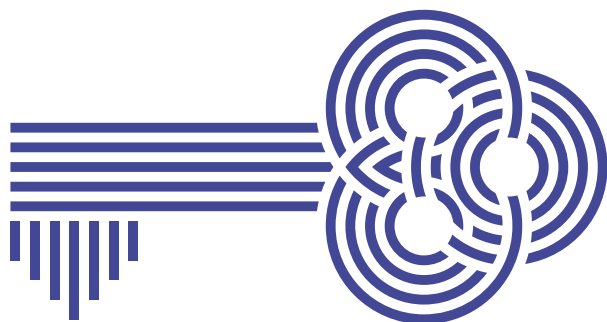


ATRAIA
PROSPERIDADE
PARA A SUA
VIDA

PATRÍCIA JARIMBA



ATRAIA
PROSPERIDADE
PARA A SUA
VIDA



Grupo  Planeta

PLANETA DE LIVROS PORTUGAL
Rua dos Lusíadas, 63 B
1300-366 Lisboa • Portugal

Reservados todos os direitos
de acordo com a legislação em vigor

© 2024, Patrícia Jarimba
© 2024, Planeta de Livros Portugal

Revisão: Marta Jacinto
Paginação: Susana Monteiro
Imagens: © Shutterstock
1.^a edição: Janeiro de 2025
Depósito legal n.º 540 571/24
Impressão e acabamento: Multitipo – Artes Gráficas
ISBN: 978-989-777-995-4

www.planetadelivros.pt

Para a Doce, a Lua, a Luna e a Mia,
minhas mestres na aprendizagem
da alegria e do amor incondicional.

ÍNDICE

Introdução	11
1. O QUE É PARA SI A PROSPERIDADE?	17
A prosperidade é muito mais do que ter dinheiro.....	23
2. QUEM SOU EU?	31
Somos aquilo em que acreditamos ser.....	37
3. ATRAIR PROSPERIDADE NOS RELACIONAMENTOS	45
Família	55
Romance	65
Filhos.....	83
Amizades	93
Animais de estimação	99
Relações sociais	104
4. ATRAIR PROSPERIDADE NO TRABALHO E NA CARREIRA ...	111
Relações de trabalho	128
5. ATRAIR PROSPERIDADE NA MINHA ESPIRITUALIDADE ..	139
6. ATRAIR PROSPERIDADE NA SAÚDE	157
7. ATRAIR PROSPERIDADE NAS FINANÇAS	179
8. ATRAIR PROSPERIDADE NOS MOMENTOS DE LAZER E NA CRIATIVIDADE	209
9. GATILHOS E SEMENTES PARA A PROSPERIDADE	219
O poder dos mantras	224
As vibrações dos cristais	226
Plantar sementes para a prosperidade	231
Ritual de prosperidade	234
Um até já	241
Anexo: As leis universais	247
Agradecimentos	251

INTRODUÇÃO

«A vida tem a sua própria sabedoria.
Quem tenta ajudar uma borboleta a sair do casulo, a mata.
Quem tenta ajudar o broto a sair da semente, o destrói.
Há certas coisas que têm que acontecer de dentro para fora.»
Rubem Alves

Há já algum tempo que estava a pensar concentrar-me energeticamente na minha abertura para a prosperidade, porque tenho consciência de que tenho a capacidade de alcançar outros níveis; mas ultimamente sinto que estou empatada, parada no mesmo sítio. Mesmo cuidando da minha energia diariamente, a sensação que tenho tido é a de que preciso de ascender a um nível superior de «sabedoria», tal como quando terminamos um plano de estudos e temos vontade de ir mais além, de aprender coisas novas, de aperfeiçoar os conhecimentos que possuímos, abrir as asas e voar mais alto.

A ideia para este livro surgiu há alguns anos, por isso quando a minha editora sugeriu que avançássemos com este tema, pensei que vinha mesmo no momento certo. Portanto, ao longo deste livro vou partilhar o conhecimento que adquiri sobre como obter (mais) prosperidade para a nossa vida. E em conjunto com o que o plano espiritual vai transmitir, ao estabelecer um contacto direto com mestres espirituais, vamos receber conselhos e aprender técnicas para desbloquear o que nos trava. As palavras dos mestres encontram-se sempre destacadas, para diferenciar da minha partilha.

Recentemente, uma aluna minha perguntou-me qual dos meus livros, que já são oito, devia ler a seguir. Ao olhar para todos, expostos em cima de um móvel, expliquei-lhe que devia escolher o que ressoasse mais com ela, pois são um reflexo da minha evolução espiritual. Os temas que exploro nos meus livros só são

desenvolvidos em alturas específicas, porque a minha energia está a ressoar com o tema. Ideias que não me transmitem a sensação de segurança, bem-estar e conforto, geralmente são abandonadas porque sei que não vão fluir e não vão trazer-me sucesso. Assim, mesmo quando alguns leitores me sugerem temas, o que eu agradeço, se não vibrarem em mim, é porque a ideia não é para eu desenvolver. Aproveito já para salientar que escutar as emoções do seu corpo é um dos melhores orientadores para alcançar prosperidade e êxito. Agradáveis sensações, como tranquilidade, certeza, alegria, confiança, significam luz verde para avançar. Por outro lado, sensações desagradáveis, como medo, desconforto, preocupação, ansiedade, traduzem que é melhor repensar, pois o desenvolvimento das coisas será complicado, não vão dar certo ou não são o adequado para si.

Levo bastante a sério o meu trabalho na escrita. Vivo num meio em que é estranho para a maior parte das pessoas eu ser escritora, quando me perguntam a minha profissão. Certa vez, ao alterar os dados no sistema informático de uma clínica, por ter deixado de ser docente e de ter a ADSE, quando respondi que a minha profissão é escritora, a senhora que me atendeu escreveu «escriturária» e eu optei por não emendar, porque não ia fazer diferença. Parece que é como se esta profissão não existisse, que quem escreve o faz somente por prazer e passatempo.

Realmente, qualquer pessoa pode publicar um livro através de uma editora, basta ter vontade de partilhar algo criativo, educativo ou pessoal com o mundo, ou autopublicar-se, precisando de ter algum dinheiro para investir ou patrocínios. Conheço pessoas que o fizeram porque tinham esse sonho e, por vezes, nem se publicitam, talvez acreditando que o sucesso mesmo assim vai ser alcançado. Faço esta partilha para realçar um aspeto importante para quem quer ser próspero em algo: quem não se leva a sério ou se esconde do mundo, não pode esperar que o sucesso aconteça por obra do espírito santo ou da sorte. Mesmo os bem-sucedidos, que afirmam que não esperavam alcançar tamanho

êxito, em certa altura, no decorrer do processo de plantar e desenvolver as sementes do seu projeto, confiaram na sua ideia e imaginaram-se a ser bem-sucedidos, emitindo essa vibração positiva para o universo.

Expressões como «Não importa se vende ou não, só quero é publicar o meu livro», não correspondem à realidade. Claro que a pessoa quer ter sucesso naquilo em que trabalhou, a que dedicou o seu tempo e energia vital, bens muito preciosos. Eu quero ser bem-sucedida com os meus projetos. Todas as pessoas querem ser bem-sucedidas no que fazem. É como se fosse um impulso que está contido no nosso ADN, tal como o instinto de sobrevivência. Estar a dizer que não importa ou que não faz mal se não correr bem, quando desejamos o oposto, só contribui para nos anular e baixar a nossa autoestima, pois não corresponde à verdade. E na prática da espiritualidade devemos estar sempre em verdade com quem somos e com o que desejamos, sinal de que estamos a vibrar no nosso espírito. Tal como é bom saber usufruir dos momentos de alegria e sucesso, saibamos vivenciar os momentos de desilusão e frustração, pois também fazem parte da vida e conduzem-nos às aprendizagens mais profundas.

Portanto, com este livro pretendo levar-nos a vibrar mais na energia da prosperidade e perceber de que modo podemos evitar a energia da escassez. Por outras palavras, os próximos capítulos vão conduzir-nos a uma profunda mudança, para nos tornarmos na nossa melhor versão e para que possamos expressar na Terra a vontade da nossa alma, que sabe sempre o que é melhor para nós.

Se é a primeira vez que lê um livro da minha autoria, seja bem-vindo. Se já me acompanha há algum tempo, que bom que voltou e está novamente disposto a passar pela morte do seu velho eu. Querido leitor, vamos então juntos começar a explorar a verdade da prosperidade na visão da espiritualidade, aplicando-a ao nosso dia a dia?

Abril de 2024

NOTA PARA O LEITOR

Ao longo deste livro encontrará diversas questões para responder, pois é importante refletir sobre determinadas situações da vida, para organizar a sua mente e delinear um plano de ação. Também são apresentadas afirmações, decretos¹, orações e exercícios no sentido de elevar o seu campo energético, reforçando uma ligação direta com a sua divindade interna e sintonizando-se com a energia da prosperidade. Alguns dos exercícios estão em formato de meditação, pelo que sugiro que os leia com atenção antes de os fazer ou, se preferir, grave com a sua voz, respeitando algum tempo para vivenciar/curar o que lhe está a ser pedido.

São sugestões que, se colocar em prática, com a frequência indicada e no horário que lhe for mais conveniente, resultarão em efeitos positivos na sua forma de pensar e de estar perante a vida. Sentir-se-á também mais desperto às diversas formas como o plano divino se comunica consigo: através de sinais externos, sugestões, pensamentos, mensagens, sensações físicas, imagens mentais, sonhos, ou simplesmente saber.

Abra o seu coração para nutrir e abraçar o seu espírito. Não fique logo desanimado, se tiver a sensação de que não está a sentir nada. Os resultados diferem de pessoa para pessoa, e nem sempre são imediatos ou com a mesma intensidade. A energia demora cerca de 21 dias a mudar, por isso seja paciente. No processo de cura/transformação interior é importante persistência, confiar no que está a fazer e estar disposto a elevar-se, saindo da sua zona de conforto e atravessando os portais que o levarão à mudança.

A vida é feita de ciclos. Esteja disposto a encerrar os que já não têm frequência vibracional, pois estão a atrasar a velocidade da sua viagem na Terra e a impedi-lo de alcançar mais prosperidade. Trabalhar com o que é proposto neste livro, expandindo o seu autoconhecimento, vai ajudá-lo a alcançar patamares abundantes em satisfação, alegria, amor e aprendizagem.

¹ A maioria dos decretos foram extraídos do livro *Uma Viagem de Cura pelo Seu Interior*.

1

O QUE É PARA SI A PROSPERIDADE?

«Lembre-se de que o que faz o seu coração bater,
é o mesmo que faz o sol brilhar, faz a árvore crescer,
faz o pássaro cantar, faz a Terra girar.
Considere que a vida não está contra si,
você é a vida.»
Eckhart Tolle

Muito provavelmente a primeira ideia que vai surgir na mente de algumas pessoas ao lerem o título deste livro será «Que bom, mais um livro para me ensinar a atrair mais dinheiro.» Pelo menos, espero que seja este o pensamento e não algo do género: «Mais uma que pensa que sabe tudo», pois isto significará que vão estar reticentes ao ler o que aqui partilho, tornando difícil a fluidez da energia da abundância para a sua vida. Realmente não sei tudo, se soubesse já não precisaria de estar no plano terreno, pois isso significaria que a minha alma tinha concluído com sucesso o seu processo evolutivo. E confessemos que às vezes não é fácil viver, quando temos dias desafiantes ou passamos por situações que nos deixam sem chão. As nossas emoções descontrolam-se, o desânimo toma conta de nós e parece que ficamos sem forças, sem esperanças para o futuro. Mas vá lá que depois as coisas tendem a melhorar e voltamos a estar bem com a vida.

Portanto, claro que vou falar do dinheiro, porque é importante e é um meio de troca na Terra. Sem dinheiro ficamos muito

limitados e mesmo que esteja reforçada a crença de que o dinheiro não traz felicidade e que nos basta «o amor e uma cabana», ajuda bastante ter dinheiro e eu gosto de o ter, e penso que o leitor também. Mas a prosperidade não contempla apenas a área financeira. Os relacionamentos familiares, as amizades, o amor romântico, a saúde, a profissão/carreira, as finanças, a espiritualidade, a criatividade e o lazer são igualmente áreas de vida em que é importante prosperarmos para nos sentirmos com valor, completos e com a sensação contínua de bem-estar.

Qual é a sua definição de prosperidade? Já parou para refletir sobre este assunto? Como saliento no livro *Cuide da Sua Energia*, atraímos o que cremos e somos, por sermos constituídos por energia e os nossos pensamentos conterem energia que ao ser emitida nos devolve acontecimentos e pessoas na mesma vibração. Se para mim ser próspero é estar em paz e viver em harmonia com a minha família, sem necessariamente ter elevados ganhos financeiros, não poderei reclamar que falta fluidez financeira na minha vida. Tenho uma conhecida que diz que ficava bem sem dinheiro e, na verdade, a sua vida tem sido um percurso contínuo de dificuldades financeiras em que, por vezes, só tem o mínimo para sobreviver. Se para si, estar junto a um lago ou numa floresta, a apreciar o silêncio ou a escutar a divindade, é sinal de ter prosperidade, e se consegue usufruir dessas coisas simples sem querer coisas mais complexas, saiba que é uma pessoa muito abençoada.



A minha definição de prosperidade:



A forma como definiu a prosperidade revela como essa energia está a atuar na sua vida. Aliás, as coisas que acontecem a cada um de nós são um reflexo de nós mesmos.

Com frequência, o conceito de prosperidade é confundido com o de abundância. Vamos atentar nas definições dos conceitos, para melhor entendermos o que abordo neste livro.

PROSPERIDADE, do latim *prosperitate*, refere-se à condição de prosperar, alcançar mais, obter qualidade de vida, acumular riquezas materiais, ser afortunado, conseguir sucesso e felicidade. A prosperidade é uma atividade do espírito que nos habita.

ABUNDÂNCIA, do latim *abundantia*, significa ter mais do que suficiente para viver, grandes quantidades de algo, fartura, ser rico, sentir-se pleno. Portanto, ser abundante é o resultado do nosso estado de prosperidade, logo é a meta alcançada (ou a alcançar) quando somos ou nos sentimos prósperos, completos, equilibrados.

Na espiritualidade, a abundância é o nosso estado natural de ser, pois nascemos com direito a tudo, desde riquezas materiais a riquezas não materiais, como amor, serenidade, segurança, bem-estar. Portanto, somos canais de energia da abundância, que bem canalizada através de certas atitudes e de uma forma de viver mais consciente, nos tornamos mais capazes de concretizar as nossas ideias e manifestar os nossos talentos, obtendo resultados prósperos. A prosperidade é um presente do universo, que está disponível a quem se sentir merecedor.



O que dizem os mestres espirituais sobre estes conceitos?

Para os mestres, a prosperidade é um estado de consciência, em que a pessoa sabe que tem as condições todas para triunfar e estar bem na vida. Quando a pessoa restringe as suas capacidades, acreditando que não sabe, não é capaz, vai falhar – muitas vezes por receio do que a sociedade vai dizer se for em frente –, limita o seu potencial e começa a vibrar na escassez, ou seja, falta de energia da abundância. Maior será a dificuldade em prosperar se os que

se encontram ao seu redor vibram na mesma frequência e nível de consciência. Qualquer pessoa tem a necessidade de se sentir integrada, apoiada, amada, por isso muitas vezes o que os outros dizem ou o que os outros não conseguiram realizar acaba por se refletir na sua capacidade de ação.

Ninguém vem ao mundo para viver na escassez, a alma planeia sempre oportunidades para a pessoa sair das dificuldades e alcançar a fluidez da abundância. Está certo que algumas pessoas têm mais desafios do que outras, em consequência das lições que a alma traz para a presente encarnação ou das escolhas que a pessoa, entretanto, foi fazendo, mas o objetivo é sempre suplantar as limitações e baixar as defesas do ego para a alma poder comandar/orientar.

Faço aqui um aparte para referir que, por ego, devemos entender a voz racional que anula ou abafa a voz da nossa intuição, que pensa que sabe o que é o acertado para nós e está constantemente a criar filmes mentais. Embora o ego, na maior parte das vezes, atue como um inimigo/sabotador, por nos afastar da nossa essência divina, ele na verdade está a tentar proteger-nos da dor e da desilusão, com base em experiências vividas no passado (porque é nessa linha temporal que ele vive) em que sofremos ou, por observação e simpatia, vimos alguém sofrer e sofremos também. E ao nos deixarmos levar pelas emoções do passado, baixamos a nossa frequência e começamos a minar os nossos pensamentos positivos com negatividade.

O ideal será tratar o ego como se fosse uma identidade separada de nós² e respeitar o que ele tem para nos dizer, perguntando-lhe porque se comporta daquela forma, porque se sente assim ou qual a razão (a origem) de ele acreditar naquilo, dizendo-lhe

² Até, se o desejar, pode atribuir um nome ao seu ego, facilitando a separação de identidades entre vós.

em seguida que estamos agradecidos pela sua preocupação, mas que ele pode ficar tranquilo, pois sabemos o que fazer, até porque a vida é nossa. Com esta atitude, o ego vai perdendo energia e deixando de nos comandar e, assim, a voz da nossa alma, que é a única voz que deve prevalecer, tornar-se-á mais clara, ajudando-nos a entender comportamentos e crenças que precisamos de corrigir e qual a melhor direção a seguir.

Portanto, ao escutarmos a nossa alma somos encaminhados para outro nível de consciência, que nos trará aventuras, conhecimentos e pessoas que estão de acordo com a nova energia que estamos a emitir. Saiba que o ego já o acompanha há muitas reencarnações. Ele está contido no seu corpo de energia mental, que não se extingue quando uma vida cessa e retorna a cada nova encarnação, pelo que não é de estranhar que tenhamos tendência a repetir padrões comportamentais de vidas passadas.

Voltando às palavras dos mestres espirituais, a abundância é o planeta Terra, que mostra que qualquer semente plantada e nutrida vai crescer e dar frutos ou flores. Este planeta tem todas as oportunidades de que cada pessoa precisa para ser abundante. A abundância é o entremeio da primavera até ao fim do verão, quando a Terra começa a presentear todos com os seus frutos e o Sol abraça cada um de vós com o seu calor. Quando uma pessoa sente esta ligação com a Terra, e percebe que também é uma força da natureza que pode conduzir os seus desejos a bom porto, tudo se começa a encaixar e a vida revela-se de forma diferente, ou seja, começa a ser vista pelos olhos da alma e não com a perspetiva de um ser humano limitado.

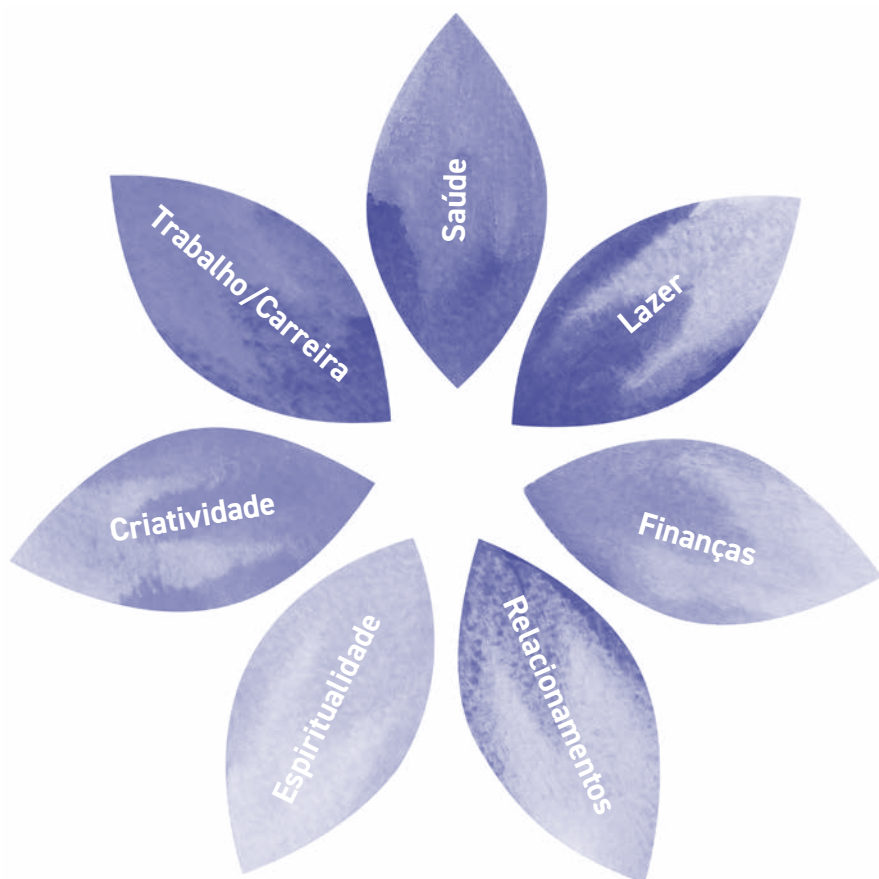
Se as pessoas não acreditassem que a vida é dura e complicada, tudo se tornaria mais fácil e seriam precisas menos reencarnações para cumprir o plano de evolução designado pela alma. Por isso, é preciso ter em conta que por mais elevada e pura que seja uma alma, o corpo

humano é que a limita, principalmente quando as pessoas se esquecem de quem são.

A alma é como uma chama, que precisa de ser cuidada no corpo físico, para que se possa expandir e não se retrain.

A prosperidade é muito mais do que ter dinheiro

A figura seguinte mostra as áreas de vida que vamos desenvolver ao longo deste livro, e que fazem parte do que somos, pois é ao lidar com elas que nos vamos conhecendo e evoluindo. Nos relacionamentos, englobamos as relações familiares, românticas com o nosso parceiro/a, de amizade e as sociais. Na área do trabalho, abordaremos as relações de trabalho.



Continuemos a explorar o seu conceito de prosperidade. Para isso, de seguida são apresentadas duas questões, às quais deverá responder escutando o seu coração.



Numero por nível de importância as diversas áreas da minha vida.

(Se houver alguma área a que dê igual relevância, atribua a mesma posição. Se tiver dificuldade em fazer este exercício, faça-o noutro dia, mas tente compreender a razão de não estar a conseguir.)

Finanças	☐
Família	☐
Trabalho/Carreira	☐
Amizades	☐
Relação amorosa	☐
Vida social	☐
Saúde	☐
Lazer	☐
Espiritualidade	☐
Criatividade	☐

De acordo com os últimos acontecimentos, quais destas áreas sinto que estão a fluir e quais as que estão estagnadas/bloqueadas?

(Se houver alguma que não sabe onde posicionar, não se force.)

A fluir: _____

Estagnadas/bloqueadas: _____



A primeira resposta mostra para onde está a direcionar a sua atenção/energia neste momento. A segunda resposta revela que as áreas que estão a fluir são as a que concedeu mais importância, logo as que estão estagnadas/bloqueadas são as que precisam de maior atenção, pois contêm pouca ou nenhuma energia. Por exemplo, não nos podemos queixar de não termos um parceiro romântico, se canalizamos quase toda a nossa energia para a nossa carreira.

Cada ser humano lida da melhor forma que sabe e com as ferramentas que possui com as diversas áreas da sua vida. O ideal é estarem todas equilibradas, pois como seres divinos merecemos tudo e ter tudo é sermos prósperos. Mas nem sempre é possível o equilíbrio, depende da fase em que a pessoa se encontra, ao que atribui importância, para onde está a direcionar o seu foco/energia, qual o seu nível de consciência no momento. Nada se materializa, se a ação não estiver alinhada com a vontade. Por exemplo, ao forçar algo, teremos de empregar mais esforço, levando-nos a um desgaste desnecessário, e não há garantias de um resultado satisfatório.

Também se estivermos a gastar demasiada energia e tempo numa área que não é relevante para o propósito da alma naquele momento, ignorando as outras, ocorrerão situações ao nosso redor para nos realinhar ou a insatisfação e o vazio tomarão conta de nós, como um sinal de que precisamos de mudar de direção. E quando isto ocorre, se não tivermos discernimento e calma, vamos considerar que o mundo está contra nós, que somos infelizes e que os outros é que estão bem na vida, entrando assim na energia da comparação e saindo de nós, conduzindo à dispersão do nosso foco e da fluidez na nossa vida com a negatividade que estamos a emitir e a atrair.

Por outras palavras, somos comandados pelo ego e por energias de baixa vibração, que permitimos que entrem no nosso campo energético, ao ficarmos mais indefesos com pensamentos e sentimentos negativos, e abafamos a luz espiritual

que nos habita, que concede vida ao corpo físico. Já se procurarmos estabelecer práticas diárias que nos alinham com a nossa divindade, mesmo estando a atravessar um período intenso de desgaste e dor, no devido tempo vamos iniciar o processo de cura e aceitação, e surgirá em nós uma vontade de delinear novas metas para o futuro, percebendo qual a razão de termos passado por essa fase menos boa ou pelo fim de um ciclo. Daí que seja importante estar atento aos sinais e sensações corporais, assim como questionarmo-nos com frequência: Como me estou a sentir? Porque me estou a sentir assim? Porque estou a passar por isto? O que preciso de aprender com esta situação?

Qualquer pessoa, ao longo da sua vida, é contemplada com coisas boas e menos boas. A intensidade com que cada um as experiencia e a forma como as analisa é que dita o seu nível de alegria/satisfação ou sofrimento/pessimismo. O mundo só estará negro se o estiver a ver dessa forma. Há pessoas que não têm razão de queixa e reclamam constantemente, temendo sempre o pior. Há outras que vivem com inúmeras dificuldades, mas são gratas por mais um dia na Terra, porque têm fé de que as coisas vão melhorar. Aprendamos com estas últimas, aperfeiçoando o nosso estado interior e elevando a nossa vibração. Sentimentos de gratidão, altruísmo e positividade atraem para a nossa vida prosperidade, generosidade e reconhecimento.

O que dizem os mestres espirituais sobre as áreas da vida?

As áreas a que dão mais importância são as que sabem à partida que terão melhores resultados, em que podem brilhar, as que mais dominam. As que ficam mais aquém são as que precisam de trazer para a luz, pois os farão trabalhar aspetos da vossa consciência que se encontram ocultos.

Sendo o ser humano um ser de hábitos, as lições já apreendidas geram satisfação e conforto, e as que precisam de ser trabalhadas tendem a ser colocadas de parte, porque geram desconforto, medo e darão mais trabalho. Se a pessoa analisar com base nos seus gostos, dirá que está tudo bem, e que as áreas em que se foca menos é porque não são importantes para si, o que não corresponde à verdade da alma.

Todas as áreas de vida são importantes, pois elas são como as cores do arco-íris; sem as sete cores, estaria incompleto. Todas promovem aprendizagens diferentes, de diversos ângulos e perspetivas. Na Terra, as pessoas têm a oportunidade de se aperfeiçoarem, de se alinharem com a sua divindade interior. Se anulam partes da sua vida, seja consciente ou inconscientemente, terão de voltar noutra oportunidade para se focarem mais nelas e serem bem-sucedidas, por isso é que há pessoas que vieram para se dedicar exclusivamente ao espírito ou, numa entrega total, para liderar missões humanitárias.

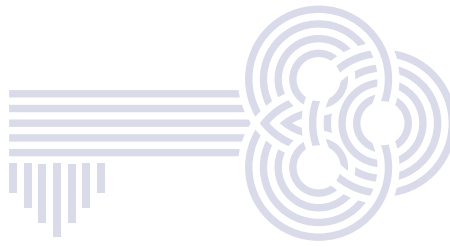
Até mesmo os que aparentam ter tudo alinhado enfrentam vicissitudes internas e externas, porque o universo está sempre a testar o seu grau de resistência e conhecimento. Por isso, é normal que a segunda resposta revele a abertura da energia que cada pessoa está a emitir nas diversas áreas. Portanto, neste momento, deve centrar-se nas áreas que têm pouca ou nenhuma energia, porque as que estão a fluir continuarão – ao contrário do que possa pensar –, pois são áreas que já domina. Pergunte-se porque ainda se limita em determinadas áreas? Quais são os seus receios? Há alguma área que quisesse que fluísse mais, mas não lhe tem concedido amor/nutrição? Muitas vezes as pessoas sabem que algo não deu certo porque não investiram

o suficiente. Pois bem, ainda vai a tempo de nutrir o que está a perder energia.

Como já foi referido, as sensações desconfortáveis emitidas pelo corpo são intervenções da alma a tentar trazer a pessoa para o seu caminho de luz. Cada nova vida é uma bênção para a alma, e ela quer aproveitar ao máximo, obtendo resultados positivos. Se a pessoa não ficasse tanto tempo perdida em lamentações, medos, sofrimentos e indecisões, ou à procura da felicidade temporária mundana, esquecendo-se de si mesmo, a viagem seria mais abundante. Mas é isto que cada indivíduo está a aprender, a permanecer menos tempo na dor e nas resistências pessoais, e os que alcançam sucesso são mais seguros porque já sabem que não se devem reter em caminhos sem saída e identificam-nos com facilidade.

O plano espiritual está sempre a incentivar com amor cada caminhada pessoal, mas nada pode fazer enquanto a pessoa teimar em ficar parada com receio do novo ou acreditar que algo ou alguém é bom para si, quando não é. Reparem que os seres de luz que acompanham cada pessoa na Terra não ficam tristes ou desiludidos com as suas falhas, eles sabem que cada vida é um grande desafio para a alma contida e diminuída num corpo físico com inúmeras limitações.

Acima de tudo, o melhor conselho que temos para vós é para se irem libertando das vossas resistências e, assim, rapidamente sairão de onde se encontram neste momento.



AFIRMAÇÕES

(Faça cada afirmação no mínimo três vezes seguidas, em voz alta. No processo, imagine o seu chacra do coração como uma flor-de-lótus rosa, a abrir-se e a expandir-se.)

Eu brilho no meu palco da vida.

Dentro de mim há um grande potencial, que está a desabrochar
para o mundo.

Permito que os outros me conheçam e entrem em contacto
com aquilo que tenho para lhes oferecer.

Estou seguro a cada passo que dou.

Eu sou uma fonte infinita de abundância do universo.

A confiança inspira-me e fortalece-me a cada dia que passa.

A paz de Deus preenche-me totalmente.

O meu corpo físico é sadio.

Eu sou um grande ser de luz.

Eu sou feliz.

Eu sou amor em expansão.

Eu amo-me e amo a vida.

* Fazer afirmações positivas planta sementes na sua mente consciente, promovendo uma transformação interior e reforçando a sua autoconfiança.

2

QUEM SOU EU?

«É a sua estrada, somente a sua.
Os outros podem andar ao seu lado,
mas ninguém pode andar por si.»

Rumi

Se nos pedirem para falar sobre alguém que conhecemos, são inúmeros os adjetivos que vamos usar para o caracterizar. «Ele é boa pessoa. Ele chateia-se com facilidade. Ele não sabe lidar com os conflitos. Ele está sempre a adiar a concretização dos seus objetivos. Ele não sabe o que quer. Ele é bastante inteligente. Ele é muito bondoso. Ele é uma pessoa sem caráter. Ele é preguiçoso. Ele é de confiança. Ele sabe cativar. Ele tem boa energia.»

É tão fácil falar sobre o que é externo a nós. Como quando acontece algo e damos a nossa opinião como se fossemos especialistas no assunto. São bastante frequentes as pessoas que criticam e emitem energia negativa em todas as direções, afetando a vibração do nosso planeta e das pessoas que o habitam, porque a negatividade atrai, suscita interesse, alimenta o entusiasmo da vida daqueles que raramente (ou nunca) refletem sobre si. Por isso é que as desgraças que acontecem no mundo, propagadas através dos meios de comunicação, atraem as massas, ativando emoções básicas como raiva, revolta, medo, angústia, promovendo assim a continuidade das vibrações indesejáveis, da sombra.

É bom estarmos informados do que se passa à nossa volta, mas é importante mantermos distância emocional, evitando a sintonização direta com essas energias e a consequente entrada numa espiral de negativismo, que vai acabar por atrair problemas,

confusões e miséria para a nossa vida. Estar revoltado com uma situação que aconteceu no outro lado do planeta ou na vida de uma pessoa desconhecida não vai fazer com que a solução surja de repente. Há coisas que não vão mudar, apesar de gastar toda a sua energia em sentimentos de raiva e frustração. Emita antes amor e esperança e confie num mundo melhor, pois assim ajudará a elevar a energia do planeta e preservará a sua vibração.

O mesmo acontece quando rememoramos uma situação triste do passado. Ao vivenciarmos essa dor e angústia reativamos essa energia do sofrimento para o nosso campo vibracional como se a estivéssemos a viver de novo, pois o nosso cérebro não consegue distinguir o passado do presente. De igual forma, despoletará em si essas sensações ao ler livros ou assistir a testemunhos com temáticas sofredoras. Em consequência, abrimos um potencial para um ciclo de dor sem fim à vista. Daí a importância de arrumarmos bem o passado e encararmos o futuro com firmeza. Daí devermos reajustar os nossos pensamentos e sentimentos, para a vibração da alegria e da confiança habitar em maior quantidade em nós.

A propósito de queixar-se por tudo e por nada e de achar sempre que a culpa é dos outros, há dias comentava com os meus alunos que todas as vezes que há uma publicação acerca do conelho onde vivo, Machico, há uma pessoa que nunca falha com o seu comentário maldizente. Nem preciso de o procurar, porque ele aparece automaticamente no meu *feed* de notícias como «mais relevante». Já são tantos anos a vibrar na mesquinhez que confesso que estranharia um elogio da sua parte. Infelizmente, ela continua a alimentar negatividade, que se repercute na sua vida bloqueando o seu canal da abundância e a sua saúde, em que na sua opinião só os outros é que têm sorte e nunca nada está bem.

A minha Doce está bastante doente, ela vai começar em breve a perder apetite e a emagrecer. O que dirão as más línguas, ao verem o cão? Provavelmente, que não a trato bem, porque ela está mais magrinha. Na maioria das vezes, não se sabe o que está por detrás de uma situação, mas atuamos como se soubéssemos.

E isto está muito errado. Não me posso condenar por em determinada altura ter emitido julgamentos negativos, no entanto se estou a fazer uma caminhada mais consciente, tenho o dever de perceber quando devo deixar a minha opinião em casa ou de nem a formular em pensamentos.

O que sucede é que grande parte das pessoas está mais atenta ao exterior do que ao seu interior, porque é para onde os seus olhos as levam, e, por isso, distraem-se, enquanto o seu interior pode já estar a ruir e a tornar-se um caos. E quando, em consequência, ficam desestabilizadas e tudo começa a correr mal, direcionam a sua atenção para o exterior, procurando um culpado, quando o verdadeiro culpado são elas mesmas que não cuidaram de si com amor. Se uma pessoa está numa fase em que se sente triste, vazia, incompleta e sem rumo, se não refletir sobre si e procurar ajuda, se estiver a ser muito difícil lidar com essas emoções, tenderá a descarregar a sua frustração nos mais próximos ou a afastar-se/fechar-se, podendo levar a consequências irreparáveis nos seus relacionamentos ou nela.

Querido leitor, saiba que quando não vemos nada de bom na nossa vida, nem na sociedade, na verdade o problema está em nós, porque deixámos de conseguir ver o bem, e o bem transformou-se em «mal». Pelo contrário, quanto mais beleza vemos ao nosso redor, mais belo é o nosso interior e a nossa vida. Por isso, sonde-se: neste momento, como está a minha visão acerca do mundo? Assumirmos que somos os responsáveis pela maioria das coisas, boas ou más que sucedem na nossa vida, estando dispostos a fazer alterações significativas em nós, é sinal de possuírmos maturidade espiritual e inteligência emocional. Conhecer as nossas emoções, compreendê-las e geri-las, leva-nos sempre a resultados positivos.

O mundo exterior e as atitudes das outras pessoas são entendidos com base nas perceções que cada um de nós foi criando desde o momento em que nasceu, ao começar a absorver/observar o mundo. Quando nos centramos apenas nos outros, nas suas vidas, no que está a acontecer ao nosso redor e no mundo, estamos

a bloquear a voz sábia da nossa alma pura, afastando a oportunidade para nos conhecermos e nos escutarmos. Já quando nos viramos para dentro, admiramos o silêncio, escutamos os pensamentos desorientados que habitam na nossa mente, vivenciamos as emoções desestabilizadoras que percorrem o nosso corpo, nos tornamos gradualmente mais divinos e montamos o *puzzle* da nossa essência com as peças esquecidas, desvalorizadas ou perdidas. Por outras palavras, começamos a desabrochar, adquirindo uma forma diferente de ser e de estar perante a vida, porque sentimos uma forte necessidade de encontrar a paz e de estar no momento presente.

Quem é o leitor? Os outros acham que sabem quem você é. Já encontrei pessoas que pensavam conhecer-se, com base nas percepções dos outros: «As outras pessoas dizem que sou calma, amiga e de confiança.» É útil sabermos como os outros nos veem, porque revela a forma como nos expressamos no mundo e nem sempre podemos ter essa clareza, permitindo-nos fazer algum reajustamento. Porém, não nos devemos categorizar apenas com base no que os outros pensam de nós, por ser a perspectiva deles de acordo com os seus critérios pessoais. De certeza que há coisas que eles apontam com que concorda, outras que nem por isso. Nunca devemos deixar que críticas desagradáveis sobre nós nos afetem, condicionando a nossa vida. Essas críticas dizem respeito a uma atitude nossa, numa determinada altura, interpretada à maneira do outro, e não ao nosso eu real. Daí ser importante perceber que pessoa somos, para onde nos estamos a dirigir, onde pretendemos chegar. Alguém que diz «Sou assim, sempre fui assim e não vou mudar», está a tentar resistir à evolução e tem dedicado pouco tempo à reflexão de si próprio. Em diferentes ritmos, estamos sempre a mudar, porque o mundo que nos acolhe está a mudar, e na interação com os outros sempre ocorrem alterações na nossa forma de estar e de pensar. Há, aliás, quem mude bastante, passando por um processo de metamorfose intenso, porque estava disposto a

embarcar nessa transformação. Quando existe força de vontade, qualquer pessoa pode alcançar a sua melhor versão.

Quem é o leitor? Já tentou procurar a resposta dentro de si?



O que costumo dizer sobre mim no meu diálogo interior? O que penso a meu respeito?



Tudo o que lhe acontece é um reflexo de si mesmo, do que acredita a seu respeito. Embora na maior parte das vezes esteja mais concentrado no exterior e nos outros, porque a sua mente o leva para lá, é importante perceber se o seu diálogo interno é positivo ou negativo. Se positivo, será com certeza uma pessoa feliz, produtiva, que se valoriza. Se negativo, sentir-se-á triste, frustrado e sem valor. Quanto mais se conhecer, mais facilidade terá em corrigir o que está mal ou ultrapassado em si, na sua forma de pensar, reagir, atuar.

Quando nos conhecemos, as coisas que antes nos tiravam a calma deixam de nos abalar e não precisamos de elogios para confiar nas nossas capacidades de sucesso. À medida que promovemos o nosso trabalho de autoconhecimento, percebendo os nossos receios, inseguranças, desagradados e emoções negativas, abrimos a oportunidade para alterar a forma como nos vemos e agimos. Há pessoas que, na vida presente, pouco vão refletir sobre si mesmas ou perceber que são os seus pensamentos que criam a

sua realidade, por isso é um privilégio estar a ser encaminhado a fazê-lo, com este livro.



Só o leitor sabe quem é. Mesmo que os outros pensem que o conhecem, há facetas de si que provavelmente não revela. É o filho dos seus pais. É o amigo do colega do ensino secundário. É o parceiro de trabalho. Em cada palco que atua, revela diferentes aspetos de si, e em 24 horas podem ser vários os seus papéis de atuação. A forma como se comporta dentro de casa pode ser diferente de quando está num convívio social. O modo como se expressa com a pessoa que ama pode ser diferente de quando está com os amigos. Mesmo que considere que se comporta da mesma forma, em todas as circunstâncias haverá de encontrar algumas diferenças.

Perguntaram-me, em tempos, quem é a Patrícia Jarimba? A minha resposta foi algo do género: «Sou uma parcela divina, num corpo físico, em constante evolução.» Confesso que fiquei um pouco confusa, antes de responder, por ser uma pergunta que nunca me haviam colocado. Naturalmente, sei quem sou, o que não gosto em mim, as limitações que ainda teimo em carregar e o que quero aperfeiçoar nas minhas características pessoais, como às vezes vou partilhando, consigo, nos meus livros.

Tal como eu, o leitor é um espírito integrado num corpo físico durante um período limitado de tempo. É um projeto em melhoramento que tem uma personalidade, que é a roupagem que veste nesta vida, com o nome que lhe foi atribuído ou o nome/alcunha com que se identifica. Pode ser alguém que ainda se irrita com certas pessoas ou situações. Tem dias em que está paciente e outros em que rapidamente explode. Está a perceber que se doa demasiado, porque tem medo da rejeição ou do abandono. Receia abrir o coração e confiar, porque já foi magoado ou traído. Começa finalmente a defender-se ou a impor-se mais. Ainda está a aprender a aceitar as críticas, quando deu o seu melhor. Vai voltar a cometer um erro semelhante, apesar de acreditar que não. Diz o que sente, mas logo de seguida é assolado pela culpa e considera que, se calhar, não o devia ter dito. Ainda se importa com o que os outros pensam ou exprimem acerca de si. Fica na dúvida se o problema está em si ou nos outros quando enfrenta tensões nos relacionamentos.

Somos aquilo em que acreditamos ser

O leitor pode ser alguém que nem sempre está feliz, que nem sempre está satisfeito com a vida. Pode estar a passar por uma crise existencial ou a enfrentar um grande desafio, pensando negativamente e não sabendo como reagir. Às vezes, toma decisões erradas ou acredita em pessoas de má índole. Noutras alturas, prefere anular-se, para passar despercebido, ou brinca com situações que, na verdade, o magoam, mas não quer dar importância para evitar reacender uma ferida emocional. Pode ser alguém que não compreende como as pessoas valorizam coisas nas quais não vê qualquer utilidade. Fica perturbado pela forma como os outros gerem o seu dinheiro, mesmo sabendo que o dinheiro é deles e, por isso, podem fazer o que quiserem com ele.

Pode ainda estar a aprender a aceitar as diferenças individuais e que não interessa o que os outros fazem, desde que esteja a fazer o melhor por si e pela sociedade. Entra na energia do julgamento,

quando se esquece de que mesmo que o outro tenha uma opinião diferente da sua, não significa que esteja errado. Apesar de não apreciar algo, pode congratular o criador, afinal sabe o quanto custa trabalhar em algo que se acredita. Também, por não conseguir o sucesso desejado, apesar de ter ideias criativas, pode sentir um pouco de inveja de quem é bem-sucedido, ou deixa de acreditar no seu potencial, desistindo mesmo antes de começar ou pelo caminho.

Mas o leitor também pode estar a sentir-se tão bem consigo que a felicidade vibra em todas as suas células, e tem a certeza do que deve fazer para ser próspero. Está satisfeito com a pessoa que é e com o percurso que tem realizado, tendo curado o passado e aceitado que é um ser falível. Aproveita a vida da forma que lhe dá gosto. Sente paz no seu interior e amor no seu coração. Já não teme o desconhecido, porque confia na vida, e está recetivo à mudança. Procura ter os seus momentos de introspeção, importantes para nutrir o seu espírito. Não se identifica com o mesmo que a maioria, mas respeita o tempo e as crenças dos outros. Tende a afastar-se de algumas pessoas, que já não lhe dizem nada, mas deseja-lhes todo o bem do mundo.

Tenha sempre presente de que a forma como se caracteriza é sempre baseada nas suas perceções da realidade e experiências. Ou seja, o leitor é a pessoa que acredita ser, e se há crenças que ainda sente que o limitam, concentre-se em transmutá-las em qualidades, para se poder expandir. Uma boa prática é escutar o seu autodiálogo.

Peço-lhe agora que reflita sobre as seguintes questões:



O que devo melhorar em mim? O que posso fazer para alcançar o melhor de mim? Que qualidades admiro e ainda não domino/posso?

Como lido com as surpresas boas da vida?

Quando estou perante uma crise, como reajo?



Se aceita e sabe usufruir das surpresas da vida, ótimo. Significa que está com abertura para a energia da abundância. Deverá refletir sobre a forma como atualmente reage às crises, em comparação com a forma como atuava no passado, identificando assim se houve alterações. Permanecer igual com o passar do tempo, como já referi, é sinal de que nos temos limado pouco. Por isso, se contrariamente ao que fazia antes, agora lida com as desordens da vida com mais calma e positividade, evitando perder a razão, saiba que já deu um grande salto de consciência.

Perder horas de sono por causa de uma decisão que tem de ser tomada só lhe causará mais confusão mental. Durma sobre o assunto e, antes de se ir deitar, peça ajuda aos seus mestres e guias espirituais, ou a algum arcanjo³, para ser inspirado para a solução. Se no dia seguinte, ainda estiver confuso, vá tratar da sua energia, para perceber com mais clareza em que direção a sua bússola interior está a apontar. Há decisões que precisam de mais tempo para serem tomadas, por isso não se precipite.

³ No livro *A Magia do Oráculo dos Anjos*, aprende as qualidades dos arcanjos e anjos e como conectar-se com eles.



O que dizem os mestres espirituais?

A resposta à pergunta «Quem sou eu?» é baseada nas percepções do ego. Ao longo de diversas vidas, e desta vida, a consciência de quem é na matéria foi sendo criada e moldada. A forma como atua e vivencia as emoções é própria da sua identidade, da sua marca.

Uma marca famosa, que leva as pessoas a valorizarem uma bolsa mais do que uma vida, é o exemplo de algo que foi criado e moldado. As pessoas identificam-se de tal forma com essa marca que possuir um objeto dessa marca começa a fazer parte da sua identidade/ personalidade. Portanto, «se soubesse quem eu sou, não me trataria dessa forma» dizem pessoas ofendidas quando não recebem o tratamento de realeza.

Quem é essa pessoa? O que a faz ter mais valor do que outra? Ela é exatamente igual a si, aos olhos do universo. Tem a mesma importância, traz a sua luz e o seu amor ao plano terreno.

Na Terra, o que cada um desempenha, o papel pelo qual é mais conhecido, cria a definição de quem é a pessoa. «Ele é um jogador de futebol bastante famoso. Ela varre as ruas.» Dentro de si, há logo uma separação de estatuto. O futebolista é brilhante, a funcionária da limpeza nem brilho tem. Mas de certeza que gosta de ver a sua rua limpa. Não é o futebolista quem vai varrer a sua rua. Por isso, ainda bem que alguém decidiu fazer a sua evolução desempenhando uma tarefa tão nobre, ainda que pouco valorizada. O valor de cada pessoa está na forma como o seu coração a valoriza. E todas as pessoas têm valor, embora no plano terreno possuir dinheiro e ser famoso é sinal de ter mais valor.

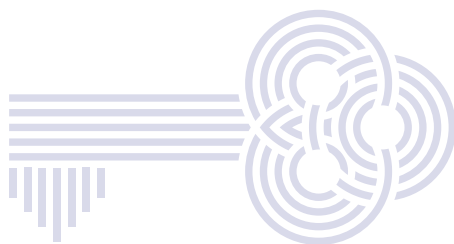
As pessoas distraem-se porque querem. A qualquer momento podem fazer algo que as conduza para dentro de si. Ruídos na mente trazem confusão, e nós, mestres, não conseguimos fazer-nos ouvir. Para estas palavras chegarem até si, a autora deste livro teve de limpar a sua energia, recorrendo a técnicas de limpeza energética, como meditação, decretos, *reiki*, enraizamento, e serenar a sua mente afastando preocupações e distrações mundanas, antes de falar connosco, para poder estar alinhada com o seu Eu divino. Mas ela também se distrai, ela também se vai abaixo, mas sabe o que tem de fazer para voltar a ficar bem. Assim são os outros, sabem o que funciona com eles. Assim é o leitor, sabe o que tem de fazer para se conectar com a divindade. Olhar para dentro de si vai fazê-lo agrupar as qualidades e falhas da sua personalidade, o que lhe permitirá tornar-se cada vez mais uma expressão de Deus na Terra. Ao reconhecer as suas qualidades, pode sobrepô-las às suas falhas. Ao elevar os seus pensamentos e ao realizar os seus processos internos de cura, transformação e consciencialização, está a possibilitar que o seu quociente de luz aumente, logo ampliando o seu campo de atração de coisas boas ou menos boas, de acordo com o que está a desejar ou a emitir.

Pense em algo de que gosta. Qual a sensação que surgiu dentro de si? Pense em algo ou alguém que o irrita. Qual a sensação que emergiu de dentro de si? Certamente serão diferentes. Se o que deseja

concretizar ressoar de forma baixa em si, é sinal de que deve procurar outro desejo, pois esse não lhe dará frutos por não estar sintonizado com a sua frequência. A dúvida é própria do ego, a certeza do espírito. O espírito é pura ordem. Se não acreditar que é merecedor das coisas boas que a vida tem/lhe possibilita ou de que é possível alcançar certa meta, como poderá atrair mais prosperidade para a sua vida?

O seu mundo interior é muito vasto, por isso não perca o seu tempo e energia com a vida dos outros, comparando-se ou vivendo a vida deles. Aproveite, já que está na Terra, para ser a expressão da sua alma em todos os momentos da sua vida. É um processo que não tem um fim imediato, mas é muito satisfatório estar nele.

Quem é o leitor para nós? Um aprendiz, um corajoso, um aventureiro, uma energia em manifestação, o brilho de Deus, o espelho do Universo. Quem é a sua essência espiritual? A maneira de Deus se expressar na Terra.



DECRETO: EU SOU

(Pronuncie-o em voz alta e imagine-se a ser preenchido pela chama violeta, criando ao seu redor um escudo protetor duradouro.)

Eu sou a chama violeta,
Que ilumina o caminho da verdade.
Eu sou a luz de Deus,
Que conscientes caminhos percorre.
Eu sou pura essência divina,
Que amor para todos os lados emana.
Eu sou divina compreensão,
Alinhada com o bem-maior.
Eu sou energia em ação,
Altos voos alcanço.
Eu sou pura determinação,
Com confiança me lanço.

(Repita pelo menos três vezes seguidas.)

Nota: A chama violeta, proveniente do sétimo raio divino comandado pelo mestre Saint Germain, purifica o seu campo energético, transmuta densidade em luz, liberta condicionamentos mentais e emocionais, renova a sua energia e eleva o seu estado de consciência, preparando-o para uma transformação positiva.

3

ATRAIR PROSPERIDADE NOS RELACIONAMENTOS

«A nossa alma tem sede.
Sede de pessoas verdadeiras,
de conexões profundas, de contactos
que vão além do físico.
A nossa alma quer mais do que aparência,
ela anseia por essência.»
Alexandro Gruber

Os relacionamentos humanos são a grande escola da vida. Os outros com quem se cruza espelham em si as partes que precisa de trabalhar e iluminar, principalmente quando se sente incomodado, desorientado, magoado ou com o campo emocional alterado. Não há ninguém que não estabeleça um relacionamento. Até mesmo os que vivem sós, a dada altura têm de interagir com alguém, seja no local de trabalho, nos estabelecimentos comerciais, ao solicitar uma informação ou um documento. Quando os relacionamentos o testam até ao limite, deseja ardentemente estar só, mas se a ligação energética for forte, em breve estará de novo a interagir com a pessoa que o enfureceu. E, principalmente, se ainda houver dívidas cármicas para saldar ou uma aprendizagem específica para realizar, essa corrente energética invisível os fará encontrarem-se as vezes que forem necessárias, até que seja reposto o equilíbrio. E se não for possível nesta vida, continuará numa próxima.

Há pessoas alegres ou mais fechadas, pessoas mais simples ou picuinhas e exigentes, há aquelas que encontram sempre algo para criticar e as que nunca reclamam. Há, também, pessoas descontraídas, outras demasiado perfeccionistas ou controladoras, e aquelas que são irresponsáveis, incomodando as responsáveis. Se estiver atento, percebe em que vibração a pessoa está e, assim, poderá adequar o seu comportamento às diferentes personalidades sem entrar em choque. Por adequar, refiro-me a ser tolerante e compreensivo, evitando anular-se para agradar ou para ser aceite, ou até mesmo a afastar-se. Mas repare que, como já foi referido, a forma como uma pessoa reage ou se comporta é o resultado das suas vivências e a percepção da vida pelas suas «lentes de observação e sensações». Por exemplo, muitas vezes, uma pessoa inflexível pode estar a tentar defender-se, porque tem medo de sofrer ou tem problemas de confiança.

Ao concentrar-se no caminho da espiritualidade, elevando a sua frequência energética e nível de consciência, os seus relacionamentos passam por transformações profundas. Há pessoas que saem da sua vida por não se encontrarem no seu nível de vibração e já não haver qualquer aprendizagem a realizar. Há outras que se aproximam, em sintonia com o seu novo eu, e o inspiram a ricas aprendizagens e a alcançar novos horizontes. E há aquelas que permanecem e permanecerão até ao fim da vida delas ao seu lado, o que é um grande privilégio, mesmo que seja a pessoa que mais o testa, pois ela está a doar o seu tempo de vida para a sua evolução acontecer. Também a forma como lida com as pessoas pode alterar-se com o decorrer do tempo e, possivelmente, algo que antes o irritava deixa de o incomodar, porque a sanção foi realizada. Aliás, quando se deixa de focar no que o magoa ou no que mexe de forma desordenada com as suas emoções, repetindo algumas vezes para a sua mente reter que «a pessoa estava/está a fazer o melhor que sabia/sabe», acontece uma alteração gradual da energia dessa relação, e a outra pessoa deixa de tocar na sua ferida emocional.

Mas o grande problema, para a grande maioria, reside nas pessoas que saem da sua rede de relações porque partiram para o plano

espiritual ou porque já não querem permanecer ao seu lado, por a terem deixado de amar. Dói tanto já não poder ver certa pessoa ou ela ter deixado de gostar de nós. Se a nossa essência é amor, estando a nossa alma repartida em frações de espíritos, como explico no livro *Cuide da Sua Energia*, parece que há sempre algo que nos falta: a outra metade da laranja. É como se o amor na nossa vida nunca estivesse em quantidade suficiente e sentimos a sua ausência. E o sentido da vida reside em sentirmo-nos amados, sem precisar de ter o amor dos outros ou que eles o demonstrem ou o provem constantemente com palavras ou ações.

Sei que é mais fácil escrever/dizer do que fazer acontecer. Mas já reparou quantas vezes anda à procura de um conforto ou de uma palavra amiga, de uma validação ou até de pequenas migalhas de atenção, por parte dos que o rodeiam? Às vezes até coloca a sua vida em pausa para levar os outros ao colo, de modo a agradar ou ser aceite. E mesmo que, em certo dia, se sinta com vontade de se isolar do mundo ou vítima da solidão, basta fazer um telefonema e alguém do outro lado o vai escutar, nem que seja para o SOS Voz Amiga. Nunca está só, embora possa sentir solidão ou medo dela, porque os seus pensamentos o levam para lá e o fazem gastar energia de forma desnecessária com coisas que ainda não aconteceram e, provavelmente, nem vão acontecer. Repare que o leitor encontra-se sempre onde se coloca.

Perceba que em nenhum momento pode chegar à conclusão, só de observar, de que a outra pessoa está sempre bem. Há pessoas que são excelentes a esconder o tumulto interno e, por isso, nunca se deve comparar ou condenar por não saber ser ou estar como certa pessoa «que está sempre bem e contente». Por ser diferente, o leitor sente, reage e vive as coisas de forma distinta. E o mundo que perceciona está de acordo com o seu quadro de referências.

Quem assistiu ao filme *O Feiticeiro de Oz* deve recordar-se do homem de lata que ansiava ter um coração. Às vezes criticamos certas pessoas por não terem coração, dizemos até em tom de julgamento: «Como pôde ter sido tão cruel? Porque é que se comportou

daquela forma?» Mas se refletir, e se já leu sobre o assunto, são as emoções mal geridas que nos levam a adoecer, a desanimar, a procrastinar, a perder o sentido da vida, a sentir ausência de amor próprio ou, em última instância, levam as pessoas a cometerem homicídios passionais ou o suicídio. Mas imaginarmos-nos sem emoções e sentimentos é muito esquisito, não acha? Seríamos pessoas de lata, vazias, e o sentido da vida humana deixava de existir, porque é o SENTIR que nos torna humanos e é para VIVENCIARMOS as emoções e os sentimentos que a alma se atira «de cabeça» para mais uma experiência na matéria.

Quando experimentamos inveja de alguém ou com frequência estamos a tentar encontrar a razão de o outro ter alcançado sucesso e nós não, de ele ter conseguido algo e nós não, ao desejar que a outra pessoa sofra o mesmo que nos fez sofrer ou ao lhe desejarmos horrores, estamos a vibrar na pior versão de nós, tendo-nos afastado do nosso ser espiritual e baixado a nossa vibração, concedendo poder ao nosso lado sombra. Pelo contrário, se a vida dos outros e as suas conquistas nos deixam felizes, e não perdemos tempo a falar mal deles, é sinal de que estamos alinhados com a nossa essência divina e, por isso, concentrados em viver a nossa vida; não propriamente que estamos desinteressados do mundo ou tornámo-nos frios e cruéis.

Por isso, não se deixe iludir pelas vidas perfeitas das outras pessoas, expostas nas redes sociais, revistas ou televisão. Elas são tão humanas como o leitor (Também vão à casa de banho!), e não vão querer mostrar as suas fragilidades (Quem é que gosta?). Se tem alguma coisa a dizer a alguém, diga-o diretamente e não nas redes sociais para todas as pessoas verem e saberem que você é perfeito e tem uma vida ou família perfeitas. Se notar que alguém está em baixo, dedique parte do seu tempo para ajudá-lo a reerguer-se, mesmo que corra o risco de ele depois não querer falar mais consigo quando estiver bem. É um ato de generosidade importar-se com as necessidades dos outros. E se, em algum momento, começar a sentir-se diminuído, porque viu uma partilha de alguém que está a viver de forma grandiosa,

saboreando os múltiplos prazeres terrenos, aproveitando bem o tempo e com tudo sempre a correr-lhe às mil maravilhas, vá cuidar da sua energia e dos seus pensamentos, e notará que esse sentimento desaparecerá. Aliás, deixarão de lhe incomodar publicações desse género ou até passarão despercebidas, e a sua vida tornar-se-á especial aos seus olhos, porque, na verdade, a sua vida é bastante especial e pode sempre torná-la ainda mais especial. E que bom que ainda não desistiu dela e está aqui comigo.

Note que aquela vida fácil de não ter um horário de trabalho, fazer o que lhe der na cabeça, ter muito dinheiro, viajar à volta do mundo, ficar em hotéis de cinco estrelas, comer as melhores iguarias, comprar roupas caras, ter uma coleção de carros luxuosos, possuir uma ou várias mansões, pode ser alcançada, mas não deve ser a sua única meta, pois pode perder-se pelo caminho da materialidade e desconectar-se da sua natureza espiritual. Do meu ponto de vista, geralmente as pessoas que têm vidas destas não as partilham e são bastante humildes e com um grande coração. Já muitas das que mostram todos os passos – ou melhor, os momentos que estão em condições de serem partilhados – necessitam da admiração dos outros para sentir entusiasmo na vida ou para ganharem dinheiro, de modo a poderem pagar as suas contas. Ou até ocultam o que se passa entre quatro paredes, porque têm de mostrar que vivem o que professam e como é fácil o processo de fazer isso acontecer, para continuarem a ter admiradores.

«Faz o que eu digo, não o que eu faço», lembre-se sempre desta expressão, que transmite tão bem que todos somos imperfeitos, até aqueles que idolatra e que são celebridades/pessoas inalcançáveis. Apesar de acreditarmos que seremos felizes quando alcançarmos o que desejamos, na realidade a insatisfação estará sempre presente, pois o ser humano, principalmente o que não se conecta com o seu eu interno, é insatisfeito por natureza: tem sempre algo com que se lamentar, considera que lhe falta sempre alguma coisa ou que podia ter mais, apesar de, na maioria do tempo, não usufruir, valorizar e agradecer pelo que já possui e conquistou.



Há duas expressões que as pessoas usam muito que escondem uma conotação negativa. A primeira é «A vida é muito ingrata», usada principalmente quando alguém morre ou acontece uma desgraça na vida de outrem. A vida não é ingrata, a pessoa que expressa esta crença é que tem uma vida ingrata, porque está sintonizada com essa vibração, atraindo-a, e tudo o que lhe salta à vista ou acontece lhe traz provas da ingratidão da vida. Até pode ser uma pessoa abençoada, que tem saúde, uma situação financeira estável e uma família que a apoia, mas como considera a vida ingrata está sempre a comportar-se como um coitadinho e a reclamar, até ao momento em que essa realidade se cristaliza.

Quando a alma está no plano espiritual, no espaço entre vidas⁴, acompanhada de seres e mestres espirituais altamente evoluídos, e precisa de reencarnar porque ainda há muito para assimilar, não há o sentimento desagradável de: «Está a chegar a altura de voltares ao plano terreno (suspiros). Que ingrata é a tua evolução, porque habitar na Terra é mesmo muito ingrato.» E ainda que sintamos que seria bom não voltarmos mais, porque esta vida está a ser reviravoltas atrás de reviravoltas como as novelas mexicanas, e o leitor ainda não recuperou de uma situação turbulenta e já se depara com outro desafio, na verdade a nossa alma estava a aguardar por ter esta nova oportunidade. Note que esta

⁴ Espaço no plano etérico onde decorre a preparação da próxima reencarnação, com base nas qualidades alcançadas, nas falhas que precisam de ser colmatadas e nas aprendizagens a realizar.

época é especialmente rica para a nossa evolução, pois estando a energia do planeta numa frequência vibracional acelerada e elevada, num ano podemos viver o que os nossos antepassados demoravam 15 anos ou mais a experienciar; por isso, que venham as voltas e reviravoltas, os tropeços, os desânimos, as conquistas, a abundância, a alegria, a cura, a libertação, o amor.

Outra frase que estimula o negativismo é: «Por isso é que cada vez mais gosto dos animais do que das pessoas.» Eu adoro os meus animais, aliás dedico-lhes este livro. Às vezes tiram-me do sério, quando querem a minha atenção e estou ocupada. Eles são bem-dispostos, abanam a cauda mesmo quando estão doentes, e amam-me incondicionalmente. Eles, sim, são amor incondicional em ação e posso garantir-vos que me amam e existem na minha vida para me lembrar da minha meta na Terra: viver com um sorriso sincero no rosto e amor no coração.

Os animais não guardam rancor. Por mais inteligentes que sejam e «só lhes faltar falar», não criam enredos na sua cabeça, não são vingativos, não competem connosco por uma melhor posição no trabalho, não nos invejam, não nos cobram, não emitem julgamentos, não nos odeiam – mesmo que tenham sido abandonados ou negligenciados –, e não é com eles que temos de resolver as grandes lições cármicas. Por isso é que as pessoas me vão parecer complicadas, sem coração, tresloucadas, pois são elas que me testam, desiludem, magoam, me levam a perceber as partes de mim que precisam de ser iluminadas e ajudam-me, muitas vezes da pior forma, a trabalhar a tolerância, a paciência, a compaixão, a aceitação e o perdão. Mas nem sempre são maus os relacionamentos estabelecidos, algumas pessoas ajudam-nos, inspiram, transmitem alegria, são de grande conforto. E ainda bem que há anjos na Terra, senão seria complicado reerguermos-nos quando alcançamos o fundo do poço.

Todas as interações que o leitor estabeleceu, estabelece e estabelecerá, estão a ajudá-lo a aprender a grande lição da vida: AMAR e SER AMOR. Mas como posso amar quem me magoou profundamente? Como posso perdoar a pessoa que destruiu a minha vida ou

que me roubou?, pode perguntar-se. Não é fácil, é um caminho para ir percorrendo. O leitor não está no início desse caminho, mas também ainda não o terminou. O seu espírito precisa de renovação, daí estar de novo num corpo físico. Porém, saiba que é o projeto perfeito da sua alma para nesta vida alcançar a meta pretendida por ela.

Felizmente um dos grandes benefícios das relações é aprender com qualquer pessoa, mesmo que não a conheçamos bem ou nunca tenhamos estabelecido qualquer contacto físico. Possivelmente aprenderá algumas coisas com este livro e não me conhece pessoalmente. A prosperidade nos relacionamentos está em usufruir da sua viagem pessoal, com as inúmeras pessoas que encontrar no caminho, refletindo sobre as lições e benefícios que cada uma delas lhe traz.

Vamos continuar juntos, o leitor na sua estrada e eu na minha?

O que dizem os mestres espirituais sobre este tema?

Os relacionamentos são bases de apoio, para a alma alcançar planos superiores de aprendizado. Se não houver interação, a evolução será mais lenta. Há sempre almas amigas a acompanhar, e as almas que assumem o papel de «más» também são almas amigas. Se a pessoa que está a passar ou passou por uma situação complicada emitir ódio para a outra, apagará a sua luz interna. Não vamos entrar nas questões mais delicadas, de pessoas que matam outras, porque não é o objetivo deste livro. Mas, sem dúvida, emoções mal geridas podem levar uma pessoa a agir sem pensar. Quantas vezes agiu de cabeça quente? Nesse estado, ninguém tem razão, embora ache que detém toda a razão do mundo. Agir de forma impulsiva não é uma expressão da alma. Também, anular-se não é uma expressão da alma.

Todos os relacionamentos acontecem para haver uma aprendizagem ou chamada de atenção. Se a sua vibração baixar, pode considerar que, em resultado disso, atraiu pessoas complicadas e azares, mas a aprendizagem é sempre no sentido de levá-lo a refletir porque deixou de cuidar de si ao ponto de ter de passar por isso, qual o seu estado de

espírito no momento e qual a melhor forma de lidar com isso. Mesmo pessoas iluminadas e com uma vibração elevada vão atrair relacionamentos complicados; no entanto, estarão mais alerta para não se deixarem ir abaixo ou influenciar de forma negativa.

Porque perde tanto tempo e energia a tentar descobrir a razão de uma pessoa se ter comportado daquela forma? Não vai chegar a conclusão alguma, nem nunca vai saber o que se passa na cabeça do outro. Aliás, as pessoas comportam-se da forma que foram aprendendo para se defenderem, e não podem agir de forma diferente, se ainda não ocorreu a abertura de consciência. Portanto, os outros fazem o melhor que sabem, e naquela altura não sabiam ter outro comportamento.

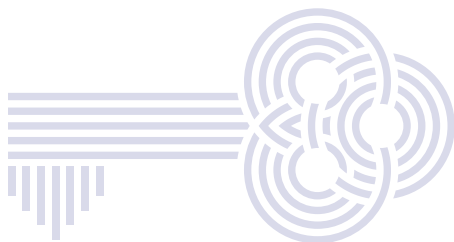
Ninguém tem uma vida perfeita no mundo. A vida é perfeição e uma expressão do divino, que é amor e luz, mas quando uma alma se encontra encarnada, há sempre alguma coisa que lhe provocará insatisfação. A insatisfação, que é diferente de reclamar, é o gatilho para a mudança, tal como uma vida sem carma, não há sentido para viver porque é ele que conduz a jornada na Terra. Até mesmo os grandes gurus têm algumas lições para aprender, porque assim podem ensinar de forma adequada os seus discípulos. Ao vivenciar e sair bem da situação, a aprendizagem foi efetivada. «Vamos então ensinar os outros»: é isso que as pessoas que são inspiradoras fazem. Um mundo sem inspiração e sem pessoas que tentam elevar o humor, a motivação e a energias dos outros, seria muito cinzento.

O sentido da vida difere de pessoa para pessoa, de acordo com as metas que a alma quer alcançar. A pessoa nem sempre vai ser bem-sucedida, porque a alma nem sempre consegue chegar à consciência da personalidade que habita o corpo, que é o leitor; daí a necessidade de voltar e voltar. O amor é uma expressão do divino, e vivenciar todas as emoções e sentimentos é uma expressão do homem. A alma está sempre satisfeita por poder reencarnar e atuar no palco da vida com almas conhecidas. O problema é que se esquece de quem são as almas amigas e age ou sente que elas estão a atacá-la.

A grande meta da vida, de estar no mundo, é viver, reter experiências, aprender, saber respeitar, amar, doar-se e receber. Desejar mal aos

outros ou invejar, é apenas num corpo físico que a alma tem oportunidade de experimentar estes sentimentos. Não julguemos as pessoas assim, elas estão no seu processo evolutivo, e as lições irão surgir no tempo certo para elas irem despertando o seu Eu interior. Não deve achar que não está a haver evolução da parte delas, porque não está a vivenciar o processo interno de cada um.

Nós, mestres e guias espirituais que apoiamos os habitantes na Terra, sabemos que está sempre a haver evolução e estamos confiantes de que a sua jornada será a mais rica de todas. O mundo espiritual está a torcer por si. Portanto, mergulhe nos relacionamentos e continue a aprender com eles.



EXERCÍCIO: HARMONIZAR UMA RELAÇÃO (FAZER PELO MENOS DURANTE 21 DIAS SEGUIDOS)

Feche os olhos e estabeleça, através da intenção e da inspiração profunda, a conexão com os seus mestres e guias de luz e com o Arcanjo Miguel, para que o auxiliem e tragam proteção no decorrer deste exercício.

- Imagine a sua imagem de frente para a pessoa com quem se quer harmonizar. Veja como está a sua expressão e a dela.
- Solicite ao Arcanjo Gabriel para vos envolver em luz branca cristalina, purificando-vos do que está a provocar esse afastamento/ /desarmonia. Aguarde um minuto no mínimo.
- Solicite, agora, ao Arcanjo Gabriel para que o relembre do que acordaram para esta vida. Qual o propósito do vosso reencontro ou qual a lição para o momento atual? Se não obtiver resposta, permita-se estar recetivo às sensações.

- Em seguida, solicite ao Arcanjo Samuel, o portador da vibração rosa do amor incondicional, para vos envolver nessa luz rosa, trazendo-vos entendimento e harmonia. Aguarde cerca de um minuto.
- Imagine-se a abraçar essa pessoa.
- Analise como se sente, agradeça pela oportunidade e deixe a vossa imagem dissolver-se.

* Qualquer relacionamento contém uma energia, a energia da relação, que deve ser cuidada. Porém, se dada ligação já não for benéfica para a sua evolução, este exercício pode levar a um afastamento/ /desprendimento mais rápido. No caso de sentir um sentimento de mágoa em relação a certa pessoa, por qualquer razão, aconselho que faça o exercício do perdão, apresentado adiante.

Nota: O Arcanjo Miguel, que significa «aquele que é semelhante a Deus», é o arcanjo do primeiro raio azul, comandante dos arcanjos e um grande protetor do nosso físico e espírito. O Arcanjo Gabriel, que significa «Deus é a minha força», é o mensageiro de Deus e o arcanjo do raio branco, que nos pode revelar a nossa missão espiritual e vocação. O Arcanjo Samuel, que significa «aquele que vê Deus» personifica o amor puro e incondicional, do terceiro raio rosa.

Família

À medida que vamos tomando consciência de quem realmente somos, aprendemos que a família onde nascemos ou que nos acolhe foi escolhida pela nossa alma, por ter as características perfeitas para despertar, tocar, evidenciar e intensificar as feridas emocionais que o nosso ser espiritual veio à Terra curar. Isto não deve ser novidade para si, se já iniciou o seu caminho de desenvolvimento espiritual, mas, em dada altura, de certeza que lhe passou pela cabeça que devia estar «louco» ao escolher o seu pai ou a sua mãe, ou então que na próxima vida irá fazer os possíveis para não se reencontrar com um deles ou ambos.

Sabendo que tudo o que acontece no plano espiritual é repleto de amor e de propósito, quanto mais cedo fizer a aceitação das formas de ser dos outros, melhor serão as suas relações familiares e mais facilmente conseguirá transmutar o que precisa de ser curado, criando melhores possibilidades para a sua próxima vida. Repare que o que semeou em vidas passadas está a condicionar esta vida, e o resultado final desta vida terá influência na sua próxima reencarnação. Não é fácil, mas temos de ir tentando melhorar. Desistir significa desperdiçar tempo de vida. É no plano terreno que as almas têm oportunidade de resolver quezílias originadas em vidas passadas ou libertar-se das suas limitações, que o afastam do amor e da luz.

Cada um de nós tem uma família materna e uma família paterna. Mesmo os que não conheceram um dos pais ou ambos trazem na sua frequência energética uma ligação espiritual a eles, e devem sentir gratidão, pois foi graças a eles que atravessaram o portal da vida. No caso de crianças adotadas, estas encontram a família perfeita para a sua evolução e acabam por ser cunhadas com os padrões dessa nova família ou, por outras palavras, a energia familiar molda-se nelas. É normal querer saber o motivo do abandono, é humano ter curiosidade sobre os pais biológicos, mas se estas perceberem que os pais perfeitos para si são os adotivos, que, por vias normais, não as conseguiam ter, a adoção foi o modo que a alma encontrou de se reunir com eles. Talvez assim magoe menos a forma como entraram no mundo. E, se calhar, era preciso desde o início vivenciarem a rejeição ou o abandono, porque essa era uma das feridas que a alma vinha sarar. Portanto, em qualquer circunstância, mudar a nossa forma de pensar, ajuda-nos a passar de vítimas do destino a heróis da nossa vida.

De certeza que, se refletir, perceberá qual o lado familiar que mais pesa sobre si ou o irrita, em termos comportamentais. O lado da família que me trouxe mais desafios foi o da minha mãe, por ter convivido mais com eles. Há padrões próprios dessa linhagem familiar que identifico como bloqueios. Quando estou mais afastada

da minha luz interior, em consequência de a minha energia ter diminuído, estar preocupada ou ter passado por uma situação que me abalou, apercebo-me de que esses padrões ainda estão plasmados em mim e evidenciam-se mais na minha forma de reagir.

O processo de evolução é demorado, ninguém pode achar que já tem tudo resolvido, porque se assim fosse a alma não precisaria de continuar a residir neste plano. Analisando a família do meu pai, posso considerar que não tem tanto domínio sobre mim, mas isso é um engano; o meu pai não estava totalmente livre da influência dos seus familiares, agora meus. Devemos, por isso, prestar atenção a ambos os lados da família para colmatar as nossas falhas, percebermos quem é a alma que anima o nosso corpo físico, o que lhe causa dor, medo e resistências, o que traz para sanar/libertar e quais as qualidades a manifestar⁵.

É curioso como para a maioria das pessoas a sua família é sempre a pior. Se convivermos com um amigo, consideramos que a família dele é maravilhosa e é extraordinário presenciar que todos eles se entendem tão bem, ao contrário da nossa família que está sempre de costas voltadas. «Porque é que a minha família não é assim?», questionamo-nos com alguma tristeza ou revolta. Repare que todas as famílias têm problemas, membros complicados, relações de amor e ódio, ou, como descrevem os livros de suspense, «segredos obscuros», mas aos nossos olhos parece perfeita porque não contém os padrões que viemos trabalhar e não é com essas pessoas que temos assuntos para resolver.

Há membros da mesma família que estão de relações cortadas por uma série de razões. Mesmo que pensemos que isso não nos afeta, a energia que os levou a afastarem-se, pode estar a pairar no nosso campo energético, podendo estar a condicionar de forma indireta a nossa prosperidade, e a ser transmitida para os

⁵ Se não tem contacto com um lado da família, faça este exercício de forma intuitiva, recolhendo-se num lugar tranquilo e perguntando ao seu Eu superior, sentindo depois a resposta. Pode ter de o fazer mais do que uma vez, mas não desista de ficar esclarecido para ajudar na sua cura e sanação familiar.

membros recém-nascidos, não se livrando dela também os que ainda não nasceram. Por isso, é importante, quando somos conscientes dessas subtilezas, limpar essa energia e continuar a promover a nossa cura interior, ou solicitar ajuda a um terapeuta, se sentirmos que as linhas energéticas estão demasiado emaranhadas para desatarmos sozinhos. O primeiro passo para a cura é a tomada de consciência. Ao perceber-se algo dá-se automaticamente um reajuste na nossa frequência vibracional.

As famílias estão ligadas por uma teia energética. Mesmo que não interaja com alguns familiares, a sua evolução espiritual tem um efeito positivo neles ou a evolução deles surte um resultado positivo em si. Não há ninguém que tenha vindo à Terra para evoluir sozinho, embora possa ter escolhido uma vida mais calma por merecimento ou por ainda não estar preparado para vivenciar uma novela mexicana, como a que o leitor possa ter vivenciado até aqui.

As almas viajam em grupo nas múltiplas experiências terrenas, assumindo diversos papéis, para experienciar todas as possibilidades: o bom e o mau, a luz e a sombra, o amor e o ódio, a proteção e o abandono, a saúde e a doença, a prosperidade e a escassez, a generosidade e a ganância. À medida que se vão tornando mais conscientes, na interação com essas almas amigas, aprendem que devem abandonar o mau e praticar o bem. Ao evidenciarem a sua sombra, têm oportunidade de conhecer a sua luz. Ao começarem a ser amorosos, sentimentos de ódio são afastados dos seus corações. Ao valorizarem a saúde, raramente irão adoecer. Decidem vibrar na abundância, ao invés da miséria, porque já aprenderam como o fazer e quais os seus benefícios.

Esteja, por isso, grato por ter almas dispostas a ajudarem-no a chegar à sua melhor versão, e perceba que além da sua família de origem ou que o criou faz parte de um amplo conjunto de almas, que são todas as pessoas que estão neste momento na Terra e as almas que se encontram no plano espiritual, que também evoluem com o seu contributo. A sua evolução, tem repercussões positivas na unidade. Afinal, SOMOS TODOS UM.

Chegou o momento de se debruçar sobre as seguintes questões:



A família⁶ para mim é:

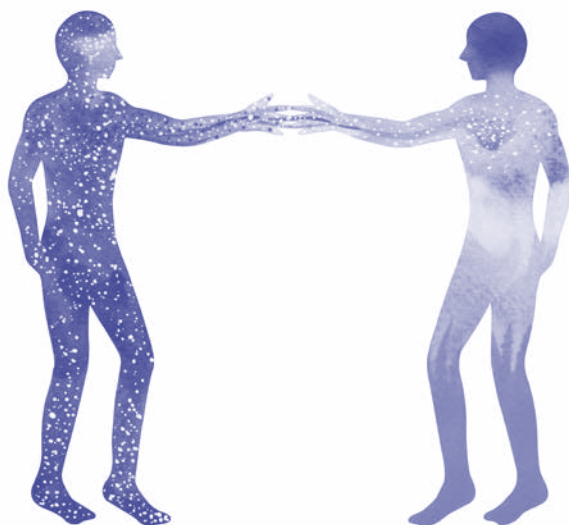
Identifico padrões comportamentais, crenças ou bloqueios que herdei da minha família materna:

Identifico padrões comportamentais, crenças ou bloqueios que herdei da minha família paterna:

Identifico qualidades pessoais que sei/sinto que herdei da minha linhagem familiar:



⁶ Entende-se por família a que o criou ou quem o criou.



O que dizem os mestres espirituais sobre a família?

As interações familiares são bastante interessantes de observar. Alguns membros assumem o papel principal, outros o de atores secundários, e ainda há os extras. Uma pessoa que assume um papel principal numa família deverá assumir um papel secundário ou de extra noutra área de vida, de modo a experienciar diferentes modos de atuar. O problema reside numa pessoa que quer ter sempre o papel principal ou naquele que não consegue assumir o papel principal, e é aí que a alma tem dificuldade em se expressar.

Os medos, crenças, cultura e o modo como os pais/adultos educaram uma criança, tornam-na aquela que vai brilhar, anular-se, perder oportunidades ou desviar-se do caminho. O sucesso é sempre obra de um espírito inteligente, com audácia. Há pessoas que são um exemplo de luta e esperança, mas essas são aquelas almas que já conseguiram grandes feitos noutras vidas, por isso, nesta vida, conseguem facilmente dar a volta por cima, mesmo que não tenham tido uma base estável de apoio familiar. Aliás, todas as pessoas conseguem dar a volta por cima, pois todas as almas são sábias e nós, mestres, estamos sempre a orientar os que se encontram temporariamente na Terra. Mas há alturas em que a energia da pessoa fica tão densa, que

a alma se torna abafada pelo negrume e se distancia do corpo físico, não conseguindo que a sua sabedoria chegue à consciência da pessoa. A família vai ter o papel de anular o brilho da pessoa, para ver até que ponto ela consegue dar a volta por cima e triunfar, ou então vai colocar tudo à sua disposição para fazê-la perceber, ao seu ritmo, que é importante valorizar as coisas e lutar por elas. Portanto, não é por acaso que uma pessoa nasce numa família rica ou pobre, financeiramente ou de valores, não é por acaso que uma pessoa nasce num determinado país, para potencializar ou dificultar onde a alma deve chegar. Uma vida sem luta não preenche a alma com satisfação. Ter tudo caído do céu ou servido de bandeja torna as pessoas confusas, desmotivadas e sem sentido para a vida. Mas é isso que a alma tem de perceber e ultrapassar.

As famílias são sempre compostas por almas que se conhecem há uma eternidade, que andam quase sempre juntas ou que aceitam determinada alma de outra família de almas, para que cresça em conjunto com elas. Se a sua família de almas está a trabalhar numa missão específica e não é isso que a sua alma pretende fazer, antes de reencarnar a sua alma vai procurar uma família temporária para alcançar o seu objetivo. Por isso é que a sensação de não pertença a certa família ou sentir-se um peixe fora de água pode ser um sinal de que a sua família na Terra não é a sua família original de almas. Mas, como foi referido, estão todos a trabalhar para o Todo. São todos um, e cada um tem a sua missão especial na Terra. A sua evolução pessoal, traz evolução para os outros. Não importa em que grupo está integrado, pois estão a auxiliar-se mutuamente.

Sentir-se perdido pelo caminho é perfeitamente normal, até para os mais iluminados. Ao redor de cada pessoa estão, por vezes, concentradas energias densas, criadas por pensamentos de preocupações ou medos e emoções de outras pessoas, e da própria pessoa, que podem contaminar o seu campo energético dificultando o seu alinhamento com o Eu superior. Daí a importância de orar e vigiar, cuidar da sua energia e emitir bons pensamentos e vivenciar boas emoções. Os membros complicados de um clã são uma bênção para as famílias, e não há um método específico para lidar com eles. É na interação

que se aprende a dar e a receber. Mesmo quando alguém pensa que falhou, o não ter desistido garante-lhe sucesso nessa interação.

A pessoa não se deve preocupar com a família original, quando é adotada, pois terá de dividir a sua energia por duas famílias. Se já pertencendo a uma família é complicado, imagine duas? A família que adota é a que tem os padrões e possibilidades para a evolução daquela alma. Porquê revoltar-se com os pais adotivos? Porquê revoltar-se com os pais que o abandonaram? Porquê revoltar-se com a sua situação? Concentre-se em si, em curar-se, em fazer esta vida produtiva e rica em experiências. Quando a pessoa não está alinhada com o seu Eu divino, vai ser tentada a voltar ao caminho certo. Se ela continuar a não estar alinhada, os guias que estão destinados a acompanhá-la afastam-se e chegam guias com a missão de salvar a pessoa da perdição. Por perdição, entende-se afastar-se demasiado da sua luz interior, podendo seguir caminhos obscuros e perigosos. Nem sempre as missões são bem-sucedidas. Muitas pessoas gostavam de ter um manual orientador, mas um guia demasiado detalhado é como o estudante que em vez de estudar, recorre a cábulas e não aprende.

Voltamos a referir que nunca está só, e quando se distancia da sua essência divina há intervenção do plano espiritual para o ajudar a retomar o seu caminho. Reze com frequência, peça proteção em todos os momentos da sua vida, exprima amor e gratidão pelos outros e pela vida, evite autojulgar-se ou condenar os outros com pensamentos e palavras nocivos, e assim vai conseguir manter o alinhamento permanente com a divindade que habita em si.

Quando uma criança é afastada de um lado da família, porque os pais assim o desejam, aquela parte da família deixa de ser importante para a aprendizagem da alma, e novas situações vão ser projetadas para a fazer aprender. Até ao último instante, esperamos que as pessoas encarnadas tomem a melhor opção para a sua evolução: encarar de frente as suas sombras e limitações. Mas quando elas decidem não o fazer, nós respeitamos porque sabemos que aquela alma, apesar de ter acreditado no sucesso antes de reencarnar, vai ser malsucedida, pois precisa de mais tempo para ganhar ferramentas para a sua «luta interna». Noutra vida, voltará a ter oportunidade de estar com as pessoas de quem se

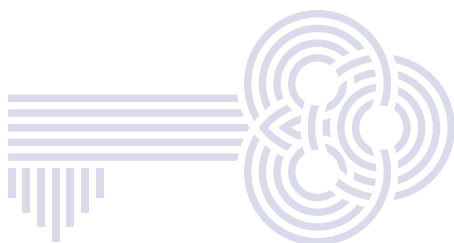
afastou, para realizar maravilhosas aprendizagens. Mesmo limpando a energia e fazendo diversas curas, o estudante tem de testar os seus conhecimentos. Por isso, a alma repete, repete, repete, até não mais falhar e alcançar a maestria nos relacionamentos familiares.

Portanto, os afastamentos e desentendimentos entre membros da família são um adiar da aprendizagem do amor. Não lamente não conseguir resolver um problema familiar ou não conseguir aproximar-se (ou aproximar alguém) de outra pessoa. Numa próxima oportunidade, de certeza que vai triunfar, e esta sua experiência menos agradável servirá para aconselhar outros a não fazerem o mesmo que lhe fizeram a si ou fez aos outros. Quando tem percepção de que foi o mau da fita, perdoe-se, liberte-se da culpa e faça por ser uma pessoa de bem na vida dos que encontrar a partir desse instante. Se não perceber um erro seu, nunca perceberá que tem de corrigir essa falha em si.

É assim que pode contribuir para o todo. Reconhecendo onde falhou e ajudar outros a não cometerem as mesmas falhas, evitando contaminar mais o planeta com más vibrações. Uma pessoa odiada por alguns é amada por outros. Só porque esteve mal lá atrás, não quer dizer que esteve sempre mal e estará sempre mal. A evolução da alma é isso, ser a cada dia que passa uma pessoa mais consciente e melhor.

Os afastamentos são sempre formas de as almas adiarem algo complicado que precisa de mais tempo e amor para ser resolvido. Uma coisa é um desentendimento com uma pessoa, outra coisa são várias pessoas que não se entendem. Cada uma analisa a situação pelo filtro da sua perspectiva pessoal, daí por vezes ser complicado o entendimento. Coitados dos que assumem o papel de resolução, pois acabam por ser considerados interesseiros ou raramente são valorizados. Se sentir que o peso da missão está demasiado complicado, peça aos seus guias para reformularem a sua lição, como se fosse um pedido para, em vez de pagar a pronto, pagar às prestações, de modo a não se colocar numa situação delicada e garantir que vai cumprir a sua responsabilidade. No plano espiritual há uma grande audiência de seres de luz à espera que triunfe, que trabalhem diretamente consigo. Não vai conseguir ser totalmente sucedido na sua interação familiar (há sempre algumas coisas que não terão o resultado planeado pela sua alma), mas se fizer o

seu melhor, analisando o seu comportamento e questionando-se se é o acertado para si ou se deve intervir na vida do outro, pode considerar-se uma pessoa sortuda que faz por aproveitar a sua experiência na Terra. A família é o seu porto de abrigo, aquele lugar para onde sabe que pode retornar. Faça por nutri-la de modo a poder ser nutrido também: isso é o que significa ser próspero.



ORAÇÃO: PROTEÇÃO PARA O LAR (FAÇA-A EM VOZ ALTA)

Este lar está protegido, dia e noite, pelas esferas celestiais.
Os anjos protetores acompanham-me e aos meus familiares,
promovendo segurança.

Este lar é um centro de amor e compreensão,
é um foco de respeito e igualdade.

A harmonia habita no meu ser e nos meus familiares.

Esta casa tem uma aura de serenidade,
a luz divina envolve todas as suas paredes, os tetos e chãos.

Este lar é o meu retiro espiritual,
cuido dele com amor, para que ele cuide bem de mim.

Gratidão por existires.

(No final, feche os olhos e imagine o seu lar completamente envolvido em luz rosa.)

Nota: Se puder, faça esta oração diariamente e, assim, erguerá no seu lar um forte campo energético de proteção, que o abençoará a si e aos seus familiares com amor, inspiração e orientações divinas, harmonizando a vossa interação. Se notar que algum dos seus familiares começou a ficar mais agitado após a prática desta oração, deve continuar a fazê-la, pois o seu estado de agitação reflete que a sua vibração está afetada por baixas energias que podem trazer desarmonia para ele e para o lar.

Romance

Recorda-se do seu primeiro amor? Está com ele ou conheceu outros amores? Li algures que as pessoas atualmente têm mais do que um casamento porque a esperança de vida aumentou e torna-se complicado tolerar durante uma vida inteira a mesma pessoa, mais precisamente os seus defeitos. Mas então como é que se explica os casais que permanecem/permanecerão juntos quarenta, cinquenta anos, até um deles falecer? Haverá um segredo para manter o sentimento após um longo casamento e o nascimento dos filhos? O que distingue os «sortudos» no amor dos que são «azarados»? Talvez os últimos não saibam escolher bem? Talvez os primeiros estejam a colher as sementes das suas boas ações, desta ou de outras vidas? A verdade é que somos todos diferentes, e até no percurso amoroso alguns têm serenidade e outros a sensação frenética de estarem constantemente a andar numa montanha-russa gigante. Mas há algo que não podemos negar: um relacionamento amoroso exige trabalho para nutrir, firmar alicerces e alcançar longevidade.

É desanimador para uma pessoa que quer encontrar a sua cara metade ter relacionamentos amorosos vazios ou efémeros. Já referi que parece que estamos à procura de um relacionamento amoroso para nos sentirmos completos, como se faltasse algo em nós.

⁷ Sendo tudo parte do processo de aprendizagem, naturalmente estes termos «sortudo» e «azarado» não fazem sentido, embora o usemos com alguma frequência.

Quando um romance termina, sofremos e perdemos a confiança no amor, batemos bem no fundo, bradamos em todas as direções que vamos ficar sozinhos até ao final da nossa vida para evitar um novo sofrimento, mas quando nos reerguemos estamos dispostos a amar novamente.

Nem todas as pessoas procuram um relacionamento amoroso, mas algumas gostavam de o encontrar, embora não o admitam. Há pessoas que parecem (e sentem) que não foram talhadas para ter um parceiro romântico. Há pessoas que permanecem fiéis a uma pessoa que já partiu, até ao final dos seus dias, anulando completamente essa sua área de vida e direcionando a sua energia para outras. Há aquelas que terminam ainda tendo sentimentos pela outra pessoa, talvez com um medo inconsciente de serem abandonadas? Ou talvez porque acreditam que a relação tem um tempo limite e, antes de serem deixadas, é melhor deixar? E há outras pessoas que saem de um relacionamento e apressam-se encontrar outro.

Há pessoas que só têm relacionamentos com pessoas comprometidas, repetindo o padrão inúmeras vezes, talvez herdado de alguns antepassados, sem consciência de que o precisam de quebrar e começar a amar-se plenamente. Porquê submeter-se a ser a pessoa que recebe migalhas de atenção quando pode ter toda a atenção do mundo? Porquê tentar convencer-se de que é amado, arranjando justificações para aquietar o seu coração, quando a outra pessoa na verdade nem se ama, senão não estaria num relacionamento extraconjugal? Para quê servir de tábua de salvação de uma pessoa que não consegue resolver os seus problemas no seio familiar, quando a nossa vida já é tão desafiadora? Em qualquer relacionamento, enquanto não aprender a amar-se, vai continuar a atrair relacionamentos amorosos que o vão testar. Afinal, a pessoa que ama (ou pensa amar) é um reflexo do amor que tem por si e de como está o seu interior. Relacionamentos ricos e gratificantes vêm de dentro de nós.

«Ele vai deixar a companheira, mas como ainda tem os filhos pequenos está à espera que eles cresçam», será mesmo que algum

dia ele vai tomar essa decisão? «Eles só se mantêm juntos por causa das aparências, o casamento deles já acabou há muito. Aliás, a companheira sabe que ele a trai.» Será mesmo assim? E que importância têm as aparências? Não será mais importante a paz de espírito? «Ele ainda não quer assumir a nossa relação, por isso encontramos-nos às escondidas», na verdade é melhor nem assumir, porque assim quando surgir uma pretendente mais adequada, ninguém soube desta relação pouco séria. «Eu não fui talhado para relacionamentos. Disseram-me isso em tempos», acreditamos naquilo que queremos. E até pode ser verdade, porque há pessoas que vêm trabalhar os relacionamentos afetivos mais do que qualquer outra área, precisamente porque no seu processo de evolução têm lacunas nesse campo, pelo que devem insistir para se aperfeiçoarem na arte de amar e receber amor, derrubando as barreiras que foram erguendo.

Se eu quiser aprender japonês, tenho de me dedicar ao estudo. Se quero ser bem-sucedido no meu campo amoroso, tenho de identificar o que tem corrido mal e como me sinto em relação ao amor. Serei desconfiado? Serei dependente emocionalmente? Não consigo abrir o meu coração, com medo de ser magoado ou de que se aproveitem de mim? Ando sempre à procura de alguém que cuide de mim? Sou demasiado controlador ou ciumento, verificando às escondidas o telemóvel do/a parceiro/a ou chegando ao ponto de gerar confusões que a vizinhança acaba por ouvir (e chamar a polícia)? Não consigo viver sem uma relação amorosa? Preciso de sentir que gostam de mim e que sou importante para alguém? A outra pessoa não me transmite segurança? Só exijo do outro e não retribuo com gestos de carinho? Assumi o papel de cuidador dos meus pais, por isso não tenho espaço para o amor? Valorizo demasiado o meu espaço, para ter de o partilhar com alguém? Acho que os relacionamentos amorosos dão muito trabalho? Gosto de ser independente e ao evitar um relacionamento, nunca me desiludo ou magoo? Os meus filhos são os amores da minha vida e vivo para eles? Quero alcançar uma nova oportunidade profissional e um relacionamento amoroso vai travar-me?

Se se identificou com alguma das situações anteriormente mencionadas, o que sentiu? Ansiedade? Medo? Alegria? Tristeza profunda? Descontração? Nervosismo? Inquietação? Alívio? Leveza? É importante, de vez em quando, refletirmos sobre a nossa vida amorosa, mesmo que não a tenhamos ou se acredite que temos a relação perfeita. Os sinais vermelhos muitas vezes estão lá, mas não os queremos ver ou nem nos apercebemos, porque desejamos ser amados e felizes, ainda que dentro de nós ressoe um vazio e uma melancolia, sinal de que a nossa alma nos tenta falar para reforçarmos as partes de nós que são pouco amadas ou estão pouco iluminadas.



Como está a minha vida amorosa neste momento?



Os relacionamentos amorosos não são fáceis. Mesmo as pessoas que parecem possuir uma varinha mágica para os fazer funcionar passam por dificuldades. As crises nos relacionamentos existem, mas nem todos estão dispostos a enfrentar as suas tormentas antes de alcançarem a harmonia. É mais fácil desistir, focando-se num novo relacionamento. Se é uma relação que se deteriorou, mas ainda permanece o respeito, é bom recordar o que nos fez apaixonarmo-nos por essa pessoa e o que nos levou a sentirmo-nos tristes/desamparados pelo caminho. E se a outra pessoa ainda tem um bom caráter, não valerá a pena passar pelo cabo das tormentas, promovendo a possibilidade de a relação ficar renovada e mais fortificada?

Naturalmente que, para uma pessoa «calejada» no amor, pode fazer-lhes confusão porque os outros têm demasiada facilidade nos relacionamentos, quando observam de fora. «Conheço pessoas que saem de um relacionamento e já começam outro. Então, porque isso não acontece comigo?», dizem alguns desanimados. Sair de um relacionamento amoroso já com outro pretendente no horizonte ou já estando noutra relacionamento facilita, porque assim não sofremos e já nos entregamos à nova energia da paixão, que é sempre intensa por ser novidade. Mas houve tempo para refletir sobre o nosso papel na relação anterior e curar algumas emoções geradas?

Um aluno meu partilhou comigo o seu trabalho de reflexão, mesmo tendo sofrido bastante com o término da relação: «Para me salvar, tive de sair desse relacionamento.» Não é qualquer pessoa que chega a esta conclusão ou que tem a coragem para sair de uma relação que já não lhe está a fazer bem. Na maioria das vezes, vamos aguentado, porque temos medo de ficarmos sozinhos. Quando um relacionamento é tóxico ou já não faz sentido para nós, é preciso repensarmos o que queremos para a nossa vida.



Em qualquer relacionamento ocorre troca de energias, que continua até mesmo quando as pessoas já não estão juntas. Se terminamos um relacionamento e iniciamos outro quase de imediato, ainda estamos ligados à energia da relação anterior, pelo que é importante aguardarmos antes de voltarmos a abrir o coração para o amor, de preferência até termos a certeza de que está tudo bem resolvido no nosso interior.

O problema que conduziu ao fim não está somente na outra pessoa, e há sempre algo a aprender num relacionamento falhado. Talvez tenhamos mudado e, no processo, o distanciamento ocorreu de forma natural? Se calhar criámos demasiadas expectativas em relação ao outro e ele não as conseguiu corresponder? Talvez fomos guardando dentro de nós mágoas e ressentimentos, em vez de as expressarmos, e o copo começou a transbordar com frustração, ansiedade e desânimo? Se avançarmos para uma nova relação sem percebermos o motivo de a antiga relação não ter dado certo, possivelmente vai acontecer de novo.

«A ex-mulher dele era demasiado possessiva, por isso ele não aguentava», diz a nova companheira, sem ter testemunhado, sem conhecer a outra versão. Porque será que a ex era assim? Daria ele motivos? Não se deve formular juízos de valor, com pessoas que não conhecemos. No devido tempo, podemos vir a confirmar se a culpa está na ex ou no nosso atual companheiro. «Ele traiu-a, porque ela era insuportável.» Se ele traiu, quem garante que não vai voltar a trair? Afinal, as pessoas tendem a comportar-se de forma igual, se não houve consciencialização de que a traição não é a melhor direção e sim o diálogo. A crença de que «comigo vai ser diferente» é sempre tendenciosa. Embora também seja verdade que há pessoas que juntas tornam-se bombas atómicas, e com outras corre tudo lindamente. Há pessoas que combinam melhor umas com as outras, por conta da aprendizagem ou do resgate cármico que precisam de efetivar, pela sua vibração ou nível de evolução da alma.

Afundarmo-nos numa tristeza, no final de um relacionamento, é normal. Afinal, quando o iniciámos, acreditávamos que seria para sempre. Se não pensássemos dessa forma, então não estávamos a ser sinceros com a outra pessoa. «Porque é que ele já não gosta de mim? Dei-lhe tudo e ele trocou-me por outra pessoa? Porque é que ele não arranja tempo na sua vida para mim? Valho assim tão pouco?», podemos questionar-nos, com imensa dor. Sim, para a pessoa que não quer permanecer connosco já não temos qualquer valor e ela está a direcionar a sua atenção para a sua nova

conquista. Também, quando o leitor perde o interesse por algo, deixa de o valorizar ou abandona. Felizmente que são cada vez mais os ex-casais que continuam a respeitar-se e estimar-se, e que terminam a relação de forma pacífica.

Vivencie a sua dor, experiencie as emoções que parece que vão matá-lo por dentro, sinta raiva da outra pessoa... não tem mal. Mas evite comportar-se de forma irracional, para se vingar, pois isso mostra que lhe falta maturidade emocional. Todos esses sentimentos desarmoniosos haverão de passar, e se fizer bem o seu processo de cura, perceberá que foi o melhor para si. Talvez estivesse a anular-se? Já não se estava a amar, para dar todo o seu amor à pessoa que já não estava nem aí para si? Deixou de sair com pessoas amigas para estar em casa com o seu amor? Carregou a outra pessoa ao colo para que ela se sentisse amparada e nutrida, sem sofrer grandes percalços, mas no decorrer do tempo ninguém a levou ao colo? Assumiu o papel de mãe/pai e deixou de ser a parceira/o? No momento em que mais precisou, ela não o colocou no topo das suas prioridades? Abandonou ou colocou em pausa a sua carreira para se dedicar totalmente à família, porque essa era a sua vontade?

Refleta, dê tempo ao tempo e resolva-se interiormente. Assim abrirá a possibilidade, se for esse o seu desejo, de encontrar uma pessoa que o vai completar e estará por inteiro na sua vida, sem exigir cobranças, e a apoiá-lo, sem que o tenha solicitado. Esta vida é demasiado curta para nos prendermos a amarguras, ressentimentos e ódios. Daqui a uns tempos encontrar-nos-emos todos no plano etérico, por isso para quê agarrar-se ao sofrimento? Há pessoas que ficam paradas no tempo, anos e anos, porque continuam a reviver a dor da desilusão e do abandono. Não é fácil sair de um círculo de dor, mas também não é impossível. Lidar com um término tem de ser visto como um processo pessoal, em que sairemos bem, e quando estiver a demorar demasiado, temos de aceitar que precisamos de procurar ajuda.

Uma conhecida minha partilhou que os pais, já a entrar na casa dos oitenta, brigavam diariamente porque a mãe havia descoberto

recentemente que o pai a tinha traído há décadas. «O ambiente é insuportável. Devo permanecer do lado da minha mãe, porque ele é que esteve mal, certo?», perguntava-me ela. Não me parece que seja a melhor maneira de terminar os últimos anos de vida, consumindo-se em brigas por causa de algo cometido no passado, gastando a pouca energia que lhes resta e pondo em risco a sua saúde. Mas os intervenientes é que têm de chegar a essa conclusão e podem não ter essa capacidade de discernimento sem ajuda. Num ciclo contínuo de brigas e discórdias, a energia do ambiente tende a tornar-se de tal modo pesada, que se as pessoas que lá habitam não colocarem um travão, vão atrair espíritos de baixa vibração que vão estimular a propagação do ódio.

Não é fácil lidar com um relacionamento amoroso que falhou, mesmo que o nosso sentimento em relação à outra pessoa tenha mudado. Já estive lá algumas vezes. Tive de fazer um intenso trabalho de perdão com essas pessoas, que me magoaram, limpando a energia densa que teimava em ficar no meu campo energético a fazer-me reviver essas vivências. De certeza que também as magoei, embora no início – cega pela minha própria dor – tenha considerado que tinha sido a única vítima. Sempre que elas me vinham à mente, ligava-me a elas. Senti raiva. Chorei. Desiludi-me comigo, por me ter deixado relacionar com algumas dessas pessoas. E agora, quando penso nelas (porque é inevitável ao estar a escrever este tema), sinto paz no meu coração, porque já sei o que tinha para aprender com cada um desses relacionamentos, apaziguando-me com o meu passado. Levei o meu tempo, mas alcancei um novo estado de consciência.

Às vezes parece que vamos morrer sem a outra pessoa, tal é a dor que aperta no nosso peito. Mas antes de ela entrar na nossa vida, nós estávamos bem. Aliás, há pessoas que antes de uma relação eram confiantes e, por se terem doado tanto no relacionamento, quando ocorre o término estão completamente desconetadas de quem eram. A lição do perdão é difícil. Mas a lição do desapego é dolorosa, causando uma ferida profunda no coração, que se não cuidarmos pode permanecer aberta. Todos nós temos de perdoar,

desapegarmo-nos, aceitar, fazer mudanças, amarmo-nos. Quando estamos com frequência a pensar que não sabemos qual é a nossa missão, é bom olharmos para os nossos relacionamentos. O que está mal? Qual o nosso padrão de comportamento neles? De que modo temos sido tratados? Como tratamos os outros? Aqui reside uma parte da sua missão de vida no momento: promover a harmonia nos seus relacionamentos.

Em tempos, fui abaixo, deixei-me ir até ao fundo de um poço escuro e parei no tempo. A minha luz diminuiu, fiquei desanimada, e perdi o sentido da vida, mesmo tendo um vasto conhecimento na espiritualidade. Os meus guias disseram-me que eu era como uma casa, que se perdesse um bloco, não ruiria. O leitor é igual a mim. Não é por perder um tijolo na sua estrutura, que vai ser o fim do mundo. O tempo vai trazer entendimento, clareza e cura, mas não há um tempo certo, pois cada um lida com o processo à sua maneira e com os recursos que tem. Quando emergi do poço e comecei a sentir a chama da vida que habita em mim, a energia da motivação e os meus desejos pessoais começaram a manifestar-se, para eu seguir em frente.

Se abandonamos um relacionamento, porque a outra pessoa não nos faz feliz ou não nos completa, temos de repensar no que somos. Ninguém tem a obrigação de nos fazer feliz ou de ter todas as qualidades que procuramos no outro. Nós é que temos de procurar perceber de que forma podemos ser felizes, sem depender dos outros. A pessoa que está ao nosso lado existe para nos apoiar, quando caímos, e para nos empurrar para a frente, quando deixamos de confiar em nós ou na vida. Também é bom percebermos se temos comportamentos idênticos à relação dos nossos pais. Aprendemos por observação, e podemos estar a plasmar comportamentos e crenças que não são nossos.

Num relacionamento amoroso, as pessoas têm de ser amigas, companheiras, conselheiras e proporcionar o ambiente/as condições para a outra pessoa brilhar. Também é muito importante a comunicação, expressando o que sentem, para o outro compreender.

Quantas vezes imaginamos o que a outra pessoa está a pensar ou a sentir, e ao perguntarmos-lhe não era nada disso? Um casal que cresce junto e se respeita é a parceria ideal na Terra. Também um casal que partilha os momentos do seu dia, desabafando quando precisa de uma palavra amiga, terá mais facilidade em resolver tensões no relacionamento. Volto a referir que abandonar uma relação e ir em busca de outra, sem nos resolvermos primeiro, só nos trará felicidade momentânea. Também, ser a terceira pessoa num relacionamento e desejarmos que o «rival» desapareça, para ocuparmos o seu lugar, é muito errado e cruel. A outra pessoa estava lá primeiro.

Se neste momento se encontra desanimado no amor, faça um trabalho de interiorização, de perdão, de libertação...



Descrevo se há algo que me magoa interiormente, relativo a um amor do passado ou no amor/relacionamento atual?

O que posso fazer para melhorar o meu relacionamento atual ou para me abrir para um novo relacionamento (se é o meu desejo)?



O mundo, como sabe, está sempre a avançar e a mudar, e se o leitor permanecer preso ao passado ou a um acontecimento que o magoou, vivenciando repetidamente essa dor, está a perder a oportunidade de viver novas e maravilhosas experiências. Jamais pense que é uma pessoa má ou que está a ser castigado, por se considerar azarado no amor. Seja positivo. O universo lê vibrações, por isso vibre na positividade.

Quem anda à procura de uma garantia de que o seu relacionamento vai dar certo até ao final da sua vida, por isso é seguro avançar com um compromisso mais sério, está a iludir-se. Os que trabalham na previsão do futuro sabem que há sempre variáveis que podem intervir ao longo do tempo, pelo que nada é garantido nesta vida, embora certos relacionamentos possam ter mais possibilidades de dar certo e se possa pedir conselhos às ferramentas oraculares⁸. «Mas disseram-me que ele é a minha alma gémea...» Acredito que até seja, mas também será um relacionamento desafiante, e acreditarmos que está garantido porque essa pessoa é a nossa outra metade perfeita, se pelo caminho deixamos de nutrir a relação, o desfecho será igual a outras tantas relações que findam.



O desânimo toma facilmente conta de nós, nas questões amorosas, porque as emoções controlam-nos na maior parte das vezes, quando seria ideal que não nos deixássemos afetar por elas. É muito comum, entre as mulheres, fazer pedidos ao Santo António ou ao Anjo do Amor. «Com tantos pedidos, porque ainda não conheci a pessoa que me está destinada?» Estará mesmo destinada, caro leitor? A vida vai-se fazendo. As escolhas do passado trouxeram-no a este momento, e estão a contribuir para a construção do seu futuro. Portanto, temos alguém destinado ou a culpa é dos romances

⁸ O baralho cigano é um excelente instrumento para o auxiliar nas previsões para o futuro. Recomendo *A Magia do Baralho Cigano* para quem quiser iniciar os seus estudos, e *Encontre Respostas para a sua Vida com o Baralho Cigano* para expansão das suas práticas. Ambos os livros são acompanhados por um baralho de 36 cartas.

cor-de-rosa que nos fazem acreditar nisso? E já fez o trabalho interior necessário para atrair o que realmente é bom para si?

Embora haja homens românticos e eles também desejem encontrar a sua contraparte, as mulheres costumam ser mais românticas. Aliás, casar e constituir uma família foram, durante séculos, os únicos objetivos da maioria das mulheres, com a liberdade limitada, por serem consideradas inferiores aos homens e por dependerem deles para sobreviverem. Mas no mundo atual continua a haver muitas mulheres sem liberdade pessoal e financeira. Ainda há países em que o marido tem de autorizar a saída da mulher do país e outros em que as mulheres são vistas apenas como um objeto de procriação ou de satisfação de desejos sexuais.

Quando penso nas minhas antepassadas, no quanto sofreram, essa dor ressoa em mim, nas minhas células. «E se eu não conseguir dar-lhe um filho, ele vai deixar de gostar de mim/vai deixar-me? Tenho de ser uma boa esposa e dona de casa, mantendo a boca fechada», disseram muitas delas. «Tens de aguentar a tua cruz», ouviram outras quando pediam ajuda às mães por serem maltratadas física ou psicologicamente pelo marido. Não estou de maneira nenhuma a desconsiderar os homens, até porque alguns deles, quando sofrem por amor, vão mais abaixo do que as mulheres e demoram mais a reerguer-se. Mas sabe-se que as mulheres foram muito ostracizadas nas épocas passadas.

Não é por acaso que a nossa alma escolhe determinados papéis. Ela precisa de passar por certas experiências. Por exemplo, se um marido é autoritário, violento, opressor, a sua mulher tem uma lição a aprender. Talvez precise de impor-se mais? Valorizar-se? Ganhar mais independência? Procurar libertar-se? Se é uma mulher que não respeita o companheiro, talvez seja um indício de que ele precisa de trabalhar o amor-próprio. Se um dos parceiros é traído e perdoa, levando a relação para a frente, mesmo tendo havido uma quebra de confiança, talvez a lição fosse mesmo essa: perdoar. O leitor perdoaria/já perdoou? Ou será que considera que não se deve perdoar, porque quem perdoa revela fraqueza

por não conseguir viver sem a outra pessoa, além de que pode voltar a ser traído? Talvez a lição seja, mesmo que haja o fim da relação, conseguirem manter uma relação de respeito, pois durante um determinado período de tempo foram importantes um para o outro e admiravam as suas qualidades pessoais.

«Vamo encontrar-nos na Terra e eu vou fazer-te isto para tu poderes experienciar aquilo. E tu vais fazer-me isto para eu poder perceber o que ainda tenho de sanar», podemos ter combinado algo deste género antes de reencarnarmos. As almas assumem tarefas que foram acordadas no plano espiritual, daí serem todas almas amigas. Ajudamo-nos mutuamente na nossa evolução, e o romance, quando não corre bem, é sem dúvida uma das lições mais dolorosas de experienciar, mas nada justifica deixarmos de cuidar da nossa saúde, deixando de comer e dormir, ou desistindo da vida. Ainda que esteja a sofrer por amor, cuide do seu corpo. Se, pelo contrário, tem uma relação harmoniosa, faça por continuar a cuidar dela, mas não deixe a sua luz interior extinguir-se.



Precisamos de lanternas de luz divina acesas no mundo, para trazer cura e despertar consciências. Sentir amor pela vida, por si, pelos outros, é uma forma de projetar a sua luz para grandes distâncias. Aliás, uma das grandes aprendizagens da vida é aprender sobre o amor-próprio, a amar-se, e isso não implica necessariamente ter um parceiro romântico. Podemos amar os outros sem que eles nos correspondam de igual forma. Amar sem esperar receber amor de volta é o AMOR INCONDICIONAL em ação.

O que dizem os mestres espirituais sobre o romance?

Todos os momentos da vida são capazes de suscitar felicidade em cada um de vós, mas a alegria de saber e sentir que alguém vos ama romanticamente é de tal modo grandioso que os seres humanos buscam sempre a sua outra parte.

Quando as almas começaram a reencarnar, foram divididas em várias parcelas (em espíritos) para experienciarem diversas realidades mais rapidamente, pelo que o espírito que anima o seu corpo, embora proveniente da mesma alma de outros espíritos, tem vida e vontade própria por conta das experiências pessoais que foi vivenciando.

Podemos considerar que é vontade do ego ser amado, valorizado, estimado; aliás, as pessoas sempre procuram o reconhecimento e os elogios dos outros para terem a sensação de conforto de que agiram bem. No entanto, estando a alma dividida, é normal no plano terreno sentir que falta algo. É como perder uma perna, e mesmo usando uma prótese, a pessoa sabe que se a tivesse, a vida seria diferente. Porque embora a mente possa tentar acreditar que consegue fazer tudo como antes, na verdade isso não acontece.

Por essa razão, as pessoas estão sempre numa busca incessante pelo amor, pela sua alma gêmea, para se sentirem mais completas. Claro que quando almas gêmeas se encontram, se estiverem bem alinhadas com o seu propósito de evolução e em respeito com o percurso pessoal da outra parte, vão sentir-se mais completas e com mais determinação para ousar/avançar. Como é que podemos explicar melhor? Quando está cem por cento à vontade em algo, mesmo sem ter chegado ao resultado, já tem a sensação dentro de si de que vai ser bem-sucedido. Então, o espírito que habita o seu corpo, mesmo com uma chama da vida própria que o faz experimentar várias vezes o plano terreno, em termos de energia não está completo, daí a necessidade de encontrar mais parcelas de si para se sentir mais integrado/mais ele próprio e a sensação de precisar de outra pessoa para ficar completo.

Naturalmente que esta sensação e estado de consciência pode ser alcançado quanto mais a pessoa se alinhar com a divindade, com o seu Eu superior, porque nessas alturas não precisa de uma alma

gêmea para se sentir na sua totalidade, porque o divino o cobre com essa capacidade de se sentir total. Daí que se verifique que os grandes mestres espirituais na Terra, embora tenham tido relacionamentos de variados tipos, não precisavam de um amor romântico para se expressarem ou se sentirem completos.

Nós sabemos que não é fácil alcançar este estado de totalidade, até porque a solidão é algo que assusta os seres humanos e está plasmado na evolução da humanidade como algo triste, de sentir pena daquela pessoa que está completamente só. Na verdade, as pessoas nunca estão sós. Existem milhões de habitantes no mundo. Porém, como a maioria está concentrada na sua vida e há quem não goste de incomodar, existem pessoas que acabam por vivenciar a solidão, fechando-se para o mundo. Os relacionamentos amorosos podem parecer mais desafiantes do que os outros tipos de relacionamentos, por parecerem magoar mais profundamente, quando ocorre uma separação. Mas, na realidade, eles têm o mesmo peso que qualquer outro relacionamento na evolução de uma pessoa. O que acontece é que os laços familiares por vezes são mais difíceis de cortar, enquanto que numa relação amorosa, quando algo começa a faltar, o corte é mais fácil de dar, principalmente para quem deixou de gostar. Um pai e uma mãe vão estar sempre para o filho, mesmo que sejam maus pais aos olhos desse filho. Um ex-companheiro facilmente vai seguir outro caminho, em busca da felicidade que já não consegue no relacionamento atual.

As discussões podem ser desgastantes para uma relação amorosa, se as pessoas envolvidas não souberem colocar um travão. Os objetivos em comum, embora facilitem a relação, não são obrigatórios para um casal dar certo. O comprometimento na relação é que faz com que ela perdure. Quem entra numa relação a pensar que se não der certo, pode ir procurar outra pessoa, por isso vai manter o pé atrás, à partida já está a ditar o desfecho da relação.

É verdade que há relações que têm um tempo limitado, no entanto aquelas que mais possibilidades têm de perdurar são aquelas em que os parceiros decidem por algo mais sério: casar ou assumir a relação perante todos, dividir a casa e os encargos, ter filhos. Estas são as relações em que ambos, a determinada altura, estavam sintonizados no mesmo

objetivo. O que as leva a falhar? São diversos os motivos, de acordo com as personalidades e expectativas das pessoas, mas voltando a repetir, quando uma das pessoas começa a distanciar-se, e consequentemente a desejar sair da relação para encontrar outra pessoa que não lhe exija tanto e que lhe dê felicidade, perde-se o vínculo criado no início. A alma é que ama, por isso é normal, após um término, um dos dois continuar a amar a outra pessoa, principalmente quando se trata de uma alma evoluída, que não consegue ter ódio no coração. Independentemente do nível de evolução da alma, é importante a pessoa que ficou a sofrer continuar a viver e abrir-se para novas experiências. Como a autora referiu, a vida passa a correr, e daqui a uns tempos as almas irão reencontrar-se para discutirem o que resultou e que o podia ter sido feito de forma diferente. Porém, é importante saber viver sem outra pessoa ao lado, para perceber o que ainda precisa de melhorar em si/conquistar.

Quanto mais as almas são maduras, sábias, mais capacidades elas têm de refletir nos relacionamentos, afinando o que está mal. Daí haver pessoas que ficam juntas toda a vida. Daí haver pessoas que apesar de se separarem, continuam a dar-se pelo bem-estar dos filhos. Quando as pessoas são mais imaturas, não refletem e consideram que a felicidade está sempre fora de si, naturalmente vão procurar outro relacionamento mais satisfatório, uma nova lufada de ar fresco na sua vida ou vão ter dificuldades para ultrapassar a dor do desfecho. Mas, na verdade, a insatisfação está dentro delas, e ninguém conseguirá colmatá-la, se a pessoa não o decidir fazer.

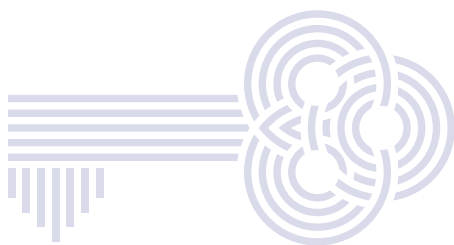
Por isso, podem sempre iniciar um novo relacionamento, mas perdoadando/sanando o anterior e reafirmando o que querem e o que desejam evitar. Caso contrário, atrairão uma pessoa muito semelhante à anterior, porque ainda há coisas para resolver em vós. Todos vós são espelhos uns dos outros, e ainda bem que uma alma amiga se aproxima para vos fazer ver o que precisam de aperfeiçoar, mesmo que depois, do ponto de vista humano, se revele a pior pessoa que passou na vossa vida.

Não importa se a alma que está consigo é gémea ou companheira, ou que tenha muitas coisas para resolver consigo ou que a tenha decidido ajudar bastante, o importante é entenderem-se como casal e,

com o coração aberto, escalam para as novas lições que a vida vai trazendo. As vivências num relacionamento amoroso são desafiantes. Mas quando começa a sentir que está farto da outra pessoa, percebe o que está a faltar em si ou que parte de si o irrita? Talvez a concretização de um objetivo que tem adiado? Talvez um padrão comportamental ou crença demasiado enraizado? A culpa das suas frustrações pessoais não está nos outros, mas em si, por isso olhe sempre para dentro. Também, quando começa a exigir muito da outra pessoa, percebe o que tem em falta no seu campo emocional. Talvez no passado, tenha tido falta de atenção, por isso agora quer toda a atenção do mundo? E como está o seu amor-próprio?

Se após muita reflexão, considerar que a relação já não é para si, termine as coisas como deve ser, antes de se lançar noutro relacionamento. Quanto mais as coisas ficarem bem resolvidas, menos possibilidades terá de vivenciar algo parecido ou encontrar-se com essa pessoa, numa vida futura, num enredo semelhante. Voltamos a lembrar que é na Terra que a alma tem mais margem de manobra para sanar as suas feridas, resolver quezílias originadas com outras pessoas em vidas passadas, realizar as suas aprendizagens, perdoar e ser perdoado. E o que os outros fazem não é da sua conta. O que importa é o que está a fazer para o bem da sua evolução.

Para finalizar, os seus pedidos são sempre escutados, sejam realizados a Deus, a um anjo, a um santo, mas note que se não tiver consciência da razão de estar a passar por algo, não conseguirá encerrar bem um ciclo para iniciar outro. As pessoas que são mais rápidas a ficar resolvidas com um término de um relacionamento amoroso são almas mais maduras, que já aprenderam que não é bom ficarem presas a ressentimentos. Nunca fique revoltado com o plano divino e nem deixe de acreditar no amor verdadeiro. Afinal, é um ser constituído de amor e precisa de expressar amor na Terra. Uma dica: ao fazer o seu pedido para encontrar uma nova pessoa, peça aos seus guias para lhe trazerem os seguintes esclarecimentos: Qual a lição que tinha a aprender com a minha última relação? O que preciso de ultrapassar/adquirir para ser bem-sucedido no amor? A resposta virá de forma espontânea e tudo fará sentido, sendo mais fácil aceitar e avançar, com as coisas bem resolvidas dentro de si.



EXERCÍCIO: PERDOAR (FAZER DURANTE 21 DIAS SEGUIDOS)

Garanta que não vai ser interrompido. Sente-se, de forma confortável, com as costas direitas, e pense na pessoa ou situação que quer trabalhar. Quem precisa/o que precisa de perdoar/libertar? Porque elegeu essa pessoa/situação?

Peça proteção e auxílio aos seus guias de luz e ao Arcanjo Miguel para que o acompanhem durante todo este exercício e faça algumas respirações profundas (nesta fase pode fechar os olhos, para se concentrar). Quando se sentir preparado, imagine uma chama violeta a descer do cosmos e a envolvê-lo completamente, da cabeça aos pés. Em seguida, coloque ou imagine a pessoa (observe como ela está) ou a situação escolhida à sua frente e deixe que essa chama se expanda até ela, cobrindo-a totalmente. Ficam assim ligados por essa chama, que vai queimar o que identificou e até mais coisas que possam estar a condicioná-lo e de que não tem consciência.

Visualize um fumo cinzento a sair dessa chama, enquanto o trabalho de transmutação ocorre. E repita três vezes, em voz alta (pode abrir os olhos nesta fase): «Neste fogo sagrado entrego para transmutar em amor e luz tudo o que há de negativo entre mim e... (dizer o nome da pessoa ou a situação). Eu perdoo-te e peço que me perdoes. E também me perdoo... Eu te liberto e tu me libertas. Sou um ser livre, compassivo e próspero.» No final, permaneça durante algum tempo de olhos fechados, sinta gratidão e avalie como se sente.

* Também pode fazer a oração consigo mesmo, se sente que não se consegue desprender de um sentimento de culpa em relação a alguém ou algo.

Nota: O ato de perdoar liberta-o de uma mágoa/ferida que alguém lhe causou/evidenciou ou do sentimento de culpa que possa ter originado em relação a uma pessoa ou a um comportamento seu. Perdoar é um crescimento para a sua alma, é uma forma de retirar do seu campo energético um bloqueio emocional e mental que o impede de estar na sua totalidade. É, também, um meio de melhorar uma relação e um ato de generosidade para consigo. Mesmo que considere que não há nada para perdoar, faça-o porque a outra pessoa pode guardar ressentimentos contra si. Se alguém lhe fez mal, perdoe e liberte-se. Quanto mais perdoar pessoas e situações, mais próximo estará da sua individualidade espiritual, canalizando mais prosperidade para a sua vida e abrindo-se para novas possibilidades.

Filhos

Tal como nasceu numa determinada família, há almas que escolhem fazer parte da sua família como seu(s) filho(s). A pressão da sociedade para um casal ter filhos só se torna pressão se esse casal se deixar influenciar por ela. Há casais bem resolvidos que optam por não ter filhos, há outros que desesperam por não conseguirem ter filhos – matando lentamente o seu relacionamento, muitas vezes sem se aperceberem – e há aqueles que têm filhos, mas, segundo o julgamento alheio, nem deveriam ter sido pais. Para não falar dos negligentes, em que os filhos têm de lhes ser tirados antes que aconteça alguma desgraça, como daquelas que os meios de comunicação dão a conhecer.

Mais uma vez relembro que as almas reencarnam continuamente para vivenciarem diversas possibilidades, ou seja, incorporam um papel que possivelmente ainda não tinham assumido ou que precisam de aperfeiçoar. Se em várias vidas o leitor teve filhos, já experienciou a maternidade ou a paternidade com sucesso, já sabe nutrir como uma mãe ou apoiar como um pai; nesta vida ser mãe/pai pode não fazer parte dos planos da sua alma por já ter sido integrada a aprendizagem. O mais complicado é aceitá-lo,

quando não se sabe quais são as linhas orientadoras para o nosso «destino» por falta de acesso ou desconhecimento de que somos um espírito num corpo físico. Aceitar que não vai conseguir ser mãe/pai, aceitar que aconteceu ser mãe/pai apesar de não o ter desejado, aceitar que os filhos nem sempre trazem alegrias e o desgastam, ao ponto de por vezes perder a cabeça, também faz parte do processo de evolução, sendo sempre prudente cuidar bem de si para evitar um esgotamento ou depressão.

O leitor nem sempre proporcionou alegria aos seus pais. Eles tiveram noites mal passadas quando era bebé, e noites mal dormidas quando nas saídas noturnas na sua adolescência ou início da vida adulta demorava a chegar a casa. Preocuparam-se com o seu percurso escolar e ainda se devem preocupar com o seu trabalho, com as suas companhias, com o seu relacionamento amoroso, as contas que tem de pagar, com os seus filhos. Mesmo que eles parecessem não se importar, acredite que se importavam; simplesmente as gerações anteriores tinham dificuldade em exprimir sentimentos positivos. Possivelmente, eles nunca lhe disseram que o amavam, e também não lhes deve ter dito que os ama. Os pais, conscientes do seu papel e capazes, querem sempre o melhor para os filhos, e esperam que eles tenham uma vida boa, mesmo que esse «melhor» seja o pior em termos de aprendizagem da alma.

Um pai deve respeitar os gostos e os desejos dos filhos, no entanto, tem o dever de orientá-lo quando o sente perdido. Se quando adultos, andamos confusos quanto ao que fazer, imagine-se uma criança ou jovem. Ainda que se considere que os filhos são maduros para a idade, não deixam de se sentir perdidos. O filho tem de desempenhar o papel de filho, e o pai/mãe tem de desempenhar o papel de progenitor. Assim, há um maior garante de sucesso. Se é filho, porque se comporta como mãe ou pai? Se é pai ou mãe, porque se comporta como o melhor amigo e deixa que o seu filho tenha autoridade sobre si? Se o seu filho é adulto, porque continua a acarretar com as suas responsabilidades, impedindo-o de

crescer? Paninhos quentes só devem ser dados quando a pessoa tem uma dor muscular, para a aliviar.

Os pais dedicam grande parte do seu tempo de vida aos filhos, algo louvável, porque se não os tivessem, teriam mais possibilidades de explorar o mundo, se usassem esse tempo de forma produtiva. Porém, mesmo doando todo esse seu tempo, quando chegam a velhos tornam-se um fardo. Talvez porque é demasiado exigente cuidar de um idoso? Talvez porque os filhos querem viver a sua vida e um idoso, dependente, condiciona a sua liberdade? Talvez porque o pai/a mãe sempre beneficiou um certo filho, por isso outro filho consegue com facilidade desligar-se de qualquer responsabilidade de cuidar dele? Talvez o filho esteja a viver noutro país, impossibilitando-o de cuidar de um deles (mas possivelmente critica quem assumiu esse papel, achando que faria melhor)? Talvez porque a sociedade está a caminhar para a ideia generalizada de que o melhor a fazer é institucionalizar os pais idosos, porque a vida é demasiado exigente e é impossível estar em vários sítios em simultâneo e garantir sucesso? Não estou de maneira alguma a criticar as decisões das pessoas. Sei o quanto a vida atual é frenética e, por experiência, o quanto é exigente ter ao nosso cargo um idoso dependente. Se não formos fortes de espírito, com certeza vamos afundar-nos num desgaste físico, mental e emocional, que se não for tratado a tempo, pode levar-nos a desequilíbrios bastante profundos.

Não há uma fórmula para o sucesso na educação dos filhos e não há garantias de que os filhos vão auxiliar os pais quando eles precisarem, principalmente para quem estiver a pensar que os filhos são os seus potenciais cuidadores na velhice. A minha mãe preocupa-se comigo, por eu não ter filhos, porque quando eu chegar a idosa vou estar sozinha. Onde vivo, esta crença está muito enraizada, pelo que não posso esperar que ela pense de forma diferente, até porque ela não fez o percurso de consciencialização interior que eu fiz. No entanto, há dias, quando ela voltou a manifestar a sua preocupação, disse-lhe que ela devia ficar feliz por

ter-me a acompanhá-la na velhice, e que quando eu chegar a velha ela já não vai estar viva, por isso não valia a pena angustiar-se.

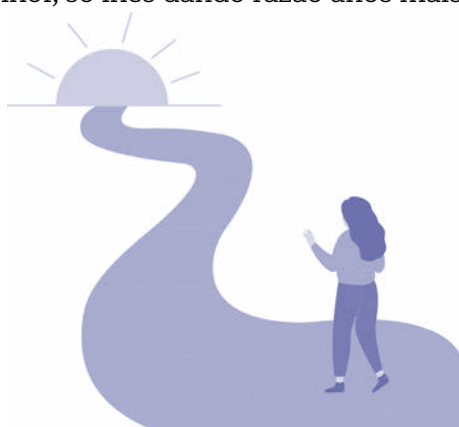
Percebi também que a expressão que disseram imensas vezes à minha mãe quando eu era criança, por ser única filha, «Quem tem um, não tem nenhum» não se aplica de todo. Até quem tem mais do que um filho, muitas vezes é como se não tivesse nenhum quando mais precisa. Sei que há outro significado nesta expressão, a de que se eu morresse, ela ficaria sem filhos, enquanto que quem tem mais do que um, e por uma fatalidade perder um dos filhos não é assim tão mau, segundo a opinião das pessoas que nunca passaram por uma situação dessas. Claro que é mau! Não se diz a um pai ou mãe que perdeu um filho «Ainda tens outros filhos.» Um pai e uma mãe com sentimentos puros pelos seus filhos, embora os ame de forma diferente, não vai sofrer menos pela perda de um filho porque tem mais. Precisamos de ser compassivos nestas situações. O luto é vivenciado de forma diferente de pessoa para pessoa, e mesmo que o pai/a mãe tenha entendimento de que a alma é eterna, a saudade da ausência é sentida no corpo humano e nem sempre é fácil lidar com a perda.

Acima de tudo, na educação dos filhos é importante estar presente, conversar, apoiar e descansar quando sentir que está a precisar do seu espaço, recarregando baterias. Um pai e uma mãe nunca se devem anular em função da vida dos filhos, mas também não devem ser negligentes, porque aquela alma ou almas confiaram neles para triunfarem na sua missão de vida. Os pais igualmente não se devem culpar se o filho não corresponder ao que idealizaram. Nunca é bom sobrecarregar os filhos com os desejos pessoais, pois estes vão sentir-se pressionados, podendo contrariar a sua real vontade, trazendo-lhes no futuro ansiedade e frustração, ou vão desiludir profundamente os progenitores ao não se manterem nesse rumo.

Se tiver um filho que não lhe dá tantos motivos para orgulho e que escolheu uma carreira que, aos seus olhos, tem pouco prestígio, e que por essa razão já não o pode elogiar pelas suas conquistas pessoais nas conversas com os amigos com filhos em idades

aproximadas, pergunte-se: «Ele está feliz?» Se a resposta for sim, descontrainha e deixe-o viver a vida que ele considera ser a ideal para ele. A felicidade resulta em saúde e significa alinhamento com o propósito divino. E certamente ele deve ter boas qualidades, como um bom coração, pois ao ligar-lhe ele vem sempre, é calmo e transmite essa paz aos que estão com ele, é bastante inovador... Portanto, tem sempre por onde elogiar o seu filho.

Se a resposta for não, aceite e conceda o seu apoio quando lhe for solicitado⁹. As pessoas precisam de vivenciar certas experiências para aprenderem. Pois, apenas ter conhecimento da teoria, com base nos conselhos e orientações dos outros, nem sempre a aprendizagem fica efetivada. Com o leitor de certeza que sucedeu algo idêntico. Quantas vezes os seus pais aconselhavam/alertavam e achava que sabia mais do que eles? Por isso foi trilhando o seu caminho como considerava melhor, só lhes dando razão anos mais tarde.



O que dizem os mestres espirituais sobre este tema?

Os filhos são oportunidades para os pais resolverem questões que trazem do passado ou de vidas passadas. Padrões familiares, de antepassados, transmitidos de geração em geração, muitas vezes têm

⁹ Não estou, naturalmente, a referir-me às situações em que um filho se mete por caminhos duvidosos, pondo a sua vida em risco ou a de outros, pois aí o pai/a mãe deverá ser interventivo/a, se estiver ao seu alcance.

de ser quebrados para que determinada linha familiar possa começar a vivenciar outros rumos. Se há algo que os impede de seguir em frente, os filhos poderão vir com essa missão de curar, anular, trazer à consciência. Por isso os filhos que se rebelam contra os pais, ou com a sociedade, ou melhor, os inconformistas, são os que assumem essa missão. Serão bem-sucedidos? Nem sempre. Como referimos, a alma antes de reencarnar acredita que vai ser triunfante, mas uma vez no plano terreno as coisas tendem a complicar-se e a pessoa pode acabar por não cumprir o seu desígnio de alma. Mas nada está perdido, haverá sempre alguém que vai assumir essa missão mais tarde. As famílias de almas, no plano astral, estão sempre a monitorizar a evolução das almas da sua família na Terra e o cumprimento das missões individuais e coletivas – missões de grupo de famílias de almas.

O número de filhos que uma pessoa vai ter nunca está totalmente escrito no céu. As condições através das quais uma dada pessoa vai crescer e o adulto em que se vai tornar, bem como o companheiro que vai atrair de acordo com os espelhos que precisam de ser refletidos para a sua aprendizagem, é que ditarão se irá ter ou não filhos.

As almas ficam um pouco vazias quando não recebem outras almas no seu seio familiar, talvez por isso seja difícil para algumas pessoas ultrapassarem o não terem conseguido ter filhos. Não significa que a pessoa seja menos capaz do que a que tem filhos; não significa que a alma não tem qualidades para orientar outras almas. As energias estão sempre a mudar, e dependendo do caminho que a pessoa optou por seguir, pode tê-la levado a um beco sem saída no que diz respeito ao ter filhos, podendo nunca os ter. Até aquelas pessoas que passam para os pedidos de adoção, mas desistem no processo, claramente não estão dispostas a passar por essa experiência ou sacrificar a sua liberdade, porque apesar de não se recordarem de vivências passadas como mães/pais, essas vivências estão impregnadas na sua energia e acabam por ressoar no seu corpo, com boas ou más sensações, com confiança ou medo.

Uma coisa é a perspetiva da alma, que quer ajudar outras almas, e outra perspetiva é a do homem, que não tem abertura para passar por determinada experiência ou não precisa de passar. Na verdade, em alguns casos, a infertilidade pode originar-se na parte emocional (na

forma de medo, insegurança, não se sentir apto para esse papel), como um bloqueio que se manifesta com o passar do tempo no físico. Perante os testes da Medicina, a pessoa é infértil, mas quando nasceu (exceto nas exceções em que os bebês nascem com condicionantes físicas ou as pessoas sofrem/sofreram de uma doença grave) tinha o mesmo potencial que os outros para ser pai ou mãe. Quando acontece uma gravidez numa mulher a quem os médicos disseram ser impossível acontecer, os ditos milagres, é sinal de que houve uma abertura na energia da pessoa para assumir esse papel, houve uma sanção emocional e física.

As almas ficam felizes por poderem encaminhar outras almas no plano terreno, mas elas nem sempre sabem qual é a alma que as vai escolher como progenitor. Mesmo fazendo parte do seu grupo de almas, na maior parte das vezes, o plano de vida do filho ou filha foi delineado após o progenitor já estar na Terra. Por isso, mesmo que durante a noite o espírito saia do corpo e vá até aos planos mais elevados recolher informação, nem sempre é fácil aceder a essa informação pela mente consciente. Já sabem que é preciso muito trabalho interior e procurar o silêncio, para as mensagens e orientações do plano espiritual cheguem à consciência mais claras e exequíveis.

A partir do momento em que uma pessoa e o seu parceiro estão dispostos a assumir a responsabilidade de terem filhos, almas no plano astral começam a concorrer para serem candidatos. Nem sempre o processo de gestação vai em frente, as almas prestes a reencarnar podem mudar de ideias quanto aos pais/família – deixam de ser os ideais para o cumprimento da missão estipulada – e à época em que querem nascer – que pode já não potencializar os seus dons e fazê-la passar pelos desafios adequados para a sua evolução –, por isso podem ocorrer abortos espontâneos. Uma alma quando nasce tem uma grande vontade de viver e ser bem-sucedida. Esperamos sempre que os pais possam ser bons encaminhadores/educadores, mas quando eles revelam falta de capacidade e de amor, torcemos para que pessoas responsáveis assumam esse papel, o que nem sempre acontece. O plano da alma está sempre a sofrer alterações, por isso se uma pessoa já não vai ser mãe ou pai, a sua energia vai ser usada de forma proveitosa noutras situações. Relembremos que todos têm

um especial contributo para a evolução do mundo. Uma pessoa que não teve filhos, por variadas razões, vai evoluir de outra forma. Uma pessoa que tem filhos terá desafios dentro de casa, porque é sempre desafiante cuidar e encaminhar um filho até à vida adulta, mesmo que ele dê pouco trabalho ou preocupações.

Não fiquem tristes os que não tiveram filhos ou não estão a conseguir. Usem a vossa energia para criar, para tornar a vossa vida e o mundo melhor. Investir no autoconhecimento é uma excelente forma de se apaziguarem com o passado, evoluírem e usarem de forma proveitosa a vossa energia e tempo na Terra.

O perder um filho é uma dor incalculável para um pai e uma mãe, mas é uma opção da alma que partiu, que decide ou já tinha decidido o tempo adequado para a sua estadia no plano terreno. Ela é que sabia o que era melhor para a sua evolução. Aceitar não é fácil, porque já sabemos que o corpo físico limita a alma. Como lidar com a perda de um filho? Deixando-o ir, honrando a sua vida com as memórias dos momentos felizes que passaram juntos. Não criando ligações energéticas porque o quer manter junto a si. Um filho teve o privilégio de privar com aqueles pais, mas precisa de fazer outros voos e esses pais precisam de continuar a sua vida, até se voltarem a reencontrar noutros papéis, se for proveitoso para as almas.

Como educar os filhos? Da melhor forma que sabe. Não cometendo os mesmos erros que criticou nos seus pais, não os comparando com os outros filhos, sobrinhos ou demais crianças (cada um é uma individualidade única e especial), e fazendo o melhor para lhes dar amor e acompanhamento. Quando um filho sabe que o pai/mãe estará lá para ele, na maior parte das vezes nem pede ajuda e vai-se tornando independente. É como ter a boia de salvação no barco, mas sabendo à partida que não vai precisar porque a embarcação é segura, o mar está calmo e sabe nadar. Mas tê-la por perto garante uma sensação satisfatória de segurança.

Se uma pessoa é pai, deve tentar ao máximo comportar-se como pai. Se uma pessoa é mãe, deve tentar comportar-se ao máximo como mãe. Mas na maior parte das vezes, quando um filho assume o papel da mãe ou do pai de um dos seus progenitores, é porque é uma alma

capaz de o fazer, mas isso pode estar a desviá-lo da sua missão, porque assumir responsabilidades que não são suas consome energia e tempo. O mesmo se aplica aos pais que levam os filhos adultos sempre no colo, no sentido de os proteger; não estão a viver a sua vida, nem a deixar os filhos viverem a deles.

As vidas de um pai e de um filho interligam-se, mas têm particularidades. A vida de um pai nunca é a vida de um filho. Não é certo considerar que está a viver a vida através das conquistas dos filhos. Quando um progenitor é uma figura pública, os filhos tendem a não lhe conceder importância, porque o veem como pai/mãe. Já um pai/uma mãe, que tem um filho «famoso/bem-sucedido» torna-se parte da energia do filho, vivendo através das suas conquistas e sofrendo com os seus fracassos, esquecendo-se da sua própria vida, o que está errado.

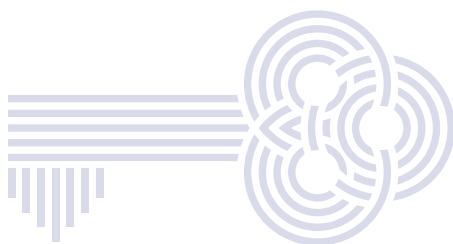
Tornar os filhos adultos responsáveis, que usam as suas aptidões para prosperar, é sinal de sucesso na educação deles, mesmo que eles tenham seguido um caminho diferente do desejado pelos pais. Mesmo quando um filho parece ter tomado o rumo errado, para aquela alma pode ser o rumo ideal que o vai levar a alcançar algo de que ele precisa, pois faz parte dos seus desafios.

Um pai não se pode agarrar ao medo de que o filho não vai tomar conta dele na velhice. Aliás, um pai deve refletir sobre qual o papel que quer desempenhar na vida do filho: alguém que incentiva ou alguém que se torna um fardo? Os filhos podem ser fardos para os pais, os pais nunca devem ser fardos para os filhos. Quem chega depois, precisa de orientação e não de estagnação. Apesar de os filhos escolherem os pais, na maior parte das vezes são os pais que assumem a responsabilidade de iniciar uma família. O cuidar dos pais é sempre uma opção dos filhos. E qualquer que seja a opção deles, cabe aos pais aceitar. Naturalmente que, no plano espiritual, cuidar de um pai é um ato altruísta, mas num corpo humano, o amor incondicional não se consegue ainda expressar totalmente – haverá sempre no outro algo que o irrita, que quer controlar ou mudar, que acaba por exigir. Recorde-se que a alma passa por um processo de divisão, para poder integrar um corpo físico¹⁰. Se a alma

¹⁰ Este tema foi abordado no capítulo 4 do livro *Cuide da Sua Energia*.

original viesse para um corpo físico, com toda a sua potencialidade, o corpo físico explodiria por não conseguir comportar tamanha vibração. Os filhos dão trabalho, mas constroem momentos de grande felicidade que ficarão na memória dos pais, para se recordarem nos dias mais nostálgicos. Quem não tem filhos também está a criar uma panóplia de memórias felizes, precisa é de vibrar no positivo, para as gravar com essa vibração, relembrando-se delas com alegria no coração. Portanto, a felicidade pode ser alcançada com ou sem filhos. E ninguém é egoísta por não querer ter filhos por opção.

As almas que precisam de reencarnar vão sempre encontrar os pais perfeitos para a sua aprendizagem e não é por uma pessoa ter feito mais do que os outros pais, que o seu filho vai ser melhor, porque isso significa que está a comportar-se de acordo com o seu ego e não com a sua verdade de alma.



DECRETO PARA O CORAÇÃO

(Ao pronunciar as seguintes palavras, em voz alta, visualize o seu coração a desabrochar, como uma flor-de-lótus rosa, que emite a frequência do amor para todo o seu corpo, para a sua vida e para as pessoas que dela fazem parte.)

Chama rosa, que habitas no alto,
No meu coração vem tocar;
Liberta-me, liberta-me, liberta-me,
Nos braços do amor eu quero estar!

Chama rosa, que inundas o meu coração,
O que me angustia e entristece quero afastar;
Protege-me, protege-me, protege-me,
No teu seio, como filho amado, quero estar!

Chama rosa, fogo do amor sem condições;
Vem as minhas limitações eliminar;
Envolve-me, envolve-me, envolve-me,
Recolhido no fogo do amor quero sempre estar!

(Fazer pelo menos 3 vezes seguidas)

Nota: A chama rosa, a frequência do terceiro raio divino, é a energia do amor incondicional, que cura, harmoniza e traz concórdia. Esta abre e harmoniza o seu centro cardíaco, para que possa sentir amor-próprio e sentir-se realizado em qualquer relacionamento, usufruindo de reciprocidade de amor e felicidade, e aceitando//compreendendo as atitudes das outras pessoas. Fazer este decreto com frequência permitirá equilibrar os seus relacionamentos ou afastar de si qualquer relação que não for benéfica. Mesmo que se queira manter agarrado a alguém, por dependência, por dificuldade em desapegar-se ou por considerar que não consegue viver sem a outra pessoa, ao fazer este decreto os seus sentimentos serão apaziguados e fará uma melhor aceitação. Pode, se quiser, colocar uma intenção antes de iniciar o decreto.

Amizades

Vivo perto da escola secundária que frequentei. Os miúdos quando passam à minha porta são bastante barulhentos e, por vezes, consigo ouvir os seus dilemas em relação a outros colegas. É muito comum o julgamento negativo, a avaliação de uma dada atitude e

do que foi dito por um colega que não está presente, ou até mesmo alguma compaixão. Confesso que isto me rouba alguns sorrisos, pois na interação com os nossos pares fomos aprendendo a reagir às diferentes personalidades, e eles estão a passar pelo seu processo.

Apesar de pertencermos a determinada linha familiar, com comportamentos particulares, acabamos por estabelecer contacto com pares que têm modos e visões de vida diferentes, enriquecendo-nos, ou formas de estar perante a vida semelhantes à nossa, daí sentirmo-nos mais atraídos por eles, levando-os a fazerem parte do nosso grupo de amigos. Mesmo os que não pertencem ao nosso grupo de amizades, deixaram-nos alguma impressão. Lembro-me de vez em quando de alguns colegas, de quem perdi o rasto, e da forma como eles cunharam algo positivo em mim ou me fizeram ver o lado menos bom do ser humano. Todos eles lidavam com as suas inseguranças, medos, desafios e não mostravam o que realmente ia dentro deles – como sabe, tendemos a esconder as nossas fragilidades por vergonha ou receio da crítica –, mas ainda assim, foram importantes no meu percurso de crescimento.

Uma pessoa não pode ser avaliada pelo número de amigos que tem. Já me cruzei com pessoas que se martirizavam por terem poucos amigos, enquanto outros membros da sua família recebiam em casa um vasto grupo de amigos, quase todos os fins de semana, para um almoço ou jantar. Os amigos medem-se pela qualidade e não pela quantidade. Já os conhecidos podem ser bastantes. Eu conheço muitas pessoas, e o leitor também deve conhecer. Mas aquele que considero amigo é a pessoa em quem confio e acompanha o meu percurso privado há alguns anos. Infelizmente, alguns ficaram para trás, mesmo que não tivesse havido nenhum conflito, pelo menos da minha parte. Possivelmente, mais para a frente, podemos voltar a retomar o elo perdido, ou o que tínhamos para aprender findou e esse reencontro já não vai acontecer nesta vida.

Quem faz o caminho da espiritualidade há alguns anos, sabe que a vida por vezes se torna solitária. Ao elevarmos a nossa vibração e estado de consciência, pessoas afastam-se (ou afastamos-nos delas),

mas outras podem entrar na nossa rotina diária. No entanto, como na fase adulta parece tornar-se difícil confiar em alguém novo, ao ponto de considerarmos amigo, ainda mais se fomos magoados neste campo, o nosso grupo de amigos vai diminuindo com o decorrer do tempo. Na realidade, quando estamos a vibrar mais na nossa essência divina, não precisamos de estar com tantas pessoas, pois sabemos que estamos todos ligados por uma teia invisível, que nos empurra para a frente ou, por vezes, nos faz recuar ou afastar. Além disto, quanto mais trabalhamos a nossa vibração, mais as pessoas ao nosso redor deixam de ser vistas como seres físicos, e sim como vibrações, daí que, por vezes, não nos sintamos inclinados para «misturar» a nossa energia com a energia de certas pessoas.

Quando uma amizade não lhe traz satisfação, e ao invés disso desgasta-o, é crucial perguntar-se: É importante para mim manter esta relação de amizade? A sua vida é um jardim, que tem de ser cuidado. Ao deixar ervas daninhas invadirem o seu jardim, afastar-se-á quilómetros da mente superior. Já vimos que há diversas áreas para dar atenção, e a amizade é uma delas; no entanto, tem de ser constituída por amigos verdadeiros. Uma pessoa que só quer saber dos feitos do leitor e não conta os seus, será mesmo amiga? Não que seja importante saber todos os pormenores da vida dessa pessoa, mas os amigos partilham as suas felicidades e infelicidades. Também um amigo que fala mal de outras pessoas, a dada altura vai falar mal de si. É verdade que a desconfiança no outro pode resultar de crenças que fomos criando, mas não é por isso que devemos deixar de analisar as pessoas antes de lhe abrímos a porta de acesso ao nosso jardim pessoal. Saber seleccionar as pessoas para a sua vida, também é ser próspero.

Há uma ideia generalizada de que é cada vez mais difícil ter amigos verdadeiros. Será? Talvez seja verdade. E mais verdade será para quem não está interessado em criar novas amizades, porque sente-se bem como está. A maioria das pessoas só quer que alguém os escute e não gosta de escutar. Mas numa amizade tem de

haver sempre uma troca, o dar e o receber. Um amigo que só recebe não é um amigo. Se a sua atitude é só dar, pergunte-se: Porque quero tanto agradar? Será que tenho medo de ser rejeitado?

Quem mantém amigos há anos, mesmo que não estejam sempre em contacto, está de parabéns. Tenho pessoas dessas na minha vida. Podemos estar anos sem nos falarmos, mas quando o fazemos é como se tivesse sido ontem que estivemos juntos. Acredito que o leitor também as tem. Que tal pausar esta leitura e enviar-lhe uma mensagem para agendar um café ou ligar para colocar a conversa em dia?

As amizades precisam de ser nutridas. Tal como quero um amigo, tenho de ser amigo. E é tão bom ter alguém com quem se pode contar, seja por isso também uma pessoa em que alguém possa contar.



O que dizem os mestres espirituais sobre este tema?

A amizade é a área de vida onde são estabelecidas ligações que podem vir a durar uma vida inteira. As amizades que findam são

amizades com um tempo agendado, para a aprendizagem que uma ou ambas as almas precisam de efetivar. Nem sempre numa amizade ambas as pessoas estão a auxiliar-se na evolução mútua.

As amizades que não têm fundo verdadeiro sentem-se no coração que não são para investir, por isso quando alguém teima em andar com as amizades erradas acaba por assumir uma carga que não era para carregar. Aquela expressão que usam, «Diz-me com quem andas e dir-te-ei quem és», não corresponde à verdade. Uma pessoa adapta-se a um grupo de amigos porque tem a necessidade de ser amado e aceite, não porque tem a mesma personalidade do que ele. Quanto maior for essa necessidade, maior será a vontade de ter um grupo de amigos vasto, o que acaba por se tornar uma faca de dois gumes, porque grande parte da energia da pessoa está a ser direcionada para dar atenção aos amigos. E muitas vezes, dependendo da vibração desses amigos, a pessoa pode atrasar a sua caminhada ou assumir dores/lições que não são suas.

As amizades servem para trazer colorido à vida, naturalmente as agradáveis, em que nenhuma das partes está à espera de receber benefícios. Uma pessoa que só é amiga de quem lhe trará benefícios, mesmo que não seja no imediato, é uma pessoa de fundo roto, que não se abre para os outros, nem tem sinceridade nos seus gestos e expressões. É, digamos, uma pessoa que está a assumir o papel de desanimador, pois a dada altura os outros vão perceber o motivo dela querer manter essa amizade e vão desiludir-se.

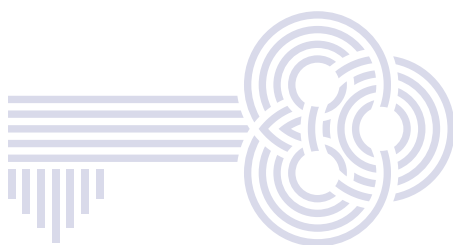
Tudo é energia e quanto mais uma pessoa se torna consciente das energias, com mais facilidade consegue analisar a vibração das outras pessoas (e as suas verdadeiras intenções) e a energia de uma amizade. Como referimos, uma boa amizade traz colorido à vida. Ela é como aqueles pequenos vasos que se colocam no parapeito das janelas na primavera, de variadas cores, e que realçam a casa e embelezam os olhos de quem os vê do lado de fora. Algumas dessas plantas secam e não dão sementes, outras dão. As amizades passam por fases. Tal como quando se voltam a lançar as sementes na terra, as novas plantas podem ter uma tonalidade ligeiramente diferente, as amizades vão evoluindo. E as plantas que

não deram sementes são como as amizades que não precisam de ser mais nutridas.

Não precisa de condenar-se por o seu grupo de amigos ser limitado. Eles são os amigos de que precisa para lhe darem o apoio necessário. Não se revolte com os amigos, eles também não são perfeitos. Tal como eles o podem ter ofendido, também já os ofendeu. Mas isso faz parte das amizades: ser sincero, mesmo que os magoe.

As relações de amizades não são tão pesadas como as relações familiares, em termos de resgate cármico, e podem ser constituídas por almas amigas que escolheram fazer esta nova caminhada mantendo contacto consigo. Por isso, não se apoquente com os amigos, eles estão na sua vida para a tornar mais agradável. Os amigos que o deitam abaixo não são verdadeiros amigos, por isso jamais se convença de que o fazem porque ambos têm questões de vidas passadas para resolver.

As amizades são relações mais leves, servem para vos orientar, apoiar e dar coragem para continuarem a ir em frente. Servem para vos proporcionar momentos agradáveis de lazer e de felicidade.



EXERCÍCIO: CORTE DE LIGAÇÕES ETÉRICAS

Quando tiver a percepção de que o andaram a difamar ou de que precisa de se afastar ou afastar alguém da sua vida, recolha-se para não ser interrompido, e diga as seguintes palavras em voz alta:

Arcanjo Miguel, por favor, corta as amarras etéricas que me prendem à pessoa (dizer o nome)¹¹ que me drenam alegria, foco e vitalidade.

¹¹ Pode substituir por uma situação, expressando-a. Por exemplo: preocupação em relação ao estado de saúde de um familiar.

Estou disposto(a) a libertar-me, para alcançar equilíbrio, felicidade e prosperidade. Gratidão.

Feche os olhos e respire fundo algumas vezes, enquanto visualiza o Arcanjo Miguel a cortar, com a sua espada azul etérica, essas ligações, e imagine-se depois a virar as costas a essa pessoa, desejando-lhe o bem, sem qualquer mágoa ou ressentimento, mais leve e feliz.

* Este exercício pode ser feito várias vezes ao dia, sempre que a pessoa vier ao seu pensamento.

Animais de estimação

Os animais fazem parte da família de muitas pessoas, e como estou a passar pelo processo de acompanhar a Doce nos seus últimos dias de vida, uma *pitbull red nose* que adotámos com dois anos de um canil público, não podia deixar de os referir.

Quando estava a estudar na universidade em Lisboa, uma colega com quem partilhava a casa chegou a criticar uma colega sua de curso que tinha faltado a um exame porque o cão dela tinha morrido e, por isso, não estava bem emocionalmente. «Pelo amor de Deus, é um animal. Não tem comparação com uma pessoa», disse algo do género. Há muitas pessoas que partilham desta opinião, por isso volto a reforçar: os animais são membros de uma família que os estima. Isso não quer dizer que os vejam como humanos, porque sabem que não o são, mas ninguém tem o direito de criticar outra pessoa pelo facto de cuidar bem do seu animal de estimação. Os donos dos animais usam o seu dinheiro, energia e tempo da forma que considerarem melhor.

Os animais que nos acompanham são anjos sem asas, que não reclamam, ficam felizes quando nos veem e adoram estar na nossa companhia. E é bastante salutar ter animais ao nosso redor, pois até num dia agitado, eles acabam por nos acalmar. Muitas

vezes, os idosos valem-se da companhia de um cão ou de um gato para não caírem na solidão profunda e manterem-se mais ativos. O que é de lamentar, quando o dono morre, é a família considerar os animais como objetos a descartar, exatamente como roupas e mobílias velhas. Raramente têm espaço em casa para adotar o animal, mas se o fizessem estariam a abrir o seu coração para a compaixão e a generosidade, e ao contrário do que pudessem pensar – um animal dá maçada, despesa e precisa de muito espaço –, ele ia trazer o amor incondicional para o seu lar, a lição mais importante que precisamos de aprender a expressar.

Para muitos, é difícil aceitar a esperança de vida demasiado curta dos animais. As pessoas que amam o seu animal de estimação gostavam que ele o acompanhasse sempre. Algumas vezes, quem perde um animal fica preso a um luto profundo e recusa-se a ter outro. Mas é importante apaziguar o coração e abrir-se mais uma vez para o amor de outro animal. Se a pessoa fez o que estava ao seu alcance pelo seu querido animal de estimação, tem de fazer a aceitação de que ele tem um corpo físico que é natural adoecer ou falhar à medida que vai envelhecendo, ou que acontecem imprevistos que ninguém pode controlar ou prever.

A quem ama os seus animais de estimação, após a sua partida, é aconselhável realizar um pequeno ritual de passagem, que será apreciado pelo espírito do animal. Para tal, deve acender uma vela branca, agradecer ao seu animal de estimação pelo amor, aprendizagens e tempo que partilharam e pedir que o espírito dele seja encaminhado pelos seus guardiões para o seu lar espiritual, de modo a que ele se possa preparar para a sua próxima reencarnação. Se quiser, pode fazer a oração que é apresentada adiante ou a sua própria prece. Quem sabe ele não volta para si? Vai perceber claramente nos comportamentos do novo animal, por lhe serem demasiado familiares. No entanto, note que para ter mais probabilidades de isso acontecer, deverá aguardar alguns meses antes de adotar um novo animal (que não tem de ser necessariamente da mesma raça). Os animais, embora

tenham um processo de reencarnação mais rápido do que o das pessoas, ainda precisam de ser gerados.

O que dizem os mestres espirituais sobre este tema?

Os animais são, como a autora referiu, anjos sem asas na Terra. Como já mencionámos, é muito complicado quando uma alma reencarna conseguir ser totalmente bem-sucedida na sua missão. Pelo caminho vai encontrar obstáculos, deixar as suas emoções tomarem conta da sua razão, tomando decisões erradas e pensando negativo, vai confiar nas pessoas que não deve por receio de ser excluída ou desejo de ser amada, entre outras situações.

Os animais são seres puros, que vão lembrar aos seus donos a importância de descontrair e serem felizes, a importância de partilhar bons momentos com as pessoas que mais amam. Quando um dono vai passear o seu cão, porque o animal gosta e o dono quer que ele seja feliz, também está a fazer um bem a si próprio em termos de saúde. Por isso, não é por acaso que, em determinada fase da vida de alguém, um animal de estimação lhe chegue à porta, por ser importante para esse futuro dono, se ele decidir assumir essa responsabilidade ou aceitar esse presente do universo.

Embora os animais não tenham uma esperança de vida tão longa como os amantes de animais desejariam, é o tempo ideal para as aprendizagens que eles querem fazer. Ao mudarem de corpo, com mais rapidez, conhecendo outros lugares e outros donos, os animais estão a expandir o seu conhecimento da realidade terrena. Embora a energia espiritual dos animais seja diferente da energia espiritual do homem, eles estão a fazer o seu próprio processo de evolução, guiados por uma entidade superior, que tal como o vosso Deus, está sempre em expansão. Eles não têm uma capacidade cognitiva como vós, mas o que eles vão assimilando são as vivências, exatamente como quando o leitor entra em modo passivo de observação e acaba por aprender.

Não há nenhuma separação no plano astral entre as pessoas que amam os animais das que não amam. Para nós, uma pessoa que não

gosta dos animais, mas não os maltrata ou mata por desporto, nem os retira do seu habitat natural para prazer ou ganho financeiro, tem a mesma importância que aquela que gosta. Exatamente como no tema dos filhos, em que a pessoa opta por não os ter, assim são as pessoas que não gostam de animais, é uma opção assumir essa atitude. Isso não as torna mais insensíveis ou maldosas, o julgamento humano é que as classifica dessa forma: «É mesmo má pessoa, também já deu para perceber quando ela disse que não gosta de animais.»

Ter um animal de estimação é uma responsabilidade para o seu dono, que deve desempenhar essa tarefa da melhor forma. É certo que muitas pessoas não possuem condições financeiras para os tratar devidamente, mas não deixam de amar os seus animais, e não deverão ser criticados por isso. Os animais escolhem os seus donos; mesmo os negligentes estão a transmitir-lhes uma experiência, ainda que sofridora.

O leitor também teve vidas em que teve de passar por dificuldades, para aprender a lidar com elas, o que se revelou benéfico em vivências futuras. É inevitável que as pessoas que amam animais fiquem tristes pelos animais que são maltratados ou abandonados, mas numa esfera mais elevada, ao nível do espírito, isso acontece por uma razão. E talvez o animal acabe por ser retirado a essa família e receba finalmente o amor, através de outra?

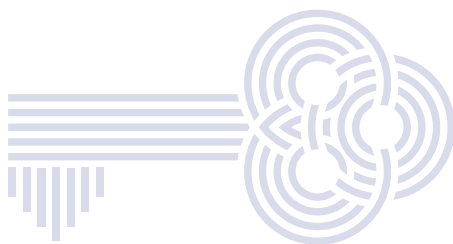
Se lhe faz impressão o maltrato aos animais, faça o seu melhor por contribuir para o bem-estar daqueles que se cruzarem consigo no caminho. Se puder ajudar uma causa animal ou associação, excelente. Quanto mais pessoas estiverem conscientes da importância do bem cuidar de todos os animais, mais as que não pensam/agem dessa forma poderão ser elucidadas, mudando a sua atitude, e assim o mundo tornar-se-á um lugar melhor.

O mundo tornar-se-á um paraíso, quanto mais pessoas vibrarem na luz, no amor e no positivo. Cada um de vós encontra-se num processo contínuo de evolução e nem sempre tiveram a consciência que têm atualmente. Também, as pessoas que maltratam

os animais estão no seu estado de consciência. Acima de tudo, sejam tolerantes com aqueles que, aos vossos olhos, parecem ser desumanos e tentem ensiná-los a serem melhores, sem impor as vossas opiniões.

Alguns animais podem escolher voltar para os seus donos, mas na maioria das vezes optam por mudar, para o enriquecimento da sua aprendizagem. Não fique triste se eles não voltarem. Nós, mestres espirituais, e eles sentimos o vosso amor, que tal como a sua alma é eterna. Continuem a amar os (vossos) animais, pois eles amam-vos incondicionalmente e para todo o sempre.

Partilho uma oração que facilita o ritual de passagem do animal do plano terreno para o plano espiritual.



ORAÇÃO PARA O ANIMAL DE ESTIMAÇÃO (QUE ACABOU DE PARTIR OU ESTÁ QUASE A PARTIR)

(Nome do animal)

Voa alto, para a tua casa no céu.

Fica tranquilo que eu estou bem,
pois sei que também estás bem.

A tua missão comigo terminou,

que a tua próxima aprendizagem seja abundante.

Até nos voltarmos a encontrar,
continuarei a espalhar a minha luz e o meu amor.

Obrigado por teres sido meu companheiro.

(Visualize o seu animal de estimação a ser acolhido por seres de luz
e a seguir para o cosmos, por um portal de luz.)

Nota: Pode fazer esta oração quando sentir que o animal está cada vez mais debilitado, acendendo uma vela branca no seu altar e dirigindo um pedido aos guardiães espirituais do seu animal, para o ajudarem no processo de encaminhar o seu espírito para a luz, se não houver mais possibilidade de cura.

Relações sociais

O meu professor de sociologia da vida quotidiana, José Machado Pais, atribuía uma opção para a avaliação da sua disciplina semestral que consistia em ir para um café escutar as conversas das pessoas sentadas nas mesas, registando-as. Uma forma interessante de observar a interação entre as pessoas e quais os assuntos que as aproximam ou preocupam, exatamente como quando escuto os estudantes que passam em frente da minha casa.

No dia a dia temos a possibilidade de interagir com diversas pessoas. Hoje, na parte da manhã, fui fazer compras no supermercado e estando já na caixa distraí-me ao ver uma pessoa na caixa do lado que, há alguns anos atrás, meteu-se à minha frente na fila, sem pedir, e que me fez tornar-me uma pessoa que não gosto: repreendi-a e ela acabou por ficar atrás de mim, e durante algum tempo senti-me culpada, porque trabalhando na minha consciência espiritual não devia ter-me comportado dessa forma. Hoje estava a questionar-me, quando a vi com poucas compras como da outra vez: «Será que vai voltar a fazer o mesmo?» Percebi que

pediu para passar à frente. Terá a nossa interação no passado a tornado mais consciente? Nunca saberei, mas confesso que fiquei feliz por vê-la a agir de forma educada.

A vida vai-nos tornando mais resistentes. A grande maioria de nós tem uma aprendizagem em comum para efetivar: saber impor limites. Há dias uma aluna minha estava a comentar que, no trabalho, uma colega lhe disse que ela devia ser mais tolerante com determinado familiar, já que andava a estudar espiritualidade: «Não é isso que aprendes, a ser mais tolerante?», perguntou-lhe a colega. Ela respondeu algo deste género «Mas a minha professora disse que não temos de tolerar tudo, nem deixar que os outros façam de nós “gato-sapato”.» Realmente, já foram tantas as situações em que me calei e deixei os outros fazerem o que queriam, que transmito aos meus alunos para não o fazerem. Temos de nos valorizar, saber dizer basta, expressar que não concordamos, que não nos apetece, que merecemos ser respeitados e valorizados. Por isso, mesmo que se deva ser compassivo e tolerante, quando a relação se torna tóxica ou complicada, temos o direito de nos afastarmos.

Na estrada, ao volante, assistimos a constantes faltas de respeito. Quando me dão passagem, confesso que fico admirada e digo em voz alta: «Que sejas bastante abençoada», afinal a pessoa está a doar alguns segundos da sua vida ao ser gentil. Já aprendi, também, a não julgar os erros na condução, porque já me aconteceu estar distraída com algum pensamento e cometer uma pequena falha. O outro também pode estar num tumulto interior ou aconteceu alguma situação que o faz estar distraído. Por isso, em vez de reclamar, praguejar na direção daquele condutor incompetente, gerando más vibrações e baixando a sua frequência energética, ou de ir atrás dele para o provocar, tem de estar atento para se proteger se o erro do outro se revelar perigoso para si.

Gentileza atrai gentileza, respeito atrai respeito, bondade atrai bondade. «Bom dia para si também», dito num tom alegre, é uma excelente forma de alertar as pessoas para a sua falta de educação

quando se dirigem a nós com uma expressão de indiferença ou enjoada. Haverá sempre alguém que não vai gostar da sua sugestão bem-intencionada e reagirá como se o tivesse atacado. Haverá sempre alguém que se acha o dono do mundo. Sempre haverá quem passa à frente e se sinta orgulhoso pela sua esperteza. Ou haverá aquele que num concerto, só se importando com o seu umbigo, para ver melhor, sobe para as costas de outra pessoa ou passa o concerto todo a ver através da lente do telemóvel, tapando a visibilidade aos que estão atrás, quando provavelmente nunca vai olhar para as gravações. Também é preferível ser aquela pessoa que quando vai pagar a conta reclama se houver algo cobrado que não consumiu, mas também pede para incluir algo que consumiu e que não consta na conta.

São as nossas boas ações e civismo que tornam o mundo e as relações sociais melhores, atraindo prosperidade para a nossa vida. Na verdade, quando dizemos que «o mundo está perdido ou estou farto das pessoas», é porque testemunhamos algumas pessoas «desconectadas da sua essência». O mundo já estava perdido na ideia de alguns dos nossos antepassados, afinal, ninguém é perfeito e nem sempre conseguimos acompanhar as mudanças de mentalidades, ou o nosso estado de consciência não é o mesmo das outras pessoas. O melhor a fazer é invertermos esta crença para «O mundo é um lugar maravilhoso e está a tornar-se cada vez melhor.»

Se os outros querem continuar a agir de forma maldosa, falsa ou imprópria, seja a pessoa que leva para onde quer que vá valores de bondade, generosidade e honestidade. O universo está sempre atento às nossas ações e pensamentos, e sempre traz compensações aos de bom caráter e provações aos que agiram de forma incorreta, para que aconteça uma mudança de atitude¹². Por isso, aceite quando a vida ou alguém lhe quiser dar algo, sem se sentir culpado ou com necessidade de retribuir, pois se está a

¹² Convido-o a consultar o anexo, onde constam as leis universais.

ser-lhe dado, possivelmente é uma compensação por algo que deu/doou de forma sincera em dada altura da sua vida e já nem se recorda, e isto é um sinal claro de prosperidade.

Peço-lhe agora que reflita na seguinte questão:



Que contributo pessoal tenho dado ao todo?



O que dizem os mestres espirituais sobre as relações sociais?

O mundo torna-se um lugar melhor para habitar quando todas as pessoas são conscientes das suas ações e têm noção da sua responsabilidade para com o todo.

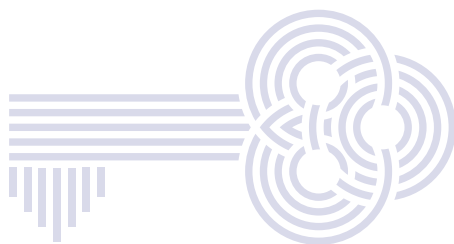
Nem todas as más ações originam carma. Apanhar fruta de uma propriedade que está abandonada é diferente de apanhar da árvore

do vizinho. No primeiro caso, a fruta provavelmente ia estragar-se, se não houver animais por perto, pelo que não é considerado roubo. No segundo caso, já é roubo, porque o proprietário está consciente dessa fruta e pode fazer o que quiser com ela: partilhar o excedente ou deixá-la estragar-se.

Não se pode atribuir a ausência de valores às más condutas. Na maioria das vezes, as pessoas que as praticam sabem que estão a proceder mal. Será que o leitor se deve afastar de pessoas dessa índole? A decisão cabe a si, mas a partir do momento em que se sentir incomodado, talvez seja altura de seguir outro rumo.

Mesmo que considere que os que agem mal estão sempre bem na vida, continue a ser uma pessoa honesta e íntegra. Assim, quando for dormir, terá a consciência tranquila, e os pontos positivos que está a acumular na sua evolução são muito apreciados pela sua alma. Note que uma pessoa que age sempre bem é muito querida pelo plano divino e está a espalhar luz no mundo. Mas também aquela pessoa que agia mal, e ao refletir mudou o seu comportamento, é uma vitória para o plano espiritual. A meta é cada um de vós inspirar o outro a ser a sua melhor versão, acendendo mais a luz que habita dentro de vós.

Que as vossas boas ações e chamadas de atenção, quando for necessário intervir, desencadeiem nos outros bondade e comportamentos agradáveis, tornando o ambiente ao vosso redor aprazível e elevando a frequência energética do planeta.



EXERCÍCIO: CURA E AMOR PARA O PLANETA

Com os olhos fechados, faça algumas inspirações profundas e vire-se para dentro de si.

Imagine o planeta Terra à sua frente, e através da intenção, envie-lhe energia violeta. Visualize a Terra completamente envolta em chama violeta, a energia da transmutação e libertação de densidade energética.

Quando sentir ser suficiente, envie energia verde através da sua intenção. Visualize a Terra completamente a verde, a energia da cura, que alcança todos os seus habitantes, animais, florestas, vegetação, montanhas, oceanos, rios.

Por fim, envie energia dourada através da intenção. Visualize a Terra completamente a dourado, a energia da iluminação divina, para que todos os seres humanos se lembrem que são luz e amor, propagando o entendimento e a paz mundial.

Sinta-se grato por contribuir para a cura e elevação do planeta e abra os olhos.

* Sempre que tiver disponibilidade, faça este exercício. O Universo retribui quem dedica parte do seu tempo a cuidar e a amar o planeta.

4

ATRAIR PROSPERIDADE NO TRABALHO E NA CARREIRA

«Você é o que faz,
não o que diz que vai fazer.»

Carl Jung

Quando estava na universidade, foram várias as pessoas que ao questionar-me sobre qual o curso que eu estava a tirar, Sociologia, me disseram «Mais uma para o desemprego.» Realmente, estando focada em arranjar trabalho na minha área de formação, não foi fácil consegui-lo. Acabei por concorrer para o ensino secundário e nunca cheguei a exercer sociologia, e embora tenha andado um pouco frustrada e cansada porque tive de ensinar diversas disciplinas ao longo de 12 anos de serviço, algumas sem conhecimentos prévios, essa experiência foi útil para a minha vida. Afinal, ao escrever livros e ao dar formações na área espiritual, considero que sou bastante clara e metódica, pois treinei o meu cérebro para condensar as informações mais importantes para transmitir aos meus alunos.

Nessa altura, ainda estava enraizada em mim, e em muitas pessoas, a ideia de que tinha de trabalhar na minha área de formação e conseguir um emprego estável, de preferência para a

vida. Foi por causa dessa crença que exigi demasiado de mim, para obter boas classificações na profissionalização em serviço, para subir na lista de colocação de docentes. Hoje em dia, cada vez mais a formação de base é um trampolim para nos preparar para o mercado de trabalho, e nem sempre temos de trabalhar na área que estudámos, desde que sejamos bons no que fazemos ou tenhamos tirado formação extra, para adquirir mais competências.

O ser humano está sempre a progredir, e é enriquecedor aprender sobre áreas do seu interesse. Se vamos esperar por uma nova oportunidade de trabalho para investirmos na nossa formação, esse dia pode não chegar. Já se tivermos os recursos académicos, quando surgir uma oportunidade, mais facilmente as portas se abrirão. Aliás, verifica-se com frequência que as pessoas que investem nos seus estudos, sem esperar contrapartidas, atraem com mais facilidade novas oportunidades, porque não estão a colocar imposições sobre si. Se quer investir em si, por satisfação pessoal, mesmo que a formação não sirva para ascender na carreira, ela vai contribuir para se tornar uma pessoa diferente, mais rica em saberes. O conhecimento é um poder em potencial e investir em nós, na nossa aprendizagem, traz sempre um bom retorno, reforça os níveis de autoestima, compreensão e de comunicação.

Mais tarde, já estando na carreira de professora, mas apostando em simultâneo na expansão da área espiritual, outra pessoa perguntou-me «Porque não tiraste o curso de psicologia, assim, tinhas mais recursos para ajudar as pessoas?» Já agora, porque não tirei o curso de enfermagem, como o meu pai queria? Porque não segui direito, como uma colega minha do secundário sugeriu? Porque não tirei o curso de medicina, para salvar vidas? Realmente o meu curso não me abriu portas imediatas no mundo do trabalho, e apesar de já ter falado com colegas meus da universidade que disseram que se voltassem atrás não tirariam o mesmo curso, eu voltaria a tirar, apesar de estar atualmente a fazer algo

completamente diferente. Foram importantes os conhecimentos que adquiri e as pessoas que se cruzaram comigo, mesmo que a grande maioria já não faça parte da minha caminhada. E naquela altura, foi a área que me suscitou mais interesse (ou que ressoou energeticamente em mim) quando tive de escolher qual o curso a seguir. Por isso, considero que consegui aplicar-me mais por estar motivada.

Não me vejo sem ter feito este percurso, ele faz parte de quem eu sou. No entanto, acredito que se tivesse ingressado noutra área de formação, a teria concluído com sucesso, porque desde que haja empenho e tenhamos ferramentas para isso, conseguimos sempre bons resultados. Porém, a Patrícia Jarimba seria de certeza um pouco diferente, embora ninguém consiga garantir que não estivesse neste momento a escrever este livro, embora o conteúdo pudesse ter um tom ligeiramente diferente. Na vida, existem vários caminhos para chegar ao mesmo destino, quando é importante para a nossa evolução espiritual. O destino de cada um de nós vai sendo fixado pelos atributos do nosso espírito.

Quando comecei a ficar frustrada porque queria mais disponibilidade para me dedicar à espiritualidade e a docência exigia muito de mim, tal como a maioria das pessoas que está insatisfeita profissionalmente, comecei a reclamar, mesmo sabendo que não o devia fazer, porque sentia-me presa/sufocada, e assim a minha frequência vibratória foi oscilando como um ioiô. Mas não reclamei apenas, estive sempre a preparar o terreno para dar um salto noutra direção. Olhando para trás, considero que levei demasiado tempo a decidir sair da carreira de professora, mas os medos de ficar sem recursos financeiros tomaram conta de mim. Felizmente, quando estava na reta final comecei a sentir um alívio e a apaziguar-me com a minha decisão.

Alguns dos meus últimos alunos do ensino secundário ficaram bastante impressionados quando souberam da minha decisão e disseram-me: «Mas a professora estudou tanto para chegar

até aqui e vai deixar de dar aulas», ao que eu repliquei: «Foi porque estudei bastante, que o ordenado que recebi durante todos estes anos me possibilitou investir no que realmente gosto para deixar esta profissão.» Longe de mim afirmar que nunca gostei de lecionar. Gostei e, nesse percurso, aprendi bastante e conheci pessoas maravilhosas, algumas das quais se tornaram meus alunos ou leitores. Mas quando a minha energia começou a conduzir-me mais para a área da espiritualidade, que era onde a minha alma queria que me focasse em termos de desenvolvimento e onde me sentia integrada, ficava rapidamente frustrada e cansada na escola e nas aulas, e já não sentia qualquer prazer em ensinar.

Na verdade, quando estamos a fazer algo que já não é benéfico para nós – ou estamos numa relação ou num ambiente que nos prejudica –, a nossa energia vital começa a decair e surge a sensação de desconforto que nos leva a questionar interiormente «O que estou aqui a fazer? Porque ainda tolero isto? Porque me forço a fazer algo que já não me traz satisfação?», sinal de que mudámos/amadurecemos e precisamos de procurar outra fonte de equilíbrio, satisfação e realização. Se continuarmos a insistir em algo que esgota os nossos recursos energéticos, acabaremos por nos sintonizar com a energia da escassez e as coisas podem começar a piorar na nossa vida, como uma chamada de atenção para não permanecermos mais naquele lugar.

Lembro-me de uma colega que encontrei num certo dia que me perguntou em que escola estava eu a lecionar, ao que respondi que tinha saído do ensino (continuo no ensino, embora de forma diferente). Ela disse que eu era sortuda, pois tinha outras capacidades, ela nem por isso, daí ter de continuar na profissão de docente. As capacidades adquirem-se, treinam-se, eu podia não ter feito nada para desenvolver o meu lado espiritual, podia ter deixado passar a oportunidade de fazer o que faço atualmente.

Há muitas pessoas que anulam o seu potencial, deixam de escutar a voz interior que lhes transmite a sensação de confiança para

fazerem o que anseiam (secretamente), e deixam-se manter no que é confortável, certo ou numa ilusão que as afasta do sentido da vida projetado pela sua alma. Também por receio de afastar o/a parceiro/a tendem a apagar a sua luz interior, principalmente quando o outro não consegue lidar com o seu sucesso por querer brilhar mais. Amo-me? Esta pessoa ama-me realmente? Será bom colocar-se estas questões.

Sou diferente de todas as pessoas que estão no planeta, assim como o leitor é diferente de mim e de todas as demais pessoas, embora possa sentir mais afinidade com certas pessoas, por uma questão de ressonância energética. Cada um de nós tem um potencial único que incorpora várias qualidades, que podem e devem ser colocadas em prática para melhorar a nossa vida e a vida dos outros. Quando seguimos a vontade da nossa alma, a vida torna-se mais prazerosa e fácil. Quando vamos contra os desígnios da nossa alma, as coisas tendem a complicar-se para percebermos, de forma dolorosa e fatigante, que há caminhos em que não vale a pena insistir porque não são para nós. Porém, mesmo nas decisões que não nos levam a lugar algum, ocorre sempre um aprendizado.

Muitas pessoas, por medo de perder a estabilidade financeira, vão-se mantendo num trabalho que não lhe traz qualquer satisfação, reconhecimento e valorização. Aliás, vão-se desgastando fisicamente, até adquirir mazelas físicas que perdurarão para o resto da vida, condicionando o seu bem-estar e acabando por gastar o dinheiro da reforma em medicação e tratamentos. E porque o fazem? Porque têm contas para pagar. Têm filhos para sustentar. Na sua idade acreditam que já é tarde para mudar de profissão ou de local de trabalho. Os familiares convenceram-nos a não cometer loucuras, porque a entidade patronal depende delas e podem perder os descontos para a reforma. E por aí adiante. Se morrer hoje, caro leitor, sabe bem que o mundo vai continuar e no seu local de trabalho vão arranjar um substituto. Por isso, vale a pena refletir sobre qual o valor que a sua vida tem para si. Não estou de maneira nenhuma a incentivá-lo a largar tudo, mas sim a repensar

a forma como tem vivido para que, se não estiver satisfeito, possa fazer as devidas alterações.

Conheci uma mulher admirável que tinha estado emigrada em Inglaterra, que se despedia de um trabalho porque não estava bem e arranjava quase de imediato outro, porque acreditava nisso, sintonizando-se com a energia da prosperidade. Considero-a impressionante, porque ela aprendeu a despreocupar-se, atraindo com facilidade oportunidades para a sua vida. Também conheço outra pessoa, da área da psicologia clínica, que não tem dificuldades em mudar de emprego quando outros formados na sua área estão há anos sem conseguir arranjar trabalho; devo acrescentar que ela cuida com frequência da sua energia espiritual, possibilitando abrir o seu campo de possibilidades.

Quando estamos cheios de receios e incertezas quanto ao nosso futuro e deixamos de confiar no nosso potencial, a fluidez da vida trava, e ficamos envoltos numa nuvem negra, que acabará por atrair bloqueios e complicações. Pelo contrário, quando estamos confiantes, irradiamos magnetismo, tornando-nos o sol brilhante e poderoso que somos, tudo flui e o universo mexe os cordelinhos a nosso favor. Por isso, para quem demora uma eternidade a sentir-se seguro antes de dar um salto noutra direção, na minha opinião não deve sair de um emprego sem ter um plano. A hesitação nem sempre é sinal de prudência, mas de medos e falta de autoconfiança. Só saí do ensino quando senti que o novo caminho me transmitia segurança e tinha uma poupança significativa para me aguentar alguns meses sem ordenado.

Os bloqueios estão na sua mente, alimentados por si, que depois transformam-se em energia, em manifestação, pelo que é importante treinar a mente para a positividade. Ainda que seja um trabalho difícil, não é impossível. Também ajuda cuidar da sua energia com orações, banhos de infusões de ervas, meditações, limpezas espirituais, como já referi e ensinei em diversos livros da minha autoria. Os exercícios que partilho neste livro também são bastante úteis neste sentido.



Na disciplina de psicologia do 12º ano, que acabei por lecionar algumas vezes, estudamos os estágios psicossociais de desenvolvimento de uma pessoa segundo Erik Erickson (1902-1994). O último estágio ocorre por volta dos 60 anos e vai até ao final da vida. Este pode trazer o sentimento de integridade quando a pessoa olha para o seu percurso de vida com gratidão e está satisfeita, pois sente-se realizada, direcionando a sua energia para aproveitar bem o resto da vida, ou, pelo contrário, o sentimento de desespero, quando a pessoa se apercebe com angústia de que o tempo passou e não concretizou a maior parte dos seus desejos, sendo impossível voltar atrás. Naturalmente que há sempre formas de recorrer a ajuda (aliás, em qualquer altura da nossa vida), para buscar consolo e nos apaziguarmos, e nunca é tarde para irmos em busca da concretização dos nossos desejos pessoais.

Oiço constantemente que a vida é só uma, no sentido de a aproveitarmos bem. Estando consciente de que já tivemos diversas vidas e, possivelmente, ainda teremos mais umas quantas no futuro, sei que não é bem assim. Porém, temos sempre a possibilidade de fazer melhor no momento presente do que fizemos lá atrás. Sou apologista, aliás, de que já que estamos a viver, devemos aproveitar ao máximo para evoluir e diminuir a carga cármica (lições) que trazemos. Portanto, sob esta perspetiva, podemos considerar que só vivemos uma vez.

Viverei apenas esta vida como a Patrícia Jarimba. Numa vida passada não tinha as ferramentas que tenho agora, porque nos últimos 44 anos da minha vida andei a aprender mais umas coisinhas, e a corrigir/aperfeiçoar alguns comportamentos e a curar algumas feridas emocionais, e tudo o que estou a aprender será útil na minha vida futura. O conhecimento, a experiência, nunca se perde. Fica gravado em forma de energia no nosso campo energético, por isso talentos adquiridos numa vida passada podem vir a florescer nesta vida, caso sejam úteis para nós e para o mundo. Somos almas em expansão. Por isso, o leitor ao estar no plano terreno tem a oportunidade de fazer o melhor por si agora.

A mesma colega que mencionei anteriormente, anos antes, tinha-me também dito que não sabia onde eu conseguia arranjar tempo para escrever os meus livros, ao que retorqui: «No verão, quando estavas de férias na praia, eu estava à frente do computador.» Para conseguirmos algumas coisas, temos de sacrificar outras e a vida é feita de prioridades. Há mulheres e homens que sacrificam uma vida familiar ou um relacionamento amoroso para poderem ascender na carreira. Outras pessoas sacrificam a carreira para se dedicarem à educação dos filhos. Para mim, transmitir os meus conhecimentos e experiência espirituais era a minha prioridade, por me dar satisfação e ressoar do meu interior. Digamos que quando estou sintonizada com os desejos da minha alma, sinto o meu coração a vibrar de felicidade e de confiança. Já se sentiu assim? Nada cai do céu, os que têm sorte trabalham para ter essa sorte, e a sorte está disponível para os persistentes. Todos temos de fazer a nossa parte para melhorar a nossa vida, apesar de o plano espiritual nos apoiar e nos dar sinais do que realizar, que conseguimos captar quando estamos atentos.

Se está insatisfeito com a sua vida ou consigo, o que tem feito para mudar? Se gostava de fazer outra coisa a nível profissional, já sabe qual a nova direção a tomar? Se quer trabalhar por conta própria, quais os passos que tem de começar a dar? Se gostava de abrir uma sociedade, analise como se sente em relação às parcerias e

investigue o estado do mercado. Quando estamos insatisfeitos ou com vontade de nos expandirmos, devemos agir, procurar alternativas, investir na nossa formação e acreditar que vai dar certo. Ninguém vai fazer isso por nós, por isso não desperdice o seu tempo concentrado na vida daqueles que são bem-sucedidos, lamentando-se mais tarde por não ter aproveitado o seu tempo ou vindo a tornar-se uma pessoa desprezível. Se há realmente algo que gostava de fazer, mas ainda são demasiados os encargos mensais para suportar, que tal negociar a redução do seu horário com a entidade patronal para se dedicar ao que gosta sem mais delongas?



Reflito sobre o meu percurso pessoal: Como o descrevo? Que sensações surgem dentro de mim, ao reviver algumas memórias? Como está o meu nível de satisfação com a vida?

Como está o meu nível de satisfação com a minha atividade profissional¹³?

O que eu (ainda) gostaria de realizar/alcançar em termos profissionais¹⁴?



¹³ Se já está aposentado e não desenvolve nenhuma atividade laboral, reflita sobre como foi o seu percurso profissional, principalmente nos últimos cinco anos da carreira.

¹⁴ Se está reformado, substitua a questão por «O que gostaria ainda de fazer/alcançar?»

Quando estamos disponíveis para a mudança, a nossa energia sintoniza-se com esse objetivo e os caminhos abrem-se. Também é muito comum, quando estamos a ter dificuldades em arranjar um emprego, ao aceitarmos desempenharmos um trabalho que nada tem a ver com o que desejávamos, abrimos o fluxo da prosperidade, atraindo outras oportunidades profissionais. Enquanto espera que o seu emprego de sonhos apareça, continue no caminho e vá disponibilizando-se para aprendizagens que lhe serão úteis na sua carreira profissional.

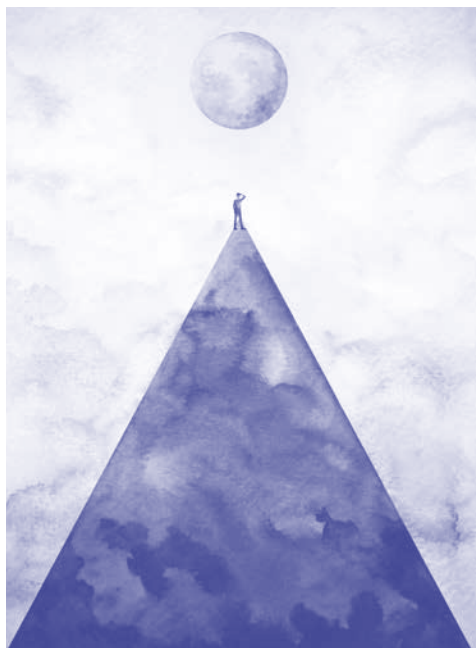
Reclamar ou agir? Em que sintonia está o leitor? Tenho uma amiga que andou na universidade comigo e mais tarde investiu noutra licenciatura. Para muitas pessoas é uma perda de tempo não «acertar» no curso certo, e certamente ela não se livrou de uma certa dose de frustração, mas para ela ascender na carreira foi importante investir noutra área de formação. Não há uma idade certa ou errada para mudar de profissão. Às vezes, tenho a sensação de que vivi muitas vidas como Patrícia Jarimba (atenção que não são as memórias de vidas passadas que me vêm confundir¹⁵), porque estou sempre a procurar fazer mudanças profissionais. Existem fases da minha vida em que a minha energia se expande, daí sentir a necessidade de fazer coisas diferentes. E qualquer um de nós pode mudar de área de atuação, pode dedicar-se ao que realmente gosta.

Sabe aquelas pessoas que trazem alegria para o mundo e estão sempre bem-dispostas, mesmo que estejam a passar por um problema grave? Onde vivo há uma pessoa dessas, especiais, que não vejo diariamente, mas vou acompanhando nas redes sociais. Durante cerca de vinte anos, ela trabalhou no mesmo sítio, tendo poucas possibilidades de ascender na carreira e auferindo

¹⁵ Geralmente não nos lembramos das nossas vivências anteriores, para facilitar o processo de evolução. Porém, ao elevarmos a nossa consciência e purificarmos a nossa energia, com trabalho de cura, perdão e libertação, torna-se possível ter pequenos vislumbres de vidas passadas, principalmente se for importante para percebermos um bloqueio que estamos a manifestar ou uma qualidade adquirida que devemos adotar. Naturalmente, para quem sente que ainda não tem esta capacidade, há terapias holísticas que conseguem aceder a vidas passadas.

o ordenado mínimo. No ano passado, já com os filhos adultos, concluiu o 12º ano, após cinco anos de estudo noturno, e mudou de profissão, onde continua a irradiar a sua alegria. Fiquei muito feliz por ela e acredito que haverá de inspirar outros a fazerem o mesmo. Se foi fácil fazer esta transição? Possivelmente deve ter tido alguns receios, mas o seu empenho trouxe-lhe recompensas. Enquanto há vida e saúde; porque temos de nos manter oprimidos em algo que não nos deixa respirar?

Aproveito para lhe transmitir que não deve levar a sério a seguinte expressão, pois poderá sentir-se mais em baixo: «Quando se faz o que se ama, não temos de trabalhar um único dia da nossa vida.» Nem todas as pessoas amam a cem por cento, todos os dias, o que fazem, porque os desafios trazem sempre alguns momentos desgastantes. Eu gosto de escrever, mas por vezes sinto-me frustrada, quando as ideias não fluem. Por isso, é normal não se gostar por vezes do que fazemos para viver; já se for um sentimento persistente é sinal de que temos de seguir noutra sentida a nível profissional.



Como está o seu nível de motivação? Sem motivação, acabamos por nos desgastar ao realizar os nossos compromissos.

E como é que está o seu nível de ambição? Sem ambição não há uma força motivacional para procurarmos algo melhor, mais satisfatório. Se eu quero ascender na carreira, mas digo a mim mesma que se não conseguir não faz mal, estou a enviar sinais contrários para o universo e não estou a permitir-me ter essa oportunidade. Não está errado querer mais e melhor. Se tem mais experiência, mais capacidades, mais formação, porque não pode aspirar ir mais além? Confie em si, confie na vida.

E o que dizer das pessoas que têm imensas capacidades e não as conseguem colocar em prática? Possivelmente consideramo-las irresponsáveis, mas dentro delas está a ocorrer uma luta para conseguirem ser bem-sucedidas. Algumas delas até ficam com excesso de ansiedade ou desenvolvem uma depressão, não conseguindo levar avante uma formação ou uma atividade profissional. Há quem esteja a vibrar na escassez, atraindo trabalhos precários ou patrões que lhes ficam a dever o ordenado. Há quem nunca consiga mudar de emprego, por mais que persista. Nem todos possuem uma aptidão inata para alcançar sucesso profissional com facilidade, nem todas as pessoas têm um percurso de vida fácil. Mas cabe-nos a nós, quando conhecemos pessoas assim, dar-lhes apoio, sem julgar.

Como já referi, somos todos diferentes, trazemos talentos próprios impressos na nossa energia e lições específicas para aprender. Muitas vezes, a «falta de sorte» de alguns deve-se a aprendizagens que a pessoa precisa de fazer antes de conseguir ser bem-sucedido, porque, no passado semeou certas crenças e ações, que se estão a refletir no presente. Por exemplo, uma pessoa que quer ter um emprego que não lhe dê maçada, mas que pague bem, eventualmente não poderá esperar que os outros lhe confiem um cargo exigente, pois na sua energia está plasmado «Não quero fazer nada.» Se uma pessoa está sempre a reclamar que preferia estar em casa do que no trabalho, não pode reclamar

quando perde o emprego, pois esse era o seu desejo. Toda a ação gera uma reação, diz a lei do carma. Estamos continuamente a colher o resultado do que semeamos, por pensamentos, emoções e atos. Nem sempre semeamos coisas boas, nem sempre vamos colher coisas más.

Há sempre áreas de vida em que temos mais facilidade, e outras em que devemos continuar a persistir rumo ao sucesso. Algumas pessoas tentam perceber a razão de estarem estagnadas, enquanto outras lamentam ou consideraram-se as mais azaradas do mundo, mantendo uma energia densa envolta em si, e dificultando a alteração da sua realidade. Se há alguma área que não flui, será bom refletir sobre as seguintes questões: Como estão as minhas emoções? Quais as crenças negativas que carrego em relação a esta área de vida? (Exemplo: Na minha vida, para conseguir alguma coisa é sempre com muito esforço.) Porque estou travado nesta área? O que preciso de fazer para conseguir ser bem-sucedido? Este é mesmo o caminho certo para mim? Como está o meu nível de confiança? Sinto-me motivado ou desiludido? Que competências ainda preciso de desenvolver? Vibro mais no sucesso ou no insucesso? Quais as lições que a minha alma deseja que eu aprenda neste momento?

Um conselho: não conte a muitas pessoas os seus intentos, os seus projetos para o futuro. Não porque possam roubar a sua ideia (embora isso possa vir a acontecer!), mas porque o seu objetivo quando está com carinho no pensamento já contém uma energia que, ao ser partilhada com outras pessoas, mistura-se com as suas energias pessoais, começa a diluir-se e, em consequência, pode impedi-lo de ter vontade de agir. Conte quando tudo já estiver confirmado ou em andamento. Além de que quantas vezes partilhou os seus objetivos e alguém lhe deu a sua opinião, acabando por o levar a desistir? Só quando está seguro de si é que não se deixa influenciar pela opinião alheia.

Para aprendermos, por vezes temos de falhar. Se temos receio de falhar e não avançamos, não fazemos nada na vida. Vale a pena

sacrificar esta vida, por medo dos resultados? Acredite que após muitas falhas, se tornará um especialista em seguir os melhores caminhos para si. Quanto se sentir perdido no seu destino, é bom escutar as ideias e os sonhos que o habitam, pois estes são possíveis caminhos para si e representam a vontade da divindade se manifestar na Terra, através de si. Sentir-se realizado com o que faz, é ser próspero.

O que dizem os mestres espirituais sobre esta temática?

A aposta numa área de formação, na carreira, é tão importante como nutrir o espírito. Ao nutrir a energia espiritual, que dá vida ao corpo físico, tornar-se-á mais fácil acompanhar os desígnios da alma. A alma, como já foi referido, tem um plano para cada vida, de acordo com o que precisa de sanar e aprender. A área de formação que a pessoa pode escolher não é totalmente rígida, diversas possibilidades levam às aprendizagens necessárias para a evolução da alma. No entanto, como cada pessoa tem livre arbítrio, e está constantemente a tomar decisões, na altura da escolha de qual a profissão a seguir, ela inclina-se a escolher por vibração energética.

A pessoa só pode chegar ao ensino secundário, passando pelo ensino básico. Portanto, na hora da escolha, há que ter em conta o caminho que trouxe a pessoa até ao momento presente. Daí que, por vezes, ela não se sinta preparada nem inclinada para determinadas áreas, por não possuir as competências e confiança necessárias para se sentir confortável. Qualquer pessoa que vai para o mar e não sabe nadar, não se pode arriscar a ir até ficar sem pé, correndo o risco de se afogar. Por isso, na hora de escolher o seu futuro profissional, quem quiser arriscar sentindo desconforto, pode ter dificuldades no percurso, levando-a a desistir ou a obter classificações baixas, acabando por se sentir inferior, sem valor. Portanto, não há uma área exata para a pessoa, na missão presente, mas sim aquela

que lhe vai dar prazer porque investiu até então num caminho que a ajudará a ter sucesso.

A pressão da sociedade pode influenciar na escolha, no entanto a pessoa tem de ser forte e seguir o que o seu coração lhe indica, mesmo que corra o risco de ter dificuldades em entrar no mundo do trabalho. Se for pensar que os resultados podem ser pouco satisfatórios, nada concretiza. E na vida é importante arriscar, enfrentar os medos e o desconhecido. A vida é para se fazer vivendo, pressionar-se não vai facilitar o processo. A descontração e a positividade atraem mais facilidade e clareza no caminho de cada um. Nós, mestres, estamos sempre disponíveis para ajudar, por isso perante uma incerteza, peça-nos ajuda e confie em nós.

É muito importante não estagnar no processo de desenvolvimento, para isso deve passar da teoria à prática. Ficar com as ideias na cabeça e não agir é o mesmo que comprar umas férias maravilhosas e decidir ficar apenas no quarto do hotel a dormir. O que o impede de passar para a ação? Não precisamos de ser nós a esclarecer esta dúvida, pois cada um de vós sabe porque se bloqueia. E também sabem que não há motivos para não confiarem em vós e no fluxo da vida. Ninguém está contra vós. Quando começam a acreditar nisso, tornam-se o vosso pior inimigo. A grande maioria das pessoas não consegue alcançar o sucesso porque acredita que não o merece ou nunca o vai conseguir, por isso, de que serve sequer tentar?

As tentativas sem frutos podem ser frequentes e acontecem mais com os que têm esses bloqueios internos. Os que conseguem mais facilmente as coisas, já deixaram para trás crenças limitadoras. Enquanto a pessoa não se libertar do que a bloqueia, terá de passar por algumas desilusões, para aprender a desprender-se. Se lhe é difícil mudar um padrão, ou se sente a vida bloqueada e não conseguiu ainda perceber a razão, vire-se para o plano espiritual e limpe a sua energia. «Mas as pessoas que têm sorte não fazem nada para se limpar energeticamente», pode constatar. Cada um de vós tem um grande poder de manifestação dentro de si. Quando tendem para o positivo criam um campo de atração de positividade, quando tendem para

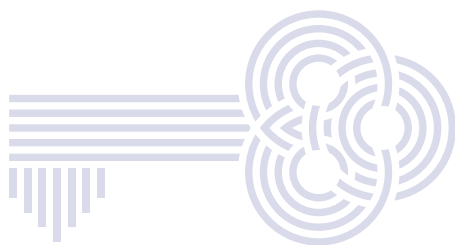
o negativo, originam bloqueios na vossa vida. Por isso, há pessoas que precisam constantemente de se limparem porque atraem, criam ou trazem mais carga para sanar. Não importa o caminho do outro. O seu caminho, e o que tem de fazer para remover os obstáculos, é o mais importante para si.

As almas estão todas num processo de evolução. O professor já foi aluno. O aluno pode vir a ser mestre de outras pessoas. Mas tudo segue uma ordem, e sem haver a aprendizagem não se consegue os resultados. Portanto, se sente que precisa de fazer algo por si, faça-o, empenhe-se. Esperar que o tempo traga as soluções, pode demorar. No entanto, se aliar essa espera ao trabalho interior, o tempo de espera será encurtado.

Cada um de vós pode não investir no seu potencial. Nós estamos sempre a acompanhar-vos, mas se a vossa vontade segue rumos contrários ao que é mais indicado para a evolução da vossa alma, aguardamos que as aprendizagens que advirão dessas decisões vos façam perceber o vosso valor e a importância de escolher bem. Estão sempre a aprender, e errar faz parte do processo. Não porque são teimosos ou distraídos, mas porque é difícil abandonar velhos hábitos/crenças originados nesta vida ou trazidos de outras.

Quando a mudança interior ocorre, há uma libertação e nunca mais voltam a ser as mesmas pessoas. Uma pessoa pode mudar? A maioria de vós, possivelmente, não acredita na mudança na natureza de uma pessoa. Mas nós acreditamos, pois a vossa essência é puro amor e luz, e quanto mais escadas vão subindo na vossa evolução, mais próxima a vossa personalidade se torna da vossa essência. É preciso trabalhar nesse sentido, na vida nada se conquista sem empenho.

Não tenham medo de serem felizes, de procurarem fazer o que gostam. Quanto mais se libertarem do que vos prende, mais expansão terão nos vossos corações e nas vossas vidas.



EXERCÍCIO: ATRAINDO (MAIS) SUCESSO PARA A MINHA VIDA

O seu espírito, quando nasce, é um potencial em manifestação na Terra. Ele está dentro de si e tem capacidades para se expandir.

Sinta-se completamente amparado e protegido pelos mestres espirituais, que vão ajudá-lo neste exercício.

Focando-se na intenção de ter sucesso (na sua área profissional ou vida em geral), feche os olhos e vire-se para dentro de si e analise o seu estado de espírito, com base nos últimos acontecimentos. Está confortável? Sente-se confiante? Tente perceber se há algo que precisa de fazer para melhorar o seu desempenho ou para sentir mais realização. Perceba se está satisfeito com o seu ambiente/colegas de trabalho, se precisa de mudar alguma atitude ou tornar-se mais tolerante. Como está o seu progresso na carreira? Está satisfeito com os diversos campos da sua vida?

Agora imagine o seu espírito como um ponto de luz dourado, a pulsar no seu coração. Ele concentra muito poder e quer brilhar para o mundo. Imagine-o a crescer, a expandir-se de dentro para fora, tornando-se um grande sol dourado. E deixe que, nesse processo, sejam empurradas de si inseguranças, crenças limitantes, falta de confiança, energia de escassez, densidade energética, adquirindo assim mais clareza mental.

Deixe que esse sol se expanda até onde conseguir, até onde se sentir confortável. E veja o seu corpo físico, no centro de um grande sol dourado.

O seu sol vai agora funcionar como um íman, por isso solicite ao seu espírito para criar um campo de atração do que precisa para estar alinhado com o sucesso, inspirando-o no caminho que o plano divino deseja para si. Imagine o sol a absorver bênçãos, orientações e

potencialidades, que chegam até si na forma de raios de luz de variadas cores: azul, amarelo, rosa, branco, verde, rubi-dourado, violeta.

Veja-se como um grande sol brilhante e multicolorido.

Agradeça e mantenha-se em estado de introspecção durante alguns minutos, prestando atenção às sensações, imagens ou mensagens que possa vir a receber.

* Para obter melhores resultados, faça este exercício pelo menos sete dias seguidos. Com o passar dos dias, surgirão percepções ou sensações que lhe irão mostrando o seu caminho para o sucesso.

Nota: Se bocejar, arrotar ou tossir no decorrer do exercício, é sinal de purificação. Se se sentir estonteado ou indisposto, beba um pouco de água e imagine-se a enraizar-se na Terra¹⁶, inspirando profundamente algumas vezes. Pode fazer este exercício sempre que se sentir bloqueado ou insatisfeito, sem sentido de orientação, ou quando quiser abrir-se mais para o sucesso em qualquer área da sua vida. Espere por transformações dentro de si e à sua volta, no sentido de o alinhar com o que é o melhor para si.

Relações de trabalho

Na vida adulta, passamos muito tempo no local de trabalho e focados na carreira. Mesmo em teletrabalho, temos de lidar com o chefe, os colegas, os clientes, fornecedores, entre outros. Se trabalhamos por conta própria, estabelecemos diversos contactos de trabalho e precisamos de satisfazer os clientes, para garantir o sucesso do nosso projeto. Nunca estamos sós, embora algumas pessoas sejam autênticas «bicho do buraco», fechadas, insociáveis, inacessíveis. É como se tivessem uma barreira invisível, que nos deixa desconfortáveis. Um ambiente de trabalho agradável,

¹⁶ Uma forma de o fazer, é imaginar as suas pernas como um tronco de árvore, e por baixo dos seus pés originam-se raízes que vão descer, camada a camada, até ao núcleo da Terra. Quando chegar lá abaixo, imagine-se a enraizar-se com firmeza e a sentir-se integrado neste plano.

mesmo que pouco remunerado, faz-nos sair de casa com boa disposição. Já um ambiente tóxico afeta-nos a vários níveis, podendo levar-nos a adoecer fisicamente ou mentalmente se não temos uma boa inteligência emocional, que nos ajuda a lidar com as particularidades individuais.

Porque certos ambientes de trabalho são tão tóxicos? Porque as pessoas que lá trabalham não respeitam os colegas, acham-se superiores, não se apercebem de que são complicadas, têm problemas pessoais para resolver e levam essa energia para o trabalho. Ou já não apreciam o que fazem e descarregam a sua frustração em cima dos outros, estão revoltadas com o mundo, não sabem pedir desculpa, nunca assumem os seus erros, não são tolerantes, acham que têm sempre razão, não estão dispostos a aprender ou a ensinar, entre outros. O trabalho devia ser uma área prazerosa para podermos desenvolver as nossas competências, ajudar os outros e contribuir para o bom funcionamento da sociedade (eu gosto de ir a um serviço e ser bem atendida ou ser esclarecida de forma clara), não um lugar para o qual não desejamos ir, tal e qual uma casa de horrores, porque nos faz mal e acabamos por sentir falta de motivação e frustração e, em casos piores, ataques de ansiedade e de pânico.

Geralmente as pessoas que complicam a vida dos outros no local de trabalho consideram que são os colegas que estão contra eles e são os inimigos. Provavelmente, até são boas pessoas fora do trabalho. É preciso realizar um profundo trabalho interior e reflexão constantes, para percebermos que também nem sempre estivemos bem. Ou seja, em dada altura, já fomos os maus da fita, em vez de ajudar, complicámos. É sempre bom admitir que falhámos e pedir desculpa pelo nosso comportamento menos adequado, mesmo que já tenha sido há bastante tempo. Se houve um mal-entendido, devemos esclarecer o nosso ponto de vista, sem magoar ou ofender o outro. Claro que sempre haverão pessoas que não combinam connosco, que se sentem intimidadas pela nossa presença apesar de terem imensas capacidades. No local de trabalho, os

outros espelham em nós o que temos de ultrapassar, e nós espelhamos o que eles têm de tomar consciência, libertar da sombra¹⁷.

«Soa-me a falso ele dar-se tão bem com toda a gente, porque ninguém é assim tão simpático. Não posso vê-lo nem pintado de ouro», diz o ofendido que desejava ser como o colega, mas não consegue ser sociável. «Porque é que o patrão só tem elogios para ele, quando eu também me esforço», e assim a pessoa começa a fechar-se e a considerar-se inútil. «Aquela posição era para mim, pois já estava aqui há mais tempo. Mas quem conhece pessoas influentes passa sempre à frente. Não tenho sorte nenhuma», e pronto o azar começa a fazer parte do seu vocabulário e da sua vida. Longe de mim afirmar que não acontecem injustiças, porque acontecem, e há pessoas que são mesmo difíceis e inflexíveis, mas quem é alvo de injustiça tem duas opções: 1) vibrar no negativo e reclamar interiormente, sem expor os seus verdadeiros sentimentos e envenenando-se a si e à sua vida, ou 2) fazer por mostrar o seu potencial, sem desanimar, mesmo que isso implique ter de continuar no mesmo local, enquanto não surge uma oportunidade de mudança laboral. Quem está mal é que se deve mudar.

Tenho uma amiga enfermeira cujos colegas se viraram contra ela, por ela os ter chamado à atenção. Ela considerava graves as falhas cometidas por eles, uma vez que a vida dos doentes estava em risco. Mas, infelizmente, quando as pessoas não aceitam os seus erros, pouco ou nada fazem para melhorar o seu desempenho. Não podemos mudar o mundo da noite para o dia, mas podemos ir fazendo o que está ao nosso alcance. É importante aceitarmos outros pontos de vista e não sermos demasiado rígidos com uma pessoa que falhou uma vez, porque também já falhámos e podemos vir a falhar; mas se ela continua a errar apesar de ter sido alertada, é sinal de que não quer aprender e não há nada que possamos fazer.

¹⁷ De salientar que nem sempre o outro está a manifestar algo que o leitor precisa de trabalhar em si, e poderá ser apenas que seja o leitor que esteja a manifestar-se no outro. Quando mais estiver consciente da pessoa que é, se tem realizado um profundo trabalho interior, e se as reações do outro não o afetarem, é sinal de que o seu lado luz está ativo.

Esperar que os outros mudem ou percebam que atuaram mal pode nunca vir a acontecer, e não é uma forma de viver em abundância. Nem todos são cuidadosos e aplicados, com vontade de se aperfeiçoar. Mas todos nós seremos alvos da reposição do equilíbrio por parte da mente cósmica, com a ação do carma.

Há pessoas que não querem chatices, nem ter qualquer incômodo. Os outros que façam o trabalho, mas o ordenado que entre a tempo e horas na conta bancária. Realmente, há sempre aquele que trabalha mais, para compensar a falta de empenho/responsabilidade de outro. A entidade patronal naturalmente começa a atribuir mais tarefas aos competentes. Os colegas de trabalho incompetentes ou difíceis de lidar nem sempre foram assim. Houve uma altura em que eram bastante motivados, possivelmente no início da carreira, mas por diversas razões foram-se perdendo/desmotivando pelo caminho e habituando-se a hábitos pouco produtivos. Estarão satisfeitos? Se já dedicaram um tempo à reflexão, acredito que não. Afinal, todos gostamos de ser úteis e de nos sentirmos realizados.

Muitas vezes as pessoas trancam-se numa cerca e, em vez de a tentarem saltar ou fazer o seu melhor enquanto lá estão, tendem a descuidar-se e a «odiar» o local de trabalho e os colegas. Alguns até se acham mais espertos do que os outros, porque apesar de menos produtivos ganham um salário idêntico ou superior, e pedem dias de descanso em alturas de bastante trabalho, sem se importar com o sobrecarregar dos colegas, quando a melhor solução seria cuidarem do seu interior, serem bons colegas e procurarem fazer uma mudança de atitude e/ou laboral.



Como está o meu nível de satisfação com os meus colegas e ambiente de trabalho?



Saiba que nenhuma alma reencarna para ser inútil, para falhar, mas, como já vimos, ela nem sempre consegue chegar à consciência do corpo que habita, que como sabemos tem vontade própria, e por isso, por vezes, desvia-se quilómetros do seu propósito divino. Não custa nada sermos competentes no que fazemos e transmitir o que sabemos. Naturalmente que nos reservamos o direito de não ajudar uma pessoa que passa por nós e faz de conta que não nos viu, só nos falando quando precisa de auxílio. No entanto, se ajudar de coração, mesmo que sejam pessoas ingratas, não se considere idiota. O plano espiritual está sempre atento às nossas ações, quando resultam da boa vontade, trazendo-nos atos de generosidade por parte de outros. Já quando não sente que o deve fazer, não se pressione, pois originará uma energia desagradável.

Partilhei consigo que estar a lecionar no ensino secundário já não me dava prazer, no entanto cumpri até ao final as minhas responsabilidades. Por isso, se um colega de trabalho não consegue perceber que deve valorizar a sua ocupação profissional que lhe traz um ordenado, faça por não se deixar afetar por ele e não fique frustrado por ter mais carga de trabalho. Antes fique orgulhoso pelo seu excelente poder de execução, mas naturalmente que se for excessivo e estiver a implicar a sua saúde física e mental, deve expô-lo à chefia. Provavelmente só se esse colega perdesse o trabalho, ia perceber a sua importância. Já reparou que, na maior parte das vezes, reclamamos quando temos ou porque não temos? No planeta há almas encarnadas mais capazes do que outras, porque evoluíram de forma exemplar nas vidas anteriores. São pessoas capazes de segurar as rédeas do mundo, para que ele continue a funcionar de forma eficiente, apoiando e inspirando os menos capazes, ou seja, os que ainda não alcançaram um nível de consciência superior.

Se uma pessoa conta os dias para se reformar, sem se empenhar minimamente enquanto está no local de trabalho, está a perder o seu tempo vital, quando podia fazer por se sentir realizada e útil no processo. Chegar à reforma ou à pré-reforma não vai trazer mais satisfação nem mais tempo de vida, porque é no interior da pessoa

que está o problema que lhe provoca insatisfação. Os outros nunca são os culpados pela nossa infelicidade e frustração, ou pelo facto de a nossa vida não estar a correr como desejaríamos. Até mesmo as pessoas que se reformam antecipadamente devem continuar a ser ativas, pois se não fizerem nada irão enferrujar, atrofiar o físico e a mente, envelhecer mais rápido. Daí ser importante prepararmos-nos para a saída da vida ativa, planeá-la, para essa mudança não causar um choque, prejudicando o nosso estado emocional e mental, bem como financeiro. Coloco aqui a exceção de pessoas que por terem problemas de saúde, mesmo que queiram, não conseguem produzir mais. Estas, no dia a dia, tentam dar o seu melhor e, por isso, devem ser respeitadas, apelando à nossa empatia e não o julgamento áspero, que as magoa apesar de não o demonstrarem.

Não estamos por obra do acaso num determinado local de trabalho, com certas pessoas. Tudo o que atraímos está de acordo com a nossa ressonância energética. Há sempre aprendizagens e resgates cármicos para efetuar, nem que seja aprender a trabalhar em equipa ou incentivar o apoio mútuo, lidar com personalidades e temperamentos diferentes e perceber o nosso valor real, enquanto cumprimos as nossas tarefas com rigor. Claro que a vida laboral se tornaria melhor se todos fizessem por estar em sintonia e dar o seu bom contributo, apesar das diferenças pessoais. Mas se nem todos conseguem pedalar na mesma direção ou sequer querem pedalar, só lhe resta continuar a dar o seu melhor, semeando luz e concórdia. Andar na Terra a deambular sem contribuir para a melhoria do todo é viver uma vida vazia e sem sentido.

Se considera que o seu ambiente de trabalho já o está a afetar demasiado, comece a procurar outra alternativa e vá protegendo a sua energia, como é ensinado no próximo exercício, evitando que outras áreas da sua vida comecem a ficar contaminadas. Quando surgir a oportunidade de mudar, avance sem medos, pois a sua paz de espírito é importante e a vida é demasiado curta para sofrer com as relações profissionais, ou qualquer tipo de relacionamento. Mas saiba que o que enfrentou e suportou o tornou mais forte para

as próximas aventuras que a vida lhe poderá trazer. Possivelmente, noutro ambiente tóxico, já saberá como não se deixar afetar pelas atitudes dos colegas ou chefe ou, finalmente, terá a coragem de fazer o que realmente lhe dá prazer, apostando no seu potencial.



O que dizem os mestres espirituais sobre as relações de trabalho?

Todos vós sois catalisadores de sementes de luz e de amor. O que leva para o seu local de trabalho? Se está inserido num ambiente complicado, mas leva todo o seu potencial de amor e compaixão, ao terminar o dia de trabalho tem a sensação de dever cumprido. Já se vai a pensar que detesta aquele ambiente e os colegas, as suas sementes tornam-se densas e contêm discórdia. Ao baixar a sua vibração, sente-se atacado e, naturalmente, a desmotivação vai tomar conta de si.

Quando a sua energia diminui, quando não procura proteger-se dos ambientes e das pessoas que vibram numa frequência mais baixa do que a sua, é inevitável ficar contaminado. Um fruto podre vai transmitir o fungo para os frutos sãos que estiverem próximos, estragando-os. Por isso, em qualquer local de trabalho, há sempre pessoas com muita luz e positividade, para ajudar os menos positivos, fechados e

complicados a não contaminarem demasiado os restantes ou a começarem a lembrar-se de como resgatar a sua luz interior.

Numa rua escura, se houver uma lâmpada fundida, não se consegue enxergar o caminho. Mas se essa mesma rua tiver uma lâmpada, ainda que de pouca potência, tornar-se-á um caminho mais seguro. Não é assim que às vezes se sente? Como uma lâmpada que estava na sua maior potência, e que foi diminuindo ao longo do dia ao estabelecer contacto com certas pessoas complicadas e negativas? O que fazer então? Proteger a sua luz antes de sair para o exterior, e ao chegar a casa cuidar novamente da sua luz. Vigiai e orai não é um conselho sem fundamento. Os grandes canalizadores de luz para a Terra, que podem ser mestres seguidos por multidões ou pessoas que passam despercebidas, têm de estar constantemente a vigiar e a orar, para se manterem alinhados com a sua essência divina.

Há pessoas complicadas porque o seu interior é como um novelo de lã emaranhado que está sempre a aumentar e não é desenrolado para se tornar em algo útil, como um casaco ou cachecol. Se uma pessoa não faz o trabalho de se virar para dentro de si, dificilmente vai diminuir o novelo de lã que o condiciona, que o afasta da luz, que o faz acreditar que os outros não sabem nada, estão errados ou o querem prejudicar. Se, e voltando a repetir, uma pessoa se vira para o seu interior, porque percebe que não pode continuar sem cuidar das partes fragmentadas de si, torna-se mais luz, torna-se um bom colega de trabalho.

Quando alguém faz a vida negra a outra pessoa no local de trabalho, essa atitude está a tentar despertar uma mudança na pessoa ostracizada. Pode sentir-se vítima (e ser mesmo vítima), mas o outro está a assumir um papel para despoletar algo nela. Provavelmente perdoar, talvez ser mais firme, talvez finalmente perceber que não vale a pena permanecer ali. Não está num ambiente de trabalho tóxico porque foi uma pessoa má, nesta vida ou noutras, e agora tem de pagar por isso. Está lá para levar a sua luz e amor. Se Jesus não tivesse vindo ao plano terreno, não existiriam tantas pessoas despertas para a importância da fé e da espiritualidade. Assim é o seu papel. Continuar num local de trabalho tóxico é uma opção sua. Já sabe que tem sempre o poder de escolha. Pode insistir em ir à mesma mercearia que nunca tem o que gosta ou procurar

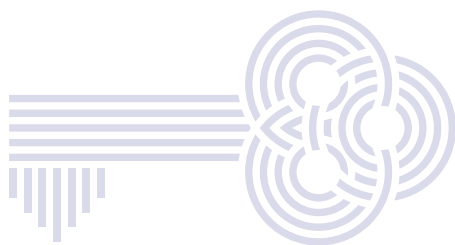
o sítio que vende o que aprecia. Quando sentir que já não pertence a determinado lugar, procure um com que esteja mais sintonizado. Não precisa de se martirizar, acreditando que tem de passar por sofrimentos no local do trabalho. Muitas vezes o seu papel pode ser temporário, e quando sai, algo ficou – uma sementinha – nos que se mantiverem no seu local de trabalho antigo. Estão sempre a ser inspirados uns pelos outros, estão sempre a aprender uns com os outros.

Existem múltiplas personalidades, cujos comportamentos são ativados de acordo com a ação e reação dos que estão ao seu redor. Por isso, estar neste ou naquele local de trabalho trará sempre relações profissionais agradáveis ou tensas. Saber lidar com as tensões é importante, e talvez seja a sua aprendizagem naquele momento. O avançar da idade traz maturidade e mais ferramentas para lidar com conflitos. Os relacionamentos interpessoais trazem grandes desafios, pois é com as diferenças que vai aprendendo e percebendo o que quer para si.

Se uma pessoa é pouco capaz de exercer as suas tarefas, se não quer trabalhar e está a ocupar um lugar que alguém ia com certeza estimar, não é da sua conta. O chefe, por ter assumido esse cargo, é que deve garantir o bom funcionamento do serviço prestado. Mas se ele também nada faz, perceba onde quer estar. Onde coloca a sua atenção, é para onde se dirige a sua energia. Quando alguém muda de local de trabalho, é porque já estava a pensar/desejar isso. Mas teve de fazer a sua parte, procurando, e abrindo-se para essa possibilidade. Se se sente incomodado com os que o rodeiam, faça as mudanças necessárias para deixar de se incomodar. Os outros não vão mudar da noite para o dia, quem tem o poder para a mudança é você.

As pessoas que contam os dias para saírem da vida ativa, sem aproveitar o momento ou sem doarem as suas capacidades, estão a desperdiçar o seu tempo. Mas é uma escolha delas querer continuar nesse registo e não vale a pena procurar explicações para o seu comportamento. Cada um faz o que quer com o seu tempo de vida.

Desejamos que seja sempre um bom colega e que continue com disposição de fazer e contribuir para um mundo melhor. Afinal, num conflito, energias densas são sempre criadas, daí ser importante emitir amor para quem não consegue vibrar (ainda) nessa sintonia.



EXERCÍCIO: PROTEGER-ME DE UM AMBIENTE TÓXICO QUE NÃO TENHO COMO EVITAR

Feche os olhos e imagine uma fonte de luz violeta a cerca de 30 centímetros acima da sua cabeça. Essa luz vai envolvê-lo completamente, limpando a sua energia (veja-se na vibração violeta e aguarde uns 30 segundos).

De seguida, visualize outra fonte de luz na vibração rosa, acima da sua cabeça, que o vai envolver completamente em amor (veja-se na vibração rosa e aguarde uns 30 segundos).

Visualize uma fonte de luz na vibração azul, acima da sua cabeça, a envolvê-lo completamente com força e vontade para a ação (veja-se na vibração azul e aguarde cerca de 30 segundos).

Por fim, veja uma fonte de luz dourada, a cima da sua cabeça, a envolvê-lo completamente numa bolha. Essa bolha vai funcionar como um protetor e repelente de más energias que baixam a sua vibração energética, interferindo com as suas emoções, pensamentos e ações.

Veja-se completamente a dourado e, em voz alta, diga o seguinte: Eu sou um centro de luz e de amor. Estou protegido à direita, à esquerda, à frente, atrás, em cima e em baixo. Deus habita em mim, e os meus guias de luz, os anjos e arcanjos acompanham-me para onde quer que eu vá. Sou imensamente grato pela vida e acolho a prosperidade que flui na minha direção.

*Faça este exercício antes de sair de casa e à noite, antes de ir dormir. Se algo o abalar durante o dia, reforce o seu escudo protetor. Quanto mais o colocar, mais eficácia terá a sua proteção.

5

ATRAIR PROSPERIDADE NA MINHA ESPIRITUALIDADE

«Seja comum, seja simples,
seja quem você for.
Não há necessidade de ser importante,
a única necessidade é ser real.
Ser real é existencial,
ser importante é a viagem do ego.»
Osho

A conexão com o plano divino e o desenvolvimento das minhas capacidades extrassensoriais faz parte do meu percurso desde que eu era adolescente. Houve fases em que me afastei de Deus, duvidei inclusive da fonte divina, por estar a enfrentar tumultos pessoais, mas acabei por perceber que alimentar o meu espírito devia ser prioritário e nunca mais deixei de o fazer, mesmo que isso implique ter de passar por constantes transformações profundas.

Considero que seria uma pessoa bastante infeliz se não procurasse refinar a minha vibração energética com técnicas de consciencialização e de cura, facilitando o acesso à mente superior. Sem consultar as ferramentas que tenho ao meu dispor ou estabelecer contacto direto com os mestres e guias espirituais que

me acompanham, estaria mais confusa sobre quais as melhores escolhas para mim. A chama espiritual que arde e sustenta o meu corpo físico com vida precisou de ser nutrida e continua a precisar: é um trabalho para a vida. E o leitor, por estar a ler este livro, é sinal de que a chama espiritual que habita dentro de si precisa e está a ser nutrida.

Conheço uma pessoa que era desconfiada com os resultados de qualquer terapia energética ou de aconselhamento. Porém, mesmo que ela não visse os efeitos de imediato e que os familiares lhe dissessem «Ainda não desististe dessas coisas!», continuava a persistir, porque sentia dentro de si um impulso que a fazia acreditar que a espiritualidade ia ajudá-la a atrair coisas boas para a sua vida. Ela travou uma feroz batalha interior, pois centrava-se nas coisas que não tinha (um parceiro amoroso e filhos, afirmando que já não acreditava que ia casar), em vez de se centrar nas coisas magníficas que estava a conquistar (apostar na sua formação superior, com bastante esforço por ser trabalhadora-estudante, para ascender na carreira e obter um rendimento superior). Disse-lhe inúmeras vezes «Se tivesses filhos, provavelmente não ias conseguir conciliar tudo. Portanto, este tempo de espera era para te dedicares mais a ti e aprenderes a te valorizares.» Durante alguns anos, estas palavras não ressoaram nela; atualmente, está a investir no seu autodesenvolvimento com formações na área espiritual e, por aprender a alimentar a sua chama espiritual, o seu mundo pessoal está cada vez mais colorido, porque o vê dessa forma.

Quando as coisas não lhe correm bem e sente-se perdido, confuso, infeliz, incompleto, sem capacidade de reagir, ou está num grande sofrimento físico e emocional, pode não estar alinhado com a sua missão de vida e precisa de fazer um reajuste na direção. Ou, então, pode ser uma forma de a sua alma o estar a levar a perceber padrões comportamentais e crenças que tem de abandonar/curar, para haver crescimento espiritual. Nunca ninguém está contra si. O seu mundo não está a virar-se ao contrário, apesar de parecer. O que está a acontecer é que as velhas estruturas estão a ser derrubadas,

para criar novas bases para a sua vida e reforçar a sua conexão com o seu Deus interior.

Os outros não são os seus piores inimigos. Você é que muitas vezes é teimoso, por querer resistir à mudança insistindo num caminho que não é o adequado, ou agarra-se a um ressentimento/mágoa e fica preso no passado, deixando passar ao lado as coisas boas da vida. Mas viver é precisamente ir aprendendo a desprender-se do que lhe causa insatisfação, fazendo uma aceitação, uma libertação, o que não é uma tarefa fácil, pois se o fosse não sofreríamos tanto. Mas repare, nem sempre precisamos de dor para evoluir; no entanto, se não nos conseguimos desprender dela, ao realizarmos a aprendizagem o processo doloroso pelo qual passámos valeu a pena.

Em 2022, quando estava a preparar-me para escrever o livro *Cuide da Sua Energia*, andava desmotivada e triste. Sentia um enorme vazio e a sensação de que precisava de experimentar novas técnicas de elevação energética, para escalar para outro nível de consciência, de modo a «agarrar» o fluxo de energia da prosperidade que estava disponível para mim, e que não estava a usar de forma proveitosa. Estou sempre à procura de subir na escadaria da evolução. Não sei atuar de outra forma, é um impulso que está contido em mim; no entanto, sei que, ao fazê-lo, ganho algumas coisas e «perco» outras. E nem sempre é fácil ou do meu agrado, porque sou humana.

Há pessoas que têm conhecimento, por experiência, de que o trabalho na espiritualidade traz mudanças interiores e na vida pessoal, daí que prefiram afastar-se de tudo o que diz respeito ao cuidar do espírito para evitarem o sofrimento de passarem por finais de ciclos com mais frequência. Também há muitas pessoas que têm medo do contacto com o lado espiritual. Na maior parte das vezes, afirmam que o receio advém de não quererem que lhes seja dito quando vão morrer – como se isso fosse a primeira coisa que um terapeuta vai dizer numa consulta, ou que os guias espirituais vão querer transmitir –, mas embora possa não ser consciente, na realidade o espírito que habita esse corpo pode não estar preparado para a mudança ou ainda não chegou o tempo certo. Qualquer intervenção/trabalho

espiritual traz sempre resultados, embora para algumas pessoas possam ser mais subtis ao nível da alma ou do modo de pensar, e não uma mudança de emprego imediata, o encontrar a sua alma gêmea, o ganhar uma recompensa financeira.

Querido leitor, você é uma pessoa com inúmeras capacidades, mas tem resistências e feridas emocionais que foi acumulando ao longo desta vida ou que traz de vidas passadas, plasmadas no seu corpo etérico. Por vezes, a energia na sua vida flui, porque se sente positivo e em sintonia com os seus objetivos. Nessas alturas, sabe que vai ser bem-sucedido, pela boa sensação que sente no seu corpo. Noutras fases, sente bloqueios nos caminhos da vida e acaba por ficar estagnado, desmotivado e abandona os seus desejos. É nestas alturas que mais precisa de cuidar do seu espírito, para voltar a ganhar a sua autoconfiança ou perceber a razão desses bloqueios.

Não desista, quando o resultado não for do seu agrado ou imediato, pois até sintonizar-se perfeitamente com a energia da fluidez ainda pode ter de colher as consequências de um passado em que a sua mente e energia estavam desordenados. A sua intuição fala-lhe constantemente, silencie a sua mente e dê importância ao primeiro pensamento que lhe surge, quando questiona o plano divino ou procura encontrar as respostas dentro de si. As suas aspirações são antecipações do que o seu espírito quer alcançar e para as quais possui as capacidades. Confie e saia (com mais frequência) da sua zona de conforto.

Voltando ao meu relato, nesse ano de 2022, sentia que a concretização de um desejo pessoal, que já tenho há mais de 20 anos, não avançava por causa das resistências interiores que não conseguia derrubar por mais trabalho interior que já tivesse realizado. Quando estou conectada com o meu ser divino sinto-me em paz e sei que tenho as capacidades para materializar os meus desejos. Mas noutras alturas vou procrastinando por causa dos meus medos profundos e dos filmes mentais que a minha mente criativa inventa, de que provavelmente o resultado vai ser medíocre, quando, segundo os meus guias espirituais, devia pensar que o resultado do meu trabalho pode fazer alguém feliz.

A procrastinação é minha amiga íntima. Também é sua companheira? Pelo facto de estar com ela, a minha vida estagna demasiadas vezes. Ela aparece, principalmente, quando nos centramos em objetivos que não nos levam a lugar algum, perdendo tempo e adiando os que sabemos que são os mais eficazes por não termos confiança nessa visão; nas alturas em que nos dedicamos às tarefas fáceis e adiamos as mais difíceis, quando devia ser o contrário; temos receio de fracassar; exigimos demasiada perfeição de nós próprios (nunca está ao nosso gosto); sentimo-nos pouco apreciados e bastante desmotivados.

Felizmente que o trabalho contínuo, cuidando da minha luz interior, ajuda-me a afastar essa minha amiga por uns momentos, para eu me tornar mais ativa, senão não realizaria nada de produtivo. Aliás, às vezes ponho-me a pensar que se não tivesse conhecimento de técnicas de limpeza e elevação espiritual, provavelmente teria alcançado pouca coisa, porque atraio com facilidade para a minha aura energias densas. Trago muitas coisas para curar nesta vida e, felizmente, ao escrever os meus livros, vou refletindo sobre mim e conseguindo sanar partes de mim que sei que estão a ressoar consigo, mesmo que o leitor não seja como eu e não tenha passado pelas mesmas experiências por que eu passei.



Nesse ano, ao querer elevar a minha energia, porque sentia esse forte impulso, naturalmente a minha forma de perceber a realidade mudou, sofreu um melhoramento. E em consequência, começou a provocar lentamente o desmoronamento das áreas da minha vida que não tinham bases para serem mais sustentadas e que precisavam de passar por uma reestruturação. Então, por me concentrar na dor, e não na lição para evoluir, o meu lado humano fez-me sofrer e vibrar nos pensamentos negativos. Se estava confortável com a rotina (ou melhor, ilusão) que me transmitia segurança, ao ser-me retirada, deixou-me sem chão e sem conseguir ver um futuro colorido, quando até tenho capacidades de perceber as linhas do futuro. E com o desespero veio a afirmação, que também já deve ter expressado: «Eu não merecia estar a passar por isto.»

«Não merecias?», podem perguntar-me os mestres e guias espirituais que me acompanham, espantados com a minha reação, após o meu intenso trabalho energético nos últimos anos. «Claro que merecias, pois para haver transformação tem de haver mudanças/rompimentos. Não podes esperar alcançar voos mais elevados, estando amarrada a uma âncora», dizem eles de seguida. Eu sei que a minha vida teve de ser sacudida e que não sou vítima do destino, pois aquela sensação de insatisfação e vazio que eu tinha significava que era fundamental para a minha evolução espiritual seguir outros rumos, quebrar velhos padrões, fazer mais trabalho de cura e libertação, elevar a minha energia. Mesmo sabendo e sentindo as consequências, ou seja, o desmoronamento de algumas áreas da minha vida e da minha forma de ser e de estar, não deixei de fazer o meu trabalho espiritual e confio que irei voar mais alto.

As reações menos boas e que me prendem à dor são despoletadas pelo meu lado humano, que é imperfeito e reage, por vezes, com base em velhos paradigmas das minhas versões anteriores. Quando a nossa alma quer ascender, não há nada que a trave. Mesmo que se considere que controlamos a nossa vida, quem

controla é a alma que decidiu embarcar nesta nova jornada, e se ela decidir ir-se do plano terreno, nada pode impedi-la. Os desejos humanos são diferentes dos desejos da alma. Ainda estou a aprender a controlar o oceano de emoções que se movimenta dentro de mim, e por vezes outro meu amigo, o ego, aparece com determinação, principalmente nos momentos em que a minha energia tem maiores quebras/ataques energéticos, porque deixei-me ficar menos protegida, deixei de acreditar no fluxo da vida e voltei a reforçar velhas crenças/medos.

Portanto, caro leitor, nunca escondo de si que sou um projeto imperfeito em evolução/melhoramento, com a tendência a repetir certas atitudes e comportamentos antigos, porque ainda não os consegui substituir permanentemente por melhores. Por isso, não é certo julgar os comportamentos dos outros, pois estamos todos a tentar alcançar a nossa melhor versão e a lidar com os desafios com que nos vamos deparando. Muitas vezes, quem está do lado de fora considera que os desafios que certa pessoa está a enfrentar não são assim tão complicados, mas para ela corresponde a uma grande carga de trabalho, pois faz parte de uma lição ainda por aprender. As suas habilidades são diferentes das das outras pessoas. O que domina pode não ser tão fácil para outra pessoa dominar, e vice-versa.



Como tenho trabalhado a minha luz interior? O que tenho feito para expandir a minha consciência espiritual?



Devemos procurar as dádivas e as riquezas do nosso espírito, se ambicionamos uma viagem prazerosa. Ao ler este livro, já está a cuidar da sua individualidade espiritual e a expandir a sua consciência. Mas não se esqueça de que tal como diariamente precisa de dormir e alimentar-se bem, o seu espírito precisa de ser nutrido. Só assim estará mais protegido e em conexão contínua com o plano divino, o que facilita o cumprimento das suas metas pessoais.

Mantenha também a sua liberdade energética. Não se envolva emocionalmente com os assuntos das pessoas que conhece e do mundo, rodeando-se de negatividade. Ter liberdade energética implica ajudar, se estiver ao seu alcance, sem sofrer, e manter-se nessa baixa frequência que nada tem a ver com a sua pode conduzi-lo a estados profundos de tristeza, melancolia, ansiedade e causar-lhe estagnação em certas áreas da sua vida. Implica, portanto, saber que não vai salvar o mundo mantendo-se em desespero.

Não deixe pontas soltas pelo caminho, porque vai ter de as resolver mais tarde, nesta vida ou noutra vida. Será um desperdício de tempo ter de voltar para cumprir o que não cumpriu nesta vida. Já se enfrentar as tempestades da vida, com firmeza e esperança, terá belas recompensas no seu futuro e a sua próxima vida de certeza que será esplendorosa. Quem semeia vento, colhe tempestades. Quem semeia esperança, colhe amor.



O que fazer para elevar o seu campo energético e a sua consciência espiritual?

- Enraizar-se, diariamente, imaginando que as suas pernas se transformam num tronco forte e por baixo dos seus pés crescem raízes que o prendem à terra. Quanto mais profundas estiverem as suas raízes, mais focado estará nas suas tarefas diárias, evitando o desperdício de tempo e energia.
- Dedicar alguns minutos do seu dia a estar em silêncio, de olhos fechados e fazendo respirações profundas, permitindo organizar os seus

pensamentos e emoções. Tudo o que lhe provoca tumulto, confusão e barulho, afastando-o da sua voz interior, se manifestará, mas ao não lhe conceder importância acabará por perder poder sobre si. Mesmo que haja barulhos ao seu redor, desligue-se deles. Fazer este exercício à noite, facilitará o seu descanso, fazer logo pela manhã, antes de sair de casa, dar-lhe-á mais clareza e criatividade.

- Realize as tarefas domésticas sem ruídos. Se tem o hábito de ligar a televisão ou colocar música, opte pelo barulho da sua mente, que após muita intensidade vai começar a abrandar, abrindo espaço para a sua alma comunicar consigo.
- Meditar, procurando fazer uma meditação guiada ou apenas colocando uma música serena de fundo e entregar-se ao relaxamento, fazendo inspirações e expirações profundas, regando as suas células com oxigénio, vitalidade e serenidade. Aliás, sempre que se sentir agitado ou ansioso, parar e respirar profundamente é ótimo para encontrar o equilíbrio interior e trazê-lo para o momento.
- Fazer orações, de proteção para si e para o seu lar, sintonizando o seu campo vibratório com o sagrado. É recomendado fazer as orações em voz alta, porque o som da sua voz tem uma vibração que é reconhecida no universo.
- Praticar afirmações positivas reforçará a sua fé e autoconfiança, e sintonizará a sua frequência com o que está a afirmar. Pode criar as que quiser, de acordo com o que sente que tem em falta, ou recorrer às que foram apresentadas no capítulo 1.
- Aplicar em si energia de cura, recorrendo a alguma técnica que tenha aprendido, ou procurar alguém que o faça, de modo a equilibrar a sua energia e alinhar os seus chacras.
- Extrair uma carta de um oráculo e fazer uma reflexão diária. Os oráculos refletem sempre o seu interior e o que precisa de trazer à consciência. De vez em quando sinto necessidade de consultar um dos meus oráculos¹⁸.

¹⁸ *O Oráculo Encantado das Fadas* é excelente para perceber o que esperar do dia, para se precaver ou deixar-se levar pela energia positiva. *O Oráculo Sagrado da Deusa* evidencia aspetos da sua sombra, para curar, ou aspetos da sua luz, que tem de manifestar. *A Magia do Oráculo dos Anjos* ajuda-o a conectar-se com os arcanjos e anjos e fá-lo perceber o que precisa de abraçar, curar, alterar ou libertar.

- Estar junto à natureza, do mar ou do seu jardim (fazendo jardinagem, por exemplo), ajuda-o a conectar-se mais com a mãe Terra, que o sustenta nesta vida e a renovar a sua energia. Principalmente nas alturas de falta de inspiração, parar e apreciar as belezas naturais ao seu dispor revelam-se proveitosas.
- Apanhar um pouco de sol, que nutrirá a sua aura e o seu corpo físico.
- Evitar certos ambientes ou pessoas quando sentir a sua frequência baixa ou estiver ansioso, inquieto, cansado. Se insistir em ir, não irá apreciar e estará mais suscetível a absorver vibrações pesadas e estranhas, que vão afetar a sua energia, mexer com as suas emoções e confundir os seus pensamentos.
- Leia um bom livro, de preferência um que ao chegar ao fim deixe o seu coração repleto de amor, alegria e satisfação.



Muitas vezes temos o conhecimento à mão, e não o colocamos em prática. Experimente o que funciona consigo, mas de vez em quando vá alternando as técnicas, pois cada uma delas trabalha aspetos diferentes em si. E retenha que investir na sua consciência espiritual e cuidar da sua energia nunca é um tempo perdido. Aliás, é sempre uma mais-valia saber cuidar de si, sem ter de recorrer à ajuda dos outros. Os outros não são eternos, e nem sempre estarão disponíveis. Já o conhecimento adquirido está sempre ao seu dispor.

Uma aluna minha lembrou-me, há pouco tempo, que «A Patrícia tinha dito, no início do curso, que trabalhar na nossa energia e espiritualidade ia melhorar a nossa vida. E melhorou!» Portanto, mesmo que o trabalho interior possa causar em si e ao seu redor algumas tempestades e derrocadas, são ajustamentos que estão a ser feitos para elevar o seu nível de consciência e subir mais um degrau na escadaria para o céu.



Parece que atualmente é frequente a queixa de que as pessoas perderam a empatia e a tolerância pelo outro. O afastamento do espírito leva à asfixia de sentimentos como o amor e a compaixão. O objetivo da nossa evolução é tornarmo-nos Deus na Terra, o que possibilitará trazer mais luz e amor para a nossa vida e para o mundo. Ao ter uma rotina diária de cuidar do seu espírito, isso ocorrerá naturalmente. E as pessoas mais atentas ou sensíveis vão perceber que há algo diferente em si: a sua energia está diferente, mais purificada, mais cristalina. Ou seja, a sua alma encontra-se mais sintonizada com o seu corpo físico. E quando a alma e o corpo estão em sintonia, o leitor segue sem dificuldades os propósitos da sua alma e sente-se bem.

Há um tempo estive em Lisboa para assistir a um concerto, e a minha amiga que me acompanhava comprou o meu último livro *Mensagens Para a Alma*, para eu autografá-lo. Num momento em que me afastei para fazer um telefonema, tendo-se ela cruzado, entretanto, com uma amiga sua, mostrou o livro, orgulhosa, ao que a outra pessoa, com um ar de desagrado, empurrou o livro com a mão e disse «Isso não faz o meu género.» A minha amiga ficou um pouco triste com a sua reação, e umas horas depois quando me elogiou como sendo escritora a um grupo de raparigas na casa dos 20 anos, ficou impressionada com o facto de, apesar de elas não lerem livros deste género, darem-me os parabéns.

Respeito a opinião dos que se esqueceram da sua luz divina e não imponho as minhas crenças. Nos livros que escrevi até agora partilho o que de bom a espiritualidade me trouxe, para que quem estiver interessado possa beneficiar dos resultados da minha experiência. Nos cursos que ministro tento sempre transmitir o entusiasmo que os estudos de várias vertentes da espiritualidade trouxeram para o meu coração e para a minha forma de ver o funcionamento da vida. Mas sei por experiência que estar no caminho da espiritualidade dá imenso trabalho, e é mais cativante «tomarmos um café com a procrastinação ou perdermos tempo a ver publicações nas redes sociais».

Tenho consciência de que uma grande parte das pessoas só se lembra de Deus quando está em necessidade; já quando as coisas voltam a correr bem, esquecem-se Dele, por vezes nem lhe agradecem. Por isso, se uma pessoa não tiver força de vontade nem fé, o resultado de qualquer intervenção espiritual será pouco satisfatório e pode levá-la a duvidar ainda mais da espiritualidade. Fazer uma terapia por curiosidade está errado. Devemos ter sempre uma intenção, assim como quando se acende uma vela. Igualmente, devemos estar sempre gratos, mesmo que ainda não tenhamos conseguido alcançar todos os nossos desejos.

Os nossos mestres espirituais nunca ficam desiludidos, pois querem o melhor para nós e procuram orientar-nos a toda a hora. Então, cuide da sua energia e fale com eles, expondo as suas preocupações, eles irão retorquir «O mais importante é que estejas bem.»



Escutando o meu interior, como estão os meus níveis de bem-estar e felicidade?

Há algo que preciso de manifestar para estar mais em paz e feliz? O quê e de que forma?



Ao estarmos gratos por sermos quem somos e por tudo o que possuímos, abrimos o nosso coração ao amor e ao fluxo da abundância, tornando o nosso jardim interior fértil e harmonioso. Ao reconhecermos que somos parcelas divinas, mantendo isso sempre presente no nosso pensamento e nas nossas atitudes, somos abençoados e felizes. É importante vivermos no momento, mas também devemos ter planos para concretizar, de modo a termos um foco e darmos um sentido à nossa ação, embora a sua concretização não implique ser a nossa fonte de felicidade.



Enuncio os três desejos mais importantes para o meu futuro.



O que dizem os mestres espirituais sobre a espiritualidade?

É sempre uma alegria para nós, falarmos da importância da espiritualidade no dia a dia de cada humano na Terra. Se todos vós, ao acordar pela manhã, se lembrassem de quem são e encarassem o dia com felicidade, mesmo sabendo que ia ser desafiante, a paz e o amor do plano divino estaria a irradiar em maiores quantidades para cada um de vós,

que se disponibilizou a estar em conexão com a mente cósmica, que sabe qual é a sua origem.

Mas o problema é que a maioria de vós se esquece, porque já os que chegaram antes de vocês se esqueceram, e até mesmo os que irão em breve, que estão a preparar-se para não se esquecerem e levar os outros a recordarem, ao entrarem no plano terreno, à medida que forem crescendo, vão esquecer-se também. São poucos os que nunca se esquecem de quem são, porque já adquiriram muita maestria na vida, mas eles por vezes desiludem-se com os que nada querem saber da espiritualidade e acabam por guardar a sabedoria para eles.

Está certo que cada alma «assinou um contrato» para viver uma vida humana. Mas viver essa vida sem estar ligado à centelha divina que a habita, torna essa vida confusa e incompreensível, porque na maior parte das vezes a pessoa vai considerar-se vítima, não entendendo que tudo o que de mau lhe acontece é para ela se fortificar e mudar a sua forma de ser e agir.

Não é que as pessoas que se ligam mais à espiritualidade tenham mais sorte, porque elas não precisam dessa sorte, pois ao fazerem o seu trabalho interior de reflexão e autocura, por vezes sós, outras vezes com ajuda de especialistas, sabem que o potencial para o sucesso está dentro delas, e que se as coisas estão empatadas, então há que arranjar uma alternativa, avançar e pensar positivo. As pessoas que se ligam mais ao espírito não insistem tanto no mesmo padrão, pois querem estar bem consigo e com a vida, e gostam de preservar a sua energia. E se, por acaso, encontram pessoas que se sentem incomodadas com a sua luz, continuam o seu caminho, enviando amor para os que ficam para trás. É uma opção de cada um de vós acreditar e integrar esta informação. O medo do contacto com a espiritualidade advém do ego que habita em cada um de vós, que pode ter mais poder do que a própria alma, pois a pessoa não consegue calar os seus pensamentos, as suas ansiedades, as suas inseguranças, as suas preocupações. Pessoas neste nível de consciência, mesmo que Deus descesse à Terra e lhes garantisse que o que elas querem alcançar vai acontecer, martirizariam-se (e aos que se encontravam ao seu redor) até ao dia do resultado. E numa próxima vez, voltariam a comportar-se de forma igual, mesmo que voltem a ter garantias. Já as pessoas que se conectam

diariamente com o seu Eu Interior, com a mãe natureza, com o plano divino, sabem simplesmente quando as coisas vão correr bem ou não, porque sabem escutar os sinais do seu corpo e respeitar a voz da sua intuição. Sabem, também, que não vale a pena discutir por coisas insignificantes e que preocuparem-se não vai resolver nada; pelo contrário vai fazê-las gastar energia física, emocional e mental.

Cuidar da sua luz interior, nutrir o seu espírito, é um trabalho contínuo, que nunca acaba. Há sempre quem estava a levitar na plenitude da vida, mas por alguma causa externa que veio abalar o seu mundo, esqueceu-se de que tinha de manter o seu trabalho com a espiritualidade e regrediu, apagando a sua luz. São poucos os que fazem uma prática diária com orações, meditações, técnicas de limpeza e cura. Nem sempre lhes apetece, mas como sabem dos benefícios, porque já os testemunharam (nem que seja estarem mais leves e com a mente mais clara) cuidam de si. Estes são os verdadeiros abençoados, que mesmo enfrentando lições duras, perceberam que, com o nosso apoio, torna-se mais fácil superá-las/ultrapassá-las.

Até mesmo os céticos, em alguma fase da sua vida, vão acender uma vela num templo ou olhar para o céu, à procura de algo que lhes mostre a presença de um Deus, que os possa escutar. Os céticos ou desconfiados apenas querem ter provas palpáveis, porque como habitam mais no mundo da razão, do ver para crer, têm dificuldade em sentir as sensações que revelam a presença de seres luminosos. Quando alguém acredita, não precisa de provas. Apenas sabe, sente, conecta-se e está grato.

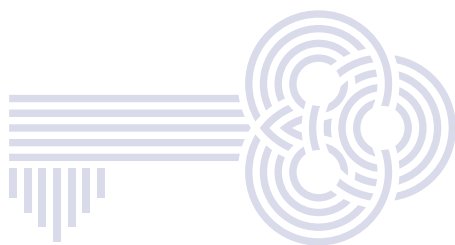
Mesmo que a maioria de vós ache que quando as pessoas estiverem mal vão virar-se para a espiritualidade, nem sempre isso acontece, pois os problemas e a desilusão com o mundo, com a vida, por vezes é de tal dimensão que se origina dentro delas uma revolta contra quem acredita «nessas coisas». Porque como pode haver um Deus que não as ajudou quando mais precisavam, mesmo que lhe tivessem dirigido preces?

Na verdade, Deus e todos os seres de luz que vos amparam na jornada na Terra, ouvimos-vos, e tentamos inspirar-vos, mas muitos de vós não nos conseguem escutar porque nos fecharam a porta. Cada um de vós tem a capacidade para resolver qualquer situação que surja no vosso caminho (não nos estamos a referir a situações relacionadas com outras pessoas, como mortes súbitas e doenças terminais,

embora nestas ocasiões possam enviar o vosso amor e dar o vosso apoio). Estamos sempre à espera que nos escutem e que a luz prospere no vosso coração, mas se nada fazem para se conectar connosco não têm o direito de ficarem revoltados.

Muitas vezes o que desejam não é o melhor, outras vezes deviam estar a usar o vosso potencial, mas não o fazem, daí que a vida pareça madrastra, em que nada dá certo. Um cozinheiro precisa de um fogão, panelas e ingredientes. Se uma pessoa tem talento para a cozinha, mas trabalha num jardim, até pode ser produtivo, mas não está a desenvolver o seu potencial. Por isso, quando sentem a sensação de que já não deviam estar em certo lugar ou com certa pessoa, repensem a vossa vida. Não vamos dar dicas de como aplicar a espiritualidade no vosso dia a dia, pois a autora e outros autores já publicados da área espiritual o fizeram. Eles partilham a sua experiência e ao estarem conectados connosco recebem a nossa inspiração para os trabalhos que eles materializaram. Nem sempre se vai identificar com o que é transmitido, porque há muitas barreiras para quebrar no seu interior, ou não é esse o tipo de trabalho de que precisa no momento em que está. Por isso é que há pessoas que preferem a meditação e outras a oração. Cada um de vós tem de experimentar quais as práticas que vos traz melhores resultados, e quando sentirem vontade de aprender mais, façam por isso, porque investir em vós é sempre um investimento com retorno. Tenham planos, mas não façam dos vossos planos a vossa fonte de sobrevivência. Ninguém morre por não conseguir alcançar um desejo. Se tentou por muito tempo e não deu certo, vá em busca de outro objetivo. Tentativa e erro fazem parte do caminho da vida, embora os mais conectados com a espiritualidade não errem tanto porque têm o discernimento mais claro para o que funcionará e o que é preciso deixar ir.

Acima de tudo, dediquem alguns minutos do vosso dia a nutrirem o vosso espírito. Com o passar dos dias, a paz de Deus habitará em vós, e tornar-se-ão mais amorosos e tolerantes, levando sementes de concórdia e amor para os que se esqueceram da sua luz interna. Aproveite da melhor forma o seu tempo aqui na Terra. Deixe-se inspirar e inspire o mundo.



EXERCÍCIO: PURIFICAÇÃO E ELEVAÇÃO ENERGÉTICA

(Para quando se sente intranquilo, confuso, desmotivado, sem energia, com um peso nos ombros.)

Durante alguns minutos, reflita sobre si e sobre os pensamentos limitantes que ainda o prendem a uma versão antiquada (ou emoções que estão a ser difíceis de digerir). Depois, imagine-os (e/ou às emoções) a serem tirados de si da zona da cabeça (ou no caso das emoções, do coração) e a irem na direção de uma grande fogueira violeta, que se formou à sua frente, onde vão ser totalmente queimados. Deixe-se permanecer nessa visualização por cerca de dois minutos, mantendo os olhos fechados e respirando profundamente, enquanto decorre o processo. Imagine-se agora dentro dessa chama, que vai queimar tudo o que se encontra no seu campo físico, emocional, mental e espiritual que está a travar-lhe uma vida de fluidez e vigor. Pode permanecer cerca de dois minutos, ou mais tempo.

No final, veja-se rodeado por uma chama azul-celeste, como se estivesse dentro de uma bolha de sabão*, e depois vá fazer algo prazeroso. Aproveite o momento. Disponha-se a descansar e a usufruir da sua companhia. Permita-se abrir espaço para a motivação e para a alegria. Escute o seu interior.

* Ao longo do dia, proceda à manutenção da bolha, reforçando a chama azul-celeste. Durante o exercício, podem ocorrer bocejos, arrotos, tosse, indisposição, náuseas ou algum desconforto físico, em virtude do ajustamento do seu campo energético. Beba bastante água e logo recuperará o seu bem-estar.

Nota: A chama-azul-celeste permite a ligação com o Arcanjo Miguel e os Anjos da proteção, funcionando como um escudo protetor contra energias dissonantes, e inspirando-o com força, motivação, confiança, clareza e comunicação/entendimento claros.

6

ATRAIR PROSPERIDADE NA SAÚDE

«Na agitação dos dias de hoje,
todos nós pensamos demais,
buscamos demais, desejamos demais
e esquecemo-nos da alegria de apenas ser.»
Eckhart Tolle

Todas as pessoas que se encontram doentes, deitam-se com a esperança de que, no dia seguinte, estejam um pouco melhores ou curadas. Quem não está doente, na maioria das vezes, nem se apercebe de que é afortunado; no entanto, é capaz de acordar com disposição para reclamar de tudo e considera que a sua vida é inútil ou tem falta de sorte.

Reclamamos que chove ou que está muito calor, reclamamos porque a cabeleireira cortou o nosso cabelo além da medida que queríamos (mesmo sabendo que ele vai crescer), reclamamos que o supermercado não tem o gelado com o sabor de que gostamos (o que se torna uma possibilidade para experimentarmos outro), reclamamos quando o carro que vai à nossa frente anda demasiado devagar (provavelmente o condutor ama a vida e não quer colocar-se em risco ou aos outros). Entramos tão facilmente na energia do queixume, envolvendo-nos numa aura densa, que nos prejudica e nos pode levar a adoecer, fazendo também com que algumas pessoas se afastem, porque não querem lidar

com pessoas tóxicas como nós. Sim, porque nem sempre são os outros que são tóxicos ou que estão errados.

Também, por vezes, entro na energia do queixume, quando estou mais cansada, emocionalmente em baixo, desanimada ou aconteceu uma situação que mexeu com o meu lado pouco paciente. A energia do queixume pode ser contagiosa, se não for para um resultado benéfico, porque é importante haver reclamações fundamentadas para haver melhoramentos. Sem nos apercebermos, porque alguém se esteve a queixar na nossa presença, começamos a queixar-nos. É tal e qual a energia da preocupação com coisas que ainda não aconteceram ou criar cenários mentais de guerra e escassez para a humanidade, inquietando-nos sobre como vamos conseguir sobreviver no futuro quando nem sabemos se estaremos vivos, o que acaba por nos sintonizar com todas as pessoas do mundo que estão preocupadas com o mesmo. Diariamente, vivemos num elevado estado de ansiedade, porque nos colocamos no futuro, e acabamos por não usufruir da vida que está a acontecer agora. Se a sua alma escolheu estar nesta época, ela sabe o que está a fazer, por isso despreocupe-se. Ligue-se, portanto, a pensamentos e crenças elevadas.

A vida nem sempre me traz paz e serenidade, mas sei que tenho de saber lidar com os momentos menos bons, e com empenho tudo se resolve. Também sei que queixar-me não vai resolver o meu problema, pelo contrário só vai consumir os meus recursos energéticos, essenciais para o bom funcionamento do meu organismo, e atrair um negrume para o meu campo energético. Felizmente que, ao estarmos cada vez mais despertos para o mal que comportamentos como estes nos fazem, conseguimos mudar mais rapidamente de vibração.

Na herança genética, nem sempre recebemos coisas más, mas temos sempre a tendência a evidenciar as doenças de família. Acredito que a predisposição para as doenças transmitidas nos genes só serão ativadas se não cuidarmos bem de nós. Aliás, se não fosse pela agitação frenética que caracteriza a nossa sociedade,

em que temos de fazer mais do que o nosso melhor, mesmo correndo o risco de a qualquer momento sermos descartados, em que estamos quase sempre sob *stress*, ansiosos ou com palpitações cardíacas, bem como pelos químicos que ingerimos dos alimentos e a poluição que paira no ar e nas águas, não haveria tanta manifestação de doenças. Se estamos no século XXI, os que vieram antes de nós e possibilitaram-nos a vida eram resistentes, por isso também somos resistentes. No entanto, a forma como estamos a cuidar de nós é que ditará a nossa qualidade de vida no futuro e nível de resistência.

Uma doença nunca é uma sentença de morte, a não ser que acreditemos nisso. Como sabemos, os pensamentos são energia e a energia atrai para a nossa realidade o que acreditamos. «Então vou pensar que ganhei um grande prémio monetário», diz-me o leitor. «Mas porque não aconteceu ainda?», vem perguntar-me uns tempos depois. Porque um desejo formulado tem de estar associado a uma emoção/sentimento positivo, refletindo-se no corpo essa sensação, como se estivesse mesmo a vivenciar a situação no futuro. E eu acredito que o leitor não acredita assim tanto que vai ganhar, talvez porque se considera pouco merecedor ou com falta de sorte. Aliás, quanto tempo consegue imaginar-se no futuro com o prémio nas suas mãos? De certeza que, em poucos segundos, o seu sabotador interno vai emergir e a sua visualização logo se desfazera.

Já, pelo contrário, se desconfiar que tem uma doença, porque está a ter sintomas desconhecidos, enquanto não vai fazer exames ou está a aguardar pelos resultados, como acha que estará emocional e fisicamente? E durante quanto tempo vibra na energia do medo da doença, que pode nem ter? São poucas as pessoas que conseguem ficar descontraídas numa situação destas, porque mesmo que façam os possíveis para não pensar, a mente vai lembrar-lhes de que podem estar severamente doentes, levando-as a um elevado estado de preocupação e a uma quebra acentuada da sua energia vital.

O que lhe vem primeiro à mente quando fica a saber que alguém está com cancro? «Coitado, vai morrer» ou «Vai correr tudo bem, porque os tratamentos de medicina estão mais avançados e os doentes de cancro são doentes em recuperação»? Se tem tendência ao primeiro pensamento, saiba que ainda está a vibrar no negativo e, por pensar assim, está a emitir vibrações negativas na direção da pessoa doente, mesmo que não seja sua intenção, podendo complicar o processo de cura. Também, ao pensar desse modo, significa que tem tendência a ser pessimista com a sua vida, e ao ficar nesse estado, está a desestabilizar o funcionamento das suas células e dos seus órgãos. Já no caso de pensar que a pessoa tem grandes hipóteses de cura está a emitir através do seu coração a vibração do amor, e o amor sana. Esta reação positiva também se revela perante os grandes testes da vida: ainda que por breves instantes possa pensar que será difícil obter um bom desfecho, logo enche-se de confiança e determinação, o que cria à sua volta um campo energético de atração de coisas boas, que ressoa em positividade e saúde nas suas células e órgãos. Ter um campo energético positivo ajuda o seu corpo a manter-se saudável.

A forma como lida com a doença vai fazer toda a diferença no seu dia a dia. Se tiver uma condição que o limita ou uma doença para a qual a cura ainda não foi encontrada, pode tender a colocar-se na posição de vítima e a achar-se um coitadinho, ou pode continuar a tentar fazer o seu melhor, conquistando boas memórias, e inspirando outras pessoas para a importância da vida. Como referi, por vezes reclamamos por tudo e por nada, mas há pessoas que têm razões para se queixarem e não o fazem. Estas são seres humanos muito especiais.

Aliás, todos os seres humanos são especiais. Ainda que pareça que alguns só fazem asneiras, são pouco ou nada produtivos ou cometam atrocidades, todos possuem uma capacidade especial que mais ninguém possui; possivelmente o que acontece é que não a conseguiram desenvolver por opção ou pelas circunstâncias da vida. O leitor é muito especial. Se ainda está por cá, o

universo está a contar com a sua contribuição para a melhoria do todo e para a cura/ascensão planetária. Mesmo que neste momento se encontre doente e desanimado, observe as pessoas que estão ao seu redor e que cuidam de si. Elas estão a aprender a lidar com a sua situação e procuram ajudá-lo a curar-se.



Sempre tratei bem de mim? Como tenho tratado de mim ultimamente?

O que representa para mim o meu corpo?



Considero-me abençoada pelo meu corpo, mas nem sempre cuidei bem dele, nem tive noção da sua importância. Cheguei aos 44 anos com uma miopia que se manifestou muito cedo, mas que óculos e lentes de contacto ajudam a corrigir, e tive um problema nas costas há uns quatro anos, que com exercício físico regular e algumas sessões de fisioterapia ficou melhor. Fiz dietas na adolescência porque me achava gorda, embora atualmente tenha mais peso do que nessa altura. Felizmente que uma gastrite fez-me parar e, quando o juízo veio com a idade, aprendi a aceitar-me como sou e importei-me em aprender a ter um estilo de vida saudável. Para mim, um dos grandes prazeres desta vida, além de investir na minha elevação de consciência, é a comida. Nem sempre temos apetite e, às vezes, apetece-nos comer «comida lixo», que

sacia rápido e nos dá uma sensação de prazer (não vejo mal consumi-la se de forma moderada, e se podemos). Porém, apesar de prazerosa, não nos garante os nutrientes e energia suficiente para realizarmos as nossas atividades. Se nos espera um dia exigente, temos de ser conscientes com os alimentos que comemos e com a água que ingerimos, evitando os refrigerantes compostos de químicos, para que o nosso organismo não gaste as reservas de energia desnecessariamente, ficando depois esgotado e colocando o seu bom funcionamento em risco.

Se temos uma ocupação sedentária ou se quando ficamos em casa só nos apetece estar deitados na cama ou no sofá, é importante de vez em quando esticarmo-nos ou exercitarmo-nos para o cérebro não pensar que morremos. Aliás, o exercício físico movimenta o nosso corpo, gerando energia que permite estarmos vivos. Quantas vezes nos sentimos desmotivados, e após uma sessão de atividade física parece que renovamos a nossa disposição? E se dizemos que trabalhamos bem sob *stress* e não sabemos viver de outra forma, talvez precisemos de repensar as nossas prioridades, porque estamos a matar-nos. O *stress*, além de não ser produtivo, leva-nos a preocuparmo-nos em excesso e, com o passar do tempo, provoca estragos irreparáveis no nosso organismo.

Escute o seu corpo, que pode não estar a tolerar certos alimentos. Ofereça-se sempre refeições repletas de nutrientes. Nunca poupe na comida, porque quer comprar algo material. A alimentação é uma necessidade primária muito importante, tal como respirar, e que se for de qualidade permite-nos ter uma vida longa e saudável. A alimentação é o combustível para o corpo. Se começar o dia com um pequeno-almoço rico terá combustível mais do que suficiente para realizar todas as suas tarefas diárias. Não passe fome para perder peso, pois isso terá implicações no seu rendimento e estado de saúde. Se quer perder peso, procure um nutricionista e faça exercício físico, sem sentir que é uma obrigação e sem criar expectativas quanto aos resultados. Deste modo, evitará ficar frustrado e desistir quase de imediato do plano. O corpo

muda com o avançar da idade, por isso pode tornar-se mais difícil perder peso, mas não é impossível.

O nosso estado normal consiste na saúde plena. A doença é a ausência de saúde, é escassez de energia vital. A doença é um desequilíbrio na alma que se manifestou no físico, para que se tome consciência de que há algo que precisa de ser curado. O que desencadeia a manifestação da doença? Quando padecemos de uma indisposição física ou doença, significa que estamos a bloquear o fluxo da vida através de palavras, pensamentos e hábitos que contrariam as leis divinas do amor. Onde há doença, há ausência de amor.



Sinto-te corpo... Descrevo como estás e de que precisas para estares bem:



As células mantêm-se vivas e saudáveis se estiverem num estado de equilíbrio. Cada vez mais, apesar de não estar comprovado cientificamente, entende-se que pensamentos desestruturados, maus hábitos e emoções mal resolvidas, podem vir a materializar-se no corpo físico na forma de doenças. Tudo o que pensamos, emitimos ou acabamos por não dizer, plasma-se no nosso corpo físico, e se forem frequentes os estados de toxicidade, ansiedade e preocupação, estamos a desestabilizar as nossas células e a prejudicar a nossa vitalidade física ou saúde mental. Por isso, ao compreender a origem da manifestação da doença, iniciará o processo de sanção, percebendo-se qual o padrão de pensamento ou comportamento que o está a impedir de ser

saudável¹⁹. Por exemplo, se está sempre com fome, pergunte-se qual a origem dessa fome emocional. Se começou a ficar intolerante a certos alimentos, tente perceber porque não se está a permitir usufruir da vida.

Além da nutrição da sua alma, um bom estado de saúde é a chave fundamental para uma vida plena e feliz. Sem saúde não fazemos nada. Sem ela não podemos ter sucesso na carreira, nem força e motivação para promover equilíbrio nos relacionamentos, nem capacidade de ganhar dinheiro. Em tudo na vida, quando é para o nosso bem-estar, tem de haver rigor e dedicação. Ao alterarmos a nossa alimentação para comidas saudáveis e com poucos condimentos, o paladar acaba por se habituar. E se recorremos apenas à medicação, em situações extremas, estamos a fazer-nos um grande bem. Se gosta de viver, cuide do seu corpo para ele andar mais tempo por cá.

Considero autênticas forças da natureza as pessoas que, apesar de doentes há vários anos, aprenderam a lidar com a doença, resistindo-lhe, porque usufruir da vida e permanecer mais tempo junto dos seus tornou-se uma meta. É uma luta diária, que só quem passa sabe o sofrimento físico, mental e emocional envolvidos. Mas como se explica que algumas pessoas sejam consumidas pela doença e outras se curem? Sim, curam-se. Porque o poder de cura está no nosso espírito e, para chegar a nós, depende da forma como está o nosso estado de consciência em relação à doença. Para a cura acontecer, temos de acreditar nela, abrindo o nosso campo energético para essa realidade. Se temos medo, ele pode destruir qualquer vibração curadora. Se temos fé, criamos um antídoto para o medo.

Complementar a medicina às terapias de cura energética é um bom caminho para restabelecermos mais rapidamente o equilíbrio no nosso organismo. Quando aprendemos sistemas de cura energética, ficamos a saber que os terapeutas são apenas meios

¹⁹ Aconselho a ler livros sobre as causas emocionais da doença, que existem no nosso mercado livreiro. Se já leu, é sempre bom reler.

de canalizar a energia de cura e que quem se cura é a pessoa que a recebe, porque está disponível. Cada um de nós, se estiver disposto, pode aprender técnicas de autocura e pode pedir auxílio, por exemplo, à Mãe Maria, ao Arcanjo Rafael e ao Mestre Hilarion, do quinto raio verde da cura e da verdade. Se estiver reticente quanto ao professor/mestre que lhe poderá ensinar, peça ao universo para o encaminhar para o que seja melhor para si, ou para lhe trazer um bom terapeuta. Ao cuidarmos do nosso espírito, ele pode curar o nosso corpo físico, se ele pretender continuar por cá.

E que explicação para as crianças que morrem demasiado cedo com doenças incuráveis? E as crianças que nascem com malformações? E aquelas crianças ou pessoas que eram saudáveis e uma doença degenerativa manifestou-se? Tudo tem um sentido, neste extenso universo. Tudo o que sucede, seja bom ou menos bom, segundo os nossos critérios pessoais, está a repor o equilíbrio. Possivelmente aquelas almas decidiram passar por esta provação. Estando nós num mundo de dualidade, a doença tem de se manifestar para quem tem saúde valorizar a vida.

Valoriza a vida?



De que modo valorizo a bênção de estar vivo?



A forma como cuida do seu físico (não me refiro aos procedimentos estéticos) revela o seu grau de valorização da vida. Da próxima vez que se queixar, agradeça antes pela vida e pelo seu corpo. Não deixe que ele adoeça para perceber a sua importância.

Ama o seu corpo? Mesmo com as cicatrizes e rugas do tempo, ame-se. A perfeição é uma exigência da mente. A crítica externa ao aspeto físico vem de pessoas sem compaixão, inseguras e sem noção de que somos todos diferentes e alguns têm vidas mais duras do que outros, ficando mais desgastados fisicamente. Envelhecer faz parte do processo da vida e é sinal de sabedoria. Eventualmente todos vamos envelhecer, e ao aceitarmos só estamos a beneficiar-nos. Para quê procurar o elixir da juventude ou da eternidade? Cada pessoa tem um limite de tempo para viver o que a alma decidiu experienciar.

As doenças ou deficiências físicas podem por vezes ser resgates cármicos, ou seja, parte do processo de sanção/aprendizagem. Principalmente quando nascemos com elas, estas servem para aprendermos a ultrapassar as limitações que elas nos impõem e alcançarmos certas metas pessoais, tomando consciência de que somos capazes, apesar de termos condicionantes. Ou seja, viemos ao plano terreno nos desafiar. Em alguns casos, pessoas com grandes limitações físicas ou doentes chegam a ser grandes inspirações, levando a sociedade a ficar mais desperta para uma doença ou condição física, tornando-se uma causa social.

Na maior parte das vezes, as doenças não são castigos ou falta de sorte, como muitas pessoas apregoam, mas sim o resultado do nosso descuido em nos zelarmos, amarmos e estarmos atentos a alguma manifestação no corpo. Castigo é estar sempre a pensar que Deus virou-se contra nós, pois não concedemos oportunidade de escutarmos o nosso ser espiritual, que nos ama. A falta de consciência leva-nos a pensar em excesso, a sofrer (por antecipação) em excesso, a stressar em excesso, preocupar-se com tudo e com todos em excesso, alimentar-se mal com frequência, todos comportamentos que estão a deteriorar e a pôr em risco o nosso templo sagrado: o corpo físico. Mesmo com os avanços da medicina, só temos este corpo para viver esta experiência terrena e podemos estar a perder anos de vida, pela falta de cuidado quanto a ele. Embora todas as pessoas acreditem que ninguém parte

antes do tempo, se não cuidarmos bem de nós, podemos partir antes do prazo estipulado pela alma.

A doença faz parte da vida, pois manifesta-se sempre em menor ou maior intensidade em todos nós. Com o passar dos anos, o recipiente que comporta a alma, vai ficando mais desgastado. O corpo, por mais que seja amado e cuidado, não é eterno. Mas há quem chegue ao final da vida sem grandes percalços de doenças, e que é capaz de partir para o plano espiritual de forma pacífica. Já outras pessoas permanecem anos em sofrimento físico, acamados em casa ou em instituições. O que os difere? Há um prémio para os que se comportaram bem? O inferno é afinal aqui na Terra, como muitas pessoas apregoam?

Na verdade, tudo é resultado de um certo estado de consciência e de um grau de aceitação. Ser consciente do que nos faz mal, perguntando ao nosso corpo porque ele está a adoecer/doente e confiando na intuição, é uma forma de conseguirmos repor o equilíbrio. Aceitar que estamos a ficar velhos leva-nos a envelhecer de forma graciosa. Aceitar a doença e aprender a viver com ela, enquanto somos autónomos e temos a nossa mente lúcida, levar-nos-á aos caminhos que a alma pretende. Aceitar que vamos morrer, como os que vieram antes de nós e os que virão depois de nós, dar-nos-á serenidade.

A morte faz parte da vida. Já passamos por isso, mas apenas não nos lembramos. Quantas vezes já morremos? As vezes que estivemos em projetos de reencarnação. São muitos, acredite. Esta não é a sua segunda ou terceira vida. Mas procurar viver para sempre, não faz parte do plano da sua alma. Quem controla o tempo de estadia na Terra é a alma, embora se o corpo estiver bastante debilitado, como já referi, a alma tenha de interromper mais cedo a sua experiência, voltando para o plano espiritual, para se preparar para a próxima vida. Qualquer corpo morre quando o sopro da vida – o espírito – o abandona, e todos nós temos isso marcado no nosso destino. Mas uma pessoa que decide interromper a vida não está no plano da alma. E mesmo que quem o faz acredite em reencarnação, e que a próxima vida será melhor, quero expressar

aqui a minha mensagem de força para procurarem ajuda, antes de desistirem desta vida que é muito importante porque é a vida que a alma planeou viver.

Chegar ao final da vida com a sensação de satisfação de que fizemos tudo o que era possível, que os que ficam estão encaminhados, e que já podemos partir, é a melhor coisa que nos pode acontecer, facilitando o processo de desprendimento do espírito do corpo. Quando não aceitamos que a vida está a aproximar-se do final, podemos dificultar a nossa ida para a luz, andando a vaguear pelo plano terreno revoltados. Por isso, dou sempre a indicação de rezarmos ou encomendarmos missas pelas pessoas que já partiram, principalmente se tivermos a sensação de que elas não aceitaram a sua partida.

É muito difícil ocorrer cura quando a pessoa está desanimada em relação à vida. Lembro-me do meu pai, nos últimos meses da sua vida, quando o acompanhei a uma consulta médica no hospital. O médico perguntou-lhe: «Sr. Manuel, não quer ficar melhor?», ao que ele respondeu que já não se importava se morresse. Percebi, nesse instante, que seria difícil ele manter-se mais anos connosco, pela sua tamanha desmotivação. A tristeza e desmotivação também leva ao desfalecimento mais rápido do corpo físico.

É sempre importante apoiarmos os nossos familiares na saúde e na doença (não só por laços de casamento), mas se eles continuam a tratar mal o seu corpo não nos devemos culpar por não os conseguir inspirar a mudar os seus comportamentos. Como sabe, é o leitor quem tem de mudar a sua perspetiva como lida com esta situação. Cada um de nós possui livre-arbítrio, e nunca é um resgate cármico afundarmo-nos na bebida ou em drogas. É uma escolha, um caminho. É, provavelmente, o resultado de a pessoa não ter força/motivação suficiente para sair desse «buraco» onde entrou, atraindo obsessores espirituais que se alimentam do seu vício e da sua energia vital. Por isso, mesmo que as pessoas façam tratamentos para largar dependências, se não tiverem força de vontade vão voltar a cair nas teias do vício.

O nosso corpo físico foi projetado por uma consciência superinteligente, para funcionar de forma eficiente. Ele é uma obra perfeita do divino. O seu corpo é uma máquina que trabalha sozinha, mas volto a reforçar que deve ter atenção ao modo como se alimenta, evitando comportamentos prejudiciais, fazendo exercício físico, descansando e espairecendo a mente, e evitando tomar fármacos ao mínimo sintoma que se manifeste e sem indicação médica.

Quando era criança e adolescente, achava estranho as pessoas mais velhas falarem que o mais importante era a saúde. «Há outras áreas mais importantes», pensava sem o expressar. Hoje em dia pareço essas pessoas, desejando muita luz e saúde aos outros. Sem saúde não se rentabiliza o nosso corpo físico. Sem saúde, o tempo avança, o mundo evolui, e nós não. Com saúde, somos pessoas bastante abençoadas e prósperas. A saúde é estar a fluir com a energia da abundância. A doença é estar sintonizado com a energia da escassez.

O nosso corpo possui, no seu campo vibracional, antenas recetoras de energia, os chacras ou centros de energia, que já explorei noutros livros e que pode facilmente pesquisar na internet. Quanto mais os trabalhamos e adotamos comportamentos e pensamentos que os harmonizam, aumentamos a canalização de energia vital para o nosso corpo físico, para os nossos órgãos e células. Portanto, a prática contínua na espiritualidade resulta em mais saúde.

A alma sabe o que é necessário para curar o corpo, por isso técnicas de cura e de elevação energética são importantes para restabelecer o fluxo da energia vital. Estar em conexão permanente com a nossa divindade interior faz-nos estar despertos para a forma como devemos cuidar do nosso corpo, mente e emoções. Também os nossos guias espirituais fazem-nos chegar às pessoas certas para nos ajudarem no processo de cura. Costumo dizer aos meus alunos que quanto mais canalizamos luz, mais saúde temos. Um efeito de cuidar e elevar a nossa energia é a rejeição de certos alimentos, que bloqueiam os nossos canais energéticos. Daí ser importante escutarmos o nosso corpo e o respeitarmos.

Quando a alma decide concluir a sua jornada terrena, o espírito começa a desprender-se do corpo físico. A energia vital começa a diminuir, e quem tem sensibilidade às energias apercebe-se facilmente do que está a acontecer. Até os profissionais que trabalham na área da saúde, como os enfermeiros e médicos, mesmo que não estejam despertos para as questões espirituais, pela sua experiência, conseguem aperceber-se da eminente partida do doente.

Quero ainda mencionar que a saúde é uma área de vida que está muito associada ao trabalho. Se estou feliz com o trabalho profissional que desempenho, tenho saúde para dar e vender. Se estou insatisfeito com o que faço, com a minha remuneração, com o ambiente de trabalho, com a falta de reconhecimento das minhas competências, o corpo vai começar a somatizar esses desgastes e poderei adoecer gravemente, se não mudar a minha atitude ou procurar um sítio laboral mais harmonioso. Também, se desloco a minha energia quase toda para a área do trabalho, não impondo limites porque tenho dificuldades em dizer «não», condicionando o meu descanso e horas de sono, estou a «matar» lentamente o meu corpo e a afetar outras áreas de vida

Recordo-me de uma colega de escola, demasiado reivindicativa e contestatária, que nos tornava cautelosos na sua presença, pois podia fazer uma queixa escrita contra nós se considerasse que não estávamos a seguir as regras ou a desempenhar bem as coisas. É bom ter pessoas que chamam à atenção para o que está mal, sem elas a sociedade não melhoraria, porém, quando adotam um comportamento extremista, deixa de ser saudável. Ela acabou por ter um esgotamento mental e nunca mais pôde dar aulas, pois canalizou de tal forma a sua energia para pressionar-se e aos outros, que o corpo reagiu, colapsando.

Por isso, querido leitor, volto a referir a importância de rever as suas prioridades. O corpo dá sinais antes de quebrar, mas muitas vezes ignoramos. Nunca pense que é invencível e que só acontece aos outros. A alma é eterna, o corpo é falível. Não espere ficar

doente ou com uma debilidade física para aprender a valorizar o corpo que Deus e os seus pais lhe permitiram ter.



O que dizem os mestres espirituais sobre a saúde?

Quando um de vós está doente, nós sentimos a vossa dor e aflição. A tristeza ecoa no universo, e apesar de sabermos que faz parte do processo da alma passar por isso, para a maioria das pessoas não é visto dessa forma. Por isso, a tristeza que o doente sente, e a tristeza que os seus familiares e amigos sentem, ecoa no universo como gritos de dor e lamentação.

A revolta também vibra no universo. Afinal cada um de vós tem um poder tão grande dentro de si, que não faz ideia. O que acontece é que esse poder que devia ser usado de forma positiva, na maior parte das vezes vibra no negativo. E o negativo, como sabem, não é salutar.

«Porque me aconteceu isto? Não mereço. A vida é injusta. Deus está contra mim. De certeza que foi alguém que me desejou mal.» São tantas

as questões a pairar na mente, quando as questões essenciais deviam ser: «Como posso curar-me? O que despoletou este problema em mim? Porque estou a passar por isto?»

Nunca estão sós, e as vossas respostas nunca deixam de ser respondidas. Se confiarem na luz divina e na vossa voz interior, terão sempre a resposta. Se não ouvirem a resposta, continuem a promover o silêncio no vosso ambiente e fé no vosso coração. Poderá haver um dia em que a resposta (ou sensação) pode ser «Não vai haver cura, prepara-te para a viagem de volta a casa.» Neste último caso, a aceitação é o indicado a fazer, para facilitar a conclusão da vida.

Não espere ficar doente para se lembrar de que tem desejos pessoais para concretizar. A vida traz sempre inúmeras oportunidades, mas arrastar as decisões ou não fazer nada é uma decisão de cada um de vós. Pensar que vão ter sempre mais tempo, porque ainda não foi cumprida a missão, estão enganados. Há muitos de vós neste momento que voltaram ao plano terreno para concluir o que não conseguiram realizar numa vida passada. Por isso, a estadia dessas pessoas pode não ser tão demorada, porque não precisam de chegar a velhos para concluir a tarefa.

Os novos morrem cedo, os velhos morrem cedo. A morte nunca é encarada, pela maior parte de vós, como uma coisa boa, como uma libertação de um corpo denso, um regresso a casa. Não gosta de voltar a casa no final de um dia de trabalho? A sua casa espiritual é onde reside a sua essência original, que está a observar todos os passos que dá, bem como todos os pensamentos que emite, emoções que vivencia e aprendizagens que realiza. Ela, a alma, vai ter um momento em que decidirá que está na altura de voltar com a bagagem acumulada. Por isso, é sempre uma infelicidade quando a alma ou, se preferir, o Eu superior de cada um de vós, não consegue aceder à consciência que habita no corpo. Quando uma pessoa decide interromper a sua vida, anjos são enviados para a resgatar, e não há condenação pelo que ela fez. O que há é o entendimento que aquela pessoa, aquele espírito naquele corpo, fez o melhor que conseguia. Porém, o vazio e a tristeza, eram superiores à sua vontade de permanecer na Terra.

A vossa casa é no plano espiritual. Tem vidas que correm bem, outras que são um tormento, mas todas elas estão a cunhar a vossa

personalidade para a próxima vida. E aqui, no plano espiritual, tudo é luz e amor, tudo é mais leve, mas não é por isso que têm de tentar viver mais cá em cima – por exemplo, através de meditações prolongadas ou de outras técnicas –, porque é na Terra que estão. Por isso, usufruam da vida, encarando-a como uma aventura e não como uma penitência, quando surgirem os desafios.

Porque não pode passar por sofrimento? É melhor do que os outros? O que o faz ser melhor do que os outros? Todos vós têm um papel importante para desempenhar, mas quando um de vós fica impossibilitado, o plano divino envia para a Terra quem possa garantir um papel similar, ou tenta inspirar nas pessoas mais despertas/atentas o papel de colmatarem essa lacuna. Por isso, quando algum de vós está doente, deve cuidar de si e não lamentar «O que vai ser dos outros sem mim?»

A doença é algo que nem sempre podem evitar. A cura é algo que nem sempre conseguem alcançar. A verdade é que mesmo que a vossa alma saiba como estabelecer a cura, e vos ajude nesse sentido, ao passarem pelo véu do esquecimento, essas informações foram colocadas em pausa, porque, em pleno século **xxi**, ainda é preciso haver doenças para procurarem a cura e mudarem a perspetiva sobre como cuidam do corpo e como o valorizam. Ainda há muitas pessoas que não dão valor ao corpo, que perdem a vida por pouco dinheiro ou na esperança de terem encontrado a pessoa certa para amar.

O planeta Terra é um lugar maravilhoso para reencarnar, devido à riqueza de experiências que promove. Cuidar bem de si, não se chatear tanto com a vida e com os outros, despreocupar-se e ter tempo para equilibrar o seu interior, são benefícios para a sua saúde. Porém, não fique revoltado com o plano divino, quando ficar doente. Voltamos a referir que a doença faz parte da vida e têm de aprender a lidar com ela, porque o corpo pode adoecer e dessa doença pode resultar a morte física.

Quando alguém com uma doença similar a outra pessoa se consegue curar e a outra não, é porque dentro dela ainda corre a energia vital que alimenta as células. Se a alma ainda não pretende ir, mesmo acontecendo este percalço da doença, ela emite vibrações positivas para a pessoa perceber que tem de acreditar na cura e o que tem

de fazer. Muitas pessoas sentem que vão sair desse desafio, que vão ficar curadas. São pessoas que estão sintonizadas com o seu Eu superior e não sortudas, como muitos de vós podem pensar. Outra pessoa, que acaba por falecer do mesmo problema de saúde, também recebe o apoio do seu Eu superior, mas por não estar sintonizada, recetiva, por não acreditar que se vai curar, acaba por não beneficiar dessa energia que lhe está a ser enviada porque tem erguida uma barreira.

Cuidar do espírito, portanto, ajuda no processo de cura. Porém, nota-se que é quando uma pessoa sofre um percalço na vida ou fica gravemente doente, que começa a despertar mais para a cura energética, para a espiritualidade. No entanto, nem todos chegam a tempo de restabelecer a harmonia no corpo. Um copo partido, mesmo colado, não consegue cumprir a tarefa de quando estava inteiro. Um corpo físico muito debilitado, vai acabar por ceder, porque já não há forma de o reparar. Mas trabalhar o campo energético e o interior vai permitir sair do plano terreno mais em paz, mais apaziguado e de uma forma mais leve, porque começa a haver a aceitação da morte.

Não vamos enunciar o que faz mal ao corpo físico, porque sabem, mas queremos reforçar a importância de escutar os sinais que o vosso corpo emite. Se num dia, sem mais nem menos, lhes vier à mente que têm de evitar determinados alimentos ou praticar exercício físico, saibam que é uma mensagem para colocar em prática. Não façam, por isso, orelhas moucas, porque depois pode ser tarde demais.

Apesar de a doença poder ser a mesma, o objetivo dela se manifestar em cada um de vós poderá ser diferente. Por isso, mesmo os que nascem com condições físicas limitadas, ou com más formações, ou que pelo percurso da vida desenvolvem uma doença degenerativa, têm de procurar em Deus a resposta para o motivo de estarem a passar por isso. Nem todos vós têm facilidade em aceder a essa informação, e mesmo que procurem com outros a resposta, tentem perceber se faz sentido para vós, com base no que o vosso corpo ressoa: boa ou má sensação, tranquilidade ou desconforto.

Todos vós são seres espirituais com uma grande capacidade de se sintonizarem com o plano maior, mas nem sempre estão despertos

para isto e é mais fácil descuidarem-se do que tentarem ter uma prática regular de harmonização interior e equilíbrio energético. Quem faz o caminho da luz também tem percalços, mas obtém as respostas para o motivo de estarem a passar por esses transtornos, e isso faz toda a diferença: andar de olhos vendados leva-vos a tropeçar mais vezes do que quando nada ofusca a vossa visão interior.

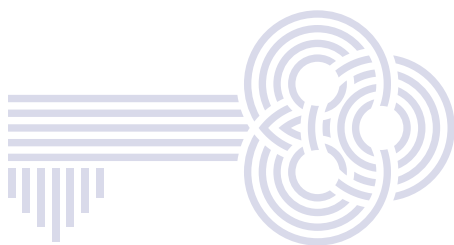
Aqueles que têm segundas oportunidades, ou seja, que quase morreram por um fio ou que tiveram um transplante de um órgão bem-sucedido, que façam por honrar a vida e por fazer os outros agradecerem pelo milagre da vida. Deus tocou-vos de forma especial, para que a esperança num mundo melhor não se acabe. Aqueles que têm familiares que não conseguiram recuperar ou foram levados demasiado cedo, que vivam a vida com o maior respeito por si e pelo todo, para honrar os que já estão no plano espiritual.

São tantas as pessoas com capacidade de iluminar o mundo, aliás, todos vós têm essa capacidade, no entanto aqueles que neste momento estão a assumir papéis de ódio, destruição, intolerância e extremismo, não vão conseguir libertar essa luz, que está presa por baixo de muita densidade para poderem ser os «maus da fita». Em vez de desejarem morte às pessoas que consideram que estão a mais no mundo, porque seria mais fácil eliminar a fruta podre, façam o vosso melhor para não deixarem a vossa luz apagar. Essas pessoas também têm o direito à vida, senão não estariam no mundo.

Para conhecer a luz é preciso conhecer a sombra. Para encontrar uma solução é preciso primeiro lidar com o problema. Como pode o leitor valorizar uma vida saudável, se nunca experienciou a doença?

A alma é eterna, o vosso corpo tem um tempo limitado. Aceitar o envelhecimento e a morte far-vos-á perder menos tempo e energia em pensamentos que não contribuem para o vosso sucesso. O tempo e a energia, em complemento com o vosso corpo físico, são os bens mais preciosos que possuem. Têm feito bom uso deles?

Nós, mestres espirituais, estamos sempre a enviar-vos amor e esperamos que façam as melhores escolhas, para permanecerem no caminho da luz, saudáveis e seguros. Mas quando isso não acontece, também estamos aqui à espera do momento em que vão retornar, para vos envolver com o nosso amor e compreensão.



EXERCÍCIO: ESPÍRITO E CORPO EM SINTONIA

1) Procure escutar o seu corpo num momento de serenidade? Há alguma dor/sintoma que esteja a incomodá-lo? Pergunte à sua alma porque essa dor se está a manifestar e o que precisa de ser feito para a minorar/curar.

2) Vai receber no seu campo energético e coração, sementes de luz, que lhe vão trazer cura, equilíbrio, amor e clareza.

Para as receber, precisa de estar recetivo e virar-se para dentro, inspirando e expirando algumas vezes profundamente.

Invoke à sua presença o Arcanjo Gabriel: «Arcanjo Gabriel, Arcanjo Gabriel, Arcanjo Gabriel. Vem até mim, fica comigo e deposita no meu coração sementes de luz branca, que contêm a informação sobre a minha missão de alma.» Inspire algumas vezes profundamente (o tempo que sentir necessário), e imagine o Arcanjo Gabriel a depositar sementes no seu coração, na forma de luz branca, que se expandem até à sua cabeça.

Invoke à sua presença o Mestre Hilarion: «Mestre Hilarion, Mestre Hilarion, Mestre Hilarion. Vem até mim, fica comigo e deposita no meu corpo físico, nas minhas células e órgãos, a energia verde da cura e da vitalidade. Sana o meu corpo, a minha mente e o meu coração.» Inspire algumas vezes profundamente, e imagine o seu corpo a ser totalmente preenchido por dentro e por fora de luz brilhante verde-esmeralda.

Invoke à sua presença o Mestre Jesus: «Mestre Jesus, Mestre Jesus, Mestre Jesus. Vem até mim, fica comigo e deposita no meu coração a energia do amor que habita no teu coração.» Imagine Jesus a colocar no seu coração a chama rosa do amor contida no seu Sagrado Coração, e que ao inspirar cresce e se espalha por si

e ao seu redor, tocando em todas as pessoas com quem se vier a encontrar, para que elas se lembrem de que são amor.

Invoque à sua presença Mãe Maria: «Mãe Maria, Mãe Maria, Mãe Maria. Vem até mim, fica comigo e cobre-me com o teu manto azul da graça, para que eu me mantenha protegido de noite e de dia. Que o teu manto potencialize em mim força, confiança e determinação.»

Inspire algumas vezes, e imagine Mãe Maria a colocar sobre os seus ombros o manto azul da graça divina, que potencializará em si todas as suas qualidades em manifestação.

«Gratidão, gratidão, gratidão.»

Abra os olhos.

Todas estas sementes de luz depositadas em si poderão vir a desabrochar, se as nutrir através do pensamento, com amor e positividade.

* Faça o exercício pelo menos sete dias seguidos e sempre que sentir necessidade.

Nota: O mestre Hilarion é o mestre do quinto raio verde da cura, que inspira e guia todos os que trabalham com a energia da cura ou que se querem curar, possibilitando milagres. O mestre Jesus, que veio à Terra ensinar-nos o caminho divino, traz-nos paz, amor, sabedoria e luz. Mãe Maria é a nossa mãe divina e rainha dos anjos, que nos protege, cura e nos ama, independentemente das nossas ações. O Arcanjo Rafael, cujo nome significa «Deus cura», é o portador da cura divina, minimizando dores e mazelas físicas, mentais e espirituais. A sua vibração é verde, a frequência do quinto raio cósmico.

7

ATRAIR PROSPERIDADE NAS FINANÇAS

«Raramente pensamos naquilo que temos,
mas sempre naquilo que nos falta.»
Schopenhauer

O dinheiro não traz felicidade, mas facilita alcançar ou manter o estado de felicidade, libertando-nos da emoção negativa de não ter dinheiro e proporcionando-nos mais condições para nos dedicarmos ao que a nossa alma quer desenvolver. Adormecer sabendo que temos o suficiente para os próximos tempos ou que o nosso rendimento mensal está garantido, é diferente de adormecer de barriga vazia e não ver uma luz no final do túnel. Ir-se safando, não é o mesmo que ir avançando com a vida, com tranquilidade e confiança.

Uma pessoa que está a passar por dificuldades financeiras encontra-se em modo de sobrevivência e, portanto, num sufoco constante, à procura do mais barato e sempre preocupada que não tenha o suficiente. Esta pessoa, na maior parte das vezes, já não acredita na possibilidade de melhorar a sua vida, tornando-se difícil sintonizar-se com o fluxo da riqueza. Pelo contrário, uma pessoa abastada, sem ter feito qualquer coisa para o ser, pode não valorizar o que tem à sua disposição, por ser um dado adquirido, e gasta de forma irresponsável sem se importar se a fonte pode secar. Há um ditado chinês que diz «Grandes fortunas não têm terceira

geração», precisamente porque como a terceira geração não assistiu ao esforço empregue para alcançar a fortuna da família, em consequência, não dá valor ao que tem, revelando dificuldade em manter a fortuna. Já quem tem muito dinheiro, porque trabalhou arduamente para o conseguir, sabe que na vida nada cai do céu sem empenho.

Assistimos frequentemente a vidas de pessoas que não têm capacidade para gerir o seu rendimento mensal, quando a mesma quantia na mão de outra pessoa iria render, destinando-se uma pequena parte para a poupança. Existem pessoas que dependem financeiramente de outros para viver, apesar de serem saudáveis, e nunca encontram (ou tentam encontrar) motivação para irem em busca de melhores condições por seu próprio mérito. Outros consideram que só têm direitos, sendo «levados às costas» pelos que trabalham e descontam, e que inclusive mentem para obter apoios sociais. São pessoas que não entendem que estão a agir mal e que pouco ou nada contribuem para a manutenção desses direitos que exigem. Na verdade, todos estão a fazer o melhor que sabem e podem mudar o seu comportamento a qualquer momento, desde que o queiram.

«Eu queria ganhar bastante dinheiro, para deixar de trabalhar», há quem expresse este seu desejo. Mas aqueles que têm muito e precisariam de viver centenas de anos para usufruir dos seus ganhos, porque é impossível gastarem todo esse dinheiro na vida atual, continuam a trabalhar. Aliás, eles trabalham porque gostam e pelo prazer de se sentirem úteis e ativos, e contribuir para um mundo melhor, não porque querem acumular mais fortuna. O trabalho é uma coisa nobre e abençoada, já o não fazer nada é estar numa condição de miséria.

A dada altura, o TER dá lugar ao SER e ao SABER ESTAR perante a vida. Mesmo que lhe passe pela cabeça que, a qualquer momento, podem perder tudo, geralmente são pessoas que dificilmente perdem o que acumularam, ou se perderem têm capacidade para se reerguerem, porque acreditam em si e sabem de onde vem o

fluxo da prosperidade. Também aqueles que gerem a sua energia de forma virtuosa, mesmo que falhem, rapidamente recuperam. Talvez o melhor desejo a ser formulado seja: «Eu gostava de estar bem financeiramente, para continuar a investir em mim e no que gosto.» Uma vida sem qualquer ocupação profissional ou sentido, pode tornar-se vazia. Ninguém veio ao planeta para fazer férias continuadas. Andar sem um rumo definido não é viver e honrar a oportunidade que Deus nos concedeu.



O que eu faria se tivesse mais dinheiro?



Quem inveja o sucesso de outra pessoa ou revolta-se com o facto de ela ter bastante riqueza ou deter propriedades, precisa de rever os seus planos de vida e fazer por também conseguir elevar o seu património financeiro. Cada um tem aquilo que merece e de acordo com o que está a vibrar no momento. «Mas ele é rico apenas porque os pais dele são abastados», podem pensar. Já vimos

que a alma escolhe a família onde vai reencarnar, por isso não é por acaso que nascemos numa família abastada (por exemplo, que nos pode ter ficado a dever ou nos privou das condições básicas de sobrevivência noutra vida, ou será de grande ajuda para o cumprimento da nossa missão de alma atual) ou numa que teve de fazer muito jogo de cintura com o dinheiro (porque precisamos de aprender a valorizar o esforço e subir na vida a pulso). O mais importante é focarmo-nos na nossa vida e percebermos que somos os únicos responsáveis pelo dinheiro que ganhamos, gastamos e acreditamos ser capazes de ganhar.

Se não tenho dinheiro para adquirir algo que não põe em risco a minha sobrevivência, devo educar-me a não me endividar para o ter. «Não importa, porque vou pagar às prestações e praticamente não sinto», diz a pessoa. Seria melhor dar um descanso nas prestações ou no cartão de crédito, se estamos sempre apertados. Ainda não pagámos uma dívida e já estamos a endividar-nos de novo, o que nos leva a permanecer num círculo vicioso sem fim. Sei que nem sempre é possível, mas se evitarmos certos encargos desnecessários, colocando esse valor de parte, conseguiremos ter um extra para usá-lo no futuro em algo útil ou, quem sabe, ajudar alguém necessitado.

Ter independência financeira é um hábito, não o resultado da sorte. O dinheiro é energia vital, é o valor de troca que recebe pelo seu tempo e esforço doados. Não considera que deve ser responsável por onde gasta a sua energia vital? Comprar coisas sem utilidade, que depois ficam esquecidas e mais tarde se tornam tralha, é jogar tempo de vida fora. Quanto mais a sua poupança aumentar, mais se sentirá capaz de usar parte desse capital para um investimento seguro.

Os que possuem grandes fortunas têm o direito de decidir o destino a dar aos seus rendimentos, não o leitor, nem o resto do mundo, portanto podem gastá-lo como bem entenderem, embora ajudar os outros seja um elevado ato de benevolência. Felizmente que muitas pessoas com imensas posses ajudam, através de

doações, os que ainda vivem com dificuldades ou não perceberam o seu potencial. Matar a fome de quem (ainda) não é autosuficiente, em vez de responder «Vá trabalhar como eu trabalho», revela que essa pessoa está num nível elevado de consciência e a vibrar com Deus. Deus aprecia que quem tem muito partilhe com os mais necessitados. As melhores ferramentas que temos para sermos prósperos são a bondade e a compreensão, por isso fazer uso delas com frequência torna-nos melhores seres humanos.

A maioria das pessoas gostava de ter o dom para ganhar avultadas quantidades de dinheiro, porque o dinheiro além de ser a moeda de troca no planeta, começou a ser encarado como o bem mais valioso. Aliás, o dinheiro transformou-se na meta a alcançar, em vez de ser usufruir da caminhada e organizarmos/curarmos o nosso interior. Quantas pessoas matam ou enganam por dinheiro? Estamos na época de tentar burlar os mais distraídos pelos telemóveis e pelas redes sociais, para conseguir dinheiro sem esforço. Dinheiro fácil ou roubado, quando para o obter alguém tem de perder, possui uma energia diferente de dinheiro conseguido com esforço e trabalho honesto. Por isso, não permanece por muito tempo nas mãos da pessoa. Já ter um bom coração e um bom carácter é de grande valor, e é graças a pessoas com estas características que a esperança e a positividade subsistem no mundo. Quem tem pilares morais possui as qualidades necessárias para sustentar a prosperidade, mesmo que a vida lhe traga por vezes alguns abalos.

Teremos sempre suficiente para viver quando levamos uma vida ativa e motivada. Se começamos a ganhar mais dinheiro, devemos praticar a inteligência financeira, ou seja, adquirir apenas o que necessitamos. «Preciso mesmo disto?», deve colocar-se sempre esta questão antes de comprar algo, e verá que muitas vezes a resposta será «Não preciso.» Qualquer mau hábito é um gasto imprudente de energia vital. Se calcular quanto ganha à hora, talvez perca o interesse por aquele par de sapatos que custa vinte ou trinta horas da sua vida. Também escutar as sensações emitidas pelo seu corpo, antes de comprar, evita-lhe chegar a casa e

arrepender-se da compra e do dinheiro gasto, o que o afasta do bloqueio da prosperidade.

Reveja com frequência os seus hábitos de consumo e perceba se comprou coisas que não chegou a usar. Registrar todas as suas despesas num caderno ajuda nesta tarefa, pois assim percebe onde anda a gastar o seu dinheiro e o que pode ser cortado. Comprar pode preencher um vazio emocional, mas apenas de forma instantânea. Quem compra de forma compulsiva, à procura de satisfação, deve reservar alguns minutos por dia para olhar para o seu interior e perceber a origem desse comportamento; e, se não conseguir sozinho, deve procurar ajuda de um especialista/terapeuta. Continuar com o consumo desenfreado e o endividamento não é o ideal. Também não é o ideal contar com o dinheiro do IRS para pagar contas pontuais, pois revela que o seu orçamento não tem margem de manobra. Igualmente, colocar em prática um plano descontraído para a velhice, continuando a usufruir das coisas boas da vida, pode evitar colocá-lo numa situação futura desvantajosa.

Com o aumento do rendimento mensal, é aconselhável manter o nível de vida anterior, para evitar sobrecarregar-se com mais despesas, embora se possa presentear de vez em quando com um mimo porque merece e, assim, trabalha o merecimento. Mas o que se verifica, na maior parte das vezes, é que perante um aumento do rendimento, nasce o desejo de procurar uma casa maior e mais dispendiosa na prestação/renda e manutenção, possivelmente as próximas férias serão mais luxuosas, as roupas passam a ser de uma marca mais cara, um casal decide aumentar a família ou os filhos passam da escola pública para a privada, entre outros, e as pessoas acabam por estar sempre em esforço ao adquirir mais responsabilidades financeiras. Estas práticas não significam estar a viver em abundância, ainda mais se a pessoa chega a uma certa altura do mês e já anda a contar os dias para receber o próximo ordenado. Portanto, se não quer ficar com a sensação constante de ter uma corda ao pescoço, sinta-se grato pelo que tem e usufrua disso, percebendo o que

realmente necessita e o que pode dispensar, aumentando a sua poupança ou dedicando parte do seu rendimento ao investimento.

Querido leitor, cada um faz as suas escolhas, e não estou a criticar o comportamento de ninguém. Apenas estou a partilhar dicas de como melhorar a área financeira, que me ajudaram. Quando adotei a Doce, que tinha cerca de 36 quilos, vivia num apartamento T1, que dava perfeitamente para permanecer até ao final da minha vida, até porque não tenho filhos. Mas sendo um apartamento sem varanda, implicando ir com ela à rua cinco vezes por dia, começámos a pensar em adquirir uma casa com quintal e jardim, para facilitar e ela poder ter mais espaço. A decisão foi muito ponderada e fiz inúmeros cálculos, antes de avançar com a compra, de modo a continuar a ter uma vida desafogada. Já partilhei num dos meus livros que um grande medo que me perseguia é o de que me faltasse dinheiro, por isso questiono-me e planeio antes de avançar, escutando as sensações que o meu corpo emite, evitando desencadear esse medo, que bloqueia a fluidez da minha prosperidade financeira. Geralmente o «não me cheira» é um alerta da minha intuição para parar, mudar de direção ou não comprar, que é o mesmo que sentir desconforto, palpitações, nervosismo, inquietação, «não ter a certeza».

Apercebi-me de que sempre que tive medo de que me faltasse e optei pelo mais barato, mesmo tendo o suficiente para adquirir algo com mais qualidade, e dei-me mal. «O barato sai caro», já diziam os nossos antepassados, que sabiam muito sobre a vida. O medo de qualquer coisa, enfraquece o nosso campo de energia e contribui para fechar a torneira do fluxo da abundância do universo, que existe só para nós. Já quando nos despreocupamos, surgem boas oportunidades e até podemos receber uma prenda inesperada ou uma gorjeta.

Tenho colegas que tal como eu gostam de investir no seu auto-conhecimento, mas como em certas alturas não tinham dinheiro suficiente, colocavam um pedido nas mãos do universo: «Se a formação for mesmo importante para mim, ajuda-me a conseguir o dinheiro.» E sempre conseguiram. Já uma pessoa que não dá

importância ao seu eu interno, pode, por exemplo, não adquirir este livro por achar caro, mas é capaz de gastar uma quantia avultada em algo que acabará por ser jogado para um canto. Cada um tem as suas prioridades e modos de gastar o seu dinheiro, no entanto se o faz de forma irresponsável não tem o direito de se queixar de que é alvo de azar porque cada um faz «a cama onde se vai deitar».

Um conselho, se algum dia encontrar algo que comprou mais barato noutro sítio, não fique a pensar no assunto, lamentando e baixando a sua vibração e bloqueando a sintonia com a energia da prosperidade. Aceite que, provavelmente, se comprou mais caro, é porque tinha capacidades para o pagar e, se na altura, sentiu-se bem, é porque era uma compra acertada. Mesmo que o vendedor o tenha enganado, para obter maior margem de lucro, a opção de comprar foi sua, e se o vendedor estava com más intenções, as consequências dos seus atos serão repostas pela lei do carma. O que é justo gera sempre maior retorno.

Quem o roubou ou ficou a dever não está melhor do que o leitor, porque está sintonizado com a sua sombra e a luz é que traz o fluxo da abundância. Não digo isto para que se sinta melhor, mas para perceber que o que fazemos tem sempre implicações no nosso futuro. Perdoe essas pessoas e verá como a sua vida será rica. De qualquer modo, se tem receio que não lhe devolvam dinheiro emprestado, não empreste e preserve as suas noites de sono descansadas. Aliás, se for alguém que não sabe gerir o seu dinheiro ou noutra ocasião, em que lhe emprestou, demorou uma eternidade a pagar-lhe, não é boa ideia emprestar.

Tenho dificuldades em negociar e pago sempre o valor que me pedem, a não ser que considere que é demasiado, e aí procuro algo semelhante noutro sítio. Também, quando acho que a pessoa merece mais pelo serviço prestado, dou-lhe uma compensação «para um cafezinho». Já recebi compensações ou ofertas sem estar à espera. Embora ainda tenha algumas dificuldades em receber, porque não gosto de incomodar ou estar com a sensação

de «ficar a dever», sou grata a quem me quer dar algo de coração, pois é sinal de que o universo me está a compensar e que se a pessoa o quer fazer, é porque tem uma especial estima por mim. Quando me permito receber e dar, de forma espontânea, sintonizo-me com o fluxo da abundância da vida. Dar e receber é a energia da prosperidade a circular na nossa vida. Dê o que quer para a sua vida e terá o retorno multiplicado.

Nem todas as pessoas conseguem pedir o justo valor pela troca da sua energia vital, mas se houver alguém que mostra reconhecimento, essas pessoas ganham mais confiança em si. Quando se dá com a sintonia do coração, somos sempre abundantes. A caridade é um estado de prosperidade. Quanto mais damos, mais o universo nos compensa. Já quando damos sem vontade, arrependemo-nos de ter dado, consideramos que foi uma perda ou ficamos à espera que a outra pessoa nos dê algo em retorno, estamos a sintonizar-nos com a energia da escassez e essa dívida nunca se multiplicará. Até mesmo os mais abastados, que não gostam de gastar o dinheiro para o acumularem com receio de que falte, não são abundantes e vivem na escassez, porque se a vida lhes deu essa liberdade financeira, deviam usá-la para si e para os que não têm.

Veja de que modo gere o seu tempo de vida. Pode não pensar que ele é valioso, mas já referimos que é um dos bens mais valiosos que tem. Perder um dia inteiro para poupar alguns cêntimos, e sentir uma satisfação interior de conquista, revela que está a vibrar na miséria. Também, quando não valoriza o trabalho do outro, queixando-se de ser caro e tentando regatear, é porque não se valoriza e não está sintonizado com o fluxo da prosperidade. Regatear alcançando um valor que não é bom para ambas as partes é uma prática desonesta, igual ao roubo, porque revela que o comprador só valoriza uma parte do que está a comprar, beneficiando do regateio.

As pessoas justas não procuram aproveitar-se das fragilidades dos outros, mas também não permitem ser exploradas. A valorização

das coisas, das pessoas, das circunstâncias e a forma como vemos o dinheiro, é que canaliza maior ou menor prosperidade para a nossa vida, mais ou menos pessoas que apreciam o nosso tempo e qualidades, e que contribuem para a nossa elevação. Eu fico tão feliz quando alguém que sabe fazer algo que eu não sei se disponibiliza para me ajudar em troca de um certo valor. Também muitas pessoas já expressaram o seu reconhecimento pela minha ajuda, e isso encheu-me o coração e fez-me desvalorizar as que foram ingratas comigo.

Uma pessoa que tem dificuldade em colocar o justo valor pelo seu trabalho ou que trabalha por donativo, não pense que vai atrair clientes gratos. Se trabalha por conta própria, pedir abaixo do que vale e desconsiderar os custos que tem para trabalhar, porque pode reçar de que se aumentar ligeiramente os preços, vai perder clientes e a vida está mal para todos, vai mantê-lo na vibração da escassez. Isto porque para conseguir determinado rendimento mensal terá de trabalhar mais horas, despendendo mais energia, acabando por não ter tanta disponibilidade para estar em família ou para descansar. A longo prazo vai sentir-se vazio, pode vir a adoecer com frequência, sinal de que tem de parar e repensar na sua forma de viver, e o cliente, que antes não vivia sem si, vai procurar um substituto. Por isso, faça por abandonar esses medos e crenças, e vibre na fartura.



Estou a receber a quantia de dinheiro que considero que mereço? Sei calcular o meu valor? Quanto é o meu valor à hora?

O que representa o dinheiro para mim?



Se considera o dinheiro como algo bom, o resultado do seu empenho e da rentabilização do seu potencial, e se sente grato por ter dinheiro para poder gastar no que necessita, a prosperidade financeira flui na sua direção. Se considera o dinheiro como algo mau, que corrompe as pessoas e a sociedade, está a bloquear a sua fluidez financeira e a não reconhecer o seu valor. Quando nos autovalorizamos, permitimo-nos ter dinheiro. Quando somos gratos pela vida, permitimo-nos vibrar na prosperidade.

Existem inúmeros livros cujos autores explicam melhor do que eu como obter mais ganhos no mercado económico. Aliás, esses livros estão sempre no top de vendas, porque é do interesse da maioria das pessoas. Sou da área espiritual, embora tenha estudado economia no secundário e na universidade, e muitos desses escritores são da área financeira. Dicas de como investir para aumentar o património financeiro são sempre bem-vindas, mas quando não temos jeito para esse tipo de atividade ou não nos sentimos confortáveis, será melhor procurarmos investir no que somos bons e obter formação, que nos possibilite adquirir competências para expandir um projeto pessoal.

Considero que aliar a espiritualidade aos conhecimentos práticos é o ideal para obter sucesso, afinal mesmo pessoas inteligentes, se não estiverem alinhadas com a energia da prosperidade, dificilmente terão sucesso financeiro. Nem todos conseguimos sucesso nas mesmas coisas, porque somos diferentes. Uma galinha pode pôr ovos de ouro para uma pessoa e ovos para consumo para outra, porque cada uma destas pessoas tem uma perspetiva de vida própria. Nem todas as pessoas nasceram para

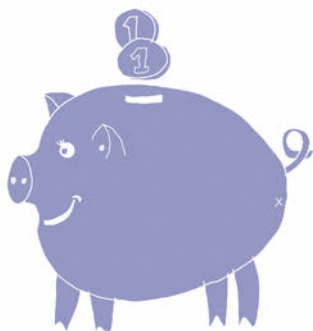
brilhar na mesma área. Devemos brilhar no que transmite boas sensações no nosso coração. Se eu tentasse investir na bolsa, sei que não ia ser bem-sucedida, porque como não acredito nisso, o fluxo da prosperidade ficaria bloqueado. Mas há pessoas que conseguem obter grandes margens de lucro, porque vibram no «vou conseguir».

As limpezas energéticas são fundamentais quando sentimos a vida bloqueada, bem como identificar padrões limitantes que adquirimos ou herdamos dos nossos familiares e antepassados. Por exemplo, o dinheiro não cresce nas árvores, mas se eu tiver uma árvore que me contempla com frutos, serei abastada, como hoje pela manhã, quando fui apanhar araquês para colocar numa salada de fruta para o pequeno-almoço. Fico sempre feliz quando lanço sementes no meu jardim e algumas semanas depois tenho o retorno. O dinheiro também não cai do céu, o que cai do céu é o fluxo de energia da abundância que se eu souber sintonizar, vai possibilitar atrair o dinheiro de que preciso para viver bem e continuar a cumprir o desígnio da minha alma.

Semear dinheiro não é igual a semear sementes de legumes na terra, mas semear boas ideias e continuar a nutri-las com a crença de que as vamos ver nascer, trará retorno financeiro. Não é por acaso que estou sempre a reforçar a importância de cuidarmos do nosso espírito, que nos trará as oportunidades e as pessoas que nos vão ajudar a conseguir o que merecemos, levando-nos a ver a vida de uma perspetiva mais colorida. Ou seja, em vez de pensarmos que não vamos conseguir, começamos a mudar o discurso para «Está quase, vou chegar lá» ou então «O que tenho é o suficiente para cumprir a minha missão de alma. Sou feliz e grato.»

É importante sermos pacientes com a nossa sementeira, até ela dar os seus frutos. Desejar resultados imediatos, nem sempre é possível, pode causar-nos ansiedade, leva-nos a cometer mais erros ou a abandonar projetos com grandes possibilidades de sucesso. As pessoas que aguardam com paciência pelos frutos do seu empenho conseguem recompensas da vida. O meu primeiro

livro, *A Magia do Baralho Cigano*, nos três primeiros anos após a sua publicação passou despercebido, e atualmente é um dos livros mais procurados. Se eu me tivesse deixado desiludir pelo resultado das vendas, desistindo da escrita, não estaria hoje a escrever este livro. E atenção, cruzar os braços e ficar à sentado à espera, sem ter agido, acreditando que tudo tem um tempo certo para acontecer, pode nunca chegar a acontecer.



Devo à minha mãe a minha forma eficiente de gerir o meu dinheiro (pelo menos assim considero). Ela ensinou-me «Se não tens dinheiro para comprar, poupa até teres.» Claro que uma casa é diferente, a maioria de nós precisa de recorrer a um crédito bancário senão nunca a conseguiria. Um aluno certa vez disse-me que o meu carro já estava velho, ao que retorqui que o carro estava velho, mas eu tinha dinheiro no banco. Se o meu carro servia para me levar aos lugares e não me estava a dar problemas, porque devia adquirir um carro novo para impressionar os outros?

Talvez por ser uma crença que vem de antepassados meus, que podem ter passado por privações, a minha mãe dizia-me sempre que era bom poupar para uma doença. Lembro-me de ser repreendida pela minha professora de Geografia do 9º ano, e gozada pelos meus colegas, quando ao perguntar à turma «Para que poupam as pessoas?», eu repliquei descontraída e certa da minha resposta: «Para uma doença.» «Alguma vez as pessoas poupam para uma doença? Poupam para comprar um carro ou para fazer uma viagem», respondeu-me ela.

Naturalmente que a minha mãe não estava a desejar uma doença para gastar o dinheiro, mas sim para prevenir alguma situação inesperada. Quantas pessoas acham que têm tudo e, de um dia para o outro, a vida dá uma reviravolta, por causa de um acidente ou problema de saúde? Volto a reforçar, o dinheiro não traz felicidade, mas ajuda a ter acesso aos melhores tratamentos médicos e comodidades. Mais tarde percebi que o que a minha mãe devia ter dito é «Deve-se poupar para ter sempre uma margem de manobra, para fazer face a qualquer necessidade pessoal.» Se eu estiver a guardar o dinheiro com a crença bem enraizada de que é para uma doença, não é que esse dinheiro acaba por ser gasto para repor a saúde?²⁰

Ter uma reserva de dinheiro à mão é diferente de quando não temos qualquer economia. No primeiro caso, estamos confortáveis por o ter, no segundo podemos andar inquietos ou desesperados, se a qualquer momento precisarmos de pagar uma conta inesperada. Mas se pensarmos que, sempre que poupamos, esse dinheiro não permanece muito na nossa mão, porque aparecem logo despesas, é sinal de que temos de reprogramar a nossa forma de pensar. Também afirmar que «Neste país ninguém chega a rico se não roubar ou explorar os outros» é uma crença limitante. Há pessoas ricas no nosso país que trabalham de forma honesta e pagam os impostos.



Como estão a minha poupança e os meus investimentos?

Permito-me receber? Sinto-me merecedor? Que sensação nasce em mim quando alguém me dá algo?

²⁰ O que não é o caso da minha mãe, felizmente.

Sou grato pelo que tenho ou, na maior parte das vezes, estou a pensar no que ainda não tenho?



O dinheiro é a energia de troca pelo seu empenho, e essa energia deve circular para continuar a fluir na sua direção. Mas atenção, está errado gastar tudo ou adotar a crença de que amanhã posso não estar vivo, por isso é hoje que devo gastar, usufruir da vida. Lembro-me de, na adolescência, ler um livro que partilhava um ritual de magia branca para fazer com uma moeda, que sempre que era gasta voltaria ao nosso porta-moedas. Não precisamos de fazer esse ritual, pois, ao termos algum dinheiro reservado, como já referi, sentimo-nos seguros, e se não inventarmos mil e uma maneiras para o gastar, porque parece que não podemos ter dinheiro parado, ele acaba por criar um campo de atração para mais dinheiro entrar na nossa vida.

Ter o dinheiro e adiar o pagamento das contas, bloqueia o fluxo da abundância, porque no fundo não queremos ficar já sem esse dinheiro e temos dificuldade em pagar por algo que desfrutámos. Quando pagamos com satisfação por termos condições, e estamos gratos pelo que usufruímos, mantemos a continuidade do fluxo da prosperidade. Quando pagamos sem vontade e reclamamos, com frequência, que temos imensas contas para saldar, sentimos revolta por não poder ficar com todo o dinheiro para nós, ou temos medo de vir a precisar desse dinheiro, bloqueamos a fluidez da prosperidade financeira.

Afirmar ao gastar «Este dinheiro vai voltar para mim em dobro» ou fazer práticas de visualização criativa, mas tendo dentro de nós a sensação de não merecimento ou crenças que nos travam, como já foi mencionado, de nada nos vai valer. À propósito de uma situação destas, há uns anos atrás comprei alfazema a

uma senhora, por um preço irrisório, e fiquei à espera do troco. Quando cheguei a casa refleti: «Patrícia, não havia necessidade de ficares com o troco. A senhora até parecia estar a passar por dificuldades.» O leitor pode pensar que podia ser eu que não estava recetiva a dar, mas o que me apercebi é que a senhora era honesta e vibrava na escassez/crença de receber o valor que fixou, erguendo uma barreira energética que me impediu de a compensar. Ou seja, ela pouco ou nada tinha trabalhado a sua capacidade de merecimento.



Eu mereço:



Assisti no ano passado, na Netflix, a um documentário sobre um casal cuidador de um elefante na Índia com o título *Raghu, o elefante adotado*²¹, que ganhou o óscar de melhor documentário de curta-metragem em 2023. Fiquei impressionada com a simplicidade dessas pessoas. Não tinham grandes condições de vida, mas estavam gratas pela existência do elefante de que cuidavam porque ele lhes trazia o alimento/ordenado. Apesar de saber que teria muitas dificuldades em viver naquele lugar sem as comodidades a que estou habituada, foi verdadeiramente inspirador assistir que aquelas pessoas eram verdadeiramente gratas pela vida e felizes com o pouco que tinham, que para elas era suficiente.

²¹ No original, *The Elephant Whisperers*.

Para muitos de nós, principalmente quem tem falta de dinheiro, parece que nunca temos o suficiente, reclamamos dos aumentos dos preços e procuramos inúmeras formas de atrair dinheiro. Mas quando tivermos esse dinheiro, usufruiremos dele? Ou continuaremos a tentar alcançar mais, porque dinheiro nunca é suficiente? A verdade é que se não estiver a cumprir a sua missão de alma e não estiver satisfeito com a pessoa que é, mesmo que tenha todo o dinheiro do mundo, vai sentir que nunca é o bastante.

Recentemente uma aluna partilhou que estava a fazer uma meditação durante 21 dias, repetindo a sequência de números 520 de Grabovoi²², para atrair dinheiro de forma inesperada. O leitor já fez algum ritual para atrair mais dinheiro para a sua vida? E obtive bons resultados? Eu não fiz o ritual com a moeda, porque não acreditava que fosse funcionar e se funcionasse ficaria com um peso na consciência porque a pessoa que recebeu possivelmente ia perdê-la ao voltar para mim. Mas guardo com carinho uma nota de 500 escudos de 1997, que veio parar às minhas mãos, e na qual está escrita a seguinte mensagem: «Você é uma pessoa com sorte. Dinheiro não lhe faltará. Escreva o mesmo em seis notas de 500. São José e São Cipriano o ajudarão. Tenha fé, seja otimista. Confie e verá. Parabéns por receber esta nota. Boa sorte. Um abraço.» Também não segui a indicação para escrever em seis notas, mas espero que a pessoa que o fez tenha alcançado o resultado do seu ritual. Provavelmente, há pessoas que me podem criticar por não ter usado a nota, mas ela pareceu-me ser um bom amuleto da sorte, tinha dinheiro suficiente na altura e não me ia fazer falta. Além de que se me tivesse desfeito dela, não podia partilhar agora consigo a mensagem.

²² Estes funcionam com combinações de algarismos quânticos que, repetidos um certo número de vezes, podem atrair o que desejamos para a nossa realidade. Nunca experimentei, apesar de ter ouvido falar deles há imensos anos, e não foi por acaso que a minha aluna me lembrou da existência deles, para poder partilhar consigo.

Tenha fé. Seja otimista. Confie e verá. Aqui estão bons conselhos, que tanto eu como os mestres espirituais estivemos a enunciar ao longo deste livro. Sempre que via a nota sem a procurar, esta levava-me a sorrir e a pensar que sou sortuda. Hoje, ao encontrar a nota, voltei a sentir alegria. Emitir boas vibrações atrai boas vibrações. Também gosto de olhar para o meu gato da sorte chinês a abanar o braço e sentir-me abençoada com os trevos de quatro folhas que a natureza me presentou ao longo da minha vida. Se estes pequenos amuletos me ajudam a confiar que a sorte está do meu lado, abro facilmente o meu campo energético para a prosperidade a que tenho direito.

Já percebeu que para qualquer prática funcionar precisamos de acreditar e confiar. Há certas práticas que outras pessoas usam, que como não acredito, não funcionariam comigo. Conheço pessoas que gostam de soprar um punhado de canela em pó na porta da entrada das suas casas, de fora para dentro, no primeiro dia de cada mês para atrair prosperidade financeira. Para o efeito, concentram-se nesse desejo e dizem algo deste género «Que a fartura habite nesta casa e nos abençoe com muita prosperidade. Que nunca nos falte nada.»



Sinto-me uma pessoa abençoada e, por isso, próspera, porque nutro há décadas o meu espírito, que me fez perceber quais os caminhos férteis para semear os meus desejos que querem nascer. Por outras palavras, expandi o meu sol interior, que me possibilitou usar as minhas capacidades de forma produtiva, através do meu empenho. Como qualquer pessoa, a vida traz-me desafios, que me deixam por vezes com a sensação de ficar sem chão. Os meus medos de escassez financeira não me dominam como antes, e é uma grande ajuda escutar os meus guias espirituais que me dizem para não me preocupar que tudo vai correr bem. «Tudo vai correr bem. Tudo se vai resolver» são bons mantras para declararmos nas alturas mais inquietantes.

Tudo o que tenho devo à minha mãe e ao meu pai, que me possibilitaram estudar e aperfeiçoar as minhas capacidades. Mas eu podia ter dado para o torto. É o que se assiste no seio de determinadas famílias que, apesar de investirem no futuro dos filhos, «eles não o aproveitam». A responsabilidade para a vida adquire-se, mas há quem tenha mais facilidade em aprender. Claro que a uma alma que teve resultados positivos em vidas anteriores vai servir de grande utilidade esse conhecimento, mesmo que não tenha consciência de onde vêm essas habilidades. Por isso é que há pessoas que apesar de nascerem em famílias mais desprovidas de recursos, detêm em si uma grande vontade de viver e vencer na vida, conseguindo alcançar altos patamares.

Recentemente, numa apresentação dos meus livros, um leitor que escreveu um livro que gostava de publicar, veio falar comigo. Já tinha pedido alguns orçamentos para autopublicação, mas eram demasiado caros. Partilhei com ele um pouco dos meus conhecimentos na área de publicação e fiz-lhe ver que também para mim não tinha sido fácil publicar o primeiro livro, ao que ele replicou «Mas conseguiu porque teve sorte.»

A sorte conquista-se pelo trabalho, persistência e dedicação. Se alguém tem mais sorte do que outra pessoa, é porque está

a obter o resultado do seu esforço e confiou que ia conseguir, mesmo que as pessoas ao seu redor não acreditassem. A maioria dos meus leitores não sabe, mas sou eu quem invisto financeiramente na concepção dos oráculos que são oferecidos com os meus livros. Seria mais fácil usar o dinheiro noutras coisas, até porque o retorno do investimento nunca é imediato, principalmente porque no nosso país a taxa de compra de livros é baixa e há quem não leia de todo. Mas para termos alguma coisa, por vezes temos de investir, mesmo correndo o risco de ser um fracasso. Nem todos os grandes investidores tiveram sempre o retorno dos seus projetos, porém continuaram a tentar. O problema de muitas pessoas é que não querem investir, se não tiverem a garantia de que vão ter ganhos e, em resultado, permanecem a vida quase toda sem colocar em prática os seus planos. Por isso, não se devem queixar porque o outro conseguiu algo que lutou para alcançar, e sim colocar mãos à obra.

Já sabemos que a prosperidade é um estado de espírito, um estado de gratidão contínuo. Habita e vem do nosso interior. Todos somos abundantes, mas nem todos nós acreditamos, sentimo-nos ou vemo-nos como seres naturalmente abundantes. Para sermos bem-aventurados, temos de acreditar, emitindo essa vibração, mas também devemos agir e estar motivados para concretizar os objetivos que habitam no nosso coração. Se temos dificuldades em sentirmo-nos naturalmente prósperos, devemos treinar-nos para isso, um dia de cada vez.

Uma aluna minha, um ser humano especial, partilhou comigo que estava muito grata por ter inúmeras coisas e pessoas ao seu redor, tentando ultrapassar os desafios com serenidade no coração. Ao ler a sua mensagem, senti a sua sinceridade e o universo escuta a vibração da sinceridade. Ela agradecia-me por fazer parte da sua jornada terrena e por ser uma inspiração para ela, mas ela também é uma inspiração para mim. Quando nos estamos a sentir em baixo, é bom lembrarmo-nos de pessoas como ela, que apesar de nem sempre serem reconhecidas pelo seu potencial,

não desanimam e têm sempre um sorriso alegre. Ela é uma pessoa bastante afortunada e rica.

O dinheiro é apresentado como o trampolim para uma vida de sonho. Mas nem todas as pessoas que têm essas vidas de sonho se sentem felizes e preenchidas. Não há dinheiro que pague a nossa paz de espírito, é uma lição que aprendemos com a maturidade. Conheço pessoas que se despediram de um emprego bem remunerado, para voltarem ao antigo local de trabalho, onde sabiam que o ambiente laboral era agradável, mesmo que fossem auferir de um ordenado menor.

O dinheiro não é tudo na vida. Não ponha a sua saúde em risco, tornando-se escravo do dinheiro, para conseguir uma vida perfeita. Quando a alcançar pode não conseguir usufruir dela ou partilhar com os que mais gosta. Também saiba dizer «Não» quando lhe propõem uma nova tarefa, principalmente se está cansado ou não tem usufruído de tempo de qualidade com as pessoas que mais estima. E atenção, não tem de se sentir culpado, nem de se justificar. Não há dinheiro que pague a harmonia familiar. Para quê complicar as coisas em casa, por causa de mais uns trocos?

O dinheiro não consegue comprar as boas qualidades da vida e não ajuda os que agem de forma incorreta e enganam os outros, para obter compensações. Como pode uma pessoa incorreta ou criminosa ser abençoada? Acima de tudo, estabeleça o que precisa para se sentir estável em termos financeiros e faça por alcançar, manter ou aumentar esse nível, sem se pressionar.

Nunca poupe na comida, para comprar coisas de que não necessita assim tanto. Se tiver o «azar» de ao comprar algo estar avariado ou com defeito, respire fundo e sintonize-se com a energia da solução, ao invés de protestar, reclamar nas redes sociais e baixar a sua frequência. Depois de resolver a situação, que tal ir cuidar da sua energia? Pequenos imprevistos são sinais para olharmos mais para nós, para cuidarmos do nosso jardim pessoal.

Mais do que enriquecer financeiramente, a verdadeira aprendizagem passa por amar a vida e preservá-la. A alegria, a paz, o amor, o prazer, a harmonia e a sabedoria são as maiores riquezas que pode alcançar nesta vida. Procure-as sempre em primeiro lugar, e as suas restantes necessidades serão satisfeitas de forma espontânea. Valorize-se, pois a sua vida é o seu bem mais precioso e há pessoas que ainda precisa de inspirar com os seus dons ou possibilitar que possam nascer, se ter a sua própria família está nos seus planos. E valorize os outros, para que eles também possam aprender a sentirem-se pessoas de valor.



O que dizem os mestres espirituais sobre este tema?

O dinheiro é o que move e preocupa a maior parte de vós. Se escutassem os vossos pensamentos, perceberiam que 85 por cento das vezes estão a pensar em dinheiro. «Terei dinheiro suficiente? Quantos dias é que faltam para receber o ordenado? Com este dinheiro que viagem posso fazer? Quanto é que devo dar de prenda de casamento? Mais contas para pagar, o dinheiro não abunda», e por aí adiante. Também,

muitos de vós vivem na aflição de que o dinheiro falte, não seja suficiente, principalmente porque o custo de vida tem aumentado.

Porque uns vibram mais na prosperidade e outros na escassez? Por causa das crenças interiores. Na verdade, passam a maioria do tempo focados no exterior: «Como posso ganhar mais dinheiro? Onde devo investir? Onde devo poupar?», quando deviam focar-se no seu interior, porque a verdadeira fartura está em conhecer-se e seguir o seu coração, aplicando no mundo os seus dons.

Deus não é cruel. Ele não é o causador das dificuldades que as pessoas enfrentam. As dificuldades são causadas pelas próprias pessoas e pelos governantes do país, que muitas vezes têm as prioridades trocadas e, no fundo, querem apenas benefícios para si e para o seu futuro. Fazem o melhor que sabem? Alguns fazem, outros que são autênticas pérolas são impedidos de o fazer, daí que uma gota no oceano nem sempre consiga fazer milagres, mas o facto de lá estar torna esse oceano mais completo. A escassez e a prosperidade são um estado de espírito. Imagine o seu interior como um jardim, que bem cuidado está repleto de plantas vigorosas e flores, mas que mal cuidado está seco ou repleto de ervas daninhas que impedem o fluxo da energia. Daí a importância de cuidar do espírito, de se conhecer a si próprio. Ao conhecer as suas capacidades e os seus medos, pode ir arrumando-os e tranquilizando-se de que o céu não é o limite, e desde que se empenhe, vai conseguir. Cada um de vós é um ser divino e o divino é puro amor e pura abundância. Se não se vêem como seres espirituais, ricos em aptidões e talentos, como podem querer prosperar? O autoconhecimento é sempre o melhor caminho para a prosperidade. Ao identificar crenças limitadoras, inseguranças, receios sem fundamento, pode ir colocando-os num cofre para se lembrar do que era antes e no que se tornou. As pessoas que se conectam com a divindade e com o seu espírito percebem quais são as maiores riquezas da vida. Estão num processo de aprendizagem, alguns mais despertos do que outros, e desejamos sempre que os que estão mais à frente inspirem os que vão mais atrás. Não para ganhar pontos extras na sua evolução, mas porque é uma responsabilidade de cada um de vós contribuir para a melhoria do todo. O dinheiro é um bónus, é uma recompensa pelo vosso trabalho. Se não

gostam do que fazem, o dinheiro que ganham não tem a vibração da gratidão. Se não vibram na gratidão, bloqueiam o fluxo da abundância. Se não reconhecem o vosso valor, também estão em esforço para conseguir sobreviver. Muitas vezes, um negócio não prospera pelas crenças negativas do empreendedor. Aprendam a ser mais gratos, a dar e a receber em amor. Se vos oferecem algo que não vos agrada, porque não tentam ver a utilidade da oferta? Porque correm para a loja para trocar? Recebam com gratidão o que o outro ofereceu, não digam ou pensem que não tem qualquer utilidade. Nem que seja por ser uma lembrança do carinho dessa pessoa, o que lhe foi oferecido tem valor. A forma como o outro vai usar uma prenda sua, já a si não diz respeito. Cada um de vós tem de cuidar dos seus comportamentos, sentimentos e pensamentos.

As pessoas nem sempre oferecem porque se sentem obrigadas. Muitas pessoas são genuínas no que dão. As pessoas honestas, mesmo que fiquem a dever, vão fazer os possíveis para pagar, porque são de confiança. As pessoas que não se responsabilizam por pagar as suas dívidas, em dada altura, quando precisarem de ajuda financeira, ninguém lhes vai deitar a mão porque ressoam por todo o lado «não sou de confiança». Nem todas as pessoas são sensíveis a ler energias, mas sendo todos vós seres energéticos, confiem na vossa voz interior, no que está a ressoar no vosso corpo.

Portanto, quando alguém vos fica a dever, é porque vocês estavam disponíveis para emprestar, e o não receber de volta em nada tem a ver com lições cármicas, mas com a falta de discernimento da vossa parte em perceber que estavam a emprestar a uma pessoa sem capacidades para devolver. Portanto, a culpa é sempre vossa, e em vez de se martirizarem, foquem-se em continuar a ser abundantes. Quando são alvos de furto são coincidências desagradáveis, porque não tomaram as precauções necessárias. Se sabem que podem vir a ser roubados, não estejam sempre confiantes. A diferença entre pessoas distraídas e pessoas mais espirituais é que as segundas, quando sentem dentro de si uma sensação para terem cuidado, não a ignoram. Agora, a forma como reagirem a estas

situações é que demonstrará como está o vosso nível de consciência. Há coisas roubadas ou perdidas que já não vão ser recuperadas.

A propósito de o dinheiro não trazer felicidade, mas ajudar, há pessoas que conseguem ultrapassar a falta de liquidez na qual habitam. Por serem pessoas perspicazes, informam-se de modo a poderem receber os melhores apoios e dirigem-se às pessoas competentes. Naturalmente, quanto mais dinheiro a pessoa possui, menos precisará de se informar, porque vai diretamente aos meios competentes.

As pessoas que ainda não sabem estabelecer prioridades ou gerir o seu rendimento mensal estão em aprendizagem. As que sabem o que é mais importante na vida e como gerar poupança ou mais ganhos, estão também em aprendizagem, mas nestas lições já obtiveram classificação positiva. Já dominam. Mesmo que domine algo e queira ensinar ao outro, enquanto a outra pessoa não estiver disposta a aprender ou ressoar na vontade de mudar, continuará a praticar o mesmo comportamento. Por isso, não se desgaste com expressões como «Eu só quero ajudar. Seria tão bom que ele mudasse. Seria tão bom que ele fosse estudar.» As pessoas estão a ir no caminho da evolução, no seu próprio ritmo e só aproveitam a experiência/conselho das outras pessoas quando dentro delas há essa vontade de sair do labirinto ou estado de consciência onde se encontram.

Não há um valor que possamos dizer que é o ideal para viver uma vida rica e próspera, porque os valores adquiridos, gostos pessoais e níveis de evolução diferem de pessoa para pessoa. No entanto, é uma realidade que quanto mais conectados estão com a divindade, menos se têm de preocupar com as questões financeiras. Mas atenção, não é apenas cuidando uns dias do espírito e depois abandonar as práticas, que vai obter resultados satisfatórios e permanentes. A vida é uma jornada interessante quando aliada com a divindade que habita em cada um de nós.

Não se preocupem ou se distraiam com o que os outros têm. Se há pessoas que têm muito, elas é que sabem de que modo vão distribuir o seu dinheiro. Para quê criticar os que gastam avultadas quantidades com

a justificação de que há pessoas a morrer de fome? As almas estão a passar por experiências que decidiram vivenciar e escolhem a zona do planeta onde nascer, havendo zonas que são escassas e outras abundantes. Zonas em que nada cresce e falta a água, e outras em que as plantações se expandem, criando excedente.

Centrem-se em vós, na vossa vida, no que ainda gostariam de alcançar. Não criem empates mentais para não investirem em vós. Há muitas pessoas que só foram sucedidas na última parte das suas vidas, nem todos têm o retorno nas mesmas proporções e alturas. Cada um de vós é uma entidade particular, não há duas pessoas iguais na Terra. Mesmo com dons que parecem idênticos, a forma como o expressam é particular e as pessoas em quem cada um de vós vai tocar são outras.

Só se vão distrair com as compras desenfreadas, quando não tirarem tempo para refletirem sobre vós e para organizarem os vossos sentimentos e pensamentos. Nestes casos, atribuem a algo externo a fonte de satisfação, quando a fonte de satisfação está no interior. (Temos a consciência de que por vezes nos repetimos, mas ao ler várias vezes o que estamos a transmitir, haverá em si uma mudança de pensamento.)

Claro que a forma como os vossos familiares geriam o dinheiro acaba por ressoar em vós. Já deixámos claro que os comportamentos dos vossos familiares e antepassados podem, numa primeira fase da vossa vida, estar plasmados em vós, mas ao cuidarem do vosso campo espiritual, vão aperceber-se do que é vosso e do que é deles. Não se torne vítima, colocando a culpa nos seus familiares. Procure antes perceber se há algo que tenha decido quebrar na sua linha familiar que possa estar a condicionar a sua vida neste momento. A sua alma comprometeu-se com a evolução da sua família terrena, e se o fez é porque tem essa capacidade de estabelecer a mudança energética de padrão.

Os outros estão sempre a fazer o melhor que sabem. O leitor está a fazer o melhor que sabe. Não culpe a ausência do seu pai ou a falta

de afeição da sua mãe, pela sua vida atual. Na vida adulta, quem tem a responsabilidade da sua vida é você, quem tem o poder para preencher as lacunas emocionais que o possam estar a condicionar é você. Deixe de culpar os outros pela vida que tem. O único culpado é você. Se quer reclamar, fale connosco. Nós ouvimos, e se nos pedir, podemos envolvê-lo em calma e amor. Costumam dizer que «Quem não pede, Deus não ouve.» Se tem livre-arbítrio, em vez de lamentar que nada de bom lhe acontece, peça-nos para o ajudarmos a encontrar o melhor caminho para a prosperidade e o amor habitar dentro de si e ao seu redor.

O dinheiro deve circular, com gratidão por ter para gastar e com a certeza de que vai fluir sempre na sua direção. A poupança, embora seja considerada dinheiro malparado para os economistas, é sempre boa para acalmar as preocupações dos mais ansiosos. Desde que não seja uma pessoa avarenta, o dinheiro da poupança terá sempre fermento para crescer.

Ajudar os mais necessitados, sem se pôr a pensar se vão usar o dinheiro de forma responsável, é um ato de amor e bondade. Se nunca dá, porque tem receio de que usem de forma imprópria, pode estar a evitar ajudar alguém mesmo carente. Embora quando alguém está necessitado tendemos a enviar para o seu caminho anjos terrenos, constituídos por pessoas de bom coração que nunca lamentam a ajuda que concedem aos outros. Dar reforça o contacto com a experiência da abundância. Quem dá de coração terá sempre dinheiro abundante na sua vida. Quem usa o seu potencial criativo está a manifestar o desejo divino na Terra, logo é sempre recompensado.

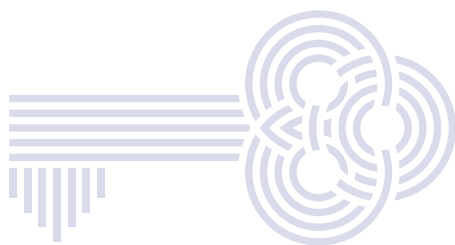
Os rituais, como a autora referiu, só irão funcionar em quem não tiver uma coleção de crenças limitantes. Repare que ao fazer um ritual, ao estar concentrado em fazê-lo segundo as instruções, está a focar a sua energia na abertura da prosperidade. O resultado será na proporção de como está o seu interior. Daí ser importante praticá-los, mas promovendo a sua cura interior, para potencializar o campo de magnetismo que existe em si.

Até nas limpezas energéticas, há quem atraia imensas coisas logo após uma limpeza, e há outras pessoas que precisam de repetir a limpeza uns tempos depois, porque parece que nada aconteceu. Em vez de desacreditar no poder de uma meditação, de uma limpeza energética, de uma sessão de cura, das orações, desistindo quase de imediato, seja persistente e traga luz para a sua vida. Água mole em pedra dura, tanto bate até que fura! Haverá uma altura em que as suas barreiras mentais e energéticas serão furadas, e finalmente estará sintonizado com o fluxo contínuo da riqueza financeira, não sabendo viver de outra forma porque o seu velho eu foi extinto. E renascer num novo eu, quantas vezes forem possíveis, é o resultado da evolução espiritual.

Encontrar amuletos da sorte é uma forma de vos despertar para a recetividade da prosperidade e perceberem que, apesar de a maioria de vós não ver/sentir, estão sempre acompanhados por anjos, seres, guias e mestres espirituais. E quanto mais se conectarem com a espiritualidade, maior será o grupo de seres etéricos que vos acompanham.

Portanto, para nós, vocês são todos abençoados, porque têm dons especiais. Por vezes não vibram na energia da prosperidade porque não acreditam em vós e que são merecedores de coisas maravilhosas. Como vê o seu futuro? O que sente que está reservado para si? Consegue ver-se lá? O que está à sua volta? Quem está consigo? O que conquistou? Como se sente? Apesar de ainda não lá terem chegado, ajuda dar uma vista de olhos no futuro que estão a construir no presente.

Esperemos que respeitem os nossos conselhos, as partilhas da autora e os exercícios sugeridos ao longo do livro, que são concedidos com amor. Esperemos que aprendam a cultivar a paz de espírito e a harmonia interior, para escutarem com clareza a voz da vossa alma, que é sábia e vos orienta no que é o melhor para vós, porque ela conhece-vos bem.



DECRETO PARA A PROSPERIDADE

(Ao fazer o decreto, imagine uma luz dourada-esverdeada vinda da fonte divina a criar do topo da sua cabeça até aos pés um pilar de luz magnético, que vai atrair para si todas as riquezas a que tem direito.)

Fortuna, que habitas no cosmos,
Vem sobre mim recair.
Humilde, recebo-te no meu cálice.
Jamais te deixarei partir.

Universo, fonte ilimitada de prosperidade,
Vem o meu jardim regar.
Banha-me com as riquezas do alto,
Com a Luz da fé vem-me tocar.

Abre-te, fonte da abundância,
De ti quero ser digno(a) de merecer.
Encaminho a minha jornada,
Em consciência, verdade e dever.

Riqueza que vem do alto,
A todos vem banhar.
Combate a fome, a dor e a opressão,
Para que Deus possa sobre nós reinar.

(Fazer pelo menos 3 vezes seguidas)

8

ATRAIR PROSPERIDADE NOS MOMENTOS DE LAZER E NA CRIATIVIDADE

«Em si, a vida é neutra.
Nós a tornamos bela, nós a tornamos feia:
A vida é a energia que trazemos para ela.»

Osho

O lazer é uma parte da sua vida bastante importante. Se consegue tirar tempo para si e para estar com as pessoas que mais aprecia, saiba que é um sortudo e está a viver com qualidade. Até a contemplação das férias e a assistência social terem sido reconhecidos como um direito dos trabalhadores, muitas pessoas partiram sem usufruir de qualquer compensação. Mesmo em pleno século XXI, há pessoas que não têm este privilégio, pois tirar tempo para si representa menos horas no trabalho, logo perder rendimento.

Muitos patrões, principalmente das pequenas e médias empresas, têm dificuldades em desfrutar de tempo livre. Quem está do lado de fora considera que eles são pessoas afortunadas, mas na maior parte das vezes são os seus trabalhadores que gozam férias, pois eles têm de aguentar o barco para que este não afunde, porque

ainda não se libertaram dos medos que travam a sua prosperidade. Igualmente, trabalhar por conta própria pode transmitir a sensação de que a pessoa está liberta, pois consegue gerir o seu próprio horário, no entanto quando esta tem dificuldade em dizer «não» ou começa a recear perder rendimento, aceitando compromissos em cima de compromissos, sem ter tempo de qualidade para descansar, está a desgastar-se e a fechar a fonte da fluidez da abundância.

O corpo e a mente precisam de tempo para recuperar, para repor os níveis de energia. O mesmo se aplica ao seu campo energético, a sua aura. Estar continuamente ocupado, surte o efeito contrário: falta de fluidez na vida, pois estamos sufocados e sobrecarregados, descuidando-nos de áreas importantes para nós. Se reparar, nos momentos em que quis fazer tudo, pressionando-se, sem dispor de tempo para recuperar a energia, as coisas não correram como gostaria e parecia que os caminhos estavam bloqueados e as ideias não fluíam.

Deverá descansar antes de estar cansado. Quando estamos exaustos, tendemos a ver pouca esperança ou nenhuma melhoria na nossa situação atual. Mas aprender a usufruir do tempo livre não é tarefa fácil para certas pessoas, que consideram que parar é morrer e precisam de estar continuamente ativos. Ao abrandar o ritmo, terá mais períodos produtivos e excelentes resultados de sucesso, pois a sua mente relaxa e distrai-se.

Arranjar tempo para nós, para estimar o nosso corpo, é sempre sinal de prosperidade. Ao pararmos, ganhamos a consciência do que queremos e conseguimos organizar a nossa mente no sentido de cumprir os nossos desejos pessoais e responsabilidades profissionais, nutrindo os nossos relacionamentos e cuidando da nossa saúde. Também, fazer uma formação na área espiritual ou participar de um retiro, nem que seja uma vez por ano, faz bem à alma.

Independentemente do que faz profissionalmente, organize-se para descansar e aproveitar mais a vida. Não aceite mais compromissos profissionais porque está a ser difícil lidar com um

problema, e assim considera que fica com a mente ocupada, para não pensar. Se não houver espaço para renovar a sua energia e refletir com tempo e clareza, o problema vai persistir e pode até vir a manifestar-se no seu corpo físico, adoecendo.

Não se sinta culpado por parar de vez em quando, se tem veia de empreendedor. Quando nos abrimos para o prazer de simplesmente usufruir, abrimos espaço para o espírito estar presente. Desfrute dos resultados do seu esforço. Viva a vida e deixe que a energia que circula em si e ao seu redor possa ser restabelecida, para que depois esta se mova e expanda. Divirta-se, porque a vida não é só constituída por responsabilidades.



De que modo usufruo da minha companhia?

Qual foi o último livro que li, o último filme a que assisti e o último lugar que visitei?



O que dizem os mestres espirituais sobre o lazer?

Apenas quem acredita que veio ao mundo para ter uma vida dura e difícil não conseguirá usufruir de momentos de lazer. Poderá estar num lugar, acompanhado ou só, e ficará a pensar que devia ter ficado em casa para avançar com algumas tarefas. Existem pessoas que se fecham ao prazer da vida, vivendo de forma controlada e quase como se sufocassem.

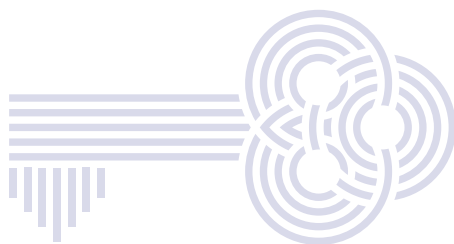
A nossa mensagem é para que não se preocupem tanto com o dia de amanhã, ou com o dinheiro que está gasto/vão gastar. Viver em constante estado de preocupação não é viver em abundância.

Não precisam de viajar pelo mundo para aproveitarem a vida. Há pessoas que noutras vidas já viajaram bastante, e podem preferir nesta vida apreciar um bom espetáculo de teatro ou de música, usufruir da leitura de um bom livro ou cuidar da sua horta.

É sempre importante apreciarem a vida e fazerem o que gostam. Não se comparem com os demais, pois desde que o vosso coração esteja em paz, é sinal de que estão no caminho certo. A vida é para ser vivida e, pelo caminho, podem usufruir dela. Não necessariamente apenas quando chegarem ao fim da vossa vida ativa.

Vão colocando na vossa bagagem bons momentos, são eles que levarão convosco quando retornarem ao plano espiritual. «Que bom que esta vida foi rica em aprendizagens» é o que esperamos que ressoe em si quando voltar a casa.

Não tem mal usufruir da viagem da vida, só porque outros não o conseguem fazer. Lembre-se de que cada um de vós constrói a sua própria realidade. Prosperidade ou escassez são estados de espírito. O lazer está sintonizado com a energia da prosperidade, se for bem aproveitado e apreciado.



EXERCÍCIO: DA MINHA JANELA

Feche os olhos, inspire e expire profundamente e imagine-se junto a uma janela. Espreite o que se está a passar do lado de fora. Essa janela é um portal mágico... Descreva o que vê, em voz alta.

Dê agora um vislumbre ao seu passado. Há alguma coisa que tenha de reparar, sanar e/ou apreciar? Guarde com carinho o que lhe está a ser mostrado.

E dê agora um saltinho ao futuro. O que lhe mostra essa janela? Descreva a sua visão.

Faça uma respiração profunda e volte ao presente. Pergunte se há alguma coisa que precise de manifestar, cuidar ou tomar consciência? Olhe através dessa janela e aguarde pela resposta; no entanto, se ela não vier, saiba que está tudo bem.

Abra os olhos. Como se sente?

Atrair prosperidade na criatividade

Não há nada que seja impossível criar no mundo. Tudo o que vê à sua volta é o resultado da criatividade humana. Houve alguém que sonhou e acreditou ser capaz de concretizar. Houve pessoas que acharam esses criadores loucos, que os tentaram demover de acordo com as suas crenças, pois seria impossível a sua concretização, mas felizmente que eles confiaram na sua visão e não alimentaram os seus medos. Na maior parte das vezes não se valoriza o que se tem à nossa disposição, mas houve alguém que dispensou o seu tempo de vida e energia para que pudéssemos usufruir das suas criações. Por isso, seja sempre grato pelo que tem, pois viver em gratidão aproxima-o de Deus.

A criatividade é um campo de possibilidade pura. É uma fonte de energia inesgotável. Quanto mais se bebe da fonte divina da inspiração, mais ela nos contempla com ideias para manifestarmos no plano terreno. Como sabemos, somos todos diferentes, e cada um de nós, de forma própria, tem a possibilidade de imprimir a sua marca na Terra. Há sempre algo que o leitor sabe fazer melhor do que qualquer outra pessoa. Ter um potencial e não fazer uso dele, como referimos, é viver numa condição de miséria. Já usarmos os nossos dons e capacidades, para os partilhar com alegria, satisfação e amor sem pensar somente nas contrapartidas, é uma coisa nobre e abençoada, que nos conduz à prosperidade.

Ser criativo é também encontrar soluções para problemas, é confiar no fluxo da vida. Mas nem sempre é fácil confiar. O medo de estar a tomar as decisões erradas e do que o futuro nos vai trazer, pode sufocar-nos e, em consequência, fechamos a fonte da criatividade. Quando se sentir perdido, lembre-se de que dentro de si há uma força infinita de criação, que precisa de ser alimentada com a sua ambição, confiança e ação. Por isso, pense positivo e acredite, alinhando-se com o seu eu interno.

De onde vem a criatividade? De todo o lado. Das outras pessoas. Da natureza. Dos animais. Do viver a vida. Da criação dos outros. Da fonte superior, quando deseja manifestar algo no todo. Quanto mais disposto estiver para se tornar um recetáculo de criatividade, mais ela fluirá na sua direção para trazer colorido para a sua vida e para o mundo.

O dom de criação que habita em cada um de nós, quando bem canalizado, conduz-nos às riquezas do espírito. O plano divino vibra quando a pessoa que é inspirada move-se para a concretização. Quem não aproveita a inspiração, por diversas razões, perde na maioria das vezes a oportunidade de brilhar numa determinada área e ser próspero.

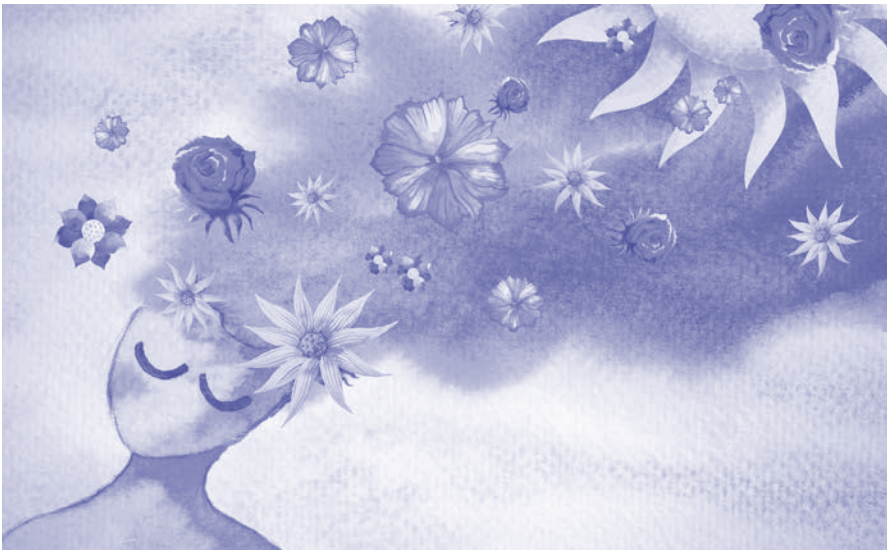
Deixar a nossa mente entrar na energia da competição acaba por bloquear o nosso poder de criação. Pensar apenas em nós, em

ganhar grandes fortunas, é sinal de egoísmo e de que estamos desconectados da nossa centelha divina. Os que perseguem os seus sonhos, tendo em mente de que modo vão contribuir para melhorar o mundo e a vida das pessoas que o habitam, são sempre prósperos, abençoados e protegidos.



Como expresso a minha criatividade?

Que talentos especiais possuo (ou sinto que possuo) para ajudar o mundo?



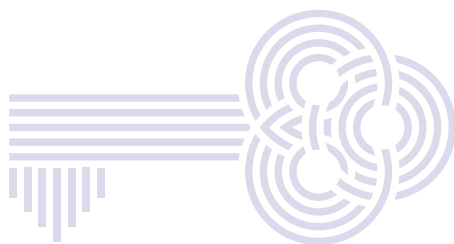
O que dizem os mestres espirituais sobre a criatividade?

Desde o momento em que um ser nasce, ele está a ser inspirado e é uma fonte de criação com potencial. O que certas pessoas conseguem alcançar, também é possível mais pessoas alcançarem desde que acreditem nas suas habilidades. As ideias do plano divino são lançadas para possíveis catalisadores da ação, por isso não é de estranhar que os mais empreendedores por vezes tenham ideias semelhantes. A fonte da criação está disponível a quem se quiser ligar a ela. Todas as pessoas têm a combinação de acesso, ou seja, ter a intenção de aceder, abrir o coração e a mente, mas nem todos fazem a ligação. «Os outros é que sabem, os outros é que têm talentos», afirmam os frustrados ou desmotivados.

Há pessoas com uma vasta capacidade de criar e embelezar o mundo, que decidem desviar-se quilómetros para vivenciar outras experiências. Se fizerem o processo de estarem bem resolvidas por terem desistido dos seus sonhos, vão conseguir alcançar a satisfação de outras formas. No entanto, se mais tarde se arrependem de terem desistido, porque dentro delas havia sempre uma voz que mencionava a importância de criar algo, certamente ficarão desiludidas com elas próprias e com a vida.

Quando sentir medo de avançar, porque podem não gostar da sua ideia, não se retenha em negatividades. Até muitos artistas e criadores serem reconhecidos, permaneceram muitos anos na incógnita a tentar vingar, sem qualquer apoio. Nada é conseguido sem esforço. Mesmo os que têm os caminhos mais facilitados, por terem familiares no ramo ou influentes, têm de mostrar que são capazes pois os seus piores críticos são eles mesmos.

Uns são exímios em arranjar estratégias de ensino, outros pintam, outros são bons com as palavras ou com uma máquina fotográfica, outros são excelentes cuidadores ou curadores. O importante é usar a criatividade, porque vai existir sempre alguém que vai apreciar e beneficiar desse seu dom, se ele for colocado ao dispor dos outros. Ser criativo e não se revelar ao mundo, guardando as suas criações na gaveta, é sinal de estar desconetado da fonte da riqueza do universo.



DECRETO PARA CRIATIVIDADE E INSPIRAÇÃO

Para onde precisa que a energia da criatividade e inspiração se direcione, neste momento?

Pronuncie em voz alta, três vezes seguidas:

«Em nome do meu Deus interno, invoco à minha presença os mestres, arcanjos e *elohins* do segundo raio amarelo-dourado da sabedoria divina. Ativem em mim, acendam em mim, as qualidades da iluminação, percepção, sabedoria, conhecimento, criatividade, inspiração, intuição, força mental e consciência. Gratidão, gratidão, gratidão.»

Enquanto faz o decreto, veja vir do cosmos, da fonte divina, uma luz amarela-dourada que acende no alto da sua cabeça a chama da criatividade e inspiração divinas, que se espalha depois por todo o seu corpo. Esteja disposto a ser inspirado. Respire fundo e sinta-se grato.

9

GATILHOS E SEMENTES PARA A PROSPERIDADE

«As suas hipóteses de sucesso em qualquer empreendimento podem ser sempre medidas pela confiança que tem em si mesmo.»

Robert Collier

Neste capítulo, apresento uma sistematização do que promove a prosperidade, de acordo com o que foi apresentado nos capítulos anteriores, e sugiro alguns mantras, músicas e cristais para ajudá-lo na abertura energética para a prosperidade. Também encontrará dicas de como «plantar» os seus desejos e um ritual de prosperidade.

1. Defina de forma clara o seu conceito de prosperidade.
2. Invista em ideias e desejos que transmitem a sensação de conforto, que fazem o seu coração vibrar de confiança, pois estão de acordo com a vontade do seu espírito.
3. Afaste-se do que lhe provocar sensações desagradáveis ou de desconforto, pois é sinal de não ser bom para si.
4. Acredite na sorte, mas faça a sua parte.
5. Mantenha-se firme nos seus objetivos de sucesso.
6. Vire-se para o seu espaço interno, organize-o para que ele fique maravilhoso. Abra espaço para o seu espírito.

7. Evite distrações externas.
8. Conheça as suas motivações, metas, bloqueios e desejos. Conheça-se a si.
9. Vivencie as emoções que o desestabilizam e encare os seus medos. Tente perceber porque ainda as mantém e, depois, permita-se deixá-las ir.
10. Faça a manutenção das suas crenças limitantes, para que elas não voltem a manifestar-se.
11. Mantenha a paz de espírito, mesmo quando estiver no meio de um furacão.
12. Defina o que tem valor para si, o que lhe dá alegria
13. Aperfeiçoe-se. Invista no conhecimento.
14. Sinta-se merecedor.
15. Tenha fé e esperança.
16. Viva em estado constante de gratidão.
17. Perceba o que o faz feliz.
18. Viva a sua vida.
19. Não se deixe pressionar pela sociedade, pelas crenças alheias.
20. Tenha atenção ao que projeta para a mente cósmica. Os pensamentos e desejos, associados a sentimentos, são energia em manifestação.
21. Imagine-se e sinta-se a vivenciar as suas metas no futuro, com uma agradável sensação de conquista.
22. Cuide da sua frequência energética.
23. Promova a sua cura interior.
24. Nutra os seus relacionamentos.
25. Perdoe os outros e perdoe-se.
26. Conviva com pessoas de sintonia elevada, que o façam sentir-se bem e com vontade de evoluir.
27. Aceite as pessoas como elas são e perceba os benefícios de qualquer encontro.
28. Ajude as pessoas a concretizarem as suas metas.
29. Agradeça pelas pessoas que saíram da sua vida e pelas que ainda não entraram.
30. Usufrua dos momentos de lazer, distração e da companhia dos outros (e dos seus animais).

31. Ame-se.
 32. Contribua para um mundo próspero e íntegro.
 33. Seja uma fonte inesgotável de criatividade.
 34. Saiba agradecer, dar e receber.
 35. Seja generoso. Distribua parte do seu rendimento a quem considerar que precisa ou para uma causa.
 36. Aceite os fracassos. Eles contêm sementes de sucesso, se estiver disposto a alterar a sua forma de atuação no futuro.
 37. Espere sempre o melhor da vida.
-

Já sabe que nem sempre todas as suas áreas de vida estarão equilibradas em simultâneo. Independentemente de onde e como se encontra neste momento, tente encontrar a sua paz interior e, desta forma, a sua viagem terrena será harmoniosa.

O leitor é o único responsável pela sua prosperidade. O que está mais disposto a fazer por si?



Como tornar a minha vida ainda mais prazerosa e próspera?



Nem todas as portas que quer abrir se abrirão, por isso se estiver atento às orientações divinas, através de sensações, intuições ou mensagens, poderá melhor adequar o seu tempo e energia para o que importa, parando de insistir num caminho árido que só lhe trará desilusão e dor. Mantras e certas melodias funcionam

maravilhosamente para alterar o seu campo energético, promovendo a paz e ajudando-o a sintonizá-lo com a sua centelha divina e a fonte da abundância do universo. Também o padrão vibratório transmitido pelas ondas sonoras altera as energias dos ambientes, como da sua casa.

Escutar músicas harmoniosas, que facilmente encontra na internet, possibilitam a sua ligação com as esferas divinas, que o orientarão no que é o indicado para si. Músicas ruidosas, assim como palavras com conotação negativa e de deitar abaixo, e sensações de falta de confiança, desarmonizam-no e afastam-no da fonte da prosperidade do universo. Somos o que pensamos ser e a nossa vida é um reflexo do nosso interior, do ambiente que vivemos, das relações que estabelecemos e das decisões que tomamos.

Masaru Emoto (1943-2014) estudou de que forma o efeito de mensagens e sentimentos nas moléculas da água influenciavam a formação de cristais de gelo. Ele concluiu que a água tem uma relação íntima com a consciência individual ou grupal, sendo sensível às vibrações das palavras e dos sentimentos. Nos resultados da sua experiência, as águas expostas à palavra «amor» e à música clássica resultaram em cristais de gelo belos e delicados. As águas expostas à palavra «ódio» e ao som de música *heavy metal* resultaram em cristais de gelo feios e deformados.

Portanto, sendo constituídos por cerca de 70 por cento de água, se o ambiente onde nos encontramos promove a serenidade, e as nossas emoções e pensamentos vibram no positivo, a nossa água está a ser impregnada com positividade. Já os ambientes agitados e de baixa vibração, e as emoções e pensamentos negativos, contaminam a nossa água e podem comprometer a força da vida, levando-nos a adoecer.

Mesmo que o resultado da pesquisa de Emoto não o convença, se reparar, quando algo de grave lhe acontece, que o deixa nervoso, sente logo uma quebra de vitalidade e pode acordar no dia seguinte cansado, doente ou com a sensação de ressaca. Se chegou

até aqui, talvez seja bom colocar em prática a ideia de que «não custa nada tentar».

As músicas de frequência 432 *hertz* são ótimas para harmonizar o seu campo energético, encontrar a paz de espírito e sentir a alegria a transbordar do seu coração. As músicas com taças tibetanas ou taças de cristal promovem um efeito semelhante, além de que intensificam a sua ligação com as esferas divinas.

As músicas com frequência 528 *hertz* reparam as suas células, aumentando a canalização da luz para o seu corpo físico e promovendo/mantendo a saúde física. Também sentir-se-á mais em paz, como se nada o pudesse abalar, como se a divindade o tivesse envolvido num caloroso abraço.

Se quiser curar e harmonizar os seus relacionamentos, bem como apaziguar o seu coração e libertá-lo de mágoas e tristezas, são indicadas as músicas com frequência 639 *hertz*. Estas lançarão na sua direção grande doses de energia de amor.

Por fim, aconselho a frequência 963 *hertz* para se conectar diretamente com a divindade, a unidade, a mente cósmica. Repare que uma vida na Terra, sem uma conexão permanente com o espírito torna-se desordenada e desgastante. Já quando o nosso espírito está alinhado com a nossa consciência, tudo se torna mais fácil, as decisões ficam mais claras e as pessoas que aceitamos que façam parte da nossa vida, ajudar-nos-ão no nosso crescimento espiritual.



O poder dos mantras

Experimente também recitar ou ouvir mantras, que facilmente encontra na internet, para desbloquear energia densa que possa estar a impedi-lo de concretizar os seus objetivos, aumentando a sua energia vital, concentração e capacidade de atrair coisas boas, pessoas positivas e oportunidades fantásticas.

Mantra é uma palavra originária do sânscrito, em que «man» significa mente e «tra» controlo, controlo da mente. Os mantras constituem uma fórmula mística recitada ou cantada repetidamente há milhares de anos, daí que possuam uma energia única e especial, pelo que quando os entoamos, conectamo-nos com a força que eles representam.

Os mantras devem ser repetidos no mínimo três vezes, preferencialmente em voz alta, e com uma intenção clara do que quer manifestar e com um senso de gratidão. Quantas mais vezes os fizer, melhor resultados alcançará.

Algumas religiões e/ou filosofias orientais, em especial as hindus e tibetanas, defendem que os mantras devem ser repetidos 108 vezes, um número considerado sagrado, alcançando-se assim um estado superior de consciência. Ou seja, um estado em que a mente transcende a matéria e entramos em transe, podendo ser regados por inspiração divina. Para facilitar a sua entoação, pode recorrer-se a um japamala, um cordão ou colar com 108 contas que pode ser comprado ou feito por si, e que o auxiliarão a entoar o mantra no número de vezes pretendido/recomendado.

Mantras que potencializam a sintonização com a prosperidade:

- **Om**, o som que emana do universo, a vibração primordial de toda a criação, é considerado o mantra mais sagrado no ioga, hinduísmo e budismo. Este traz-lhe inúmeros benefícios, tais como melhoria do bem-estar físico, mental e emocional. Cria uma energia positiva no seu campo energético, ajudando-o a atrair prosperidade e a alcançar uma mente clara. Deve ser entoado pronunciando «aum».

- **Om Gam Ganapataye Namaha**, dedicado ao senhor Ganesha, aquele que remove os obstáculos e é portador de boa fortuna. Entoar este mantra trar-lhe-á sucesso e prosperidade. Principalmente no início de um projeto, Ganesha é invocado para garantir uma jornada tranquila e livre de obstáculos. Traduzindo, significa «Saudações, Ganesha, que removes os obstáculos para atrair a abundância.»
- **Om Vasudhare Svaha**, dedicado à deusa Vasudhara, a deusa budista da terra, da abundância e da fertilidade. Este mantra traz bênçãos de riqueza material e espiritual. Traduzindo, significa «Eu oro a si, Deusa da Terra, abençoe-me com abundância.»
- **Om Shreem Mahalakshmiyei Namaha**, dedicado à deusa Lakshmi, a deusa hindu da riqueza e da prosperidade, leva-o a atrair abundância e bem-estar financeiro. Significa «Saudações à grandiosa Lakshmi.»
- **Om Namah Shivaya**, dedicado ao deus Shiva, o destruidor, o que destrói antes de construir algo. Este mantra remove obstáculos, atrai energia positiva e abundância, alinha-nos com as forças universais, traz clareza mental e promove uma vida positiva e equilibrada. Traduzido, significa «Eu honro e me inclino perante Shiva.»



O meu mantra pessoal:





As vibrações dos cristais

Os cristais (preferencialmente em estado bruto, em proporções médias ou grandes) são excelentes ímanes de boas vibrações para melhorar o seu estado de espírito e expandir as suas áreas de vida. Pode adquiri-los facilmente em lojas da especialidade físicas ou *online*, para tê-los junto a si e beneficiar do seu potencial. Não precisa de tirar uma formação extensiva sobre os mesmos, mas ao conhecer as suas propriedades, mais eficazes os cristais serão.

Deixo abaixo algumas sugestões, que aprecio especialmente:

- **Ametista**, é uma pedra poderosa e protetora. Transmuta energias negativas em positivas, potencializando a motivação pessoal e o estado de concentração. Permite desenvolver estados superiores de consciência e de meditação.
- **Olho de tigre**, combina a energia da terra com as energias do Sol, o que permite elevar o nosso estado vibracional mantendo as energias espirituais ligadas à Terra. Ajuda a libertar o medo, traz proteção espiritual contra maldições, promove clareza mental, poder pessoal, sucesso e abertura de caminhos. Ajuda a distinguir o que se deseja do que realmente se necessita. Equilibra os chacras.
- **Fluorite**, aumenta o brilho pessoal, fortalecendo o poder de atração e afastando vibrações negativas. Promove a imparcialidade e ajuda a expandir a consciência espiritual. Limpa

e harmoniza a aura. Dissolve padrões comportamentais enraizados e traz à superfície sentimentos reprimidos, para serem curados.

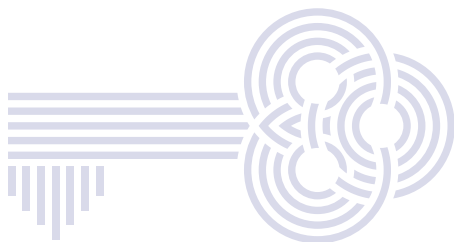
- **Sodalita**, abre a percepção espiritual e traz informação da mente superior para o nível físico. Estimula a glândula pineal e a intuição, aprofundando o estado meditativo. Serve como âncora emocional, proporcionando um toque calmante, limpando nuvens mentais e promovendo o pensamento positivo e a boa comunicação. Possibilita mais criatividade e inspiração.
- **Howlite**, é um mineral borato, simbolizando paciência e perspectiva. Calmante do espírito e do corpo, trabalha a paciência. Elimina más vibrações e garante a conexão com os reinos superiores, ao mesmo tempo que auxilia na regulação emocional e na diminuição do *stress*. Debaixo da almofada, é um antídoto para a insônia.
- **Jaspe verde**, é uma pedra bastante energizadora, que ativa os chacras da raiz e do coração. Acalma as emoções negativas, ajuda a encontrar o equilíbrio emocional e a manter a calma nos momentos de angústia. Sintoniza-nos com as frequências da Mãe Terra, trazendo proteção e elevação de consciência. Promove a libertação da patologia, alcançando-se a cura.
- **Jade vermelho**, é um estimulador suave, trazendo resistência física, energia vital, foco e determinação. Absorve a energia negativa, pelo que é um ótimo protetor para quem facilmente fica sobrecarregado. Fortalece o amor e as amizades. Ajuda na libertação de emoções desestabilizadoras.
- **Ágata indiana**, tem a capacidade de acalmar a mente e o corpo, elevar os níveis de energia e reduzir o *stress* e a ansiedade. Promove a criatividade, o crescimento espiritual, a clareza mental e o equilíbrio emocional. Harmoniza e ativa o chakra da raiz, possibilitando enraizamento e proteção de energias densas que venham em direção à aura.

- **Ágata de musgo**, é celebrada como um amuleto de sorte, com os seus tons verdes evocando sentimentos de proximidade com a natureza e a sua capacidade de elevar e acalmar. Profundamente ligada ao chacra cardíaco, garante o fluxo desobstruído do amor e da abundância, nutrindo os relacionamentos. Refresca a alma e traz novos começos.
- **Quartzo rosa**, simboliza o amor incondicional e a paz infinita, promovendo profunda cura interior e amor próprio. Atua como um escudo protetor contra poluentes ambientais e substitui energias negativas por vibrações amorosas. Permite atrair o amor sincero.
- **Cianite**, é excelente para a sintonização espiritual e a meditação. Tranquiliza e amplia as frequências energéticas, estimulando as capacidades psíquicas e a intuição. Ajuda a energia espiritual a manifestar-se no pensamento e a promover a compaixão. Estabelece a ligação com os guias espirituais, em especial com o Arcanjo Miguel e os anjos da proteção que o acompanham.
- **Obsidiana preta**, excelente protetora, repele a energia negativa e dispersa os pensamentos malévolos. Força-nos a enfrentar o nosso verdadeiro eu, mergulhando no inconsciente e trazendo para a luz os desequilíbrios e as sombras, de modo a serem libertados. Aumenta o autocontrolo e apoia a mudança. Promove a cura de vidas passadas e da linhagem ancestral/familiar.
- **Ónix**, concede força, firmeza e resistência. Apoia nos momentos difíceis ou confusos, ou de grande exigência física e mental. Possibilita uma ligação com o todo, logo ajuda a centrar a nossa energia e a alinhá-la com o poder superior, para obter orientações e seguir os seus intuitos. Facilita o autocontrolo e traz inspirações para o futuro. Ajuda-nos a sentirmo-nos bem nos meios envolventes.
- **Turmalina preta**, é protetora, neutralizadora das ondas eletromagnéticas, radiações, ataques psíquicos e outras energias

negativas, que afetam o campo energético e físico. Reduz tensões na cabeça, afasta emoções e pensamentos negativos, e aumenta o poder de concentração. Ajuda a restabelecer a ligação do chacra da base com a Terra, aumentando a vitalidade física e promovendo harmonia física e mental.

- **Turmalina azul**, reforça o organismo, acelera a regeneração e promove clareza na comunicação, ativando o chacra da garganta. Eleva a autoconfiança e a tolerância, trazendo empatia e compreensão por nós e pelos outros. Ativa o terceiro olho, estimulando a procura pela liberdade espiritual e responsabilidade interior. Carrega a energia da paz, dissolvendo tristezas e sentimentos bloqueados.
- **Pirita**, também conhecida como «ouro dos tolos», simboliza o fogo, o calor e a presença do Sol. É um excelente escudo contra energias negativas, poluentes ou doenças infecciosas. Promove o estímulo das habilidades pessoais e a diplomacia. Atrai ganhos financeiros e bons negócios.
- **Citrina**, é considerada a pedra da prosperidade e da energia solar, trazendo renovação energética, motivação, prosperidade e proteção contra perdas financeiras. Energiza todas as áreas de vida. Este cristal não precisa de ser limpo, pois absorve, transmuta e liga a energia negativa à Terra, sendo uma excelente protetora da sua aura e do ambiente.
- **Jade verde**, é um símbolo de pureza, serenidade e carinho, frequentemente associado ao chacra cardíaco pela sua capacidade de atrair amor e dissipar a negatividade. Bloqueia influências negativas e desencoraja tomadas de decisões prejudiciais. Desperta o nosso conhecimento. Estimula-nos a sermos quem realmente somos.
- **Aventurina verde**, considerado nos cristais o que mais traz sorte, especialmente na manifestação de prosperidade e riqueza. É um poderoso protetor para o chacra cardíaco, garantindo que a energia flua livremente. Protege contra vampiros psíquicos.

- **Ametrino**, uma combinação poderosa de ametista com citrina. Estimula a criatividade. Traz a alegria e a beleza da vida para os nossos dias. Particularmente útil em doenças prolongadas, permite trazer clareza para as causas da patologia. Acalma o *stress* e a pressão na cabeça. É um cristal de ação espiritual, que liga o reino físico com a consciência superior.



EXERCÍCIO: A MAGIA DO MEU CRISTAL

1) Limpar o cristal:

Coloque o cristal sobre a sua mão não dominante e cubra-o com a mão dominante. Diga em voz alta «Com a ajuda do ser elemental deste cristal e dos meus guias espirituais, purifico e consagro este cristal para o meu bem mais elevado.»

Com os olhos fechados, para uma melhor concentração, visualize que do cosmos desce um feixe de luz violeta, que entra pelo topo da sua cabeça e preenche todo o seu braço e mão dominantes, envolvendo o cristal em luz violeta. Aguarde um pouco, enquanto a energia densa é transmutada em positiva.

Em seguida, receba outro feixe de luz na vibração branca, que vai sair da sua mão dominante e envolver o cristal durante algum tempo, reforçando a purificação.

Por fim, disponha-se a receber do cosmos um feixe de luz dourada-rosa que vai concluir o processo de limpeza e potencializar as qualidades do cristal.

2) Beneficiar do poder do cristal:

Com as mãos juntas, em forma de concha, ao nível do chacra da terceira visão (ponto entre as sobrancelhas), segure o cristal. Diga com

firmeza e em voz alta «Com amor e luz, programo este cristal para (dizer o objetivo).»

De seguida, feche os olhos e imagine a energia/vibração do cristal a crescer, a expandir-se, a emanar para a sua aura e para dentro de si, criando um campo magnético de cura, proteção e atração. Se quiser, pode enumerar as qualidades do cristal, e imaginar-se a recebê-las.

Expresse os seus desejos, em voz alta, e faça algumas respirações profundas durante o tempo que intuir, para abrir espaço para a nova energia circular.

No final, agradeça ao ser elemental do cristal e aos seus guias espirituais, e sinta-se renovado por dentro e por fora. Preserve o cristal junto a si, durante o dia, na sua mesa de cabeceira ou por baixo da sua almofada, favorecendo uma boa noite de sono e sonhos inspiradores.

* Proceda a outra limpeza passado um mês, voltando a reforçar o seu pedido. Deixar o seu cristal junto a uma cornalina ou selenite produz o mesmo efeito, assim como aplicar *reiki* ou passar num defumador, sempre com a intenção de purificação. Os cristais que não está a usar, podem ficar no seu altar ou fora do alcance das pessoas, evitando serem contaminados; no entanto devem ser sempre limpos se já estão há muito sem serem usados.

Plantar sementes para a prosperidade

Proponho que, numa folha/cartolina A4 ou A3, se debruce sobre as diversas áreas da sua vida ou, se preferir, dedique uma folha/ /cartolina por tema. Quais os desejos e ideias que habitam na sua mente e coração? O que gostaria de alcançar? O que gostaria de preservar? O que precisa de nutrir mais? Como vê a sua realidade no futuro?

A energia de qualquer desejo emana do chacra do plexo solar. Quando definimos e organizamos de forma clara as metas que

desejamos alcançar, o nosso cérebro e campo energético estará a trabalhar no sentido de as concretizar, além de que nos tornamos mais confiantes porque temos um destino a alcançar. Acreditar que vai acontecer é acreditar nas suas capacidades e no plano divino, e meio caminho para o sucesso. Como sabe os desejos e ideias são energia por manifestar, são partes de si e são sementes para a sua prosperidade.

Como plantar as suas sementes para a prosperidade? Pode recorrer a lápis de cores, canetas coloridas, autocolantes, imagens do que representam para si os seus desejos manifestados. Faça ilustrações, cole as imagens selecionadas, se quiser registre afirmações positivas. Tudo o que registar por escrito, faça-o como se já o tivesse alcançado, como se estivesse a vivenciá-lo. Assim, em vez de colocar «Eu desejo... Eu vou ser... Eu vou conseguir...», escreva «Eu tenho... Eu sou... Eu consigo...» Também é importante que coloque um prazo para alcançar as suas metas, algumas podem ser a curto prazo e outras a longo prazo, de acordo com o desejo que quer ver nascer. Tem de ser realista que há coisas que levam mais tempo, para evitar a frustração ou desânimo.

Reforce todas as suas áreas de vida de forma clara e objetiva, construindo um mapa de visualização de objetivos pessoais ou mapa do tesouro, que deve ser feito com amor, intenção e positividade²³. É muito importante, no centro ou onde considerar melhor, desenhar/colar uma imagem que o represente: um sol, uma flor, uma estrela, uma palavra ou frase...

²³ Esta é uma atividade que pode ser realizada em qualquer altura do ano; no entanto, é comum as pessoas fazerem este mapa no final de dezembro ou início de janeiro, com as suas intenções para o novo ano.



Após definir as suas metas, chegou o momento de analisar como se sente em relação aos seus objetivos, ou melhor, sinta se são as metas que a sua alma deseja para si. Para isso, mantenha um pensamento claro e focado na visão mental de cada um dos seus sonhos, no mínimo durante 68 segundos²⁴. Vá observando a sua mente e as emoções que surgem no seu corpo, se são positivas e agradáveis, ou se pelo contrário o começam a convencer de que não vai conseguir ou a imagem mental começa a ficar deturpada ou altera-se. Neste último caso, precisa de trabalhar mais para se libertar das crenças limitantes, que pode ter adquirido ao longo da sua vida, ou que vêm de crenças familiares, energias ancestrais ou de vidas passadas. Quando se perde a fé na nossa visão, os alicerces para a sua concretização caem por terra.

Concentre-se em trabalhar na expansão da sua consciência, libertando-se das suas resistências. Sintonize-se com frequências elevadas, como o amor, a alegria, a compaixão, e faça-se rodear de pessoas com boas vibrações, que o encorajam. Assim, será cada vez mais fácil imaginar-se a conseguir a concretização de todos

²⁴ Tempo sugerido pelos autores Esther e Jerry Hicks, grandes impulsionadores da lei da atração.

os seus desejos, desde que não impliquem terceiros; afinal cada um de nós possui livre arbítrio.

Depois de concluído, coloque o seu mapa num sítio onde o possa ver com alguma frequência (por exemplo no vestuário, atrás da porta do quarto de dormir), de modo a ir potencializando os seus desejos/metastas com amor e com a sua intenção, como foi referido anteriormente. Não deixe que a concretização dos seus desejos seja a sua única meta, pode e deve aproveitar a vida enquanto eles não se manifestam. Desapegue-se dos resultados, confie no universo, mas não os perca de vista quando surgirem as oportunidades para a sua manifestação.

Se mais para a frente sentir necessidade de acrescentar, reforçar ou alterar algo, pode fazê-lo. Se já fez o seu mapa para este ano, continue a nutrir com amor e boas vibrações as suas sementes, para que possam germinar.

Passado um ano, reveja o seu mapa. O que conseguiu e o que ainda falta alcançar? O que faz sentido manter e quais são os seus novos desejos? Faça um novo mapa com as suas intenções. Pode deitar fora o velho, agradecendo à fonte divina pelas bênçãos concedidas.

Bom trabalho.

Ritual de prosperidade

Para realizar o seu ritual de prosperidade, se assim o desejar, adquira três velas nas seguintes cores: verde (cura e verdade), amarela (criatividade e alegria) e dourada (prosperidade e proteção), de dimensão média ou grande. Já pensou no que quer alcançar? Aconselhamos que vá refletindo e que se vá organizando para decidir qual o dia em que vai fazer este ritual. Sugerimos que o faça durante o dia, no início da fase da lua nova, para que as sementes dos seus desejos sejam lançadas no universo, e possam iniciar o seu crescimento/maturação. Relativamente ao pedido,

pode fazer de forma geral, como por exemplo «Quero prosperidade na minha vida»; no entanto, quanto mais específico for melhores resultados alcançará: «Quero que o meu projeto seja bem-sucedido», «Quero encontrar a minha casa, com as seguintes características, até o valor x e dentro desta data.»

Prepare uma cesta farta com fruta da época e outros alimentos. Não se abstenha de comprar o que lhe chamar à atenção, através da sua intuição. Prepare também flores frescas, para colocar numa jarra, e algumas moedas, que deverá colocar numa taça (se o seu ritual for direcionado para obter ganhos financeiros, caso contrário substitua por uma taça de água, fonte de vida).

Estas oferendas serão para a deusa Lakshmi, a divindade hindu que escuta os pedidos dos seus fiéis, concedendo-lhes riquezas, fertilidade e prosperidade nas diversas áreas de vida. Recorra à imagem da deusa que vem no final deste livro, e coloque-a no seu altar, numa moldura. Se tem uma figura da deusa, pode usá-la em vez da imagem.

Escreva num papel branco, a lápis, o que quer alcançar. Também deverá preparar o seu campo vibracional e mente. Para isso, faça um banho ritualístico com os seguintes ingredientes²⁵: Uma colher de sopa de erva-doce, pétalas de três rosas amarelas, cinco anis-estrelados, alecrim q.b. e oito cravinhos-da-índia. Tome o seu banho normal e, depois, deite a infusão do seu pescoço para baixo, imaginando todos os bloqueios energéticos a saírem do seu corpo físico e aura. Vista-se com roupas brancas ou claras. Para harmonizar a mente, sente-se na posição de lótus com os olhos fechados, e pronuncie/escute o mantra da deusa Lakshmi, *Om Shreem Mahalakshmiyei Namaha*, durante algum tempo (facilmente encontra na internet).

Chegou o momento de acender a vela verde, colocando-a em frente à imagem da deusa. Ponha o pedido por baixo da base da

²⁵ Ferva cerca de três litros de água e depois coloque as ervas secas ou frescas em infusão, durante alguns minutos.

vela. Coloque a oferenda de fruta e alimentos no altar ou perto dele, se não tiver espaço, assim como as flores e as moedas (ou água). Faça o seu pedido em voz alta e imagine-se no futuro, a vivenciá-lo durante cerca de 68 segundos. Nos dois dias seguintes, deverá repetir todo este processo (banho e mantras), acendendo a vela amarela no segundo dia e, no terceiro, a vela dourada.

O seu ritual estará concluído ao final do terceiro dia. Sinta o amor que habita no seu coração a expandir-se para o todo, sinta imensa gratidão. Esteja atento às oportunidades que vão surgir para materializar o seu pedido e aos sinais e mensagens do universo para poder atuar nesse sentido. Se quiser potencializar mais o seu ritual, faça durante 21 dias seguidos o decreto para a prosperidade, apresentado no final do capítulo 7 e continue a entoar/ouvir o mantra da deusa Lakshmi.

Os resíduos das velas devem ser deitados no lixo, assim como as ervas da infusão. O pedido, coloque na parte de trás da imagem da deusa, na moldura, mantendo-o lá até ser concretizado ou até quando achar que o deve manter²⁶. Se tiver uma estatueta da deusa, coloque o pedido por baixo dela. A fruta e os alimentos, pode comê-los e partilhá-los. Deixe as flores no altar, mas quando estiverem quase secas, deite-as fora. As moedas podem permanecer até 30 dias no altar, altura em que deverá adquirir algo com elas, para que a energia do dinheiro possa circular de si e para si. Se usou a taça com água, regue com ela uma planta da sua casa que sinta que está a precisar de força vital. Pode fazer este ritual para outros pedidos que deseje manifestar.

Honre a deusa Lakshmi sempre que tiver oportunidade, acendendo-lhe uma vela, numa das cores mencionadas, e solicitando prosperidade para si e para todos os habitantes do mundo. Acredite, confie, tenha fé e será sempre abençoado no seu percurso terreno.

²⁶ Deverá no final queimar o papel e jogar as cinzas na natureza ou no mar, com um sentimento de gratidão.

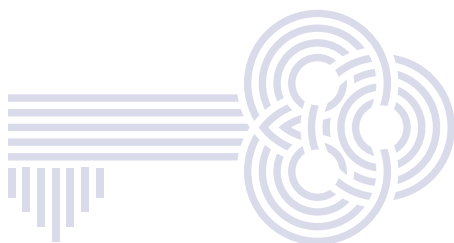
O que dizem os mestres espirituais?

O universo está sempre disposto a ajudá-lo, desde que do seu interior sejam emitidas boas sensações.

Faça este, ou qualquer ritual, apenas quando sentir paz interior. Estados emocionais e mentais desorganizados estarão a emitir vibrações confusas para o universo. Daí não ser de estranhar que uma pessoa que está com a vida caótica se encontre confusa e a precisar de fazer algo para arrear os freixos.

Nada do que lhe acontece de mau na vida é ruim. É apenas um reflexo de algo que pensou, emitiu lá atrás ou do que está a emitir agora, ou seja, do seu interior, para repor o equilíbrio no seu ser e na sua vida. Ter por vezes falta de confiança é normal, pois está num corpo humano. Mas se rapidamente inverter essa sensação, acreditando que vai conseguir e sentindo isso, não há nada que o impeça de alcançar os seus desejos. Mas repare que os seus desejos nunca deverão implicar terceiros, a não ser que seja uma parceria, pois o que a sua alma precisa de vivenciar pode não ser o mesmo para outra alma.

Todos vós são diferentes, mas complementam-se. E por esta altura já sabe que os outros não são a sua fonte de felicidade e amor, pois esses sentimentos habitam no seu coração e podem expandir-se como o universo.



DECRETO PARA A ELEVAÇÃO DO ESPÍRITO

Quando estiver a sentir-se em baixo, profira as seguintes palavras com intenção e fé:

Eu sou um ponto de luz que brilha intensamente.

Refletindo essa luz para o mundo e para o cosmos.

Eu sou amor e amo a vida.

Eu sou energia em manifestação.

Cuido de mim, para que vida cuide de mim também.

Confio na divindade e ela guia-me pelos bons caminhos.

Estou sempre protegido e bem orientado.

Eu sou paz divina.

Eu sou amor em multiplicação.

Eu sou fé e esperança.

Eu sou prosperidade e abundância.

Tudo está bem dentro de mim.

Tudo está bem no meu mundo.

Tudo está bem no Mundo.

(Faça algumas respirações profundas, feche os olhos e visualize-se sintonizado com a sua divindade.)

Propriedades dos ingredientes do banho ritualístico

Erva-doce – Eleva o poder de atração, através do reforço do otimismo e confiança.

Rosa amarela – Proporciona limpeza e renovação emocional, clareza mental e aumento da paixão e autoestima. Abre caminhos e traz proteção.

Anis-estrelado – Atua no campo emocional, libertando os sentimentos que o impedem de acreditar na concretização dos desejos.

Alecrim – Recarrega as energias, traz boas vibrações e torna a sua luz interior mais brilhante.

Cravo-da-índia – Remove os males que possam estar a prejudicar a sua energia e, conseqüentemente, a sua vida.

UM ATÉ JÁ

«Tudo pode ser extraordinário,
se for extraordinária a nossa maneira
de ver ou sentir.»
José Saramago

Tem alturas em que vibro em perfeita harmonia na individualidade divina que eu sou, que veio expressar-se ao mundo e que sabe que tem todas as capacidades para ser próspera. Tem outras alturas em que me centro nos problemas pessoais que estou a enfrentar, ou envolvo-me nas correntes energéticas densas das emoções dos outros que confiam em mim as suas dores e desilusões, e apesar de saber que não é o fim do mundo, deixo-me durante um certo tempo consumir-me por emoções e pensamentos desnorteados. É tudo um processo de aprendizagem, e o mais importante é cair neste estado cada vez menos.

Este ano de 2024 foi especialmente desafiante. Aliás, muitas pessoas com quem falei sentiram o mesmo. Vamos culpar os planetas lá em cima, que andaram a «conspirar contra nós» para nos ajudarem a libertar mais partes da nossa sombra, levando-nos a uma combustão interna, que nos levará a renascer das cinzas com um estado diferente de consciência espiritual, de ver e estar no mundo. Costumo dizer a um colega meu de astrologia que parece que quanto mais ferramentas temos, mais testes nos surgem. Para quando as férias, a tranquilidade? Na verdade, não foi isso que acordámos, antes de virmos. O objetivo é sempre evoluir, e há pessoas que estão a evoluir mais rápido do que outras, por ser desejo da sua alma e por terem ferramentas para aguentar os turbilhões.

Certo dia, quando estava a escrever o capítulo sobre a saúde, sentia-me desanimada, talvez pela partida recente da Doce ou

por outra situação pessoal. Apesar de ter sucesso no que faço e ser grata pelo que alcancei, nem sempre me sinto com disposição para continuar, pois implica muita dedicação e os resultados nem sempre são visíveis, pois ocorrem a nível subtil nos meus leitores. É difícil manter o equilíbrio interior todos os dias, principalmente porque sou demasiado sensível às energias densas e, em certas alturas, para serem transmutadas, permanecem algum tempo no meu campo energético, mexendo com as minhas emoções, pensamentos e autoestima.

Procurar encontrar o equilíbrio é um caminho que se vai fazendo, independentemente de há quanto tempo aperfeiçoamos a nossa consciência espiritual. Há dias em que estamos felizes, e há outros em que temos de vivenciar a tristeza e o desapontamento, para libertar uma emoção recalcada dentro de nós que podemos não vir a saber quando foi originada ou para nos apercebermos de algo, o cair do véu da ilusão. Nesse dia, valeu-me a mensagem do meu livro *Mensagens para a Alma*, que me lembrou para que estou aqui, e que compartilho consigo:

«A cura e a evolução da consciência humana são a meta divina. O seu destino é partilhado com aqueles que mais gosta. Os seus pais e antepassados habitam em si, nas suas células e energia espiritual. Tem uma missão individual, mas esta repercute-se na missão coletiva, pois precisamos uns dos outros para evoluirmos. Pensar só em si e desejar uma vida pacata, sem se debruçar sobre as questões da alma ou dar o seu contributo especial para o coletivo, conduzi-lo-á a uma falta de sentido de vida. Quando estiver triste ou desiludido com a sua vida, lembre-se de que está ao serviço de um bem maior e que não se deve centrar apenas nos seus sonhos pessoais.»

Querido leitor, a vida nunca nos impede de nada, nós é que o impedimos. De onde me encontro, emito boa vibração para que os seus sonhos pessoais sejam conquistados, e que contribuam para plantar no coração das outras pessoas sementes de amor

e concórdia. O mundo é a sua família, e quanto mais estiver disposto a elevar a luz do mundo, através da lapidação da sua própria luz, mais o universo lhe trará a sabedoria de como conquistar prosperidade espiritual e material.

Obrigada por estar desse lado, possibilitando-me continuar a partilhar sementes de luz.

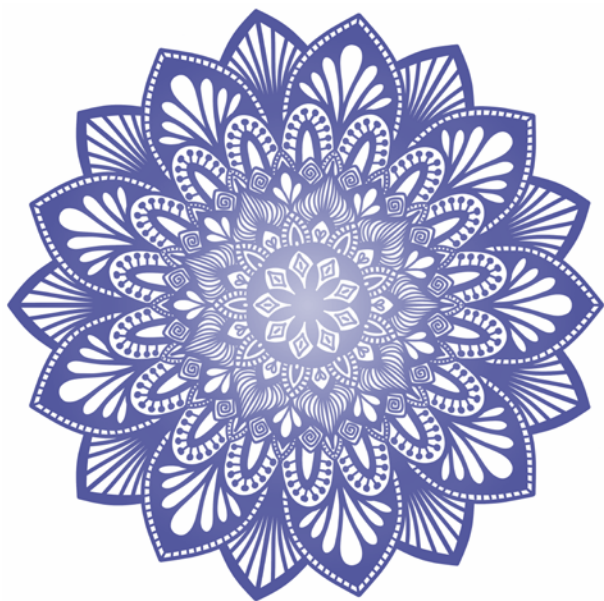
E uma última questão:



O que mudou em mim, desde o início da leitura deste livro?

Handwriting practice lines consisting of 18 horizontal lines.





O que dizem os mestres espirituais em forma de conclusão?

O seu crescimento pessoal vai-se fazendo por etapas. O que antes funcionava, agora já não funciona. Aquilo em que antes acreditava foi alterado por uma nova conceção da sua realidade.

Este livro foi escrito por etapas, os capítulos foram surgindo de acordo com a forma como estavam concebidos por nós. Todas as áreas da sua vida são importantes, mas dar ênfase à espiritualidade e cuidar da sua saúde é uma forma de garantir mais sucesso nas restantes áreas.

Espero que tenha conseguido sentir o amor que temos por si e que, quando se sentir perdido, volte a sua atenção para nós, que estamos aqui com um apoio, seja através de uma palavra, de uma boa sensação ou de um sinal.

Todos vós querem ser ricos em conquistas materiais, mas ainda estão a aprender qual é a verdadeira riqueza que devem alcançar, ou seja, serem quem são e não o que a maioria (ou vós mesmos) acredita ser. E isso é o que torna a vida desafiante.

Serão sempre prósperos se puserem os vossos talentos em ação. Serão prósperos quando perceberem o que vos faz mal. Serão verdadeiramente abençoados com abundância, quando deixarem de se preocupar com o amanhã e se centrarem hoje no vosso interior, que sempre dá as indicações para a vossa jornada pessoal e do que é preciso tomar consciência.

Caro leitor, há uma candeia luminosa que brilha dentro de si. Alimente essa luz no seu dia a dia e, até alcançar o fim do seu caminho na Terra, que o levará até à consciência maior do universo, saiba que tudo vai correr bem, porque é um ser muito amado e nós só queremos o melhor para si.

ANEXO

AS LEIS UNIVERSAIS

As leis universais, também conhecidas como leis espirituais, são os princípios que governam o universo e os meios pelos quais o mundo e o cosmos continuam a existir, a prosperar e a expandir-se. Ao conhecê-las e ao respeitarmos-las, facilitamos a nossa conduta humana, alcançando a harmonia e a justiça perfeitas, encontrando o caminho para a prosperidade e paz interior.

1. Lei da Unidade

Vivemos num mundo em que tudo está interligado. Aquilo que fazemos, dizemos, pensamos e acreditamos tem um efeito correspondente nos outros, em tudo o que nos rodeia e no universo. Tudo está no Todo e o Todo está em cada um de nós. Quando morrermos, a energia do nosso ser será devolvida ao Todo.

2. Lei da Vibração

Tudo o que existe no universo move-se, vibra e desloca-se em padrões circulares. Estes princípios aplicam-se igualmente aos nossos pensamentos, sentimentos, desejos e vontades. Cada som, coisa ou pensamento tem a sua própria frequência, ou seja, a sua própria velocidade em que vibra.

3. Lei da Ação

Esta lei estabelece que para as coisas se manifestarem no plano físico, devemos empenhar-nos em ações que estejam em conformidade com a sintonia dos nossos pensamentos, sonhos, emoções e palavras.

4. Lei da Correspondência

Os princípios ou leis da física que explicam a energia do mundo físico, luz, vibração e movimento, têm os seus princípios correspondentes no Universo. O que está em cima é como o que

está em baixo, e o que está em baixo é como o que está em cima. Ou seja, os padrões observados no macrocosmo também são observados no microcosmo, e vice-versa.

5. Lei da Causa e do Efeito

Também conhecida como lei do carma ou do retorno, afirma que nada acontece por acaso ou fora das leis universais. Toda a ação tem uma reação ou consequência e sempre «colhemos aquilo que semeamos». A vida é um eco. Cada ação, pensamento e emoção é um movimento de energia e, portanto, tem efeitos sobre a energia ao nosso redor.

6. Lei da Atração

Tudo é energia. Os nossos pensamentos, sentimentos, palavras e ações produzem energias que, por sua vez, atraem energias semelhantes. Energias negativas atraem energias negativas e energias positivas atraem energias positivas. A chave para trabalhar com esta lei é alinhar os pensamentos e as emoções com o que se deseja alcançar.

7. Lei da Transmutação Perpétua de Energia

A energia está em constante movimento e toda a energia se manifesta para a forma física. Vibrações elevadas consomem e transformam as vibrações inferiores em altas. Deste modo, todas as pessoas têm dentro de si o poder para mudar as suas condições de vida, ao escolherem vibrar no positivo.

8. Lei do Amor

O amor é a força mais poderosa do universo. O amor cura, constrói, regenera, é uma energia sublime do crescimento que todo o ser humano procura. O ódio é o oposto do amor e na presença de amor automaticamente desaparece, pois não tem força própria.

9. Lei da Relatividade

Nada poderá ser julgado até ser comparado com outra coisa. Esta lei funciona a nosso favor ou contra nós, sempre que entramos no modo de julgamento. Deve-se comparar os nossos problemas com outros problemas na perspetiva correta. Ou seja, só nos

podemos comparar aos outros, se já tivermos vivido ou sentido exatamente o que o outro passou e sentiu. Cada um vivencia o que precisa para se fortalecer. Tudo é relativo. Depende da perspectiva. Esta lei relembra-nos da importância de termos empatia com o outro.

10. Lei da Polaridade

Tudo é uma continuidade e tem o seu oposto, possui dois polos, é formado por dualidade. Não podemos distinguir a luz, se não conhecermos a escuridão. Não podemos reconhecer a alegria, se não vivenciarmos a tristeza. Não podemos valorizar a saúde, se não adoecermos. Não podemos saber o que é o frio, se não sentirmos o calor. Os opostos são idênticos em natureza, mas diferentes em grau.

11. Lei do Ritmo

Também chamada lei do movimento perpétuo, diz-nos que tudo vibra e se move de acordo com o seu próprio ritmo. Estes ritmos estabelecem padrões, estações, estados de desenvolvimento e ciclos. A roda do ano gira, tudo se move no ritmo da vida/início e da morte/fim. Só existe a energia do agora e ela reflete o seu passado, presente e visão futura.

12. Lei do Género

Tudo no universo tem o seu princípio masculino (*yang*) e feminino (*yin*). Estes são a expressão de duas forças primordiais no universo, são a base de toda a criação. A energia *yang* é ativa, focada externamente e sempre em movimento. A energia *yin* é calma, contida e focada internamente. Estas duas forças não existem uma sem a outra. Devemos encontrar em nós um equilíbrio entre essas energias.

AGRADECIMENTOS

Quando estou a escrever um livro, fico num estado de alerta e contemplação, procurando informações no exterior para complementar os meus conhecimentos ou para me lembrar de coisas já esquecidas.

No decorrer do processo de escrita, sinto como se tivesse um balão de pensamento, como os das bandas desenhadas, a pairar por cima da minha cabeça na forma de energia. E essa energia, vai crescendo à medida que vou formando ideias, despertadas pelas conversas que estabeleço, as músicas que escuto e as frases/ autores que leio.

Sou grata pela fonte de inspiração que encontrei em todos os lugares e com as pessoas que estiveram em contacto comigo.

Sou grata à Planeta de Livros, por cuidar dos meus projetos com dedicação e por aceitar as ideias que quero desenvolver.

Sou grata a si, por me acompanhar na minha jornada de auto-conhecimento. Que o que ressoa em mim, ressoe em si com luz, amor e prosperidade.

E um especial agradecimento a todos os mestres espirituais que partilharam connosco um entendimento mais elevado das diversas áreas de vida de um ser humano, no sentido de sermos prósperos e abundantes.



Om Shreem Mahalakshmiyei Namaha



 planetaportugal

 planetadelivros_pt

 planetaportugal

 www.planetadelivros.pt

 planetadelivros_pt

