



UM ENCONTRO
CONSIGO
MESMO

Liliane Moura Martins

Câmara Brasileira do Livro

ISBN registrado: 978-65-00-61313-1

Diagramação: Autora
Capa: Tammy Guerreiro

Nenhuma parte dessa publicação, incluindo o desenho de capa pode ser reproduzida, armazenada, transmitida ou difundida, de maneira alguma nem por nenhum meio sem a prévia autorização do autor. A violação dos direitos autorais é punível como crime (art. 184 e parágrafos do Código Penal), com pena de prisão e multa, busca e apreensão e indenizações diversas (art. 101 a 110 da Lei 9.610 de 19.02.1998, Lei dos Direitos Autorais).

Certificado de registro de Direito Autoral



CERTIFICADO DE REGISTRO DE DIREITO AUTORAL

A Câmara Brasileira do Livro certifica que a obra intelectual descrita abaixo, encontra-se registrada nos termos e normas legais da Lei nº 9.610/1998 dos Direitos Autorais do Brasil. Conforme determinação legal, a obra aqui registrada não pode ser plagiada, utilizada, reproduzida ou divulgada sem a autorização de seu(s) autor(es).

Responsável pela Solicitação:
Liliane moura martins

Participante(s)
LILIANE MOURA MARTINS (Autor)

Título:
Um encontro consigo mesmo

Data do Registro:
24/01/2023 11:10:52

Hash da transação:
0xb272e9024856a3415dacab3196c15f68ede0411bcb3fe978ed4ecace597796

Hash do documento:
dedf0b7a4788ef8614bedf0977db608c561e5f828d178a0ea564eff93207cefa

Compartilhe nas redes sociais
[f](#) [t](#) [e](#) [in](#)



[clique para acessar a versão online](#)

SUMÁRIO

| | |
|--|----|
| AGRADECIMENTO | 5 |
| INTRODUÇÃO | 7 |
| O ENCANTO DE AMAR | 14 |
| BUSCANDO A LUZ | 16 |
| A EXPRESSÃO É O MELHOR JEITO DE AMAR | 19 |
| APENAS UM CONSELHO | 22 |
| QUEIRA DESPERTAR O AMOR | 24 |
| COMO PODEMOS SENTIR O CONTENTAMENTO | 28 |
| COMPAIXÃO | 30 |
| DÚVIDAS E CERTEZAS | 32 |
| EQUILÍBRIO DAS EMOÇÕES | 34 |
| ESSÊNCIA DA ALMA | 38 |
| ESTRADA DA VIDA | 40 |
| EVOLUIR E DESPERTAR | 42 |
| INTUIÇÃO | 45 |
| LEVEZA E FLEXIBILIDADE | 47 |
| MENTE INQUIETA NÃO TRABALHA AO NOSSO FAVOR | 49 |
| NÃO EXISTE DESIGUALDADE ONDE EXISTE O AMOR | 51 |
| OPINIÃO E CONDUTA | 52 |
| PREENCHENDO NOSSOS VAZIOS | 55 |
| RELACIONAR-SE | 59 |

| | |
|--|----|
| SAÚDE E ESPIRITUALIDADE | 63 |
| SOMOS VULNERÁVEIS ÀS ENERGIAS OU RESPONSÁVEIS POR NOSSAS ATITUDES? | 68 |
| TRATAMENTO PROJETIVO ATRAVÉS DA PROJEÇÃO ASTRAL | 75 |
| VOCÊ ATRAI EXATAMENTE O QUE VOCÊ É! | 81 |
| RECOMEÇO | 84 |
| FRASE DE UMA CRIANÇA | 86 |
| Finalizando minhas humildes reflexões... | 88 |

AGRADECIMENTO

Agradeço a toda existência em forma de vida que se tornam personagens intimamente ligados ao nosso próprio reconhecimento como seres vivos.

Através dos encontros e desencontros tecemos nossas histórias expressadas por nós mesmos. Nesse caminhar, nos descobrimos vivendo, aprendendo, desenvolvendo as várias camadas do nosso ego e desconstruindo máscaras de defesa. Existimos para nos conhecermos. E muitas são as formas que nos ajudam nesse caminho. De todas as maneiras que vivenciei, gostaria de destacar uma, que para mim, serve de compreensão para desvendar alguns mistérios que nos atraem.

Dentre meus estudos e pesquisas sobre vida, universo, leis cósmicas, relações, tive a oportunidade de conhecer sobre a geometria da espiral que se encontra em tudo no Universo. Vocês devem estar se perguntando o porquê dessa forma geométrica ter um significado tão importante para mim.

Desde a infância, aprendemos a viver num tempo linear, onde passado, presente e futuro, começo, meio e fim, fazem parte de uma regra da vida. Através das minhas reflexões, observações e vivências, passei a ver a vida como uma espiral. Mais do que isso, comecei a “sentir” o tempo diferente, enxergando o passado e o futuro se encontrando em um infinito presente.

Me parece que a espiral é uma parte da essência do mistério da vida. Em suas graciosas curvas, o tempo se retorce em torno de si mesmo, trazendo os ecos e vibrações enquanto que os caminhos vivos da espiral passam próximos um do outro.

Assim a vida também se move. Correndo por estradas sinuosas, os seres se encontram em determinados pontos de suas caminhadas, se entrelaçam, se afastam e retornam às origens de suas essências. O ponto de partida também é o ponto de chegada trazendo-nos a questão do retornar sempre, reencontrar-se e se renovar.

Dentro de nós, a energia também circula em espiral, é onde a matéria e o espírito se encontram.

A espiral pode ser um reflexo do tempo e das mútuas realidades fluindo de forma não linear, mas sim, em círculos repetitivos. Trilhando nas espirais da vida, reconhecemos que ela é a própria busca, ao mesmo tempo é o retorno, é a partida, é caminhar em círculos/ciclos assim como caminha a natureza. Ela é a que faz girar a roda do tempo, não nos deixando prender em nenhum ponto em específico para que possamos vislumbrar as diferentes possibilidades do infinito que gira em torno dela mesma.

A espiral é a própria jornada.

E quem faz parte dela? Todos nós. Entrelaçados, vamos nos reconhecendo nas relações...

Boa leitura e reflexões!

Paz e Luz!

Liliane Moura Martins



INTRODUÇÃO

Passamos por tantas escolas filosóficas, espaços esotéricos, cursos e workshops sobre diversos temas porque acreditamos que quanto mais conhecimento, mais podemos esclarecer nossas mentes sobre a busca da verdade, e com isso, nos sentir mais confortados e consolados diante das ilusões que a vida nos dá.

Queremos preencher vazios, sustentar dogmas, construir paradigmas, para no final, ainda assim, continuarmos a sentir que falta “algo”, ou seja, que estamos incompletos. Mas na verdade, o que realmente nos falta? Por que não nos sentimos completos? Por que estamos sempre desolados, inseguros e desconfiados? E essa verdade? O que ela representa? Por que nossos pensamentos não param? Como construímos a nossa realidade? Qual o início de tudo e qual o término desse tudo? Existe certo e errado, ou o que funciona para você? Essas e outras perguntas, para os mais despertos, sempre vêm à tona nos momentos reflexivos.

Quero compreender junto com você, como chegamos a construir nossos pensamentos, e, principalmente, como fazê-

los cessar, para sentirmos a verdadeira natureza do ser, que é simplesmente ser o que é, e viver onde está, ou seja, no presente.

Sabemos que é difícil pararmos de pensar, ainda mais diante de tantas atribuições dos nossos dias. Mas não é impossível. Busquei por muitos anos técnicas para compreender melhor minha mente e meus pensamentos. E com isso, tive a chance de conhecer e praticar a meditação. Estudei diversos conceitos até me aproximar e construir a melhor que se encaixava na minha maneira de ser e sentir. Mas, para isso, tive que estudar a construção do nosso pensamento, para assim, poder compreender as técnicas e meditar.

Em primeiro lugar, acho interessante lembrá-los sobre o porquê da manifestação do pensamento, contido no meu segundo livro, “Projeção Astral, o despertar da Consciência”, onde especulo a possibilidade de existirmos como extensões de um Poder Criador Maior, manifestando e criando nossos corpos, através de carências emocionais, até chegarmos ao plano material com o corpo físico. Para isso, tivemos que existir no tempo.

A percepção do tempo é uma percepção emocional. Construimos o tempo porque temos a carência de manifestar nossas ações e reações emocionais, conhecido como carma - em sânscrito, karma, ação- no espaço atemporal. Compreendo o carma como tudo aquilo que, como espíritos, não conseguimos vivenciar no plano espiritual, preenchendo os nossos vazios existenciais da nossa consciência, e, com isso, precisamos viver no mundo físico. Essa percepção do tempo é uma percepção ligada à evidenciação das necessidades de experiências. Assim, construimos a percepção do tempo pelas ansiedades emocionais. E por que percebemos o

tempo de maneira diferente um do outro? Para alguns, o tempo passa depressa demais, e, para outros devagar. Por quê? Porque as carências emocionais, ou seja, o carma de um é diferente do carma do outro.

Nossas emoções têm lentes de aumento seletivo. E o papel da nossa aura, é filtrar o que entra no campo energético, onde são gravadas e projetadas nossas experiências emocionais. Portanto, a nossa assinatura espiritual, a aura, filtra o nosso mundo. E “sentir” o tempo, provoca diferentes percepções na nossa ligação com o exterior, por conta das lentes de aumento distribuídas pelas emoções. Dessa forma, a percepção do tempo de cada um varia conforme sua ordem ou desordem emocional.

Incorporamos ao plano físico não só o tempo, mas a percepção de um passado, presente e futuro. Construimos um movimento no espaço e no tempo. O passado, o presente e o futuro pertencem à um contexto de evolução no tempo neurológico, fisiológico e biológico. Mas, e o psicológico? Este estaria no tempo mental? Me parece que não existe evolução psicológica, se pensarmos em termos de não localidade no tempo.

Nos preocupamos com o futuro e perdemos a chance do agora. Seria essa percepção “psicológica” que digo estar sempre no agora, desde que consigamos eliminar o tempo no passado e no futuro, pois no tempo mental só existe o presente. E isso conseguimos perceber através da prática da meditação. E qual seria a finalidade de eliminarmos o tempo e o pensamento? Qual a finalidade de meditarmos?

A humanidade pensa em termos de evolução, de continuidade. Claro, existe a evolução no tempo, se pensarmos em termos físicos, por exemplo, um cérebro demora milhões de anos para ser aperfeiçoado. O que quero dizer, é que não precisamos de tempo para transcender a mente.

O “eu” é todo o movimento causado pelo pensamento. O “eu” é a consciência, a minha consciência, o meu nome, minha forma e todas as experiências com lembranças que eu tiver, e assim por diante. Toda a estrutura do “eu” é criada pelo pensamento. O “eu” não é independente do pensamento. Toda a sensação do “eu” se origina do pensamento. O pensamento não é considerado como uma coisa meramente intelectual. Ele é o movimento da experiência, do conhecimento e da memória. E qualquer ação que acontece dependendo e vindo do pensamento é limitado e, com isso, gera o conflito. E é esse conflito que leva a humanidade a se dividir geograficamente, por exemplo, em ter nacionalidades, religiões, etc.

Estamos atrás de segurança e as próprias divisões geram inseguranças. Pensamos limitadamente que estamos do lado certo. E quando vemos outros lados, queremos ir para lá para obter mais segurança. Definimos uma área como segura sem saber que existe outra forma de segurança. Preferimos viver trocando de um lugar para o outro, ou de uma escolha para outra. Com isso, acabamos sentindo que somos limitados porque o nosso pensamento é limitado. O “eu” é quem separa, é egoísta, pois não sabemos que estamos todos ligados e interconectados.

A questão é: ou contribuímos com a humanidade, aceitando o grande desafio que a natureza hoje nos impõe, de interagirmos uns com os outros e sendo mais compassivos, ou ficamos fora dela. Ficamos em pedaços ou ficamos completos. E você, o que escolhe?

Não somos diferentes uns dos outros, nem iguais. Mas equivalentes nos aspectos medo, insegurança, solidão, luta humana, angústia, tristeza, insatisfação, que são sensações básicas da humanidade. Nos diferenciamos nos aspectos intelecto, profissão, grau de inteligência, classe social, religião, política, cultural, idioma e etc.

No aspecto “energia”, estamos passando por uma situação comum a todos na humanidade. Segundo mensagens de Seres Iluminados desencarnados e de pessoas encarnadas espiritualistas que estão conectadas a essa sintonia, a partir da importante data de 21/12/2012, houve uma sutilização de nossas energias como um todo. Não só a energia dos seres, como a energia do próprio Planeta. E esse momento é muito importante para a história da Terra e para a humanidade. Segundo esses “amigos”, essa data, nunca foi motivo de catástrofes mundiais, e sim, mudanças de energia, que, conseqüentemente, acabaria por definir os tipos de relações, experiências e escolhas entre as criaturas inteligentes.

Nos foi passado, que desde o final de 2012, o plano físico está mais próximo do plano espiritual, e como sabemos, o plano espiritual mais próximo é o mais denso energeticamente falando, conhecido como “zona umbralina”, com suas desordens emocionais construídas pelos próprios seres desencarnados que ali vivenciam suas emoções, dentro de suas bolhas egóicas em *looping* emocional

ou em “psicose *post mortem*”. Estando o plano físico mais próximo do espiritual, nós, que estamos encarnados, sentimos com mais frequência as emoções, vibrações e energias do plano mais denso em nossa volta, por estarmos mais sensíveis energeticamente. Hoje estamos sentindo muito mais rápido as emoções e energias das pessoas com quem compartilhamos espaços e sintonias. Sentimos a energia dos ambientes negativos com muito mais rapidez do que antes dessa data.

Como fazer parte dessa nova maneira de vida sem nos afetarmos? Pois, se estamos sentindo com mais sensibilidade e rapidez, estamos também somatizando muito mais rápido essas desordens emocionais nos corpos físicos. E nessa somatização, nossos corpos fazem a leitura como possíveis doenças.

Podem reparar que, neste ano, as pessoas que são mais desequilibradas emocionalmente, estão piores, surtando, sendo levadas a tomar comprimidos para ficarem mais calmas, ao passo que, as mais ordenadas estão mais próximas de despertarem. Digo despertarem no aspecto de estarem mais próximas da ordem, do equilíbrio, da serenidade, da saúde mental, psicológica e física.

E mesmo assim, não podemos, com isso, nos alienarmos e nos enclausurarmos nas cavernas, nos distanciando dos outros ou dos ambientes, por puro medo de somatizar energias e desordens emocionais. Esse é o momento de despertar para a humanidade e para o Planeta!

A natureza, agora, nos colocou num ambiente onde teremos que nos relacionar diretamente com as trocas energéticas pessoais.

É o momento de fazer escolhas mais sensatas baseadas na autopercepção, tentando observar as sensações que essas trocas nos causam, e a partir daí, decidirmos quais escolhas devemos fazer: sermos impulsivos e reativos ou observadores e reflexivos ante a uma resposta?

Fica a dica para repensarmos se estamos sendo responsáveis pelas atitudes ou vulneráveis às energias alheias. E para isso, uma das melhores ferramentas para essa nova realidade, é uma boa prática de meditação para iniciar essa busca de autopercepção. Nos próximos textos, que foram escritos em momentos diferentes de minha jornada, falarei sobre outros caminhos que podemos trilhar para a construção de um novo ser!

Paz e Luz em seus corações!



O ENCANTO DE AMAR

Aquele que vive o amor, sempre conquistará algo nobre na vida. Vá aonde quiseres, mas leve junto o seu coração. Porque o amor é a resposta, não importa qual a questão. Algumas vezes é um grande prazer simplesmente escutar alguém que amamos falar. Deixamos de valorizar o poder da palavra, quando dita olhando nos olhos. Ficamos cegos. Outras vezes, perdemos o contato de um carinho ou de um leve sorriso. E quanto poder têm os simples gestos de transformar a vida!

Não espere datas e ocasiões para ser terno e sensível, pois na essência de sua alma habitam grandes riquezas que só serão descobertas se permitir amar. O amor se assemelha à eternidade e ao universo contínuo dentro da grande criação. Por isso, a arte de compreender o ser como indivíduo, cada qual com suas particularidades, nos leva a sentir a presença da Luz em cada consciência. Quando amamos, respeitamos. E tudo e todos que recebem esse amor se convertem em parte de nós mesmos numa única Fonte. Esse sentimento nos transforma em criadores e descobridores das visões mais verdadeiras de nós mesmos. Amar é

construtivo, é intuitivo, é sublime no sentido mais elevado. Namore seu parceiro, namore seus filhos, seus pais, namore seu bichinho de estimação, sua casa, suas plantas, namore tudo em sua volta, pois namorar, na sua expressão mais profunda, liberará a quintessência que reside em seu coração e isso te fará bem, simplesmente porque é bom. Amar faz parte do viver. Em todos os sentidos. Feliz dia para quem namora tudo na vida ainda como criança.

Paz e Luz!



BUSCANDO A LUZ

Muitas pessoas dizem que buscam a Luz! Mas o que é essa busca realmente? Procuramos cursos, palestras, vídeos, pulando de livro em livro e não percebemos os valores que se encontram em entrelinhas, não praticando o estudo e nem experienciando no dia a dia. Sim, as pessoas passeiam, vagueiam em cima de parábolas e nem ao menos tocam sutilmente naquilo que poderiam ajudá-las. A sede do conhecimento e da verdade nos fazem mais cegos ainda. Não observamos que o nosso ego nos motiva a isso, não por querermos a liberdade de ser, mas por querermos sentir realizados com a busca, que por algum instante, achamos e acreditamos cessar. Buscamos tanto e nos esquecemos de servir a um propósito maior de existência.

Quanto de nós, ao colocar a cabeça no travesseiro, pode recordar de, naquele específico dia, ter servido para algo além de nós mesmos? Uma palavra amiga, um gesto de carinho com alguém que estivesse precisando naquele momento, um olhar amoroso, uma prece silenciosa, ou um segundo de gratidão pela vida.

Não estou dizendo que não precisamos nos esclarecer com riquezas e pérolas espirituais. Mas as novas tendências do modismo espiritualista acabam nos sufocando com tantos conceitos, artimanhas e regras banais que, por falta de clareza mental, acabam nos envolvendo com novos padrões que fogem à nossa realidade. A realidade do espírito. Da vida. Somos gratos por grandes sábios deixarem a verdade no ar, e ela está aí, para qualquer um acessá-la, basta querer alcançá-la e os benefícios virão em direção à sua vida. Discernimento é bom quando buscamos, mas humildade é fundamental para abrir as correntes do mundo espiritual. Praticando o discernimento, deixamos o nosso intelecto aguçado para o senso do bem, ou seja, o bom senso que tentamos praticar. E deixando a humildade aflorar, desenvolvemos o nosso coração. A humildade já faz parte de nós, pois quando reconhecemos o amor em momentos sutis, já nos enxergamos humildes. Pois, só quem é humilde ama. Enquanto o ego prevalecer, o amor que já existe em nós se nubla.

Os cuidados são poucos quando, mediante ao “modismo espiritual”, nos integramos aos novos paradigmas de grupos que se dizem “buscadores da verdade” nua e crua. Não nos damos conta de que, na realidade, estamos substituindo uma crença por outra. Essa verdade existencial, não está por aí na fala de doutrinadores e professores que não reconhecem o fanatismo da busca pela verdade que se alojou em suas mentes.

A responsabilidade cresce à medida que avançam na identidade do outro. Porém, não percebem que estão, através de suas crenças manipuladoras, criando novos seres dependentes da ilusão do próprio ego. E com isso, acabam por cegar mais do que elucidar a humanidade, sendo que, prevalecer o amor e a

sabedoria deixada por grandes mestres, deveria ser o foco de luz em nossas caminhadas por essa vida. Onde, desde os primórdios, o único ensinamento que nos toca a Alma, é viver a vida amando com discernimento, pois o amor te traz compreensão, não julgamento, doação, bem-estar, clareza, elucidação, despertar consciencial.

Não podemos nos esquecer de que devido à roda reencarnatória, nos tornamos seres cheios de complexidades vivenciais com surpresas temperamentais onde o único desfecho para a existência é seguir tentando sentir essa sensação de bem-estar, de plenitude, que encapamos com a palavra amor. Portanto, o que nos resta diante de tantos contextos duvidosos, irrealis, ilusórios e manipuladores? Amar... Simplesmente ame... Que a resposta chega a seu coração! Muita Paz e muita Luz!



A EXPRESSÃO É O MELHOR JEITO DE AMAR

Para amar não basta ter alguém.

Basta ser alguém para este alguém.

Ou se quiser, nem ter alguém.

O amor não depende de ter.

Depende de ser.

O estado pleno de amor é íntegro, expansivo, incondicional.

E, ao mesmo tempo, quando estamos nesse estado, sentimos a necessidade de tocar os corações.

Mas também se não tocarmos, não faz diferença, pois é incondicional, e se as pessoas não estão preparadas para recebê-lo, não importa, pois quem está pleno, simplesmente sabe que o momento certo virá, assim como veio pra você!

O que levamos da vida?

Do amor entre pais e filhos, a doação;

Do amor pelo trabalho, a realização e a construção;

Do amor do seu bichinho de estimação, a fidelidade;

Do amor entre homem e mulher, a cumplicidade;

Do amor entre amigos, a sinceridade;

Do amor ao planeta, a compaixão pela humanidade.

O que levamos da vida? Amor...sempre amor...se você está disposto a amar...

Enfim, se você perdeu um emprego, ganhará outro. Era apenas um trabalho. Isso não é você.

Se você perdeu um amor, nunca o teve, pois, uma vez amor, sempre amor.

Se você perdeu a motivação, cuidado!

A vida pode trazer-te dificuldades para incentivá-lo ao movimento e sair da estagnação.

Se você perdeu um amigo, ele não era seu amigo. Amigos de verdade não se perdem.

Se você está triste pela morte de alguém querido, ele só mudou de plano e está vivo do lado de lá.

E se você não acredita nisso, então feche seus olhos e lembre daquele bom papo que vocês costumavam ter e sentirá a sua

presença viva e amorosa sussurrando no seu coração: “Não chore garoto! Eu continuo vivo e tudo aqui é tão belo! Um dia você irá saber e vamos dar muitas risadas juntos como antigamente!”

Me parece que o amor é, em parte, isso: todas as sensações vividas em cada experiência da vida compartilhada.

E essa é a verdade que não se explica, somente vive no templo do coração.

Há algo além de todos nós que nos une numa única expressão...

E isso eu chamo de Amor!

Muita paz e muita Luz!



APENAS UM CONSELHO

Não importa se o céu está nublado, se dentro de você está iluminado. Não existe escuridão. O que existe é a ausência de luz. Se você está deprimido é porque não está acendendo sua luz. Algo está impedindo de ver claro o que está errado ou o que está faltando. Esse brilho está em seu coração. Basta acessá-lo. Medite mais. Aquiete sua mente. Respire fundo, no mínimo três vezes, com calma e mantenha seus olhos fechados por um tempo. A luz virá. Você é um ser de luz.

Perceba suas qualidades e a transformação acontecerá. Às vezes achamos que devemos aspirar tarefas demais, e na verdade, muitas dessas ações não serão nobres realizações porque, no final, não fomos chamados para isso. Há situações em que o trabalho mais insignificante que executamos é o que requer maior cuidado e atenção. Através da meditação, ou simplesmente, através da escuta de uma boa música relaxante, você aquieta sua mente e ouve a voz da sua consciência. Saberá discernir a verdade da ilusão que está te afligindo. Confiará em suas percepções intuitivas sem fazer prevalecer dúvidas e preconceitos nas escolhas.

Quando conseguir enxergar a luz no túnel, perceberá a pureza que há na quietude e não suportará mais os sentimentos que te deixavam na escuridão. Sentirá sua presença no mundo de uma forma marcante e generosa. Sim, digo generosa, pois a partir do momento que sentir-se iluminado, terá vontade de ajudar o outro. Sairá do “*looping*” egóico construído por você mesmo. Ajudando, nos esquecemos de valorizar situações difíceis de nossas vidas, e assim, elas desaparecem de repente. Esse é o verdadeiro iniciado na vida. Depois de tanto aprimorar suas qualidades em prol de uma assistência, jamais se permitirá seguir pensamentos ou sentimentos obscuros novamente em seu ser, pois já reconhecido o seu melhor, não há volta.

Use os seus talentos com alegria. Seja o que pensamos ou sentimos, estaremos sempre irradiando isso. Portanto, as situações são criadas mediante a esses fatores. Seja verdadeiro consigo e responda aos momentos difíceis com paciência e força. Medite sempre que puder. Quanto mais praticar, mais você superará as influências negativas e oferecerá a sua luz e o seu amor exercitando o seu poder de escolha com precisão e confiança. Paz e Luz!



QUEIRA DESPERTAR O AMOR

Todas as vezes que a inspiração me envolve para escrever, sinto que, de alguma forma, escrevo para mim mesma. E sempre aproveito para expandir essa energia que me acompanha não só passando para o computador, mas primeiramente fazendo um trabalho de autoconscientização e expansão áurica, para que, de um jeito ou de outro, esse sentimento flua em direção a quem esteja necessitando desse compartilhamento. Depois escrevo. E aqui estou.

Sinto que devo falar de posses e de seguranças que vivemos querendo adquirir, e de medos que, inconscientemente, absorvemos mediante a essas carências.

Vocês notam que quando nos sentimos seguros não sentimos medo? Quando achamos que encontramos a verdade sobre algo, eliminando a ilusão ou a expectativa, o medo desaparece. Nesse instante passamos a viver no momento presente, apenas, nos esquecendo do passado e do futuro. E é nessa hora, que as coisas que tanto queremos acontecem como num passe de mágica.

Será que inconscientemente buscamos estar seguros o tempo todo, para ficarmos numa zona de conforto? Me parece que sim, pois quando estamos inseguros, nossas emoções vêm à tona e transparecemos desequilibrados e incoerentes perante ao que funciona, de acordo com a nossa essência, quando ela está em paz.

Na verdade, a busca pela segurança na posse de uma vida financeira independente, na posse pelo amor do outro, pelas ideias e crenças, pela sabedoria e conhecimento, é nada mais, nada menos que uma defesa que usamos para resistir ao momento de impasse em nossas vidas, que nos coloca diante da mudança. Mudança essa, que nos levará ao autoconhecimento e transformação para um entendimento único e verdadeiramente “seguro” sobre nós mesmos. Sobre a nossa verdadeira identidade. E não a pseudo verdade que construímos, que nos coloca a salvos e protegidos por um tempo. A princípio, sentimos certo conforto com essa proteção, mas se tivermos coragem de ver, de analisar e de se auto-observar, veremos que fazemos isso constantemente para nos defender de pessoas, sentimentos e situações que nem sabemos ao certo o porquê.

Mas a vida nos mostra através de situações, que de nada adianta construirmos essa fortaleza, pois momento após momento, nossos pensamentos mudam, se transformam, numa contínua transitoriedade destruindo todo o conhecimento e certeza anteriores.

A vida é movimento. E nesse movimento estamos nós, simples humanos, de essência universal, espírito criativo e potencialmente amoroso.

Vamos parar com as substituições de metas, de alvos, de crenças e simplesmente observar a vida em si, sem medos e inseguranças. Encapamos e disfarçamos nossos sentimentos, a fim de que os outros nos vejam como realizados, na troca dos relacionamentos. Isso tudo por medo de parecer frágil o bastante e ser machucado e desvalorizado.

Até quando vamos perder as chances de vivermos conexões altamente iluminadas pelo amor, pelo simples fato de não quisermos eliminar as expectativas ilusórias e emudecermos o nosso ego que, nesse contexto, nos atrapalha? Achamos que somos resolvidos nos relacionamentos. Mas não. É muito fácil expandirmos amor para a humanidade, para um povo que passa fome, por doentes terminais, por crianças de rua...nos perdemos nessa expansão acreditando que passamos do nível de troca a dois. Grande engano! Aí é que está o grande lance! E, ao mesmo tempo, o grande erro, de achar que transpassou esse capítulo da vida!

Podemos passar uma vida de compaixão para a humanidade. Mas se não conseguirmos compartilhar com cumplicidade o amor entre duas pessoas, teremos ainda muitas outras vidas para exercitarmos essa troca.

E o engano de acreditarmos que passamos do nível de troca a dois, faz com que inconscientemente substituimos o sentimento que teríamos em um relacionamento, pelo amor à humanidade. É o desejo de segurança sem questionamentos. Por isso, fiquem atentos se não estão buscando a verdade ou a segurança permanente que te acalantam.

Assim, perceba que seu ego irá tentar fazer com que você fuja do relacionamento, seja pelo apego, seja pelo desapego. Analise se não está sendo raso e não profundo nas relações, se isolando e ao mesmo tempo se enganando pela substituição da troca com a humanidade.

Paz e Luz em seus corações!



COMO PODEMOS SENTIR O CONTENTAMENTO

Já repararam que quando estamos contentes por algum motivo, as dificuldades desaparecem, ou pelo menos, elas deixam de existir perante nossos olhos, de repente? É como se o contentamento suavizasse a dureza interna que carregamos no dia a dia sem percebermos, transformando-a na doçura e serenidade que tanto nos aproxima do bem em nós. Tornamos-nos pessoas mais gentis, amorosas e alegres emanando um positivismo em volta que, em consequência, o que estava ruim passa a ficar bom, o que estava confuso, se esclarece e o que era apenas um sonho, vira realidade.

O contentamento é o nosso melhor estado mental e afetivo. E para você acessá-lo, não há necessidade de algo acontecer externamente. Basta, diariamente, por cinco minutos, fechar seus olhos, silenciar seus pensamentos, acalmar suas emoções e escutar sua própria respiração. Com firmeza e determinação, depois de algum tempo, você se sentirá diferente e não saberá o porquê. Simplesmente se sentirá “contente” independente de acontecimentos externos. Isso é o contentamento real consigo mesmo, e a partir daí, nasce o sentimento de amor puro por você,

por sua família, pelos amigos, pelos estudos, trabalho, pelas coisas pequenas e pelas grandes em sua vida. Tornamos-nos completos em si. Dessa forma, fica fácil mantermos uma troca sadia com os outros. Ria mais, queira sentir-se alegre e será. A vida muda num passe de mágica quando construímos a ponte e saímos da margem.

Acredite em você! E siga em frente, contente e feliz! Pois se o seu mundo é criado a partir de seus pensamentos e de suas ideias sobre a vida, você precisa investir no melhor! E esse melhor é puro e livre de dor e negativismo. Estar contente só te trará energia benéfica que nasce do mais alto grau de autorrespeito e se estende além de você, tornando grandioso tudo aquilo que toca!



COMPAIXÃO

“Quando somos sensíveis aos problemas dos outros, com compaixão nos fortalecemos.”

Quantas vezes nos pegamos diante de pessoas em situações difíceis, e por vivermos tão alienados ao verdadeiro sentimento de amor, nos afastamos com medo de atrairmos para nós a mesma energia negativa que paira no outro? Esquecemos que bem lá no fundo mora uma luz que clareia tudo e a todos, apenas se olharmos com amor e compaixão. Automaticamente estaremos ajudando, e quando ajudamos com amor e compreensão, o retorno só pode ser positivo eliminando qualquer emoção negativa que poderia vir junto. Ela simplesmente se dissipa e transmuta.

Somos sensíveis por natureza, e de alguma forma, os movimentos de sensibilidade sempre existirão e tudo nos afetará de alguma forma, portanto, devemos mudar o foco quando nos relacionamos, para que alcancemos uma satisfação verdadeira.

Mas o que torna uma pessoa mais ou menos sensível aos problemas e situações alheias? Nossa sensibilidade em relação aos

demais aumenta na mesma proporção do esforço que fazemos para enxergar e satisfazer suas necessidades. Esse esforço pelo bem dos outros facilita e gera um vínculo afetivo. Um vínculo de Amor. E sabemos que o único caminho que transforma é esse sentimento de acolhimento. Podemos passar conhecimento, referências de comportamentos, exemplos de condutas e posturas inteligentes diante da situação do outro, mas, infalivelmente, o sentimento de amor é mais sábio.

Muitas vezes não precisamos aconselhar com palavras. Basta escutarmos o desabafo e ao mesmo tempo transmitirmos uma onda de energia amorosa em direção a quem nos fala sem que ela perceba com seus sentidos físicos. Mas desencadeará uma percepção quintessencial interna de que algo a transformou, deixando-a mais calma, mais lúcida para compreender, por si só, o desfecho de sua situação. Da Criação viemos, de amor somos feitos, com amor vivemos! Porque só amando muito se realiza a criação de algo. Aprendamos a nos enxergar no outro, que assim saberemos o ponto certo para a transmutação.



DÚVIDAS E CERTEZAS

Por que deixamos dúvidas, se podemos demonstrar exatamente o que sentimos?

Quando estamos em desacordo com as palavras, chegamos à estrada sem saída, que nada mais é que a dúvida.

A dúvida surge quando mentimos para nós mesmos. E quando mentimos, estamos com medo. Todo desconforto nasce de um equívoco. A verdade é sempre agradável. Pensamentos verdadeiros são pensamentos felizes. Se você vive um conflito, é porque está na ilusão. Quantas vezes nos deparamos diante de um impasse, principalmente em relacionamentos, que nos leva sempre a querer tomar decisões baseadas no controle que acreditamos ter, para que nos sintamos na conhecida zona de conforto...

Se estamos felizes, ficamos na dúvida se isso é felicidade. Se estamos desconfortáveis, achamos que o destino quis assim, que de alguma forma, isso está em nossas vidas para aprendermos algo. Mas, e com a felicidade? Temos que aprender algo com ela? Não podemos simplesmente senti-la e vivê-la?

Buscamos desesperadamente a verdade em todos os lugares possíveis, sem termos a coragem de ficarmos quietos e a escutarmos dentro de nós. A verdade está exatamente onde você está. A verdadeira visão surge quando já não se vê. Apenas sente. Quando sente a verdade, a dúvida desaparece. Esquecemos que muitas vezes a resposta está na própria pergunta. Ter coragem de ver que você já sabe a resposta é duro, quando ainda estamos buscando a consolação e não a sabedoria do conhecimento colocado em prática.

A vida é fruto de um ato de amor. Amor reconhecido em você mesmo. Pleno, íntegro, puro e simples. E o grande segredo é continuarmos praticando esse reconhecimento nos outros. Vá além das palavras...um gesto natural, vale mais que mil palavras...O fruto sempre será a vida! O amor é a própria vida!

A vida então é plena quando se sente em paz. E estar em paz é o melhor que você pode fazer naturalmente. Sua natureza sem conflitos, se sentir que deve ir, vá! Se sentir que deve parar, pare! Mas não vacile, não fique na dúvida por muito tempo para não vivenciar conflitos. Decida, seja lúcido, seja corajoso e siga. O que é mutável e inconstante, desaparece...não é real, porque não é a verdade que funciona para você. Siga sempre essa verdade, que é o que te trará paz!



EQUILÍBRIO DAS EMOÇÕES

Percebo a humanidade racional demais ou sentimentalista demais. Sempre aprendi que o equilíbrio é a força motora de nossa evolução, ou seja, tentar tomar atitudes coerentes com o que você pensa e o que você sente. Se houver uma sintonia entre si, suas ações certamente serão harmoniosas. Mas as pessoas andam em desequilíbrio, sempre exagerando em suas emoções. Acredito que falta autopercepção de si mesmos.

Tomar consciência de seus atos é buscar conhecer sua essência real e sair da ilusão. É desvendar os segredos que seu coração carrega, e que são únicos e diferentes de qualquer outro ser. É perder o medo de descobrir potenciais latentes, criar habilidades para o novo, e de se fazer presente. Estar consciente é reconhecermos manifestações em nosso comportamento, é nos conhecermos de verdade. Não estar lúcido, é estar sem luz, é um estado em que a ilusão domina.

Nascemos com um livre arbítrio para escolhermos caminhos. Assim como podemos escolher caminhos, podemos também

escolher o que pensar para que gere um sentimento de paz dentro de nós. A opção nos é dada: ou entramos de cabeça no sentimentalismo ou tentamos ordenar nossas emoções para que sejam transformadas em sentimento. Temos a liberdade de interpretar o que nos acontece da maneira que quisermos. Uns usam o discernimento, outros usam o sentimentalismo. Esses são dominados pela ilusão.

E por que a ilusão nos domina? Porque trabalhamos com a nossa imaginação, com o que “supomos” e não com o que “sentimos”. Podemos pensar o que quisermos, criar e elaborar, mas sentir é a sensação real da presença da nossa essência, da luz em nós. Vivemos da interpretação de nossas ideias e, às vezes, nossa percepção capta, de maneira distorcida, a verdadeira realidade. Acreditamos e nos desiludimos. Desse estado de ilusão vem o pensar que se sobrepõe ao sentir.

Carregamos uma sensação de frustração, de inexistência e de vazio interior. Nesse momento perdemos o contato com o nosso “sentir”. Perdemos a motivação, a ligação com o nosso centro, perdendo o mais importante: a posse de nós mesmos. E assim, vivemos em função dos outros e nos esquecemos que temos potenciais amorosos e lúcidos para contribuir com a existência da humanidade.

Ficamos com medo de sermos quem somos e de nos descobrirmos, em função do que os outros vão pensar a respeito de nós. Nos tornamos pessoas orgulhosas. E o orgulho é uma ilusão que sempre acaba em desilusão. Desilusão é a chegada da verdade. E nem sempre suportamos o que é real. Mas não é a realidade que

machuca, e sim, descobriremos que vivemos numa mentira, até então, pois queremos parecer ser o que não somos para os outros. Não somos, mas representamos que somos.

Nos tornamos medrosos, cheios de defesas, de proteção e não vivemos intensamente. Gastamos uma carga energética enorme pensando que estamos nos protegendo, quando na realidade estamos protegendo o nosso orgulho. E é por orgulho que nos tornamos inseguros, tímidos, impotentes e vítimas. E o pior é que sentimos a diferença entre um aplauso sincero e o que é superficial, entre uma qualidade reconhecida e uma personalidade inflada.

Quando queremos parecer ser o que não somos, nossa expressão e presença ficam reprimidas, sufocadas, aprisionadas, retidas. Ficamos sem talento, sem criatividade, sem fluxo. Tiramos nossa oportunidade de crescimento, de experiências, por que temos medo de que a verdade apareça. Nos prendemos, nos seguramos, por não quisermos ser ridículos, e assim corrompemos a nossa essência divina colocando um fim nos nossos valores pessoais. Perdemos a nós mesmos para ganhar os outros e no fim ficamos vazios, apagando a nossa luz, vivendo a vida sem lucidez.

Em nome da vaidade e do orgulho perdemos alegria e a naturalidade que nos leva ao aprendizado e perdemos o “sentir”, a amorosidade, o encantamento com as formas simples, perdemos o contato com a natureza em nós, com o nosso coração.

No coração está o sentido da vida. Nele reside o propósito para nossa existência. Só com pureza de sentimento teremos acesso a ele. Pureza de sentimento é entrar num espaço interior chamado

humildade. É nesse espaço que praticamos a presença de algo maior em nós. É pela modéstia que entramos em nosso interior nos reconhecendo como somos realmente e nos aceitando com nossas capacidades e riquezas. Assim nos libertamos do medo de apenas sermos e atuarmos no presente. É nesse espaço interno que podemos dominar as emoções sem nos deixar dominar por elas. É aí que reside um estímulo à consciência, um poder criativo e lúcido, para ficarmos coerentes com a própria verdade e com a nossa evolução presente. Pois, para que serve a nossa essência se ela não é presente? Se temos uma, se somos dotados de uma consciência, se realmente somos indivíduos únicos, então por que não a expressamos? Você consegue entender a razão de se ter uma essência, uma consciência, se ela não pode expressar um aspecto do espírito único?

Um desses aspectos é a intuição. Mas só a captamos se formos humildes na nossa essência. A intuição só se torna clara quando a nossa ligação com a verdadeira voz interior é real. A humildade de escutarmos e acreditarmos no que sentimos no nosso mais profundo ser, nos faz reconhecer a verdade de nós mesmos fazendo-nos seres melhores, pois a própria vida espera a nossa própria atuação, expressão única de cada um. Enriquecemos o Universo com a nossa participação e a manifestação da nossa essência nos tornando partes da Criação Universal.

Dominando nossas emoções, firmando nossas atitudes, coração e mente trabalhando em sintonia, tornam a vida uma experiência rica onde cada um realiza seu papel aprendendo e buscando significados próprios sem medos. Portanto, conheça, experiencie, aprenda e ame a vida, por que você faz parte dela e, com certeza, fará diferença!



ESSÊNCIA DA ALMA

Nós humanos, achamos que somos pequenos, mas não somos! Antes de sermos designados a este Planeta, já éramos almas, essência em espírito imortal como parte de um Todo que nos anima. Somos pontos de luz nesse imenso Universo onde a quintessência de cada Ser se conecta na mesma rede holográfica. Somos partículas distribuídas nesse infinito Cosmos, como poeiras estelares...assim como as estrelas têm o seu ciclo, temos cada um de nós a mesma jornada. A de iluminar e acender corações que não estejam despertos para a verdade que habita o silêncio.

O silêncio que aquieta a mente e o coração, quando substituídos pelo ego. Não mais se faz presente o individual quando nos comprometemos a enxergar o outro como parte de nós mesmos, emaranhados na mesma teia de sucessivas idas e vindas à vida física, desejando ardentemente ascender à Luz como partes do Universo. Como habitantes, marcamos presença quando olhamos além dos véus que obscurecem nossa visão, e, assim, a ilusão se desfaz mediante o grande Amor que se faz impregnado ao ar que respiramos. O olhar profundo, o toque afável, o abraço

acolhedor, pode ser sentido e manifestado mesmo diante de atribuições.

Se queremos ser almas magnânimas, podemos ser. Basta querermos. E quando acendermos a luz interna, saberemos quem somos e para que existimos...despertaremos para o que já somos...pequena chama, esperando para iluminar e unir-se aos nossos irmãos que carecem de amor...e assim, seres de outras esferas mais despertos, poderão nos contatar e compartilhar sua totalidade e bem maior. Nos tornaremos uma grande família num reencontro de extensões de um Grande Poder Criador.



ESTRADA DA VIDA

Na estrada da vida, conforme vamos adquirindo conhecimento, caímos no erro de achar que sabemos tudo e que à medida que envelhecemos, perdemos novas ideias. Achamos que nos tornamos sábios e nem percebemos que caminhamos nessa trilha simplesmente prejulgando, preconcebendo assuntos por nós filtrados, sem ao menos, dar a chance de uma nova referência ou um novo olhar sobre o mesmo contexto.

Quando ouvimos os outros, não percebemos que temos uma impressão daquilo que ecoa dentro de nós mesmos. Somos o peso de referência das nossas medidas. Construimos um referencial próprio daquilo que deixamos chegar para nós estabelecendo padrões.

Sabe aquele instante em que nos encontramos perdidos num determinado assunto? Achamos que não estamos entendendo nada sobre o que está nos sendo exposto? Na verdade, é a primeira grande chance de ganharmos uma referência nova. Chance de criarmos. Chance de darmos espaço para ser preenchido.

Julgamos sempre o novo pelo velho quando temos um conhecimento prévio. Podem reparar: quanto mais se especializa num assunto, mais aquilo se torna sua realidade, porém, menos você está pronto para as contradições novas. Mais nos tornamos como troncos duros e enraizados num padrão de conhecimento.

As novas ideias surgem como uma luz acima e a frente às raízes consolidadas por nós durante a nossa trajetória. Elas somente fluirão com menos filtros para os que estão abertos para uma nova realidade, uma nova vivência, uma nova criação. Assim sendo, podemos pesquisar, buscar, analisar, refletir sobre novos parâmetros e ampliar cada vez mais o horizonte de possibilidades!

Se nesse momento, você se sente perdido com tudo que pensa que já sabe a respeito de uma situação, mesmo assim não consegue fazer escolhas, pare. Fique em silêncio, feche os olhos e visualize uma luz surgindo no meio de sua testa, clara, brilhante, preenchendo sua mente, sua cabeça e aguarde...um exercício simples que o fará conectar-se com mentes brilhantes que o ajudará a eliminar seus filtros e criar novas ideias que o capacitará a grandes possibilidades! Deixe vir o diferente! Muita paz e muita luz!



EVOLUIR E DESPERTAR

O grande obstáculo para aqueles que trilham o caminho espiritual é a ideia de que existe um “eu” presente em suas vidas. Elas, então, esperam que algum dia este mesmo “eu” possa atingir ou alcançar a iluminação, o sublime despertar. O “eu”, por definição, não existe. Ele não passa de um conjunto de imagens projetadas na mente, imagens do passado ou, em outras palavras, um conjunto de hábitos e padrões fortemente arraigados atuando sob a forma de alguém.

Esta identificação com o nome e com a forma (corpo) leva as pessoas a imaginarem que a sua existência enquanto um ser atuante é algo fixo, rígido e que precisa ser defendida a qualquer custo. Então, elas partem em busca de algo maior, esperando que, um dia, esta entidade fictícia possa dar à luz a uma nova maneira de viver. Então, começam a pensar em “evoluir”. Mas evoluir para onde? Elas esperam receber um tipo qualquer de iluminação que possa modificá-las, torná-las melhores ou mais atraentes?

Enquanto estivermos dormindo como consciências encarnadas e não despertarmos para o potencial que temos de realização, jamais seremos capazes de destruir toda e qualquer ilusão a respeito de uma identidade rígida e sólida atuando no mundo como algo ou alguém.

Destruir uma identidade que acredita firmemente em sua própria realidade e que através de um longo processo de busca irá, em algum momento, compreender a verdade subjacente ao seu próprio ser. Aquilo que não existe jamais chegará a lugar algum. Não precisamos percorrer longos caminhos de busca, pois já há uma Presença em nós. Um poder Criador está em nós. Somos pertencentes de uma Luz maior que nos interpenetra. Temos um núcleo de força luminosa em nossa consciência, em nosso ser. Criamos o movimento para tentarmos refletir o que já somos e sempre seremos. O próprio potencial Criador.

O verdadeiro caminho consiste na realização de que você é o próprio Universo olhando para si mesmo. Então, observador e observado desaparecem. Tudo o que resta é pura observação, pura consciência. É só o despertar que prevalece. Despertar para a sua luz interna.

É preciso que você sinta de uma forma não intelectual que o “eu” não existe em você e que apenas a vida que percorre o seu corpo, que alimenta sua mente, contém o sabor da imortalidade, da própria Presença. Temos as nossas individualidades criada pelos padrões mentais e emocionais que ao longo de vidas vamos construindo. Mas antes de construirmos algo, somos vida pulsante! Você é a vida! Assim, sinta o poder da vida, da energia que o ampara

e sustenta, percorrendo seu corpo, atravessando o Universo, presente em cada partícula, em cada átomo, em cada grão de areia como sendo você mesmo.

Compreender que o “eu” não passa de um fluxo e permitir que este mesmo “eu” se derrame no Infinito e se perca para sempre no fluxo da existência, poderá levá-lo ao único lugar que existe; o aqui e o agora. Evoluir é despertar a cada instante de escolhas.

Assim como não há iluminação alguma a ser obtida, não há nada a ser alcançado. Apenas viver escolhendo caminhos baseados em sua própria luz. Este é o verdadeiro despertar, algo que já ocorreu mas que ainda não foi realizado porque você ainda persiste em manter a sua identidade atual. O “eu” é como um véu. Ele obscurece a sua visão, o seu entendimento.

Colocando de uma outra forma, o “eu” é apenas a ideia que você carrega a respeito de si mesmo. Abandone esta ideia!

Permaneça como um simples observador. Lentamente, você verá que este observador não possui nenhum nome, nenhuma forma. Então, quem é você afinal? Você é o próprio Universo, a mais pura bem-aventurança de um processo interminável e insondável. Você é a própria existência se derramando num corpo, através de um nome e em uma forma. Esqueça tudo e realize, neste exato instante, a sua grandeza. Acima de tudo, saiba que você, enquanto “eu” ou “alguém” não existe! Apenas a vida é. Através de você o universo realiza o seu maior sonho. Através de você o Universo se torna consciente de si mesmo. Evolução é isso...despertar a Luz em você! Existe algum milagre maior do que este?



INTUIÇÃO

“Uma intuição é a criatividade tentando nos dizer algo”.

Muitas pessoas se limitam naquilo que elas pensam que conseguem fazer e não sabem que podem ir tão longe quanto as suas mentes permitirem. O que acreditamos, podemos realizar. E quando realizamos com amor o que é de valor para nós, somos felizes, pois o amor é o mais prazeroso sentimento. É a poderosa força criadora que flui constantemente ao nosso redor.

Saber como escolher um caminho com o coração é aprender como seguir o sentimento intuitivo. E todas as vezes que decidir algo com o coração aberto, normalmente tomará a decisão certa. As leis que regem o Universo existem e são baseadas em uma verdade única e indissolúvel. Para acessá-la, é preciso que tiremos proveito de cada lição que a vida nos traz, analisando, refletindo e sentindo o significado contido.

Estamos nessa vida submetidos por nossas carências para observar as possibilidades que a nossa própria essência cria, para que num determinado momento, possamos constatar em que

ponto estamos diante da nossa autodescoberta. E vivenciando cada oportunidade de escolha, conseguimos desvendar os mistérios escondidos por detrás de nossos potenciais de realização. Experimentar é se enriquecer, e se for com amor é ser sábio!



LEVEZA E FLEXIBILIDADE

Momentos como esses que estamos vivendo, em que o tempo parece correr mais que o usual, em que as promessas não dão conta de serem cumpridas, em que as ideias se concretizam apenas numa fração de segundo, nos fazem crer que estamos realizando potenciais latentes em nós sem ao menos termos um instante de reflexão para tal.

Construímos pensamentos num tempo relativo, baseados em carências emocionais, fazendo com que nossas realizações sejam frutos de sentimentos desordenados, causando assim, distúrbios energéticos, que, no final, potencializam-se como doenças.

Nosso cérebro está condicionado a entender que, ao não estarmos dispostos a refletir perante nossas ações, acabamos causando um desequilíbrio, e frente a essa leitura, somatizamos os fluxos caóticos que interferem em nosso bem-estar físico, energético, mental e emocional.

A leveza é a chave para uma boa reflexão ao fazermos escolhas diárias. Quanto mais você for flexível nas construções de

seus pensamentos, de suas ideias, mais leve será o sentimento que colocará em suas atitudes, resultando numa escolha sadia e funcional para as suas experiências.

Com isso, atrairá ambientes, pessoas, situações na mesma ressonância para a concretização de seus desejos. Procure se ajustar a essa flexibilidade para que a leveza se instale em seu viver. Seja mais tolerante, faça apenas o que o momento pede sem se preocupar com o que possa vir depois, pois o resultado só virá depois de uma boa escolha no presente.

Às vezes queremos dizer tanto, e acabamos nos dispersando nas ideias e no foco principal. Quantos momentos você já viveu em que apenas uma frase foi o suficiente para demonstrar todo um significado do que precisava ser dito?

Pensar demais nos faz perder energia. A chave é a leveza para um despertar nas soluções. Coloque um ponto final no que não consegue definir. Siga em frente! Clareie sua mente, encha de luz seu coração, e erga suas mãos para o alto captando a mais pura energia e irradie a todos visualizados por você. Ser luz, hoje, é o nosso grande desafio nessa vida. Saber trocar o sentimento de amor dançando ao vento como um bambu flexível em momentos de tormenta.

Leveza nos pensamentos, amor na sua expansão e flexibilidade em suas ações. Desperte para o melhor em você! Paz e Luz!



MENTE INQUIETA NÃO TRABALHA AO NOSSO FAVOR

Quando condenamos ou justificamos não podemos ver claramente, pois nesse momento nossas mentes estão tagarelando sem parar. Dessa forma, não observamos o que é, apenas vemos as projeções que nós mesmos fizemos. Passamos pelo mundo sem ao menos viver a vida. E o que é a vida? Eu sou vida! Você é vida! Como podemos vivê-la se nossas mentes não estão livres? Livres de amarras, livre de opiniões, julgamentos e valores. Concordamos e discordamos o tempo todo, disputando por simples palavras, em uma eterna competição de egos e poderes. Não há outra saída a não ser querer observar o próprio movimento de sua mente e coração, e agir de acordo. Acompanhar esse movimento com a intenção de compreender o projeto de cada ser, e, tentar viver o que está sendo observado, conhecendo o seu conteúdo, sua natureza e sua estrutura.

Para compreender qualquer coisa no mundo, você deve viver com ela! E para compreender o mundo, as pessoas, temos que viver primeiro com nós mesmos. Não somos estáticos, e sim, vivos e em movimento. Somos a própria vida sendo vivida.

Corremos por aí sem ao menos olharmos uns nos olhos dos outros, numa busca incontrolável de coisas e pertences, que nem sabemos ao certo por que fazemos e para que servirão em nossas vidas. Esquecemos de conhecer profundamente o que olhamos, porque olhamos sem ver. Vemos sem enxergarmos. E só observando viveremos o saber e a importância de cada ser e de cada situação em nossas vidas.

Olhar simplesmente e observar...

Construímos uma imagem do que pensamos que somos ou que deveríamos ser, e essa imagem, nos impede de vermos como somos realmente. Por nossas mentes serem muito complexas, perdemos a qualidade da simplicidade. A simplicidade de poder olhar diretamente para as coisas sem medo. De poder olhar para nós mesmos como de fato somos, sem qualquer distorção.

Quando observarmos que aprendemos desde crianças a sermos feixes de memórias, ideias, experiências e tradições, veremos que paramos de aprender sobre nós mesmos.

No momento em que você tem uma conclusão ou começa a examinar a partir do conhecimento da memória, do aprendizado da infância, está acabado, porque então você está traduzindo toda coisa nova em termos do antigo. Está se baseando apenas no conhecido e não no observado. Ao passo que se você não tiver base, se não houver certeza, nem realização, há liberdade para olhar, para realizar. E quando você olha com liberdade é sempre novo. E o novo, é pura motivação para o seu melhor aparecer!



NÃO EXISTE DESIGUALDADE ONDE EXISTE O AMOR

Não há necessidade de sofrermos, se reconhecermos que temos a chance de sentir o lado bom da vida. Reconhecer que aprendemos a sentir medo de amar, para justificar a rejeição e a perda de momentos felizes. Viver é mágico. Já é tudo. Viver nos dá a oportunidade de nos motivarmos a seguir descobrindo infinitas possibilidades de realizar o maior e único sentimento de união em diversas situações. Realizar, sentir, servir e amar nos faz vibrar na mesma sintonia do Universo. Somos presenças espirituais que vibram em uma mesma frequência, vivendo temporariamente em lugares opostos... E essa vibração se chama saudade do amor. Sentimento que nos faz realizar as inspirações mais íntimas relacionadas à harmonia, fraternidade, igualdade e verdade.

Paz, amor e Luz em seus corações.



OPINIÃO E CONDUTA

Quantas vezes nos pegamos vestindo palavras ao vento sem ao menos refletirmos sobre o real significado para nós. Estamos sempre procurando por conselhos, mas nem sempre eles nos são úteis, pois não estão em nosso coração. Não escutamos o som que toca nele, apenas o burbúrio externo a nós. Mudamos de conduta quando incorporamos o que funciona para cada um de nós. Às vezes escutamos palavras sábias, mas nem sempre as sentimos como verdade, e aí vem a dificuldade de mudarmos de postura. Paramos de aceitar situações em nossas vidas, mas não adquirimos controle e disciplina para agirmos diferente do que passamos a pensar.

Isso ocorre porque nossas mentes são iguais a carroças vazias que se tornam barulhentas. Observem uma carroça cheia. Ao se movimentar, não há ruídos. Ao preenchermos nossos corações e mentes com autoconhecimento, sabedoria e amor, estaremos completos. E assim, nossas atitudes serão verdadeiras, naturais e contínuas, porque estaremos agindo equilibrados com o que pensamos e sentimos. De que adianta pensarmos algo e

agirmos diferente do que pensamos? De que adianta agirmos de tal forma se não sentimos desta forma? Se não existir a igualdade entre o sentir, o pensar e o agir jamais conquistaremos a unidade em nós e estaremos sempre mudando de opinião, de atitudes a cada barulho externo perdendo a verdadeira serenidade do amor que nos faz viver.

Sim, amor. Pensar, sentir e agir sempre no amor. A cada momento, se perguntar: o que o amor faria agora? Se eu não sentisse medo, o que eu escolheria? O resultado só será benéfico.

Quando damos margem a sentir o amor em momentos difíceis, sentimos a presença de algo maior do que nós nos envolvendo. Para os mais sensíveis, sentimos como uma energia de luz sendo irradiada desde o topo da cabeça até nossos pés. E sabemos em nosso coração o que devemos fazer. A pergunta é: o que te sustenta, quando tudo o mais desmorona em sua volta? Você consegue ficar só em alguns momentos? Gosta de sua companhia? É amoroso com você mesmo nas horas de preocupação, ansiedade, depressão ou solidão?

Enquanto você não preencher o espaço vazio que sente em seu coração, não se libertará das distrações do mundo para se autoconhecer. E esse espaço só pode ser pleno de você mesmo e de mais ninguém. A luz em você já é tudo! Desperte-a! Você é grande! Magnânimo! Nunca está só em sua caminhada. Há pessoas amigas em sua volta o tempo todo que te guiam e te emanam amor. Portanto, saia dessa estagnação energética, levante seus olhos e sinta a presença da luz atuando em sua vida. Cultive o sorriso, a alegria, o brilho nos olhos, a caridade, a

bondade, a palavra amiga... Para isso, basta querer ser e fazer, que essas virtudes são a tua própria riqueza espiritual. Olhe para você, sintá-o pleno, absorva a luz em seu coração e irradie-a a todos que passarem por sua vida! Isso é viver!

Paz e Luz!



PREENCHENDO NOSSOS VAZIOS

As perguntas mais frequentes que o ser humano faz quando chega num certo momento de sua evolução são: Quem somos? De onde viemos? Para onde vamos?

Depois de um determinado nível de compreensão de si mesmo e ao mesmo tempo sentindo uma forte sensação de insatisfação mudam-se as perguntas: Por que existimos? Para que tudo isso? Por que temos que sofrer? Por que temos que amar? O que devemos alcançar? Do que somos feitos? Quem É e O Que É Deus? Acho que esse momento acontece com todos que sentem alguma insatisfação em seus corações.

E em seguida perguntamos: Somos extensões desse Poder Criador estando Ele por detrás de todo o jogo? Sendo assim deveríamos ser perfeitos ou imperfeitos por faltar uma parte Dele? Ou somos o próprio Poder Criador em evolução e em desenvolvimento sem nada por detrás? Nesse caso, estaríamos em crescimento evolutivo, tentando alcançar a perfeição que um dia talvez tivesse existido antes de nos fracionarmos como Deus, ou

Grande Poder Criador em Almas livres com poderes de escolhas e decisões? Apenas especulações...

Devem existir muitas outras perguntas e dúvidas no âmago de nossas essências. Acho que é nesse instante que começamos a busca infinita de nos autoconhecer. E se todos tivessem as respostas, não teria o porquê de estarmos aqui, porém, muitas pessoas se perguntam isso e se questionam. São seres humanos que se percebem mais como espíritos do que outros que ainda caminham em suas estradas. Para os que buscam, aos poucos as respostas se manifestam em seus corações e em suas mentes ordenadas.

Há especulações de que, talvez um dia, tudo e todos em algum momento era um Todo. Podemos chamar de Ordem, Deus ou Criação. E quem sabe, essa Energia (Deus) resolveu se manifestar como frações estendidas cada qual com o livre arbítrio, com o poder de escolher sua verdade e a busca de si mesmo através de caminhos mais longos, outros mais curtos...

Se isso for uma possível verdade, no momento em que nossas Almas sentem a separação perdem a presença de um Todo e aí se dá a sensação da insatisfação que é o gerador da motivação de buscar sua integridade.

Almas gêmeas? São somente espíritos que estão por afinidade no mesmo grau de evolução, de busca e conhecimento de si mesmo, que ao se encontrarem percebem mais uma parte que se agrega à sua integridade. Quanto mais consciências se encontram e se percebem, mais completas se tornam suas essências.

Pode ser que a insatisfação nasce da sensação do vazio que restou quando houve a separação do Todo. E é essa insatisfação que nos faz buscar algo que a princípio nem sabemos o que é realmente.

Vagamos por milhares de anos tentando suprir e nos satisfazer até compreendermos o porquê de sentirmos a insatisfação mesmo quando temos tudo e todos ao nosso redor.

Buscamos perceber-nos nos outros para sentirmos íntegros e nem percebemos que fazemos isso, sendo que, só conseguimos existir como seres mais íntegros quando sentimos a presença de uma pessoa com as mesmas buscas, as mesmas insatisfações...

Seria isso a condição que nos motiva a viver e estar sempre buscando evoluir para chegarmos novamente a essa Integridade? A oportunidade de trocas é fundamental no processo de evolução dos humanos, pois o que nos encerra como seres racionais, é a capacidade de sentir.

Dúvidas e incertezas, insatisfações e sofrimentos só desvendamos com a capacidade de sentir. O primeiro ato em si foi sentir. Sentir o desejo de saber. Amar e conhecer. Sentir a motivação de se realizar pleno e perfeito. Ter a consciência de ser. Reconhecer sua existência como uma força luminosa e potente.

Descobrir-se capaz de realizar tudo e quanto mais nos realizamos e nos descobrimos, não importa em que setor de nossas vidas, sentimental, afetiva, saúde ou profissional, mais chegamos perto da satisfação de um dia alcançarmos a ser íntegros e realizados. Portanto, quando encontramos situações e oportunidades que nos

fazem suprir a carência da integridade, nos realizamos plenamente nos preenchendo cada vez mais.

Quando deixamos de estar latentes para estarmos potentes, experienciamos o prazer da satisfação. E quando fazemos contato com pessoas com os mesmos valores sentimos automaticamente a vontade de agregar seus sentimentos aos nossos, nos sentindo uno. Quanto maior os valores agregados, maior o sentimento que une. Quanto maior a integridade, maior reconhecimento de um sentimento pleno e satisfeito. Sinto que isso seja o Amor de verdade que tanto nossas consciências anseiam por viver!



RELACIONAR-SE

Sempre que eu me pego pensando em pessoas que passaram por minha vida e que hoje não se encontram ao meu lado, me lembro da frase de Madre Teresa de Calcutá: “Não devemos permitir que alguém saia da nossa presença sem se sentir melhor e mais feliz.”

Quantos amigos, amigas, namorados, namoradas, colegas de trabalho e família em geral trocamos certa energia que nos levou a relacionarmos com alguma parte de cada um que sintonizasse uma carência em comum?

Quando digo carência, me refiro a alguma sensação que precisamos sentir. Ela pode ser tanto emocional, mental, energética ou física. Ou todas ao mesmo tempo.

Quando é emocional, geralmente necessitamos sentir emoções que nos satisfazem, como por exemplo, pessoas com baixa estima que passam a gostar do ciúme, da posse, do poder na relação. Elas precisam se sentir amadas, mas confundem amor com ciúme e domínio.

A carência quando é mental, ou psicológica, nos leva para o lado da razão e não do emocional. Apaixonamo-nos por pessoas inteligentes, sábias, com grande busca pelo conhecimento que nos fazem confundir amor com admiração. Admiramos e pensamos que amamos. Ficamos tão cegos que nem percebemos que em muitas vezes estamos atuando na vida como cópias, perdendo nossa identidade. Outra maneira de nos relacionarmos através do mental, é quando não temos posse de nossas vidas, delegando ao outro as rédeas do caminho que deveríamos percorrer. Deixamos que nossa mente seja controlada absorvendo nossas ideias, nosso raciocínio a ponto de perdermos a lógica, a razão, o bom senso e o discernimento.

Ao ligarmos-nos pela carência energética, a relação se torna dependente criando um círculo vicioso que, quando nos damos conta, parece tarde nos reconectarmos com o nosso íntimo. Mesmo sabendo, nos sentimos presos ao relacionamento, muitas vezes pensamos até que não sobreviveríamos se tivéssemos que nos afastar do outro. Geralmente, algo nos diz internamente que não estamos no caminho certo, mas não conseguimos ficar longe, a presença física se torna indispensável, mesmo que seja dolorida, com carências e sem amor. Nesse âmbito entra também o sexo, que sabemos que é pura energia através do toque físico. Podemos não sentir conexão mental ou emocional com a pessoa, porém, energeticamente, ou sexualmente, há liga, mesmo que por poucos momentos. Prendemos-nos baseado somente no sexo, sem uma relação profunda.

Hoje, se tornou normal as pessoas se relacionarem dessa forma, esquecendo totalmente o propósito de uma ligação.

A completude que deveríamos nos lembrar quando sentimos cada vez que admiramos um pôr do sol, o olhar ingênuo de uma criança, o reflexo da lua cheia sobre o mar, um carinho do seu bichinho de estimação, todos esses momentos deveriam se tornar presentes a cada encontro na vida. Os iogues antigos já diziam que a Divindade está dentro de cada ser e que quando todos se encontram, essa Divindade que habita o coração de um saúda a Divindade que habita o coração do outro. Eles achavam que se o universo inteiro residisse em você, em seu coração, esse ser era para ser honrado por ser puro amor. Se o coração era preenchido pela verdade e não por ilusões, pela paz, e pela luz, era um coração amoroso. E se a pessoa, mediante suas provações se lembrasse desse lugar em seu íntimo e meditasse nele diariamente, ela se conectaria com a sua própria luz e sentiria o amor em tudo e em todos. E se outra pessoa, quando ao olhar para ela, sentisse o mesmo, se tornariam uma só luz. Isso é o relacionar-se através do amor. Esse é o único e verdadeiro relacionamento. Sem vícios, sem dependências, carências e posses.

Surge aí a complementaridade, onde ambos somam o amor e doam ao universo de tão plenos que estão. Isso me leva a refletir nas pessoas que já passaram em minha vida. Tenho certeza que você também. Devemos dar o nosso melhor em cada passagem, em cada coração, não importando o tempo que dure. Dessa forma teremos a certeza de que fomos “presentes” em suas vidas, fazendo-as sentirem-se pessoas melhores e mais amorosas.

Deixo aqui, um exercício simples de energia que você pode fazer diariamente quando estiver sozinho em seu quarto antes de dormir ou ao acordar.

Feche os olhos, respire fundo três vezes e relaxe. Visualize uma esfera na cor rosa claro luminosa em seu peito. Mentalize a palavra AMOR PURO em sua testa. Fixe sua mente na palavra e na esfera rosa ao mesmo tempo pulsando no meio de seu peito. Fique assim por alguns minutos. Esse exercício é muito bom para desbloqueios energéticos emocionais que prejudicam o coração e a relação com as pessoas. Se sentir vontade de levantar suas mãos e irradiar energia por elas, fique à vontade e aproveite para emanar essa luz de amor às pessoas queridas e a toda a humanidade. Muita paz e muita luz em seu coração.

“Eu honro o lugar em você em que o universo inteiro reside. Eu honro o lugar em você, em que é de Amor, da Verdade, da Luz e da Paz. Quando você está nesse lugar em você e eu estou nesse lugar em mim, nós somos UM! Namastê!”



SAÚDE E ESPIRITUALIDADE

Sempre que escrevo sobre espiritualidade, não consigo deixar de mencionar a palavra saúde. Por quê? Porque saúde tem a ver com espiritualidade. Estar saudável, pode parecer apenas ter um corpo esbelto, bem cuidado esteticamente e funcionando bem dentro de um equilíbrio harmônico. E a saúde do espírito? Como fica?

Saúde é só o corpo funcionar corretamente, para que isso possibilite termos diversas experiências num longo período de vida? Por que pensamos corpo e alma ao invés de alma e corpo? A meu ver, não estamos acostumados a nos sentirmos como espíritos vivendo num corpo físico, e sim, nos vemos como corpos portando uma mente, uma alma ou espírito.

Se não entendemos como funcionamos, espírito/corpo, não conseguimos perceber as causas e efeitos espirituais em relação ao nosso corpo físico. Perdemos a oportunidade de aproveitar as experiências e não ficamos lúcidos nas escolhas. Isso porque estamos ocupados aumentando a crença no conforto do corpo, esquecendo que somos espíritos.

Temos que estar lúcidos no momento de cada experiência. Saudáveis no sistema interno de equilíbrio na relação espírito/corpo. Como lidar com isso? Como tentar achar um ponto de equilíbrio?

Vamos partir do princípio que a fonte da juventude é a ordem. E o que significa ordem? Simples: Emoções equilibradas. Caos, como o seu oposto, é desordem nas emoções.

Essa ordem, só alcançamos quando experimentamos o caos com lucidez, questionando cada atitude e emoção atribuída em cada momento dele (caos), para não patinarmos num mesmo padrão durante séculos. A questão é básica: nos perguntarmos a cada momento de desequilíbrio: “Quais escolhas me levam a sentir isso”? O ideal é fazermos uma pausa a cada questionamento desse, pois se não tivermos lucidez no caos, envelhecemos mais rápido. Quando usamos a lucidez e questionamos o porquê de sentirmos tal emoção, desejos e desordem, ficamos mais sábios. Dessa forma, rejuvenescemos e despertamos nossa consciência abrindo possibilidades de reencarnarmos em corpos que terão mais anos de existência física com uma saúde mais plena.

A espiritualidade consiste em fazer parte da saúde física, que, por conseguinte, a saúde física consiste em portar a espiritualidade na auto-observação das escolhas na vida.

E o que nos leva a fazer escolhas? Se parar e refletir, verá que é a insatisfação. E a insatisfação é o motivo que nos leva a reencarnar. E fica difícil falar de saúde e espiritualidade sem entender o processo cármico, pois a origem das condições do

corpo serem alteráveis pelo espírito, tem base no carma, que é o potencial de experiência do espírito.

Aquilo que você ainda não experimentou e quer experimentar, é carma. Não é dívida. É necessidade de experiência. Todo potencial de experimentar, tudo o que é vazio em você e que não conhece, é carma. Tudo o que a sua consciência precisa saber, conhecer, é carma.

O espírito aumenta o stress sobre o corpo quando ele não consegue ser eficiente na razão dos seus potenciais da experimentação, ou seja, conforme o espírito não experimenta, aumenta o potencial de ação, aumentando o vazio a ser preenchido. Dessa forma, o corpo começa a sofrer alterações fisiológicas, além dos limites da interferência direta da reencarnação. Conseqüentemente, começa a causar desordens nos órgãos, pois as emoções tendem a se agrupar em torno dos tecidos mais compatíveis com certos processos de aceleração e quantidade de energias. Por esse motivo é que alguns órgãos são mais suscetíveis a certos tipos de emoções, causando tipos diferentes de doenças.

O corpo reflete o nosso potencial cármico no processo da somatização, que é o acúmulo de desordens emocionais, passando para o corpo físico em forma de doenças.

Mas a questão principal é: Como podemos eliminar as doenças? Prestando atenção em tudo o que se sente. A cada momento, a cada escolha, a cada atitude. Mas pensar só, não adianta. Devemos “sentir” realmente, como, quando e por que sentimos cada emoção a cada instante, pois a persistência no sentir,

que cura ou adocece, e que gera um estado áurico, ou uma assinatura energética/espiritual, capaz de induzir mudanças eletromagnéticas na matéria.

Como eu disse, “pensar por pensar” não gera reflexão. Dessa forma, criamos uma máscara. E continuamos criando a cada falta de reflexão. Porém, o plano de fundo continua lá, bem na raiz, que é a nossa verdadeira desordem emocional. Sendo assim, o freio do corpo diminuiu. E a somatização da doença aparece.

Seria como se a persistência fisiológica diminuísse, aumentando a efetividade da persistência áurica. E esse processo acaba interferindo com a nossa saúde e com o funcionamento no corpo. E assim, vivemos num ciclo constante até desencarnarmos. E muitas vezes, passamos para o outro plano sem nos conhecermos de verdade, pois nunca nos observamos, refletimos ou ponderamos diante das nossas atitudes. Nunca enxergamos que “vazio” é esse que precisa ser preenchido em nossa consciência e por quê?

Enquanto não soubermos compreender que muitas vezes, “ter vontade e querer algo, nem sempre é o que precisamos”, estaremos atrasando uma reforma íntima na maneira de vivermos, que nada mais é, do que uma proposta de ser saudável.

Conseguimos alcançar isso, através da auto-observação. Começar a se questionar se suas vontades estão relacionadas à percepção daquilo que falta no seu “modelo” sociocultural, ou se elas fazem parte do potencial de realização, para preencher o vazio da consciência. O que faz parte do potencial, faz parte do carma, e o que faz parte do modelo social, não.

Cabe aqui colocar que o processo de suprir ou negar a vontade também está relacionado ao carma. O problema é que não sabemos quando é para suprir ou negar essa vontade. O momento certo para parar, pensar e sentir é esse. Nesse instante de reflexão entra a observação para começar a entender e a discernir. Quando a raiz das vontades deixa de existir, mediante às reflexões do que serve ou não para realizar-se, gera a compreensão. A partir daí, criamos novos tipos de querer e de sentir, e ficamos mais sábios e mais polidos na consciência.

Portanto, a proposta de sermos saudáveis no corpo, vem do espírito. Mas não com o único objetivo de biologicamente sermos harmoniosos, e sim, que a nossa consciência preencha seu vazio através dos potenciais, e que nossos corpos espirituais possam se expressar cada vez mais ordenando o que pensamos, sentimos e realizamos. Lembre-se sempre que, se não estamos cientes de onde vem o que sentimos, nós reagimos. E reagimos como espírito, pois como eu disse antes, somos espíritos num corpo. E é esse corpo que te limita, que freia as suas emoções, para ter a experiência e te dar oportunidades de observar a ação e reação.

E à medida em que vivenciamos esse processo, vamos nos possibilitando reencarnarmos em corpos com existências físicas mais prolongadas, com consciências mais sábias, num planeta mais compassivo.



SOMOS VULNERÁVEIS ÀS ENERGIAS OU RESPONSÁVEIS POR NOSSAS ATITUDES?

Passamos por tantas escolas filosóficas, espaços esotéricos, cursos e *workshops* sobre diversos temas, porque acreditamos que quanto mais conhecimento, mais podemos esclarecer nossa mente sobre a busca da verdade, e com isso, nos sentirmos mais confortados e consolados diante das ilusões que a vida no dá.

Queremos preencher vazios, sustentar dogmas, construir paradigmas para, no final, ainda assim, continuarmos a sentir que falta “algo”, ou seja, que estamos incompletos. Mas na verdade, o que realmente nos falta? Por que não nos sentimos completos? Por que estamos sempre desolados, inseguros e desconfiados? E essa verdade? O que ela representa? Por que nossos pensamentos não param? Como construímos a nossa realidade? Qual o início de tudo e qual o término desse tudo? Existe certo e errado, ou o que funciona para você? Essas e outras perguntas, para os mais despertos, sempre vêm à tona nos momentos reflexivos.

Quero compreender junto com você, como chegamos a construir nossos pensamentos, e, principalmente, como fazê-los cessar, para sentirmos a verdadeira natureza do ser, que é simplesmente ser o que é, e viver onde está.

Sabemos que é difícil pararmos de pensar, ainda mais diante de tantas atribuições dos nossos dias. Mas não é impossível. Busquei, por muitos anos, técnicas para compreender melhor minha mente e meus pensamentos. E com isso, tive a chance de conhecer e praticar a meditação. Estudei diversos conceitos até me aproximar e construir a que melhor se encaixava na minha maneira de ser e sentir. Mas, para isso, tive que estudar a construção do nosso pensamento, para assim, poder compreender as técnicas e meditar.

Em primeiro lugar, acho interessante lembrar sobre o porquê da manifestação do pensamento, contido no meu segundo livro, “Projeção Astral, o despertar da Consciência”, onde especulo a possibilidade de existirmos como extensões de um Poder Criador Maior, manifestando e criando nossos corpos, através de carências emocionais, até chegarmos ao plano material com o corpo físico. Para isso, tivemos que existir no tempo.

A percepção do tempo é uma percepção emocional. Construimos o tempo porque temos a carência de manifestar nossas ações e reações emocionais, conhecido como carma - em sânscrito, karma, ação- no espaço atemporal. Compreendo o carma como tudo aquilo que, como espíritos, não conseguimos vivenciar no plano espiritual, e, com isso, precisamos viver no mundo físico. Essa percepção do tempo é uma percepção ligada à evidenciação

das necessidades de experiências. Assim, construímos a percepção do tempo pelas ansiedades emocionais. E por que percebemos o tempo de maneira diferente um do outro? Para alguns, o tempo passa depressa demais, e, para outros devagar. Por quê? Porque as carências emocionais, ou seja, o carma de um é diferente do carma do outro.

Nossas emoções têm lentes de aumento seletivo. E o papel da nossa aura é filtrar o que entra no campo energético, onde são gravadas e projetadas nossas experiências emocionais. Portanto, nossa assinatura espiritual, a aura, que é o conjunto dos nossos corpos sutis, filtra o nosso mundo. E “sentir” o tempo, provoca diferentes percepções na nossa ligação com o exterior, por conta das lentes de aumento distribuídas pelas emoções. Dessa forma, a percepção do tempo de cada um varia conforme sua ordem ou desordem emocional.

Incorporamos ao plano físico não só o tempo, mas a percepção de um passado, presente e futuro. Construímos um movimento no espaço e no tempo. O passado, presente e o futuro pertencem a um contexto de evolução no tempo neurológico, fisiológico e biológico. Mas, e o psicológico? Este estaria no tempo mental? Me parece que não existe evolução psicológica, se pensarmos em termos de não localidade no tempo.

Nos preocupamos com o futuro e perdemos a chance do agora. Seria essa percepção “psicológica” que digo estar sempre no agora, desde que consigamos eliminar o tempo no passado e no futuro, pois no tempo mental só existe o presente. E isso conseguimos perceber através da prática da meditação. E qual seria a finalidade

de eliminarmos o tempo e o pensamento? Qual a finalidade de meditarmos?

A humanidade pensa em termos de evolução, de continuidade. Claro, existe a evolução no tempo, se pensarmos em termos físicos, por exemplo, um cérebro demora milhões de anos para ser aperfeiçoado. O que quero dizer, é que não precisamos de tempo para transcender a mente.

Segundo Krishnamurti, filósofo, escritor e educador indiano, o “eu” é todo o movimento causado pelo pensamento. O “eu” é a consciência, a minha consciência, o meu nome, minha forma e todas as experiências com lembranças que eu tiver e assim por diante. Toda a estrutura do “eu” é criada pelo pensamento. O “eu” não é independente do pensamento. Toda a sensação do “eu” se origina do pensamento. O pensamento não é considerado como uma coisa meramente intelectual. Ele é o movimento da experiência, do conhecimento e da memória. E qualquer ação que acontece, dependendo e vindo do pensamento, é limitado e com isso, gera o conflito. E é esse conflito que leva a humanidade a se dividir geograficamente, por exemplo, em ter nacionalidades, religiões, etc.

Estamos atrás de segurança e as próprias divisões geram inseguranças. Pensamos limitadamente que estamos do lado certo. E quando vemos outros lados, queremos ir para lá para obter mais segurança. Definimos uma área como segura sem saber que existe outra forma de segurança. Preferimos viver trocando de um lugar para o outro, ou de uma escolha para outra. Com isso, acabamos sentindo que somos limitados porque o nosso pensamento é

limitado. O “eu” é quem separa, é egoísta, pois não sabemos que estamos todos ligados e interconectados.

A questão é: ou contribuímos com a humanidade, aceitando o grande desafio que a natureza hoje nos impõe, de interagirmos uns com os outros e sendo mais compassivos, ou ficamos fora dela. Ficamos separados ou ficamos plenos. E você, o que escolhe?

Não somos diferentes uns dos outros, nem iguais. Mas equivalentes nos aspectos medo, insegurança, solidão, luta humana, angústia, tristeza, insatisfação, que são sensações básicas da humanidade. Nos diferenciamos nos aspectos intelecto, profissão, grau de inteligência, classe social, religião, política, cultural, língua e etc.

No aspecto “energia”, estamos passando por uma situação comum a todos na humanidade. Segundo mensagens de Seres Iluminados desencarnados e de pessoas encarnadas espiritualistas que estão conectadas a essa sintonia, a partir da importante data de 21/12/2012, houve “mais uma” uma utilização de nossas energias como um todo. Não só a energia dos seres, como a energia do próprio Planeta. Enfatizo aqui, que essas utilizações sempre ocorreram, desde que o planeta existe, de forma menos ou mais perceptível por nós. E esse momento foi e continua sendo muito importante para a história da Terra e para a humanidade. Segundo esses “amigos”, essa data, nunca foi motivo de catástrofes mundiais, e sim, mudanças de energia, que, conseqüentemente, acabaria por definir os tipos de relações, experiências e escolhas entre as criaturas inteligentes.

Nos foi passado, que desde o final de 2012, o plano físico está mais próximo do plano espiritual, e como sabemos, o plano espiritual mais próximo é o mais denso energeticamente falando, conhecido como “zona umbralina”, com suas desordens emocionais construídas pelos próprios seres desencarnados que ali vivenciam suas emoções. Estando o plano físico mais próximo do espiritual, nós, que estamos encarnados, sentimos com mais frequência as emoções, vibrações e energias do plano mais denso em nossa volta, por estarmos mais sensíveis energeticamente. Hoje estamos sentindo muito mais rápido as emoções e energias das pessoas com quem compartilhamos espaços e sintonias. Sentimos a energia dos ambientes negativos com muito mais rapidez do que antes dessa data.

Como fazemos parte dessa nova maneira de vida sem nos afetarmos? Pois, se estamos sentindo com mais sensibilidade e rapidez, estamos também somatizando muito mais rápido essas desordens emocionais nos corpos físicos. E nessa somatização, nossos corpos fazem a leitura como possíveis doenças.

Podem reparar que neste ano, as pessoas que são mais desequilibradas emocionalmente, estão piores, surtando, sendo levadas a tomar comprimidos para ficarem mais calmas, ao passo que, as mais ordenadas estão mais próximas de despertarem para a paz interna. Digo despertarem no aspecto de estarem mais próximas da ordem, do equilíbrio, da serenidade, da saúde mental, psicológica e física.

E mesmo assim, não podemos, com isso, nos alienarmos e nos enclausurarmos nas cavernas nos distanciando dos outros ou

dos ambientes, por puro medo de somatizar energias e desordens emocionais. Esse é o momento de despertar para a humanidade e para o Planeta.

A natureza agora nos colocou num ambiente onde teremos que nos relacionar diretamente com as trocas energéticas pessoais. É o momento de fazermos escolhas mais sensatas baseadas na autopercepção, tentando observar as sensações que essas trocas nos causam, e a partir daí, decidirmos quais escolhas devemos fazer: sermos impulsivos e reativos ou observadores e reflexivos ante a uma resposta?

Fica a dica para repensarmos se estamos sendo responsáveis pelas atitudes ou vulneráveis às energias alheias. E para isso, uma das melhores ferramentas para essa nova realidade, é uma boa prática de meditação para iniciar essa busca de autopercepção.

Paz e Luz em seus corações!



TRATAMENTO PROJETIVO ATRAVÉS DA PROJEÇÃO ASTRAL

Alcançando a cura física e emocional através da experiência fora do corpo.

Projeção da consciência é a capacidade que todo ser humano tem de projetar a sua consciência para fora do corpo físico, enquanto dormimos. Essa experiência tem recebido diversas nomenclaturas, dependendo de doutrinas ou corrente de pensamento que a mencione: viagem astral (Esoterismo), projeção astral (Teosofia), experiência fora do corpo (Parapsicologia), desdobramento, desprendimento espiritual ou emancipação da alma (Espiritismo), viagem da alma (Eckancar), projeção do corpo psíquico ou emocional (Rosacruz), projeção da consciência (Projeciologia), etc.

Sabemos que o propósito maior nos estudos da projeção astral é o aproveitamento de nos tornarmos seres assistenciais no plano espiritual. Através da nossa energia, nossos amparadores completam a ajuda aos irmãos desencarnados que estão em psicose *post-mortem* ou mesmo àqueles que não querem ser

assistidos, conhecidos como assediadores. Lembrando que, mesmo os assediadores são nossos irmãos de jornada, de evolução, de erros e acertos assim como nós, e merecedores da mesma luz que recebemos e emanamos.

Nas assistências extrafísicas, podemos tratar o enfermo e sermos tratados também. Além do que, podemos resgatar situações mal resolvidas tanto com seres desencarnados como com amigos ou parentes encarnados, que, na vigília, não conseguimos acessar como gostaríamos. Quando digo acessá-los, me refiro à conversa de Alma para Alma, onde ocorre a comunicação e sintonia entre os corpos mentais das partes, ou seja, de consciência para consciência.

O Tratamento Projetivo dado aos assistidos por nós projetores, sempre se faz através da orientação do nosso amparador, ou mentor espiritual, que está assistindo invisivelmente a nós, ou pela intuição canalizada, ou pela clariaudiência.

Um dos objetivos dessa assistência é que, ao reencarnarmos, a carga vital inserida em nossos corpos físicos, deveria durar mais de 100 anos. Porém, nossos corpos físicos duram menos, e isso está relacionado ao Planeta em que vivemos, o tipo de evolução que aqui experienciamos, o Carma, carências emocionais, entre outros. Assim sendo, quando a “emulsão”, que consideramos ser o campo bioelétrico (duplo etérico) somado à carga vital do encarnado, e o corpo já velho e desgastado, o espírito desacopla mais facilmente e desencarna.

Se o espírito desencarna fora da hora, a sua carga vital é ainda maior, e ele não tem nenhuma noção do mundo espiritual.

Provavelmente se tornará um encosto de pessoas encarnadas com o propósito de trocar energias de carências. E é nesse momento que entra o papel do projetor, por portar ainda a carga vital e o duplo etérico (campo bioelétrico) que os amparadores usam como conexão para dar uma descarga de energia que restou no espírito desencarnado. Assim, ele fica mais sutil e livre para ser encaminhado ao plano espiritual, tirando-o da crosta terrestre. Como os amparadores são muito sutis em relação a nós, encarnados, e aos desencarnados, somos usados por eles para fazerem esse *link*.

Um conselho: Não se sintam solitários nessa tarefa assistencial, pois se não sentem a presença do amigo amparador ao seu lado, é porque o seu corpo espiritual é bem sutil e, por esse motivo, embora esteja presente no ambiente, a sua presença pode não ser perceptível. E sem esquecer que dentro de si há um potencial espiritual anímico enriquecedor que, em conjunto com o amparador, surte em uma ajuda extraordinária.

Essas assistências podem ocorrer tanto no plano físico (hospitais, cemitérios, favelas, presídios, etc.) como no plano espiritual, amparando doentes encarnados projetados e doentes desencarnados, nos hospitais astrais e no plano mais denso, conhecido como umbral.

Esse tratamento pode ser de origem orgânica, psíquica ou parapsíquica do projetor ou de outros assistidos por nós. Chamamos esse procedimento de cura à distância, sendo exercida diretamente, do lado extrafísico, por aplicação de impulsos energéticos (ou energia da própria consciência) concentrados

no campo bioelétrico (duplo etérico) e no psicossoma (corpo espiritual) do paciente, ou pela atuação da vontade diretamente do corpo mental.

Cabe lembrar que o tratamento projetivo usa, através do psicossoma, além das irradiações energéticas a distância e o desassédio extrafísico, a energia terapêutica à consciência sediada no corpo mental, em busca do reconhecimento de seus erros na jornada evolutiva.

Como as doenças são geradas, em grande maioria, no corpo mental, através dos pensamentos, e passadas para o psicossoma, que é o corpo das emoções, através dos sentimentos desordenados, conseqüentemente o próximo passo para essa desordem é atingir o corpo físico, onde está diretamente ligado ao campo bioelétrico. Por essa razão, o melhor processo terapêutico é atacar o sistema energético do duplo conjugado ao psicossoma do paciente gerando alterações instantâneas positivas através de transfusões de energias, tanto nos pacientes encarnados como desencarnados.

Podemos fazer esse trabalho com nossas próprias exteriorizações de energias, ou com o auxílio dos amparadores. Para isso, basta lucidez, amor, compaixão, boa intenção e conhecimento a respeito do que faz, estudando as áreas afetadas e o sistema de chakras. Não esquecendo que, a partir do momento que um amparador intervém no tratamento, podemos perder um pouco a lucidez por conta do excesso de energia que portamos para o desprendimento no momento da cura.

Através dessa assistência extrafísica, os amparadores nos promovem uma série de eventos como forma de ajuda e reconhecimento da nossa boa vontade de aprender e de cooperar. Eles facilitam os encontros extrafísicos com amigos envolvidos em nossas vidas para resgatarmos situações mal resolvidas, promovem tratamentos projetivos de cura física e emocional, como por exemplo, um caso de assédio que trazemos de outras vidas. Os amparadores promovem o confronto direto com essas entidades para que possamos atuar diretamente em seu corpo mental, dinamizando o processo terapêutico. Devemos aproveitar a ajuda dos amparadores e emitir sentimentos de amor e compaixão nesse momento, para que a cura seja feita.

Se há um parente ou amigo viciado, seja em drogas, bebida, fumo. etc. e você queira ajudá-lo, basta noite após noite, pedir a ajuda dos amparadores para promoverem um encontro através da projeção astral, e, mente a mente, a desistência natural do vício sugerida por você através do acoplamento áurico será realizada.

Caso você mesmo esteja precisando de uma cura de algum órgão, ou alguma doença recém instalada em seu corpo físico, poderá acordar projetado no meio da noite, apenas um pouco descoincidente, e perceber-se recebendo o tratamento projetivo através de raio laser diretamente no local doente, instalações de aparelhos extrafísicos de cura, passes e rajadas energéticas terapêuticas ordenando suas células novamente. Isso ocorrerá, devido às suas emoções não terem sido sanadas no corpo mental e nem no corpo astral (psicossoma), pois o que não conseguiu ser tratado no mental e nem no emocional, passa para o corpo físico, gerando uma doença física.

Devo lembrar que, o tratamento projetivo deve ser conjugado ao tratamento medicinal tradicional, quando afetado o corpo físico, por considerarmos que um ajuda no processo do outro gerando um melhor resultado.

Já vi projetores serem curados desde uma simples infecção dentária até pedras nos rins, cistos e miomas, calcificações em seios, entre outros.

Mas a maior gratidão não é receber a cura, mas sentir a leveza dos nossos irmãos ao serem assistidos e estando dispostos a nos perdoarem por um passado que não existe mais, compreendendo nossa mudança de padrão emocional para amoroso. Havendo a transformação do não julgar para apenas sentir e amar, já é tudo. Mudar é renovar-se num movimento contínuo.

Aconselho a todos a se tornarem especialistas em assistência extrafísica para promoverem não só a si próprios, mas aos outros irmãos, a possibilidade de reflexão, ponderação, análise e desfecho de seus erros passados, transformando-os em mais sábios no caminho do despertar!



VOCÊ ATRAI EXATAMENTE O QUE VOCÊ É!

Você está pronto pra tudo em sua vida? Pronto para não excluir nada, nem mesmo o mais enigmático? Pronto para o novo, para o misterioso, para o simples e, também, o desafiante? Ou você ainda está vivendo somente dentro da faixa costumeira e reconhecível na qual se anda sempre na mesma direção?

As frases acima ecoam como títulos de questionamentos sobre a nossa maneira de existir.

Engraçado como ao escutarmos, dialogarmos ou lermos algo sobre busca, evolução, despertar, amor, fraternidade, sem perceber, vivemos trocando crenças por outras crenças, infinitamente, sem nos tocarmos que mudar mesmo, ou fazer algo construtivo, baseado nos novos padrões, nem sempre mudamos e nem fizemos tal coisa.

Passamos por momentos em que nossas mentes já estão tão saturadas por conhecimento, leituras diversas, exercícios de mentalização, visualização, meditação, canalização... que esquecemos de simplesmente viver o momento atual e não vivermos em função das memórias.

Quando digo viver, faço um esforço para me expressar de tal forma, que eu possa também não transmitir mais uma proposta de ver a vida, como mais uma nova solução de busca interior. Percebem como estamos sempre buscando novas tendências científicas, religiosas, místicas, esotéricas, enfim, holísticas no sentido do mistério para nós, como se não tivéssemos as respostas internamente? Buscamos sempre o desconhecido ou o reconhecido de algo vivenciado.

Quantos finais de mundo passamos nos últimos tempos? Vivemos esperando lançamentos de novas ideias a respeito de tudo!

Isso tudo porque não confiamos em nós mesmos. Não confiamos na nossa própria luz, que nos anima e nos faz sermos o que somos. E sabem o porquê dessa insegurança? Pura vaidade do ser humano. Somos vaidosos ao extremo. Vivemos numa constante luta para mantermos nossos corpos sarados, bonitos, enaltecendo a aparência, perfume, roupas, carro do ano, casa na praia, no campo, no exterior...sem deixar de lembrar também, que buscamos, muitas vezes, por vaidade, o despertar da nossa própria espiritualidade! Sim, até isso!

Muito queremos o poder do conhecimento, das mobilizações energéticas, de fenômenos e percepções extrassensoriais por pura vaidade!

Não quero dizer que não devemos ter tudo isso. Podemos sim ter uma vida tanto saudável espiritualmente quanto materialmente. Mas conquistá-los e mantê-los com sabedoria. Que o seu cartão de visita seja a sua própria Luz! Conhecemos tantas pessoas no dia a dia e para quem é menos sensível, nos

empolgamos sempre com o externo delas. Sua beleza, sua posição social ou sua inteligência. E, às vezes, nos deparamos com aqueles - considerados por padrões de muitos- sem estética formosa, sem graça, introvertidos, mas que, quando você prioriza o contato, sente imediatamente uma energia boa fluindo, nos fazendo perceber o tamanho de seu carisma e de sua luz! E aceitamos que gostamos de estar na presença daquela pessoa, pois a sensação é boa. Não é assim?

Mas ainda não estamos tão amadurecidos a esse ponto de nos relacionarmos pela sensação e não pela aparência apenas. Não nos damos a chance de aprofundar um relacionamento porque desenhamos padrões em nossas mentes. Estamos sempre em alerta para não fugir desse padrão, por medo de ter que encarar sua verdadeira identidade. Aquela que não precisa de formas, desenhos, regras de beleza, etc. Precisamos apenas unir a nossa luz com a luz do outro e percebermos que somos iguais. Mesmo que um seja rico, o outro pobre, um alto, o outro baixo, um extravagante, outro calado... se há encontro de corações, há igualdade em todo o resto. É a luz, o carisma, a sensação do bem-estar ao lado que qualifica a relação. Antes de tudo, conquiste a sua luz própria, seja essa luz diariamente, que dessa forma, obterá e atrairá semelhante!



RECOMEÇO

“Dizer adeus é dar boas-vindas ao recomeço”

Recomeço...o grande espetáculo da vida, a grande virtude dos dias, semblante verdadeiro de buscas e alegrias, anseios e medos... Mas, lindo, quando tudo acontece.

Celebre a vida em você! Transforme pequenas coisas em celebração. Tudo o que fizer, expresse a si próprio em cada instante de sua vida. Tudo tem começo e meio. O fim só existe para quem não percebe o recomeço.

Vibre com a chance de obter um leque de oportunidades de realizar milagres!

Talvez sinta algum desconforto em receber o novo, mas assegure-se que é simples transição do que estava acostumado para a adaptação da nova realidade.

Os ajustes são necessários para sermos sinceros com a nossa essência e entrarmos em sintonia com a presente situação. Sejamos autênticos ao expressarmos nossa gratidão aos que chegam em

nossas vidas, seja no setor profissional, familiar, sentimental ou social. Apenas alcance a harmonia sem resistências e sustente o sentimento altruísta em sua Alma apreciando e sentindo o caminho. Afinal, a vida é uma dança e seus movimentos devem acompanhar o som de seu coração! Namastê!



FRASE DE UMA CRIANÇA

Hoje eu li uma frase:

“Há dois tipos de amor, o nosso amor e o amor Universal. Mas o amor Universal junta os dois.”

Melhor ainda foi saber que essas palavras vieram de uma criança de apenas 4 anos de idade.

Como é puro o amor que habita uma criança! Como poderíamos abrigar por tempo indeterminado essa criança em nós! Por que não fazemos isso? Por que temos que provar que somos “adultos o suficiente” para isso ou para aquilo, nos negócios, na família, na amizade, no amor? Será que para vivermos o suficiente é sermos adultos? Ou o suficiente seria mantermos a pureza de sentimentos em nossos corações?

Quando acreditamos em nós como um ser cósmico manifestado em forma humana, sabemos que se deixarmos a sabedoria e o amor Universal preencher nossas almas para ao contato com as

peessoas, com a natureza e com o ambiente, poderemos oferecer uma amostra dessa riqueza e tudo se transformará diante de nós.

O que era sombrio, será luminoso, o que era incompreensível, será compreendido, o que era duvidoso, será certo, o que era desgosto, será alegria. Mudanças ocorrem quando deixamos o amor cósmico e a sabedoria do Grande Poder Criador se manifestarem através de nós para nos relacionarmos com a vida. Sempre que levantarmos, logo cedo, agradeçamos esse poder Universal em nós e peçamos que ele seja exalado ao mundo durante o dia inteiro, no contato com as pessoas. Peçamos que a sua Alma converse com a Alma das outras pessoas para que cada encontro, seja realizado com um “toque espiritual”. O amor sempre unirá dois corações que transbordem a alegria de uma criança, a inocência do amor, a pureza dos sentimentos. O brilho dos olhos de quem ama com o coração de uma criança sabe que a troca será instantânea e eterna, porque quando um coração fala ao outro coração... quando o brilho de um olhar se mistura com o brilho do outro, nada mais precisa ser dito... Apenas deixar a luz que habita seu coração saudar a luz que habita o outro coração...E o amor? Ele simplesmente acontece...



Finalizando minhas humildes reflexões...

Espero que elas tenham tocado o seu coração de alguma forma e o faça refletir mais sobre as questões da consciência, sobre a vida, sobre o sentimento, sobre a sua luz e o prazer de viver de acordo com a sua essência.

Serão muito mais perguntas do que respostas, mas é aí que está o segredo que queremos desvendar sobre a vida! Nas perguntas que fazemos, e não nas respostas que obtemos. Dessa forma descobrirá aos poucos grandes possibilidades, grandes potenciais, grande força que traz consigo, que por muitas vezes, desconhece.

Basta estar disponível para aprender, sem estar dividido entre o seu ego e a sua verdadeira essência.

Se pergunte sempre: para que desejo viver determinadas coisas, e o que estas coisas poderão proporcionar ao meu caminho escolhido?

Se colocar disponível, presente em cada escolha, determinado e dedicado, nada mais é necessário para que a sua vida se realize plena. É necessário estar atento, consciente e certo daquilo que você deseja. E que a escolha reflita contentamento a você e ao seu redor.

Que o teu percurso na Terra seja de paz, e que através dele, você possa, cada vez mais, alimentar e acreditar que veio ao mundo apenas para compartilhar o despertar da sua consciência, e que dessa forma, você possa despertar vidas em sua trajetória, ampliando assim, a maturidade consciencial nessa existência planetária!

Afinal, o primeiro encontro é consigo mesmo!

Desejo muito amor e luz em seu coração!

SOBRE A AUTORA



Liliane Moura, se tornou pesquisadora nas áreas da Projeção da Consciência (EFC- Experiências fora do corpo), Bioenergia, PES – Percepções extra-sensoriais e no Contato Extraterrestre.

Ministra cursos e palestras sobre os temas desde o ano 2000, mas sua busca pela espiritualidade e autoconhecimento começou aos doze anos de idade, quando teve o seu primeiro contato com Seres de outros Planetas, através de avistamentos de naves extraterrestres no sítio de seu pai, na cidade de Santa Isabel, São Paulo.

Na mesma noite, teve a sua primeira experiência fora do corpo (Projeção Astral), com os mesmos Seres das Estrelas. Foi através dessa vivência, que Liliane recebeu a mensagem que

“Eles” eram seus amigos extraterrestres e que no futuro, iria compreender as razões desses primeiros contatos.

Com a crescente ocorrência dessas experiências tanto no âmbito do contato quanto da paranormalidade e, no intuito de aprofundar o entendimento dessas faculdades, Liliane iniciou sua pesquisa no fenômeno da Projeção Astral, no estudo sobre Bioenergia e no desenvolvimento de suas percepções extra sensoriais, como a clarividência e a telepatia. Isso a permitiu desbravar e compreender melhor a realidade espiritual que nos cerca (e “adormecida” pela maioria das pessoas) e por tabela, o acesso a uma realidade existencial mais ampla, com outros Seres do Cosmos.

Seu aprimoramento pessoal interno foi fundamental não somente a dar continuidade, com qualidade e discernimento, a esse contato mas também do profundo entendimento sobre o verdadeiro papel dos seres-humanos (físico e espiritual) como seres Universais.

Assim, ajudar as pessoas a despertar suas consciências na direção de nossa real herança cósmica e o profundo entendimento do porquê estamos aqui, passou a ser seu principal propósito de Vida e jornada.

Autora dos livros infanto-juvenil “Viajando nas Estrelas”, e “Projeção Astral, o despertar da Consciência”, ambos abordando estudos científicos e espiritualistas sobre as experiências fora do corpo e a Bioenergia, através da sua própria editora Tesseractum Editorial.

Formada em Cinesiologia Aplicada. TFH (Touch for Health) pelo IBRACI – Instituto Brasileiro de Cinesiologia, credenciada

pelo International Kinesiology College -IKC- (Austrália) e em RESET (Rafferty Energy System of Easing the Temporomandibular joint).

Praticante da meditação Cha'n Budista e em Kriya Yoga pelo Swami Atmavidyananda e por Yogacharya Bhadrayu Pandya.

Possui capacitação em Hatha Yoga pelo Instituto de Ensino e Pesquisas em Yoga (IEPY) na Universidade de São Paulo -CEPEUSP- com o Prof. Marcos Rojo e em Yoga Hormonal.

“O despertar da consciência, é o despertar do amor entre as consciências do Universo. Fazemos parte da Criação! E sendo assim, não há limites nessa jornada. Para mim, evoluir é chegar o mais próximo de si!”

Liliane Moura Martins

Site da Autora: lilianemoura.com.br

Instagram: [lilianemouramartins](https://www.instagram.com/lilianemouramartins)

Editora da Autora: tesseractumeditorial.com.br