*

Até breve, Amada Alma, por conhecer com as Mensagens dos Anjos, a alegria de doar, a realização do coração em tornar-se um ‘Don’ nas Suas Mãos.

Índice

<i>Prefácio</i>	1
<i>Guia à leitura</i>	20
<i>Introdução</i>	21

I

<i>As 'Chaves de Luz'</i>	24
---------------------------	----

Observar o momento presente	29
Coragem	31
Clareza	35
Consciência	40
Responsabilidade	47
Integridade	51
Equilíbrio	53

Força	56
Assertividade	58
Candor	60
Sensibilidade	61
Amabilidade	63
Pacatez	65
Paciência	67
Compaixão	70
Aceitação e respeito	73
Perdão	75
Humor	77
Autoestima	78
Motivação	80
Determinação e Prudência	81
Disciplina e Constância	82
Abertura e Pensamento positivo	84
Deixar o passado e saber-se adaptar	86
Viver a solidão sem se sentir só	88

II

Via da cura 96

Significado das desarmonias e do sofrimento 101

Meio de cura 102

Chamamento da Alma e do coração 103

*Chamamento da Alma para concluir,
dissolver ou curar os 'Antigos'* 105

Não expressão da própria Essência 106

*Presença de pensamentos e
sentimentos não luminosos* 108

O que a cura permite 112

*Maior serenidade e fluidez nas
relações interpessoais* 113

*Tornar-se novos – viver o novo – caminhar
na Via do coração* 118

Possibilidade de doar a verdadeira ajuda 119

<i>Possibilidade de entrar no silêncio total, na meditação profunda</i>	121
<i>Compreender a Vida</i>	123
<i>Possibilidade de criar</i>	124
Descobrir o Curador que está em nós. Como o Curador Interior pode agir	125
<i>Curar com as mãos e com o coração</i>	129
<i>Curar com a Luz</i>	133
<i>Curar com a Natureza</i>	137
<i>As palavras - Os sons</i>	141
<i>Pensamento positivo e Visualização</i>	142
<i>As lágrimas</i>	143
<i>A meditação</i>	144
<i>O Amor</i>	145
Como escolher os meios e os modos de cura	146
Aceitar a si mesmo e os outros Aceitar as desarmonias e as dificuldades	152

Agradecer	160
Observar o passado para curar, compreender, perdoar, amar	163
O quotidiano como meio de cura	167
Criar mudanças	171
Agir com intensidade	172
Pedir ajuda: porque é necessário e como pedi-la	173
A expressão do coração	180
Partilhar, doar, receber	183
Inebriar a mente	185
Deixar sair o que está dentro de ti	193
Temor de abrir o coração, de partilhar	202
Temor do trabalho interior e de tudo o que o crescimento exige	206
Temor do não compreensível, do não visível	210
Dissolver as dúvidas e as dificuldades	212

III

Recitar para tornar-se, curar e criar 218

Recitar para tornar-se, curar e criar

Conclusão 244

Compromisso 247

Livros de Satya

*A tua mão na Minha
Estou perto de ti
Curar-se e ajudar a curar
Ajudar com a Luz e o Amor*

Disponíveis:

- em livro e em versão digital (e-books)
- em pequenos e-books
- em audiolivros
- em outras línguas

Satya canalizou a parte de Dave nos livros de Sriyam:

Não estava só - 1º -

Não estava só - 2º -

Para informações e atualizações sobre as obras de Satya e Sriyam visite o website: www.suonidiluce.com

Pequenos e-books
extraídos dos livros de Satya

A Arte de ajudar

A Natureza chama-nos

A Viagem continua

Acaricia a Terra

As 'Chaves de Luz'

Atuar para crescer e criar

Cria com o Respiro e o Silêncio

Como uma 'Nuvem'

Doar e tornar-se Dom

Es esperada

Exprime quem és

Faz brilhar o teu corpo

Fonte de Sabedoria

Mas o que é o Amor verdadeiro ?

O Curandeiro interior

O Despertar da Alma

O Caminho da cura

O teu melhor Amigo

Quais são as dificuldades e os sofrimentos?

*S*ereno o teu quotidiano

*S*er feliz sem parar

'*S*er' ou 'ser'?