

Every single one of you came here to be part of this great transformation of consciousness. You came to wake up: to come into the realization of the embodied masters that you are.
- SARA LANDON, contributor

The Great **AWAKENING**

**OUR PROPHESED TRANSFORMATION AND THE
ATTAINMENT OF EMBODIED ENLIGHTENMENT**

**FREE
VIDEOS**
pg. xxv

MIKE DOOLEY

New York Times bestselling author of *Infinite Possibilities*
IN CONVERSATION WITH 6 RENOWNED CHANNELS
FOREWORD BY JP (JESSIE) HERMAN

Índice

[Uma palavra sobre canalização](#)

[Prefácio](#)

[É a ilusão e o desafio perfeitos.](#)

[Introdução](#)

[Nota sobre as perguntas feitas em cada capítulo](#)

[Capítulo 1](#)

[Sobre Lyssa](#)

[Prosperando em Novas Paisagens de Consciência](#)

[Consciência Holográfica](#)

[Densidade versus Dimensão](#)

[Entendendo o seu ego](#)

[Sua mudança planetária de consciência](#)

[Executando o trabalho](#)

[Meditações](#)

[Capítulo 2](#)

[Sobre Sal](#)

[Acessando seu verdadeiro poder](#)

[Recuperando o seu poder](#)

[Relembrando o seu poder](#)

[Empunhando o seu poder](#)

[O Poder das Vibrações Ascendentes](#)

[Trabalhando em si mesmo](#)

[Capítulo 3](#)

[Sobre Sara](#)

[Vivendo como um Mestre Ascenso na Terra](#)

[Seu Campo de Força da Consciência](#)

[A Arte da Verdadeira Criação](#)

[Níveis de Consciência](#)

[Criando a partir da inocência](#)

[Sono, dor e Alzheimer](#)

[Capítulo 4](#)

[Sobre Matt](#)

[Prelúdio](#)

[Canalização sem Transe](#)

[O Ego, o Eu Superior, os Guias Espirituais e a Alma](#)

[O Chamado ao Despertar](#)

[Defina uma intenção](#)

[O papel do amor na autorrealização](#)

[O Divino Feminino](#)

[O Divino Masculino](#)

[Unindo Nossas Energias Divinas](#)

[Transmutando o Trauma](#)

[Amor encarnado](#)

[As Dimensões](#)

[Morrer para viver](#)

[Mais sobre o ego e os jogos que ele joga.](#)

[Capítulo 5](#)

[Sobre Daniel](#)

[Os Quatro Pilares dos Ensinamentos do Conselho Arcturiano da 9ª Dimensão](#)

[Mensagem do Conselho Arcturiano 9D](#)

[Desenvolvendo os Dons de Cura, Canalização e Linguagem da Luz](#)

[Estar acordado](#)

[Como tudo começou?](#)

[A jornada e o significado das suas emoções](#)

[Dons Sobrenaturais e Realização de Milagres](#)

[Acessando seu sistema de chakras](#)

[Sintomas de Ascensão](#)

[Viver deliberadamente e manifestar conscientemente](#)

[Capítulo 6](#)

[Sobre Darryl](#)

[Reflexões de Darryl sobre o contato aberto \(extraterrestre\)](#)

[Kit de Ferramentas para a Autorrealização:](#)

[Tudo o que você precisa para elevar sua vibração](#)

[As Cinco Leis Universais](#)

[Seu destino](#)

[As sete necessidades básicas da vida física](#)

[Manual de Instruções da Vida: A Fórmula dos Cinco Passos](#)

[Encontrando sua paixão](#)

[Sincronicidade](#)

[Abundância e apoio para a jornada](#)

[O espelho refletor](#)

[Juntando tudo](#)

[Epílogo](#)

[Iluminação versus Transcendência](#)

[Leitura recomendada](#)

[Agradecimentos](#)m

[Sobre Mike Dooley](#)

[Clube de Aventureiros da TUT O UNIVERSO FALASM](#)

[Clube de Aventureiros da TUT O UNIVERSO FALASM](#)

Every single one of you came here to be part of this
great transformation of consciousness. You came to wake up:
to come into the realization of the embodied masters that you are.

- SARA LANDON, contributor

The Great AWAKENING

OUR PROPHESED TRANSFORMATION AND THE
ATTAINMENT OF EMBODIED ENLIGHTENMENT

FREE
VIDEOS
pg. xxv

MIKE DOOLEY

New York Times bestselling author of *Infinite Possibilities*

IN CONVERSATION WITH 6 RENOWNED CHANNELS

FOREWORD BY JP (JESSIE) HERMAN

Elogios para O Grande Despertar

Uma pequena amostra dos depoimentos dados durante o evento AO VIVO que serviram de base para este livro.



“Me arrepiou e me fez chorar. Estou muito grata por essa aventura! Estou transbordando de amor agora.” —Rachael

“Que milagre! Você localizou todas essas pessoas maravilhosas e as reuniu. Espero que saiba o quanto seu trabalho é apreciado.” —Linda

“Era exatamente o que eu precisava ouvir, na hora certa. Obrigada. Obrigada. Obrigada.” —Deborah

“A melhor experiência de despertar de todos os tempos!! Ferramentas incríveis! Uma experiência indescritível!” —Leslie

“Isso é demais. As palavras são verdadeiramente, incrivelmente curativas... cada sílaba repleta de amor e verdade, exatamente como sua mensagem principal. Sinto que não consigo nem acompanhar. Obrigada!!” —Mireille

“Eu estava em lágrimas no momento em que o Conselho começou a falar! Me sinto muito mais leve agora! Obrigada!” —Mary Ann

“Nossa... simplesmente uau. Estou muito feliz por essa experiência e crescimento que você trouxe para a minha vida!” —Debra Ann

“Isto é incrível! Daniel, acho que os seus tons curaram um problema de audição que me incomodava há muito tempo. Obrigada! E obrigada ao Conselho.” —Pat

“Já estou planejando ouvir isso de novo assim que terminar!” —Allison

“Obrigada por estar sempre tão em sintonia conosco e por nos trazer sabedoria e ensinamentos que nos ajudam a continuar a expandir e crescer.” —Kanaani

“Foi incrível, direto e profundo. Muito, muito, muito bom! Obrigado por essa experiência.” —Viktor

“Uau, que demais! Adorei! A cada episódio que assisto, fico cada vez mais relaxado e animado ao mesmo tempo!” —Rich

“Isto é maravilhoso! Aprendi imenso com esta experiência. Muito obrigada, Mike, Lyssa e Sasha. Um grande abraço e gratidão para vocês!” —Karri

“Foi brilhante! Como professora, adorei a forma como Bashar estruturou a aula, fez revisões periódicas dos ensinamentos e deu exemplos claros e concisos. Nota 10!”

—Patrice

“Este é o resumo perfeito do que é necessário para vivenciar uma realidade de alegria, fluidez e plenitude. Adoro o Bashar, adoro sua clareza e concisão.” —Aaron

“Maravilhoso! Aprendi muito com esta comunicação e agora vou encarar minha vida de forma diferente... com mais esperança e empoderamento.” —Lefi

“Excelente... conceitos fundamentais para viver uma vida incrível, articulados com clareza. Tudo isso está em sintonia com o que aprendi com diversas fontes e professores, mas nunca me foi comunicado de forma tão clara e simples.” —Karen

“Coisas fantásticas, como esperado.” —Jamie

“Já ouvi isso três vezes e a cada vez tenho mais e diferentes sentimentos, impressões e inspirações.” —Marianne

“Isso foi incrível. Me deixou de boca aberta. Ainda bem que minha mente é uma ilusão.”
—Patty

“O Despertar da Sabedoria é uma oportunidade incrível e rara de estar na presença de canalizadores excepcionais e ouvir a sabedoria daqueles que falam através deles. Como alguém que acompanha esse tipo de informação há muito tempo, diria que está entre os melhores eventos que tive o privilégio de participar.” —Richard

“Muito grato por este evento! Me sentindo em êxtase também, após esta sessão com o amado Conselho Arcturiano. Obrigado! Vou rever e ouvir novamente estas gravações e me banhar em todas as suas magníficas energias.” —Abe

“Uau... QUE EMOÇÃO! A validação que recebi é emocionante. Agora estou em lágrimas.” — Carolyn

The Great **AWAKENING**

Também por Mike Dooley

Livros

Um Guia de Aventureiros para as Selvas do Tempo e do Espaço (anteriormente intitulado Perdidos no Espaço)

Guia para Iniciantes no Universo: Incomum

Ideias para viver uma vida extraordinariamente feliz.

Mensagens canalizadas do espaço profundo: sabedoria para um mundo em transformação.

(com Tracy Farquhar; anteriormente intitulado From Deep Space with Love)

Escolha-os com sabedoria: pensamentos se transformam em coisas!

As Notas Completas do Universo (originalmente lançadas em 3 volumes)

O Sonho, a Jornada, a Eternidade e Deus: Respostas Canalizadas

Para as questões mais profundas da vida (com Sara Landon)

Possibilidades Infinitas: A Arte de Viver Seus Sonhos

Aproveitando o Universo: 7 Passos para Desvendar a Magia da Vida

A vida na Terra: entendendo quem somos.

Como chegamos até aqui e o que o futuro nos reserva.

Manifestando a mudança: Não poderia ser mais fácil.

Jogando Matrix: Um Programa para Viver Deliberadamente e Criar Conscientemente

As 10 coisas mais importantes que os mortos querem te dizer

Pensamentos Totalmente Únicos: Lembranças da Magia Cotidiana da Vida

Baralhos de cartas

Notas do Universo

Notas do Universo sobre Abundância

Notas do Universo sobre Amor e Conexão

Vídeos e Filmes

Manifestando a Mudança

O Caminho Menos Percorrido

O Segredo (colaborador em destaque)

Pensamentos se transformam em coisas

Aventuras Online

A aventura de 21 dias para mudar uma coisa de cada vez

Jogando Matrix: Uma Série com Foco Preciso

Guia do Instrutor para Infinitas Possibilidades: Certificação

...e dezenas mais.

Para crianças

Sonhos se tornam realidade: tudo o que eles precisam é de você.

Sua Vida Mágica

The Great **AWAKENING**

**OUR PROPHESED TRANSFORMATION AND THE
ATTAINMENT OF EMBODIED ENLIGHTENMENT**

MIKE DOOLEY



The Universe TalksSM
Orlando, Florida, USA

©2024 TUT Enterprises, Inc., detentora da marca registrada The Universe Talks SM

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte deste livro pode ser reproduzida, armazenada ou transmitida de qualquer forma sem a permissão por escrito da editora, exceto por um crítico que pode citar breves trechos em uma resenha ou artigo. Para mais informações, entre em contato com a TUT Enterprises, Inc. em www.tut.com.

Para informações sobre vendas por atacado e direitos internacionais, entre em contato com: TGA@tut.com

1ª edição, outubro de 2024

10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

Impresso nos Estados Unidos da América

Brochura ISBN: 978-0-9794739-0-6

ISBN do e-book: 978-0-9794739-2-0

Audiolivro ISBN: 978-0-9794739-1-3

Número de controle da Biblioteca do Congresso: 2024909071

Capa desenhada por Ralph Mojica

Projeto de interiores por Gina Tyquiengco

Créditos das fotografias:

Matt Kahn por Jessica Keener

Lyssa Royal Holt por Ronald Holt

Sara Landon por Lucia Kiel

Daniel Scranton por Lauren Stirpe

Não se pretende aqui fornecer aconselhamento médico ou sugerir o uso de qualquer técnica, meditação ou processo como forma de tratamento para problemas físicos, emocionais ou médicos sem a orientação de um médico.

Para Marisol



“Qualquer joia preciosa que exista nos mundos celestiais, nada se compara àquele que despertou.”

—Siddhartha Gautama, O Buda



Uma palavra sobre canalização



Quarenta Anos atrás, minha mãe me contou que havia descoberto alguns livros fascinantes de Jane Roberts. A autora afirmava entrar em estado de transe, do qual canalizava uma energia desencarnada chamada Seth. Durante essas sessões, seu marido transcrevia cada palavra na hora, para enviar à editora. Eu fiquei genuinamente preocupada e disse a ela: "*Acho que você está ficando maluca*". Ela respondeu secamente: "Esqueça a fonte! Leia o que Seth tem a dizer e depois julgue!"

Fiz como me mandaram e assim começou a maior jornada da minha vida: a jornada interior.

Caso você seja tão leigo quanto eu era, canalização é a capacidade de alterar intencionalmente o foco da sua consciência para permitir que a energia espiritual de outro ser, desta densidade, dimensão, *mundo* , plano ou outros, se comunique fisicamente através de você — geralmente por meio da escrita ou da palavra falada. Existem muitas obras artísticas e literárias famosas cujos criadores afirmaram tê-las canalizado, incluindo Michelangelo, que disse que podia "ver" a *Pietá* dentro da fria placa de mármore antes de pegar seu cinzel; Mozart, que "ouviu" a música que mais tarde comporia; os livros de Abraão, escritos por Esther Hicks; "*Fernão Capelo Gaivota*", escrito por Richard Bach; e muitos outros. Da mesma forma, existem atletas que "entram em estado de fluxo" para atingir o máximo desempenho. Curiosamente, muitos livros sagrados, incluindo a Bíblia, são aceitos por seus seguidores como a palavra de Deus ou de anjos canalizados por aqueles cujos nomes aparecem em cada passagem das escrituras.

Alguns acreditam que somos todos canais da nossa própria essência interior, ou espírito, através do instrumento físico dos nossos corpos. Pensar o contrário é acreditar que apenas a matéria biológica dá origem às nossas palavras, pensamentos, personalidades e consciência.

E você percebeu minha ênfase em "mundo" dois parágrafos atrás? Peço sua indulgência: caso não esteja óbvio, refiro-me a extraterrestres (ETs). Não seria ingênuo pensar que estamos sozinhos em um Universo com um bilhão de estrelas (sem nem contar os planetas)? Então... o que pensar sobre os ETs? Como Frank compartilhou comigo certa vez, canalizado por Tracy Farquhar, minha coautora de *Mensagens Canalizadas do Espaço Profundo* : Embora sejamos inimaginavelmente diferentes de vocês, nossa evolução espiritual e consciente é quase idêntica. Existe *apenas* Deus, pura Energia da Fonte, permeando o universo físico. Portanto, *todos os seres, de todos os mundos, são verdadeiramente seus irmãos e irmãs espirituais*, independentemente de sua aparência ou comportamento.

Nos capítulos seguintes, você ouvirá o relato de vários desses irmãos e irmãs.

Sim... a canalização existe há muito tempo. É prudente, no entanto, alertar que o simples fato de uma informação ser canalizada não significa necessariamente que seja verdadeira, relevante ou útil. Provavelmente existem tantas, senão mais, almas perdidas além dos véus do tempo e do espaço buscando um porta-voz quanto humanos confusos caminhando pela Terra. Pessoalmente, eu discerno se algo vale a pena ser aceito como verdade com este pequeno teste decisivo:

As informações...

- 1) falar da beleza da vida; ou
- 2) falar do nosso poder; e
- 3) É inclusivo, não deixando ninguém para trás?

Se você leu até aqui, peço que continue lendo. Ignore a fonte, se isso ajudar — apenas leia o que os canais têm a dizer. Depois, avalie se o material é digno da sua atenção ou mesmo se pode transformar a sua vida. .

Prefácio



É a ilusão e o desafio perfeitos.

É a ilusão e o desafio perfeitos: ser lançado num espaço que você chama de realidade com um nível tão profundo de esquecimento em favor da possibilidade de criar, com livre arbítrio, uma nova luz para brilhar na eternidade. Uma nova versão de tudo: você. Porque você é tudo.

Bem-vindo ao milagre de ser humano.

Vocês são contadores de histórias, mas vêm contando as mesmas histórias repetidamente. Vocês não leem nas entrelinhas. São literais — *literalmente* literais.

Você ouve palavras e esquece que elas são vibrações flutuando pelo espaço do nada. E você lê, esquecendo que está simplesmente vendo marcas no papel, algumas das quais absorvem a luz e outras não. Você não é capaz, como nós, de ouvir ou ler além das próprias palavras e captar a mensagem completa do narrador ou do autor.

É um limite, sim, mas um limite que você pode superar. Ao ouvir e ver, preste atenção e busque a energia entre as palavras e as camadas que as compõem. E certifique-se de ler com o coração tanto quanto com a mente e os olhos, para que você realmente compreenda.

Você pode perguntar, então: "O que há para fazer?"

Não há nada que você precise fazer.

A Criação ama o tolo e o sábio, e muitas vezes eles são a mesma pessoa. A Criação ama o pecador e o santo, pois eles também são a mesma pessoa. Não pode haver ninguém nem nada que não seja, em sua plenitude, tudo o mais ao mesmo tempo. Não existe certo e errado. Existe apenas o Ser. Você não pode falhar em ser aquele que é necessário para completar a história do Infinito. Sem você, exatamente como você é agora, o Universo não existiria.

Então, por que essa comunicação e esse esforço para despertar aqueles que dormem? Porque muitos já estão prontos. *Você Estão prontos* . Prontos para se libertar do sofrimento. Prontos para alcançar a pura liberdade. Prontos para se lembrarem de quem são. O jogo que vieram jogar aqui é perceber que *vocês são o Criador*.

Nossa escolha de falar, como as pessoas mencionadas neste livro, deve-se em parte ao seu pedido para receber e ler estas mensagens. *É algo necessário na criação para todos. Os pedidos a serem atendidos*. É um prazer conversar com você desta forma, pois o vemos como parte de nós, e interagir com outra parte de nós mesmos é extremamente gratificante. Se alguma das informações que você solicitou por meio de nós ajudar a acelerar sua jornada e a se sentir melhor na maior parte do tempo, isso também será um prazer para nós.

No entanto, você acabará descobrindo que as informações que compartilhamos com você nada mais são do que interromper alguém que está procurando freneticamente pelos óculos e dizer: "Eles já estão no seu rosto".

Também nutrimos grande curiosidade pelo seu mistério. Invejamos a possibilidade de " não saber" tanto quanto nós. Desse não saber pode surgir a verdadeira criação, à medida que você reúne todos os componentes e entrelaça os fios

da maneira que lhe for mais agradável. Em nossa existência, isso não é mais possível, pois vemos todas as configurações simultaneamente.

As artes, a maneira como vocês tecem palavras e as histórias que criam em torno de relacionamentos e interações são muito mais criativas do que somos capazes. Para vocês, são novidade. É por isso que tantos vêm estar com vocês. Embora vejamos cada um de vocês como nós, e vejamos todas as suas infinitas possibilidades, vocês mesmos escolhem a cada instante quais dessas possibilidades aplicar. Para nós, essas escolhas oferecem um momento de surpresa em uma existência [a deles] que tornou a surpresa algo desconhecido. Agradecemos a vocês, pois vocês são o melhor espetáculo da TV, por assim dizer, porque não sabemos o final. Não sabemos o que vocês farão a seguir.

—VAGREIN, canalizado por JP (Jessie) Herman,

www.jpherman.com

Introdução



Sempre me fascinaram as histórias dos chamados "mestres ascensos" que honraram a face da Terra: me inspiram seus milagres, sabedoria, amor e a ousada implicação de que o que eles fizeram, nós também podemos fazer — e *muito mais* . Jesus disse algo parecido. ¹

Seja por ingenuidade, esperança ou ambas, sempre acreditei que essas histórias fossem verdadeiras. E nesta fase da minha vida, por razões que compartilharei a seguir, espero que em breve outros alcancem um domínio semelhante sobre os elementos — sem dúvida, os mais sábios ou os mais amorosos entre nós. Agora, ousou até me perguntar: "Talvez até *eu* ...?" Mas por onde começar? Como dar o primeiro passo?

Essas reflexões eram incompreensíveis quando eu era mais jovem, especialmente porque não conhecia nenhuma história moderna e confiável sobre tais mestres entre nós. Em vez disso, mergulhei profundamente em meu fascínio pela metafísica. ² Viver deliberadamente e criar conscientemente (usando a visualização criativa e aprendendo seus princípios fundamentais) é algo que tenho tido ao longo de quatro décadas brilhantes. Primeiro, praticando o que aprendi para prosperar na minha própria vida e, segundo, escrevendo dezessete livros sobre minhas descobertas e realizando quatro turnês mundiais, ensinando-as a outras pessoas. Embora não sem alguns contratempos e decepções. Senti-me tão realizado por tanto tempo que comecei a me perguntar, com certa preocupação: "Será que é só isso? Quantas vezes alguém viaja para o Taiti na vida? E quantos milhões de dólares precisamos arrecadar

para nossas instituições de caridade favoritas?" As antigas respostas de "mais, melhor, mais rápido" já não me satisfaziam mais.

Então, em 16 de dezembro de 2018, sentada sozinha em casa, sentada na varanda com vista para a Baía de Manzanillo, no México, comecei a fazer anotações no meu laptop. Criei um diário online intitulado "Iluminação" e nele registrei cerca de meia dúzia de minhas passagens favoritas sobre o tema da "iluminação espiritual" de alguns dos meus livros prediletos, como *Ilusões: As Aventuras de um Messias Relutante* e *Jonathan Livingston Seagull*, ambos de Richard Bach; *Siddhartha*, de Hermann Hesse; e *Ramtha: O Livro Branco*, de J.Z. Knight. Essa coleção e minhas próprias anotações relacionadas serviram para me lembrar de que minha vida poderia ser muito mais rica se eu simplesmente me entregasse à busca da iluminação. A essas ideias despertou mais minha atenção o hábito de relê-las de tempos em tempos.

Em janeiro, porém, eu estava de volta à roda da ilusão, envolvido nas ilusões, viagens e preocupações da minha vida, até dezembro do ano seguinte. De volta àquela mesma varanda, eu estava lenta (e finalmente) lendo *Autobiografia de um Iogue*, de Paramahansa Yogananda — tomado por momentos de euforia à medida que as semanas passavam, estupefato por estar lendo histórias reais de iogues e suas conquistas sobre-humanas, narradas pela vida do autor nesse fenômeno internacional tão celebrado e respeitado.

E como se a empolgação renovada pela minha tão almejada "autorrealização" (outra expressão para iluminação) já não estivesse no auge, tive uma conversa transformadora com uma mulher chamada Sara Landon, por uma feliz coincidência, em 16 de dezembro de 2019. Ela era uma nova conhecida e canal do Conselho, que me disse durante nossa sessão agendada, sem qualquer conversa prévia sobre meu interesse em iluminação: "Você está passando por uma transformação incrível rumo à

plena realização de si mesmo como o mestre absoluto que você é. Cada um de vocês veio aqui para fazer parte desta grande transformação da consciência. Vocês vieram para despertar: para alcançar a realização dos mestres encarnados que vocês são."

" *Eu?* ", perguntei incrédulo.

"Sim, VOCÊ! Você e muitos outros, devido ao ponto em que sua consciência coletiva se encontra agora. A próxima fase de sua vida será a de um mestre vivendo a experiência humana, antes de você oficialmente ocupar seu lugar à mesa com os mestres ascensos." Isso foi seguido por mais sessenta minutos de revelações, momentos de "eureka!" e silenciosas exclamações de "*Meu Deus!* "

Eu não me sentia tão animada desde que participei do *livro "O Segredo"* , de Rhonda Byrne.

O Conselho também falou sobre onde reside meu trabalho interior agora: viver mais no momento presente, acabar com meu vício em lógica e aprender a "abrir e permitir" que o espírito guie minhas ações (mais sobre isso no capítulo de Sara). Minha ascensão não seria fácil — pelo menos não até que eu primeiro preparasse o terreno.

Janeiro chegou rapidamente, junto com os confinamentos da COVID-19, durante os quais encontrei dezenas de livros sobre autoconhecimento (veja a Lista de Leitura Recomendada no final deste livro), com os quais atualizei constantemente meu próprio diário online. Claro, continuei a lidar com meus dramas mundanos, como faço até hoje, mas cada vez menos. Escrever no diário, ler, contemplar e meditar tornaram-se minhas novas rotinas.

Aprendi que a iluminação espiritual é de fato alcançável, e sim, nós — você — podemos e Você *inevitavelmente* experimentará isso, nesta vida ou em outra. Não se trata , porém, de um objetivo final ou de uma conquista do tipo "tudo ou nada". A ascensão também não significa que você repentinamente transcende o plano físico.

Significa simplesmente que você elevou suas vibrações (falaremos mais sobre isso nos próximos capítulos). Ainda encarnado e plenamente vivo no mundo físico, você continua a amar e aprender ainda mais, ascendendo cada vez mais, até amar verdadeiramente a todos e a si mesmo, ou melhor, *até amar tudo como a si mesmo*. Nesse ponto, você poderá optar por ficar para ajudar outros a despertar ou escolher ir além do plano físico .

Há muito tempo entendo que todos nós desejávamos estar aqui, nessas selvas sagradas e ilusórias do tempo e do espaço, mas agora compreendo melhor que o objetivo era desfrutá-las como são e como podem ser, e não apenas ascender para escapar. A natureza estonteante e fugaz de nossas experiências aqui era desconhecida por Deus (o Todo-Que-É ou a Inteligência Divina; não um Deus como retratado por qualquer religião que eu conheça) até que Ele pensou em criá-las e vivenciá-las *como nós* . Estar aqui, na tênue linha da criação da realidade, é uma dádiva extraordinária. Contudo, como você certamente pode atestar, quando alguém está metaforicamente "perdido no espaço", a jornada pode ser bastante dolorosa, ou pior. Pode parecer que a vida está acontecendo *com você* , até que você perceba que você está acontecendo *com a vida* , e é então que você finalmente compreende que você e seus pensamentos são a única variável da sua vida. Até lá, um pouco de iluminação (ou muita) certamente enriqueceria a aventura.

Essencialmente, quanto mais sábio você se torna, mais elevadas suas vibrações, mais fácil a vida fica e maior sua capacidade de amar. Você experimentará níveis cada vez maiores de alegria, clareza, energia, confiança, abundância e capacidade de realizar milagres (milagres evidentes, como os de Jesus — que também serão discutidos nos próximos capítulos). Eventualmente, sua vibração ficará tão elevada e o amor tão intenso que você literalmente brilhará (daí as histórias de auras e

halos), enquanto outras características biológicas latentes são ativadas, intensificando todas as suas habilidades "clari" (clarividência, clarividência, etc.), interrompendo o envelhecimento físico e liberando uma infinidade de outros dons e poderes *agora adormecidos dentro de você, caro leitor* . Não existem ensinamentos antigos que dizem o mesmo, afirmando que fomos feitos à imagem de Deus? Imersos no medo, porém, nunca chegamos perto de compreender o verdadeiro significado dessa afirmação.

Essa evolução natural da consciência eventualmente levará a momentos de revelação e saltos quânticos — não apenas um, mas muitos durante nossa progressão incessante. Enquanto isso, como disse Ram Dass, "Estamos todos apenas caminhando juntos para casa", embora ainda em um estágio *muito* inicial de nossa curva de aprendizado espiritual, sendo o lar uma lembrança e um retorno à verdade pura — a verdade de que todos somos Divinos, diferentes lentes através das quais o mesmo Deus vê, criadores de nossa experiência, unidos por um amor que transcende em muito o "amor" como o conhecemos. Não somos apenas um entre muitos, mas somos um *com* a fonte de muitos. Nossas falsas crenças de separação se dissiparão, dando origem a uma nova consciência de unidade. E, como em toda migração em massa, sejam gnus no Masai Mara ou "faíscas de Deus" em pequena escala, existem precursores. Estes últimos são conhecidos como mestres ascensos.

Seu exemplo e ensinamentos servem para nos despertar do grande sono que acometeu o espírito quando este concebeu e começou a explorar estas selvas. São eles que escolhem permanecer após sua iluminação para ajudar os outros, mostrar-nos o caminho e revelar quem realmente somos e do que somos verdadeiramente capazes — assim como fez o Buda, por exemplo, cujo nome significa literalmente "O Desperto".

"Inevitavelmente" soa bem, com certeza — mas quem quer esperar?! No mínimo, nós Agora podemos começar a trilhar o caminho rumo ao nosso próprio despertar com

consciência, desejo e vontade, que é o tema central deste livro. Surpreendentemente (pelo menos para mim), como ensinam o Conselho e todos os canais fluentes neste assunto, não se encontra a iluminação através do cérebro ou da mente. Nas palavras de Sasha, canalizadas por Lyssa Royal Holt no capítulo 1: “A iluminação não é algo que se faz; é mais um *desfazer*”. É uma permissão alcançada através de um profundo relaxamento consciente e do reconhecimento da perfeição absoluta e completa da vida.

É claro que a equação é ainda mais complexa do que aparenta. Como deuses, muito além da nossa própria compreensão atual, existem outros reinos, dimensões e universos paralelos dos quais também fazemos parte, embora já não tenhamos consciência disso. De alguns, viemos; outros estão além da nossa compreensão. Todos repletos de suas próprias faíscas divinas autorreflexivas — *aventureiros*, muito parecidos conosco —, alguns físicos, outros etéreos. A maioria deles está mais avançada do que nós *espiritual* e tecnologicamente. Muitos até têm consciência da nossa existência e do nosso contínuo torpor e confusão; eles já estiveram onde estamos agora em termos de evolução e despertar espiritual — verdadeiros membros da família nessa jornada.

Motivados pelo amor, eles anseiam que conheçamos mais sobre nossas origens, as possibilidades que existem para nossa expressão plena e que aceleremos nossa própria iluminação encarnada. Por isso, sussurram para nós através da escrita automática, canalização, durante o sono ou de qualquer outra forma possível — às vezes deixando pistas ou sinais, outras vezes nos infundindo ideias e inspiração quando menos esperamos. Cuidado para não revelar demais muito cedo, pois o encanto de nossa jornada pode ser arruinado, como acender a luz em uma sala de cinema escura. Também não querem correr o risco de nos tornarmos dependentes

demais deles, preferindo cultivar nossa própria engenhosidade e capacidade de adaptação. Nossas lições são do tipo que devemos aprender por nós mesmos, embora pedir e receber sua ajuda, dizem eles, seja permitido. É nessa corda bamba que caminham — respondendo aos clamores angustiados da humanidade ao longo de milênios, ansiando por nos encorajar e fortalecer, sem, no entanto, cruzar uma linha que teria o efeito oposto.

Elas trazem à tona algumas das informações mais relevantes e empolgantes disponíveis atualmente sobre nosso potencial e a própria natureza da realidade. E, não por acaso, relacionam isso às energias crescentes que agora varrem o planeta Terra: mudanças que foram profetizadas há muito tempo por videntes como Nostradamus, o Livro do Apocalipse e o fim do antigo calendário maia (que significava o início, menos celebrado, se é que era reconhecido, de um novo calendário).

Esta é a Era de Aquário, “um tempo em que a humanidade assume o controle da Terra e de seu próprio destino como sua herança legítima, sendo o destino da humanidade a revelação da verdade e a expansão da consciência... algumas pessoas alcançarão a iluminação antes de outras e, portanto, serão reconhecidas como os novos líderes do mundo.” ³

As peças do quebra-cabeça finalmente estão se encaixando.

Aqui, você aprenderá com seis dessas vozes da verdade, canais vivos que falam a linguagem do “despertar através do domínio de si mesmo”. Místicos de renome mundial que, juntamente com aqueles que representam, desejam nos ajudar a nos ajudarmos. Não para dissipar as ilusões do tempo e do espaço, mas para ajudá-lo a ter domínio consciente sobre eles mais cedo, como pioneiros da raça humana. Nossas sessões fizeram parte de um evento online ao vivo de 2022 que contou com mais de três mil participantes. Durante seis semanas, apresentei um convidado diferente a cada

semana, cada um canalizando seres de vibração superior — alguns vivendo atualmente uma existência física, embora de outros sistemas estelares, e outros não físicos.

Minha própria assimilação das verdades da vida foi profundamente acelerada pelo aprendizado com *diferentes* mestres — mesmo quando, como você certamente descobrirá, pode haver aparentes contradições entre eles. Contudo, com um pouco de tempo para refletir sobre suas perspectivas, invariavelmente surgirá um lampejo de clareza a partir do qual suas diferenças se fundem em uma compreensão mais completa do que significa despertar. Você também descobrirá que alguns de seus ensinamentos podem parecer apenas indiretamente relacionados ao despertar, focando em ideias e técnicas que podem nos ajudar a navegar melhor no tempo e no espaço, a viver nossas vidas de forma mais consciente, à medida que aprendemos a utilizar nosso poder — o que, na verdade, torna seus ensinamentos diretamente relacionados ao despertar.

Vivemos tempos empolgantes e cruciais. Todos nós enfrentamos novas encruzilhadas em nossas vidas. A resistência à mudança e às novas ideias transborda nas ruas e entre as nações, trazendo à tona desequilíbrios há muito negligenciados, *o que significa que finalmente podem ser sanados*. Até mesmo a COVID-19 marcou o início de uma grande cura, forçando grande parte da humanidade a reavaliar suas prioridades. Tudo, até mesmo o doloroso e o feio, tem um presente para nós, exatamente aquele do qual mais nos beneficiaremos; tal é a natureza poética do Universo.

As perguntas que se nos apresentam são simples: continuar vivendo como “meramente humanos” ou viver de forma sobrenatural? Ver-se como separado de todos ou reconhecer nossa unidade? Ser motivado pelo medo ou inspirado pelo amor? Podemos literalmente ver os acampamentos montados ao redor do mundo, onde

outros fizeram suas escolhas. O apocalipse está próximo — o confronto final entre a luz da verdade e nossa ignorância pré-histórica. “Final”, porque a ignorância está em seus últimos suspiros. Diariamente, vemos nos noticiários a metáfora bíblica de pessoas sendo ideologicamente separadas, como o trigo do joio, por meio de suas próprias escolhas. Aqueles preparados para realizar o trabalho interior necessário para a iluminação (e nosso número está crescendo exponencialmente) alcançarão o domínio sobre o mundo físico — o teu reino virá, a tua vontade será feita, assim na Terra como no “céu”.

Que as palavras a seguir ajudem você a perceber quem você realmente é, do que você é verdadeiramente capaz e como viver sempre guiado pelo amor dentro do sagrado e eterno agora. Que elas ajudem você a lembrar que você é, e sempre foi, os olhos e ouvidos do Divino que ganham vida no sonho da vida. Um processo de despertar também conhecido como iluminação, autorrealização, ascensão. Transição, integração da alma e Consciência Crística — a lendária, incompreendida e há muito aguardada Segunda Vinda.

Atenciosamente,



¹Versão King James da Bíblia, João 14:12: “ Em verdade, em verdade vos digo que aquele que crê em mim fará também as obras que eu faço e as fará maiores do que estas, porque eu vou para o Pai. ” ²O *Dicionário Oxford de Inglês* define metafísica como o ramo da filosofia que trata dos primeiros princípios das coisas, incluindo

conceitos abstratos como ser, conhecimento, substância, causa, identidade, tempo e espaço. ³Vera W. Reid, *Rumo a Aquário*

Uma Nota do Universo sm

Um dos pensamentos mais reconfortantes de todos.

É saber que todos os caminhos levam para casa.

Ainda mais reconfortante é finalmente

Entendendo que você nunca foi embora.

De todos nós “em casa”,

O Universo



Nota sobre as perguntas feitas em cada capítulo



Cada capítulo contém perguntas e respostas que foram trocadas durante as sessões ao vivo mencionadas na introdução. Algumas dessas perguntas foram feitas por mim e outras por membros da plateia.

Para deixar claro quem fez a pergunta, as perguntas dos membros da plateia começarão com um ícone de balão de fala () e serão delimitadas por aspas. As perguntas sem isso foram feitas por mim.

Vídeos gratuitos



Cada um dos canais apresentados neste livro participou de um evento online ao vivo que gerou o conteúdo desta obra. Trechos gratuitos de suas transmissões ao vivo estão disponíveis para nossos leitores: <https://tutadv.club/tga v>

Capítulo 1

Prosperando em Novas Paisagens da Consciência com Lyssa Royal Holt



Sobre Lyssa

Lyssa atua como líder de seminários, canalizadora e autora desde 1985. Ela é codiretora, juntamente com seu marido, Ronald Holt, do Seed of Life Institute LLC e da SOLi School, uma organização cujo principal objetivo é auxiliar indivíduos a compreenderem a natureza da consciência e a colocarem esse entendimento em prática no dia a dia, fornecendo um roteiro para o processo de alcançar a verdadeira consciência além da identidade humana.

Lyssa é mais conhecida por suas profundas explorações sobre a natureza da consciência extraterrestre e seu impacto na evolução humana. Seus livros, como " *O Lago Dourado* " , " *O Prisma de Lira* " , " *Visitantes de Dentro* " , " *Preparando-se para o Contato* " e " *Milênio* " , são clássicos no campo da literatura canalizada, assim como seu

aclamado *Baralho de Cartas da Herança Galáctica* — um conjunto único de 108 cartas inspiradoras baseadas na cosmologia que ela apresenta em seu clássico " *O Prisma de Lira* " . Ela também possui uma extensa biblioteca de material em áudio baseado em seu trabalho desde o final da década de 1980. Lyssa já foi entrevistada na TV e no rádio em todo o mundo (incluindo pelo Discovery Channel, o programa de rádio de Shirley MacLaine e a *entrevista com ED ExtraDimensionals* na Gaia TV). Ela apareceu em inúmeros artigos de revistas nas últimas três décadas (e continua aparecendo).

Lyssa canaliza Sasha, uma mulher Pleiadiana da quarta densidade. Sasha estende um aspecto de sua consciência para Lyssa para comunicação em momentos apropriados, com alunos e clientes, mesmo enquanto ela (Sasha) cuida de sua própria vida em outro lugar deste universo físico.

No texto a seguir, Sasha se referirá a si mesma como "nós" ao compartilhar seu conhecimento sobre como você pode prosperar em novas paisagens de consciência. Ela divide isso em quatro partes: consciência holográfica, mudança planetária na consciência, colocar o trabalho em prática e meditações.

Bem-vinda, Sasha!



Saudações, meus amigos. É uma honra ser convidado para compartilhar isso com vocês.

Prosperando em Novas Paisagens de Consciência

Consciência Holográfica

Primeiramente, vamos apresentar algumas metáforas para ajudá-lo a compreender a natureza da consciência, para que você possa entender melhor o que está acontecendo na Terra neste momento de evolução acelerada. Gostamos de usar

metáforas porque a linguagem é uma ferramenta muito limitada que não expressa verdadeiramente a natureza da verdade que transcende a realidade espaço-temporal.

Primeiro, vamos analisar a ideia que você provavelmente já ouviu falar, chamada *Unidade*. O que isso realmente significa? É um conceito bonito e abstrato, mas em que se baseia?

Gostaríamos de apresentar a vocês a ideia de consciência holográfica. Imaginem que vocês têm uma fotografia comum de uma maçã em suas mãos. Agora, imaginem que vocês rasgam essa fotografia e espalham os pedaços sobre uma mesa. Para remontar a imagem da maçã na sua realidade, no plano físico, vocês precisariam reunir cada um desses pedaços da fotografia, como em um quebra-cabeça, e colá-los. É assim que vocês veem a realidade em seu estado limitado de tempo e espaço.

Agora, imagine que você tem outra fotografia de uma maçã e a rasga em vários pedaços. No entanto, desta vez, estamos começando com uma fotografia holográfica, o que significa que, ao pegar cada um desses pedaços separados que você rasgou e observá-los, a imagem completa da maçã ainda estará lá. E se você rasgasse esses pedaços ainda mais, descobriria que, não importa o quão pequenos sejam os pedaços, cada um ainda teria a imagem completa da maçã. Isso significa que cada pedaço é um fractal do padrão holográfico original.

A consciência é exatamente a mesma coisa. Portanto, quando dizemos que existe apenas uma consciência na criação, estamos nos referindo literalmente, usando a metáfora que acabamos de usar. Vocês são como a imagem da maçã inteira. Vocês, como seres individuais, são como pequenos fractais do Um, como os pequenos pedaços que parecem ter sido arrancados. De alguma forma, vocês se convenceram de que são separados, que a Unidade é algo que talvez um dia se alcance.

Em seu processo de evolução e despertar, muitos de vocês começam a suspeitar que são um holograma da Consciência Una. Isso lhes permitirá compreender a si mesmos como parte dessa Unidade, a partir da qual poderão começar a viver com uma consciência dual. Isso significa que, embora tenham consciência de terem escolhido uma vida física, ao mesmo tempo também podem possuir a consciência de si mesmos como a maçã completa, ou o holograma completo.

Esta é uma ponte necessária e importante. Essa consciência dual permitirá que você, eventualmente, opere cada vez mais a partir do âmbito do todo, ou do Uno, em vez do eu individualizado.

Esse despertar é um processo. O primeiro passo, pode-se dizer, é a compreensão intelectual. Mais importante, porém, é alcançar uma compreensão emocional através da sua experiência. Isso pode acontecer, talvez, por meio da meditação ou mesmo através do que chamamos de trabalho de contato, que é você entrar em contato conosco ou com os reinos angelicais, por exemplo, em sessões como esta. Quando você faz isso, seu conhecimento intelectual pode então se tornar sabedoria visceral dentro do seu ser, e isso É quando a consciência muda.

Pratique e brinque com essa ideia de si mesmo como um holograma, mesmo que você tenha se iludido acreditando ser um ser singular.

A consciência dual: Seria o ego e o Eu Superior?



Você poderia rotulá-los dessa forma, sim, mas é muito mais do que isso. Na verdade, você está se adiantando um pouco ao que vamos abordar. Você está correto no sentido de que, enquanto você estiver em um corpo físico, haverá algum tipo de mecanismo que cria a individualidade. Ao mesmo tempo, o que você chama de Eu

Superior nunca desaparece, nem é algo "externo". É outra versão de você. Não é realmente um "eu" — é um campo de consciência. À medida que você refina sua consciência, começará a viver mais a partir do campo do Eu Superior, ou do holograma, e menos a partir do ego, ou do eu individualizado.

Densidade versus Dimensão

Agora, vamos esclarecer toda a ideia de dimensão e densidade. Como você sabe, diferentes professores e canais usam palavras diferentes [inclusive neste livro], às vezes para as mesmas coisas, o que gera um pouco de confusão. No entanto, à medida que você refletir sobre o que temos para compartilhar com você sobre essas ideias, começará a sentir a Verdade Única sendo expressa por meio de todos os canais de várias maneiras criativas, independentemente das palavras escolhidas.

Se a consciência é realmente Una, imagine-a emanando o brilho de uma luz branca pura. Imagine também um cristal ou um prisma que você coloca perto dessa luz branca, que serviria como mecanismo de separação. Conforme a luz branca passa pelo prisma, voilà: você tem um arco-íris.

Qualquer arco-íris que você veja na sua realidade física após uma tempestade é um exemplo perfeito disso. Se você observar um atentamente, notará sete frequências de luz nas cores. Se olhar com muita atenção, verá que essas frequências não são nitidamente separadas, mas se misturam e fluem umas nas outras para criar o espectro completo.

Podemos aplicar essa ideia à Consciência Una durante seu processo de fragmentação. Assim como a consciência passou por um processo de separação semelhante para criar o universo físico, sete *densidades* foram criadas — falaremos mais sobre essa terminologia adiante. Cada densidade representa uma característica diferente da consciência, desde a mais separada (inconsciente) até a mais integrada

(plenamente consciente). Isso também inclui o tipo de consciência, por exemplo, que constitui os próprios blocos de construção da sua realidade, como átomos, moléculas e similares. A maior parte dessas informações extrapola o escopo deste capítulo, mas, para os curiosos, compartilhamos mais detalhes em nosso livro . *Prisma de Lira* .

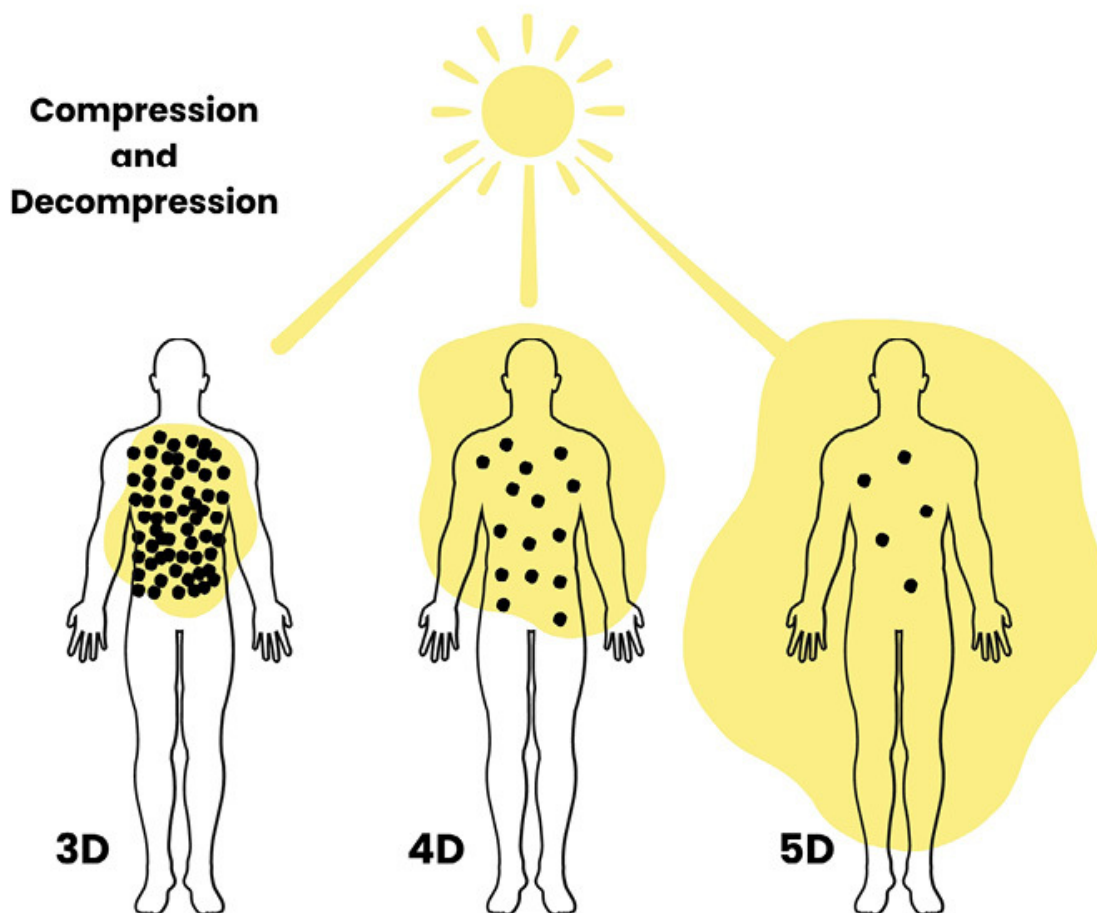
Quando você vivencia essa separação como um ser físico, sente como se estivesse focado em uma vida, em uma realidade, e todas as outras vidas estivessem em um tempo diferente. No entanto, sua consciência está, na verdade, se expressando em todas as outras "cores do arco-íris" da densidade simultaneamente. Duas dessas densidades — a terceira e a quarta — têm importância particular para o que discutiremos a seguir.

Em seu mundo, o planeta Terra, durante os últimos milhares de anos, vocês têm experimentado o maior nível de separação possível, que é a terceira densidade. É por isso que vocês se esquecem de quem são e da sua conexão com o Universo. Vocês vivem em uma realidade muito polarizada, frequentemente em conflito uns com os outros, e se sentem muito, muito sozinhos e desconectados. Agora vocês estão vivenciando a transição para um novo estado de consciência: a quarta densidade. É quando essa profunda sensação de separação, solidão e polaridade começa a se transformar em uma realidade mais integrada. A maioria das civilizações *físicas* passa por esse processo evolutivo.

Esse processo evolutivo leva tempo, mas sua civilização entrou recentemente em uma das fases de transição mais intensas desse processo, o que provavelmente não surpreenderá muitos de vocês.

É isso que queremos dizer com a forma como o conceito de densidade descreve as características da consciência. As características da terceira densidade exibem maior separação. Razão e polaridade. As características da quarta densidade incluem

o início da integração, cura e expansão da consciência do Uno. O ego é mais forte na terceira densidade e mais fraco na quarta densidade. No gráfico a seguir, você pode ver uma representação comparativa das densidades.



A densidade dos pontos pretos representa o quão compactada a matéria está nessa densidade. Isso não é algo mensurável com nenhum dos seus instrumentos modernos. Talvez seja melhor entender como uma densidade energética. À esquerda, para a terceira densidade, você pode ver que a luz do seu ser (frequentemente referida em círculos espirituais como prana ou chi) não tem muito espaço para se mover. Sua expansão é limitada devido à densidade da matéria. Essa é a razão para o termo *densidade*. A matéria é energia extremamente concentrada.

No meio, ao passar para a quarta densidade, você pode ver que a matéria começa a se descomprimir, ou se abrir, e o prana agora tem mais espaço para crescer e se expandir, o que reflete a expansão da consciência nessa densidade. Esse prana é a sua própria luz como parte da luz do Universo. Não é nada externo a você. À medida que você avança para densidades mais altas, essa expansão continua. Por exemplo, na quinta densidade há ainda mais luz com uma descompressão da matéria ainda maior e, portanto, uma expansão da consciência ainda mais dramática. Em algum ponto, A encarnação física não ocorre mais, e a consciência não está mais ancorada pela densidade da matéria.

Então, onde entra a dimensão nisso tudo?

Se a densidade representa a *qualidade ou as características* da consciência, então vemos a dimensão como o *recipiente ou invólucro* no qual essa consciência tem sua experiência. Sua terceira dimensão, assim como a terceira densidade, possui muitas limitações e estruturas intrínsecas. Isso garante que você eventualmente tenha a experiência de introspecção para despertar a si mesmo, em vez de se distrair com o mundo exterior, o que reforça a separação como um ciclo vicioso. Em última análise, o número de dimensões é infinito porque existem infinitos tipos de recipientes nos quais você pode experimentar a consciência. Você experimentará o recipiente que for mais necessário para a sua evolução. Por favor, não se preocupe com a dimensão em que você se encontra, pois isso é, em última análise, irrelevante. Isso está diretamente relacionado aos estados de consciência e ao que é necessário para alcançar seu potencial evolutivo.

Gostaria muito de entender melhor o conceito de "dimensão". O "envoltório", no nosso caso, seria o planeta Terra. Acredito que a Terra esteja na terceira dimensão neste momento, mas individualmente, cada um de nós experimenta

pequenas variações em sua própria densidade, que está aumentando. Portanto, alguém poderia estar na quarta dimensão mesmo vivendo em um mundo tridimensional.

O envelope é o palco que todos compartilhamos agora, e que também está aumentando sua vibração. Então, de certa forma, a aventura que temos pela frente é elevar nossa própria densidade para igualar, ou até mesmo antecipar um pouco, a vibração da Terra, para que possamos individualmente possuir uma densidade que esteja passando da terceira para a quarta, ou talvez até mesmo a quinta dimensão. Cheguei à compreensão de que não se pode estar muito distante da dimensão que nos contém.

Talvez você possa confirmar duas coisas: primeiro, quando você diz "envelope", você se refere ao palco que todos compartilhamos — o planeta Terra, no nosso caso; e segundo, nosso planeta tem uma vibração unidimensional, enquanto cada um de nós tem uma vibração de densidade individual única.



Sim, concordamos com o que você disse e vamos lhe dar mais um ponto para refletir. Se o envelope ficar muito “pequeno” para o crescimento... A consciência, então, em certo sentido, irrompe desse invólucro para um novo invólucro "maior", que é de fato a experiência de mudança de dimensões. No entanto, devemos lembrá-lo de que tentar entender isso a partir da perspectiva de uma mente humana presa ao tempo lhe dará dor de cabeça!

Vocês, na Terra, compartilham uma experiência comum de transição da terceira para a quarta densidade. A consciência coletiva do planeta (uma identidade de espécie composta de frequências, por assim dizer) só pode expressar uma frequência na qual todos os seres são capazes de ressoar — como uma frequência mediana. Em nível individual, no entanto, existem indivíduos que expressam frequências muito abaixo e

muito acima da mediana. Esta é uma explicação simplificada, mas visa demonstrar como vocês estão muito conectados uns aos outros, embora também possuam suas próprias trajetórias de evolução como indivíduos.

Não quero complicar as coisas. Mas se nos encontrarmos expressando uma vibração de dimensão superior enquanto ainda estivermos na Terra, deixaríamos fisicamente a dimensão vibracional inferior? Desapareceríamos fisicamente, como ouvi de outros professores?



Não, não, não. A ideia de desaparecer e se transformar dessa maneira é a tentativa da mente de compreender esse processo. Considere, por exemplo, o Mike que existiu há trinta ou quarenta anos. Ele é o mesmo em consciência que o Mike que existe hoje? O Mike de outrora desapareceu da realidade em algum lugar? Na verdade, existe apenas uma consciência que emana uma experiência única em todas as variáveis concebíveis da realidade simultaneamente. Dessa forma, existem infinitos Mikes e Lyssas. No entanto, existe apenas um — esse Um não é nenhuma dessas identidades individuais, mas as contém todas.

Estamos falando de um processo evolutivo de percepção e expansão da consciência. Lembre-se, o que você vê ao seu redor será sempre um reflexo de si mesmo e da vida que você está criando nesta emanção de si. Você não verá coisas surgindo e desaparecendo da realidade (porque não existe realmente uma realidade *objetiva* na qual se possa entrar e sair). Em vez disso, você verá uma mudança acontecendo em sua realidade, em sua experiência, à medida que você cresce.

O mais importante é que você sentirá uma mudança dentro de si. Na maioria das vezes, você não conseguirá definir exatamente qual é essa mudança.

Simplesmente se sentirá diferente — algo que sabemos que muitos de vocês estão experimentando agora. A sabedoria inata Daquele que está sempre em equilíbrio organiza esse processo, então, em certo sentido, não há nada que você precise fazer além de relaxar, lembrar-se da sua verdadeira natureza e aproveitar a jornada.

Entendendo o seu ego

Se você é naturalmente Uma Consciência, Uma Luz, como é possível se condensar em um ser individualizado e ter uma experiência como uma identidade singular? De certa forma, você é como um personagem fictício na paisagem do holograma. Como você cria essa ilusão que molda sua experiência?

É aqui que o ego entra em cena. O ego não é negativo nem positivo, mas simplesmente um mecanismo. É um mecanismo, como uma âncora, que o mantém enraizado e ancorado em uma realidade separada. Portanto, é lógico que, em uma realidade de terceira densidade, onde tudo é tão denso e separado que você até se esquece de quem você é, você precisaria de uma âncora muito pesada para poder ter essa experiência de separação. A boa notícia é que, à medida que você avança para uma realidade de quarta densidade, essa âncora se torna cada vez mais leve.

É isso que você está vivenciando agora através da sua evolução. O ego se sente bastante confortável ancorado e, portanto, à medida que as energias galácticas e universais o impulsionam rumo à integração e à evolução, ele encontra resistência em se desapegar. Essa é uma das razões pelas quais você enfrenta tantas lutas de poder na Terra. Este é apenas um pequeno desafio ao longo do caminho, que você já começou a superar.

Sua mudança planetária de consciência

Está ocorrendo uma grande mudança de consciência na Terra neste momento. O que a está causando? Essa transformação pode ser compreendida ao compará-la às estações do ano.

Seu planeta experimenta diferentes qualidades de existência durante cada uma das estações do ano. No inverno, por exemplo, muitas coisas hibernam ou entram em estado de dormência, enquanto na primavera e no verão, muitas coisas começam a florescer.

Seu planeta (e outros) vivencia grandes ciclos evolutivos galácticos de consciência, muito semelhantes às estações do ano. Seu grande ciclo galáctico tem aproximadamente vinte e seis mil anos de duração. Durante os últimos treze mil anos, vocês estiveram em um ciclo semelhante a um outono e inverno profundos. Nesse tipo de ciclo, vocês têm a sensação de estar em um estado de crescimento de consciência muito mais isolado e dormente. É daí que surgiu o conceito de "a queda" — a humanidade "caiu" em um estado de sono no qual parece ter esquecido sua natureza divina. Em 2011-2012, vocês atingiram o ponto de transição, saindo dessa fase e começando a entrar em um ciclo de consciência primaveril em seu mundo. Este foi, e ainda é, o alvorecer da consciência da quarta densidade na Terra.

Isso significa que você está agora se livrando da amnésia e se descongelando do inverno, enquanto sementes plantadas há treze, quatorze e até quinze mil anos começam a florescer. Esse florescimento continuará pelos próximos treze mil anos. Durante esse tempo, você estará curando todas as antigas feridas. bagagem que não é mais necessária, e se você ganhar impulso suficiente através do seu processo de cura e despertar nesta fase inicial do ciclo, você criará energia suficiente para um salto completo para uma consciência de quarta densidade como espécie planetária. Neste

momento, muitos de vocês estão fazendo essa transição o máximo que podem em seu pequeno espaço — enquanto a Terra está se desvencilhando da terceira densidade e entrando na quarta.

Ao passar metaforicamente do inverno para a primavera, de um estado de sono profundo com amnésia total para o despertar, há lições e conceitos fundamentais aos quais você deve prestar atenção. Aprimorar sua compreensão nessas áreas lhe dará impulso para um aprendizado acelerado e muito mais tranquilidade ao entrar na quarta densidade, pois as antigas práticas da terceira densidade simplesmente não funcionarão mais.

Mente e Consciência

O mais importante para facilitar essa mudança é aprender a diferença entre mente e consciência. Na realidade da terceira densidade, quando você está mais isolado, opera quase que exclusivamente através da mente. Contudo, em uma frequência tão densa, a mente é mais eficaz em sobreviver do que em se lembrar da verdadeira natureza da realidade. A mente e o ego são adequados para ajudá-lo a navegar por essa profunda sensação de separação, guiando-o em seus primeiros passos através desse túnel de compressão na terceira densidade. A mente e o ego não são capazes de guiá-lo para a nova realidade da quarta densidade, por mais que tentem.

Tudo isso está começando a mudar agora. Há novas energias disponíveis para você. O que você está sendo chamado a fazer é passar por um processo de auto-observação intuitiva. Uma das coisas mais importantes a aprender é a diferença entre mente e consciência. Pensamentos, sistemas de crenças e julgamentos são todos da mente. Imagine-os como nuvens no céu, sendo o céu a sua consciência aberta, expandida e ilimitada. As nuvens, os aviões, os pássaros e a poluição *no* céu

são como a mente *dentro* da sua consciência. Falaremos um pouco mais sobre como trabalhar com isso mais tarde.

Navegando com o Coração

Na terceira densidade, vocês se tornaram muito hábeis em navegar suas vidas com a mente e o ego, que também é muita energia do plexo solar. Vocês aprenderam a se impor com a vontade do ego para realizar as coisas. No entanto, conversamos com muitos de vocês que estão percebendo agora que isso não funciona mais. Vocês estão começando a ver que, mesmo quando se esforçam como antes, Há poucos anos, isso chegava a doer e já não era eficaz.

A transição que está acontecendo agora significa que você terá muito mais sucesso ao passar de uma abordagem centrada no plexo solar, ou egoica, para uma abordagem centrada no coração, ou na energia. Isso é muito, muito diferente. Tem mais a ver com fluir com a vida: o fluxo da vida, da energia.

Acreditamos que você conhece essa diferença e como ela se manifesta no seu corpo. Você sabe o que é a sensação de compressão quando tenta operar mentalmente a partir de um ritmo frenético de ação. Por outro lado, você também conhece a liberdade e o relaxamento que sente quando está em estado de fluxo: as coisas simplesmente se encaixam e você se move de forma muito suave.

Vontade versus Fluxo

E, por fim — e isso está relacionado à navegação — vamos analisar a diferença entre vontade e fluxo.

Agora é o momento de se familiarizar e começar a praticar a sensibilidade para identificar onde o fluxo se encontra e direcionar sua energia para lá. Quando você tenta usar sua vontade, mas percebe que o fluxo não está presente, pode até sentir constrição ou dor. Ao sentir essa resistência energética, recue, tente outra coisa e

encontre o fluxo. Lembre-se, a estase ou o silêncio também são opções e, às vezes, são necessários.

Executando o trabalho

Qual é o trabalho? Neste período, à medida que você começa a transitar para a realidade da quarta densidade, a maioria de vocês já sente a necessidade de mudar ou ajustar suas vidas, pois percebem a diferença de energia. No entanto, vocês podem estar perdidos sobre por onde começar. A seguir, apresentamos algumas ideias e meditações para ajudá-los a dar o pontapé inicial. Algumas pessoas se incomodam ao ouvir a palavra "trabalho". Nunca precisa ser um fardo, mas é necessário para ajudá-los a desenvolver um senso de autorresponsabilidade pelo próprio crescimento. Além disso, nesta fase da sua evolução, o ego ainda precisa se sentir útil. Quando acredita que está "trabalhando", coopera mais! Isso também passará, e vocês descobrirão que "trabalho" e "lazer" simplesmente se fundem no seu *ser* no agora.

Encontrando o Fluxo

Como acabamos de revisar, é importante que você comece a compreender a diferença entre mente e consciência. Daqui para frente, encorajamos você, dia após dia, até mesmo a cada hora, especialmente quando sentir vontade de iniciar um projeto em casa ou no trabalho, a se conectar consigo mesmo e perceber sempre que se sentir bloqueado. Nesses momentos, Reserve um tempo para realmente olhar para dentro de si e ver onde você está tentando forçar ou pressionar algo com a mente ou a vontade, e veja se, em vez disso, você consegue relaxar e se conectar com o seu ser, sentindo o fluxo e se movendo dessa forma.

Ver o mundo como um espelho

Outra ideia que se torna *muito* importante à medida que você avança para a quarta densidade é o reconhecimento de que você está vivendo em um Universo

reflexivo. Isso significa que o "vilão" lá fora que te perturba não é alguma parte rebelde de Deus ou do Universo. É simplesmente um aspecto de *si mesmo que não é amado, reconhecido ou integrado* .

Não queremos que você se torne neurótico ou obcecado por ter que decifrar intelectualmente o significado de cada reflexão em sua vida e o que você deve fazer a respeito. Trata-se mais de um processo intuitivo para quando você se deparar com algo que lhe cause algum impacto.

Quando você se deparar com algo que te incomoda, tente começar a trabalhar com isso como um espelho. Esse espelho te mostra algo que, como um presente, está sendo dado (de você para você) para beneficiar seu próprio processo de integração, se você se permitir recebê-lo.

No mundo atual, com toda a loucura acontecendo externamente, é muito fácil se deixar levar por esses dramas e querer tomar partido. Mas isso só vai te manter em uma realidade polarizada, focando no mundo exterior quando o necessário é começar a treinar seu foco para dentro. Não estamos falando de ignorar o mundo externo. Estamos falando de não se deixar levar emocionalmente e ser afetado por ele. Em vez disso, use esses catalisadores para se enxergar com mais clareza e se curar mais profundamente. Você fará isso integrando as partes de si mesmo que estavam separadas.

Realizando Milagres

Sabemos que em alguns círculos espirituais se fala muito sobre poderes especiais, digamos, bilocação e—

Ascensão! Metamorfose! Teletransporte! Telecinese!

Telepatia!



Sabemos que isso te agrada muito e estamos muito felizes por isso, mas você sabe o que já te dissemos antes: *o domínio interior sempre vem antes do domínio do mundo exterior.*

Retomando a ideia do universo reflexivo, podemos dizer que, à medida que você aprende a se concentrar internamente e a se dominar, começará a ver o que antes seria chamado de milagres. Quando você se concentra externamente e tenta manipular a realidade, *bloqueia todo o processo*. Sua prioridade, então, obviamente, é começar a se curar. Quando os milagres começarem a aparecer, reconheça que são simplesmente um subproduto do trabalho interior que você realizou.

Curando o Corpo Emocional

A cura do corpo emocional é uma peça extremamente importante no quebra-cabeça do despertar. A analogia bem simples que vamos usar é a seguinte: imagine que você tem uma mala enorme cheia de coisas, sua bagagem, e está tentando passar por uma porta minúscula; você terá que largar a mala para conseguir passar.

Quando dizemos para largar a mala, não estamos falando de ignorar, negar, rejeitar, julgar ou odiar o que está dentro dela. Estamos falando da necessidade de desempacotar tudo de uma vez por todas e separar as coisas pelas quais ainda possa

haver algum apego emocional, sejam elas positivas ou negativas. É hora de criar uma nova relação com elas. Essa nova relação é de apreciação, gratidão e amor por essas coisas pesadas que lhe deram uma força espiritual muito valiosa.

Nos últimos treze mil anos, você vivenciou muitos traumas. E estamos falando apenas da Terra; nem sequer incluímos as inúmeras vidas que você teve em outros planetas. Houve muitas experiências e emoções dolorosas que agora estão sendo liberadas para que o processo de cura possa começar. Pode parecer uma tarefa assustadora, impossível. Mas este não é um processo linear. Você não precisa desvendar cada detalhe e analisá-lo individualmente. Isso *levaria* milênios e milênios. O tipo de cura que estamos incentivando acontece em um nível mais holográfico. O primeiro lugar onde qualquer tipo de cura acontece é no aqui e agora, com o seu corpo físico.

Gostaríamos que você começasse a considerar seu corpo físico como uma ferramenta para a cura emocional. Você pode usar seus sentidos somáticos – ou seja, os sentidos que ajudam você a sentir o que está acontecendo em seu corpo – como uma forma de realmente acelerar esse processo de cura. Por exemplo, se você tem uma condição física crônica, ela geralmente está relacionada ao que foi retido emocionalmente no corpo, seja nesta vida ou ao longo de muitas vidas. Muitos de vocês já sabem disso, mas ainda assim é frustrante porque muitas pessoas que sentem que não sabem como acessar seus traumas emocionais se esquecem de usar seu corpo físico como guia. É por isso que dizemos que seu corpo, aqui e agora, é sua cápsula do tempo, onde você pode acessar tudo.

Tudo o que se manifesta no seu corpo é como a combinação de um cadeado que pode ajudá-lo a acessar a energia reprimida de traumas ou dores passadas e

começar a liberá-la. Em breve, apresentaremos um exercício de meditação muito simples que você poderá usar para praticar esse processo.

Ascensão ou Integração

Isso nos leva à pergunta: "O que é ascensão ou despertar?" Também já foi chamado de iluminação, integração da alma ou autorrealização.

Geralmente, não gostamos de usar o termo *ascensão* simplesmente por causa das conotações. Muitas pessoas pensam que significa não encarar o que precisa ser encarado e desaparecer no éter ou partir em uma nave espacial. Tem mais a ver com elevar as próprias vibrações por meio da evolução da consciência. Essa mudança vibracional acontece à medida que você se cura, permanecendo você mesmo, encarnado e abraçando plenamente o seu lugar no aqui e agora. É disso que se trata este trabalho.

Como você já deve ter percebido, preferimos usar a palavra *integração*. Integração significa que você se torna a sua totalidade, em vez de deixar para trás uma parte de si que não lhe agrada. É reunir e acolher todas as suas partes e experiências que antes lhe eram negadas. É como lidar com aquela mala enorme enquanto você se depara com a portinha, durante o processo de desembalar, organizar e acolher. Nesse acolhimento, a cura se revela.

Para nós, a ascensão é integração. Vejamos, por exemplo, a diferença entre os humanos na Terra agora e eu, Sasha. Sou da quarta densidade e ainda tenho um corpo, então qual é a diferença na nossa experiência da realidade em comparação com a sua?

Na minha civilização, em parte por sermos mais antigos, tivemos o tempo e o esforço para desvendar e curar essas questões de integração. Por isso, podemos nos reconhecer como seres mais integrados de uma forma experiencial. Essa é a principal diferença. É para lá que você está caminhando agora. Contudo, entre aqui e lá, você

precisa trabalhar. O fato de você estar ouvindo ou lendo estas palavras significa que você já começou.

Meditações

Toda essa conversa é ótima, mas se você não a aplica na sua vida, se não a utiliza de alguma forma, de que adianta realmente?

Gostaríamos de compartilhar algumas ferramentas para te auxiliar. A primeira meditação te ajudará a aprender, por experiência própria, a diferença entre mente e consciência. Sua mente intelectual provavelmente entendeu o que dissemos sobre isso, mas descobrimos que os seres humanos precisam vivenciar uma experiência repetidamente para realmente compreendê-la. em um nível profundo.

Meditação no Céu

Após o relaxamento, inicie a meditação imaginando-se em um avião durante a decolagem.

Imagine o avião subindo em um ângulo e, em seguida, começando a atravessar algumas nuvens. Você sente uma leve trepidação ou turbulência, representando os pensamentos em sua mente. Então, você atinge uma altitude constante, voando bem acima das nuvens.

Essa imagem representa a mente e a consciência. O céu representa sua consciência e é ilimitado em todas as direções. A ilusão, no entanto, é que ele é uma cúpula ou tem um perímetro — embora não tenha. Seus pensamentos e distrações (a mente) são como nuvens nesse céu. São temporários e mudam de forma, portanto não é necessário vê-los como sua verdadeira identidade.

Na medida do possível, permita-se simplesmente permanecer neste espaço celeste. Ele representa a consciência pura e viva, sem separação. O céu representa o

Uno de que falamos anteriormente — sua consciência holográfica. Você, como um ser separado, é um fractal do Uno.

Enquanto você descansa e medita, pensamentos surgirão da mente. Isso é normal. É natural. Talvez algumas emoções surjam. Cada vez que algo assim aparecer e distraí-lo, lembre-se de que é como uma nuvem passando pelo céu — sua verdadeira consciência ou seu verdadeiro eu.

À medida que você pratica isso cada vez mais, começará a afetar sua vida diária, porque quando sua mente começar a ficar confusa ou ocupada, você se lembrará intuitivamente de que você é o céu. Isso pode ajudá-lo a retornar a esse espaço: o lugar de consciência plena que você realmente é.

Algumas pessoas podem achar essa meditação simplista ou até mesmo entediante. Isso acontece porque o ego e a mente estão constantemente ocupados, tentando distraí-lo do silêncio. Essa pode ser uma meditação extremamente poderosa para reeducar sua mente a sintonizar-se mais com a vibração da sua consciência, em vez de ser arrastado pelos pensamentos da mente. Com a prática repetida, você encontrará uma paz cada vez maior à medida que experimenta sua consciência como o céu, e quando a mente se agita, você sentirá visceralmente o quanto isso prejudica seu bem-estar. Você começará a ansiar pela paz e pela vastidão do céu.

Meditação da Respiração

Esta meditação ajudará você a usar as experiências somáticas do seu corpo para liberar energia, emoções e traumas acumulados.

Vamos apresentar um esboço básico para esta meditação. Ao praticá-la, você precisa estar disposto a adaptá-la às suas circunstâncias, pois ela é fluida. A experiência, e não algo fixo, é importante. Por exemplo, imagine que você tem dor crônica no joelho direito. Ao meditar, concentre sua atenção na dor, como se tivesse

um nariz no joelho. Respire através desse joelho. É só isso que você precisa fazer. Seu Eu Superior assumirá o controle da cura.

Ao fazer isso, emoções ou pensamentos antigos podem vir à tona. Deixe-os ir, como nuvens que passam. O que você está fazendo é liberar energia armazenada, como liberar gás ao abrir uma garrafa de refrigerante. Quando você usa sua consciência e se conecta com a respiração no corpo físico, começa a abrir áreas em seu corpo energético para permitir que a energia armazenada e presa seja liberada. Às vezes, você pode notar a liberação, especialmente se emoções surgirem ou se você for sensível à energia. Outras vezes, você pode não sentir nada. Os efeitos são cumulativos, portanto, seja consistente em sua prática.

Se você não tem um problema físico, mas sim uma condição emocional que gostaria de liberar, como ansiedade que se manifesta como aperto no peito, simplesmente concentre sua atenção na região do peito ou na sensação de aperto. Use sua intuição para escolher onde direcionar sua atenção e respire nesse local. O ponto de foco pode mudar com o tempo.

Tanto a meditação sobre o céu quanto a meditação da respiração levarão você a uma jornada diferente para cada pessoa. Cada uma delas oferece um ponto de partida poderoso na jornada integrativa de volta à plenitude.

Mudando de assunto, onde você está agora, fisicamente falando? Nas Plêiades? Em algum tipo de nave?



Neste momento, minha equipe está em órbita da Terra há muitos anos devido ao trabalho que estamos realizando, que inclui preparar a Terra para o contato com extraterrestres. Estamos um pouco desalinhados em termos de frequência, então não

estamos visíveis no momento (embora possamos mudar isso, se necessário). Normalmente, estamos sobre a região do Japão.

Inacreditável e incrivelmente fantástico! Dá uma ideia da dimensão da realidade e do que é possível.

Eu ouvi você mais cedo, alto e claro, sobre o domínio interior vir antes do domínio do universo físico. Estou pronto para fazer o trabalho. Custe o que custar. E imagino que o público presente e futuro sinta o mesmo. No entanto, eu não sei onde está minha dor. Amo minha vida e as coisas estão indo muito bem. Não sei onde me iludi ou me enganei, o que reprimi ou escondi. Não sei onde guardei essa mala pesada, e aqui estou eu, ansiando por um despertar que é meu direito de nascença e não o encontro. Claramente, algo está faltando. Gostaria muito de algumas ideias para começar a trabalhar nisso.



Você não precisa sair procurando com uma pá e cavar fundo numa busca interminável para encontrar sua mala. O mais importante é estar disponível quando surgirem problemas ou dores. Quando isso acontecer, simplesmente lide com eles. O essencial é estar disposto e disponível, para que, quando a oportunidade aparecer, você possa aproveitá-la, como você disse.

Uma pequena dica é que os adultos muitas vezes conseguem encontrar sua dor ao se lembrarem dela na infância. Com o tempo, o ego cria mecanismos de defesa, histórias elaboradas e sistemas de crenças para proteger essas feridas da infância, tornando-as irreconhecíveis na vida adulta. Todos nós temos pontos cegos quando tentamos nos enxergar. É por isso que oferecemos a meditação de trabalhar com a experiência somática do corpo como uma forma de desbloquear a dor antiga ou enxergar o que você precisa ver. Seu corpo armazena essa dor e, à medida que você

envelhece, se ela estiver pronta para ser liberada, começa a lhe dar pequenos sinais por meio de manifestações corporais.

Adorei ler "O Lago Dourado" . Perto do final, você falou sobre se entregar, dizendo algo como: "O despertar surge quando simplesmente conseguimos viver nossas vidas em um estado profundo de relaxamento". Isso realmente me tocou. Então, eu contraponho essa ideia de sair e viver minha vida ao máximo e seguir minha felicidade, um conselho muito comum entre alguns dos autores e canais mais sábios de quem já aprendi: escolha a felicidade e vá aonde te faz bem. Agora, me vejo desafiada a cultivar um profundo sentimento de relaxamento quando também sinto que deveria sair e me divertir mais! Essas duas coisas parecem contraditórias. Você poderia, talvez, criar uma ponte entre permitir que a integração comece através do relaxamento profundo e viver a vida ao máximo?



Por que tem que ser uma coisa ou outra? Claro, você vive em uma realidade física que, em certa medida, é uma expressão da dualidade. Devido a essa dualidade, haverá uma onda senoidal de energias, por assim dizer. Haverá períodos de inverno, de relaxamento e inatividade, e haverá períodos de mais atividade e entusiasmo. Isso é natural para um ser físico. Simplesmente sinta e honre seus ciclos. Não vemos esses dois como contraditórios. O paradoxo é que, na quarta densidade, você pode experimentar o estado mais profundo de relaxamento quando segue seu entusiasmo, porque está no fluxo em vez de tentar criá-lo. A definição egóica de entusiasmo da terceira densidade é muito diferente da da quarta densidade.

Faz sentido, e sim, claro, podemos fazer as duas coisas ao mesmo tempo.

Por favor, perdoe minha impaciência, que suspeito ser comum na terceira densidade. Mas se, como você diz, nosso inverno levou treze mil anos para passar, serão necessários treze mil anos (e incontáveis vidas) para que consigamos "realizar o trabalho" com sucesso? Quero ver isso feito em uma única vida! Isso é realista?

Claro, vai depender de mim. Mas quando os dividendos serão pagos?



Os dividendos estão sempre sendo pagos aqui e agora, se você estiver disposto a enxergá-los.

Lembre-se, quando a evolução é vista pelos olhos do ego, ela nunca é rápida o suficiente. Então, à medida que você realiza este trabalho sobre o qual temos falado e se afasta da orientação egoica do "fazer", você se aproximará mais da alegria, que é o estado de relaxamento. Agora, você consegue aplicar essa ideia de agir a partir de um estado de alegria/relaxamento nos momentos em que está correndo para concluir algo? Sabemos que parece contraditório. Mas se você se permitir manter essa sensação de relaxamento *em meio* à sensação de pressa, isso cria uma energia paradoxal. E se você conseguir encontrar o ponto médio entre esses dois estados, tudo muda. Isso é alquimia interior.

Sim, eu consigo sentir isso.

Isso levanta outra questão, que pode te fazer pensar... Risos: como contornar a dor. Não porque eu não queira senti-la, mas porque ela simplesmente não aparece! Sei que Seth disse, em um livro de Jane Roberts, que se alguém tem um bloqueio, uma crença limitante invisível, e através da autorreflexão consegue identificar essa crença, então, naquele momento, haverá uma transcendência espontânea do

bloqueio. Em alguns casos, o bloqueio pode não ser identificado conscientemente, como acho que você estava insinuando, mas, de repente, ao compreender verdades maiores, haverá uma leveza, uma graça e uma transformação que antes eram impossíveis.

E parafraseando o que Ramtha disse em O Livro Branco , canalizado por JZ Knight, sobre sua iluminação há muito tempo, nos tempos da Atlântida: "Se um idiota ignorante como eu, que podia cortar, matar e assassinar em seu caminho para a iluminação, conseguiu, você também consegue!" Ou seja, se das profundezas da ignorância, da separação total e da dualidade, pode haver um momento de percepção, onde de repente há clareza total e uma compreensão profunda da realidade, então dificilmente parece que o "trabalho interior" seja necessário.

De forma semelhante, para fundamentar meu argumento, há a história de Saulo na Bíblia. Ele havia partido para derrotar o profeta Jesus e destruir seus discípulos, quando, de repente, caminhando na estrada para Damasco, teve um momento de iluminação espontânea que o transformou completamente.

Então, com o meu desejo e os exemplos extraídos dessas passagens, existe alguma maneira de contornar o processo de cura e passar diretamente para um momento de iluminação espontânea?



Como um momento de iluminação “espontâneo” pode ser algo que você faz ou planeja?

Não queremos nos alongar em um discurso nerd sobre história, mas muitos de seus ancestrais galácticos tentaram burlar suas lições repetidas vezes, e nenhum conseguiu burlar nada; eles tiveram que passar por elas.

Então, quando você fala sobre a ideia de Seth, de que um reconhecimento momentâneo de um sistema de crenças pode mudar completamente as coisas, isso é absolutamente verdade. Isso pode acontecer. No entanto, reconheça que,

frequentemente, esses tipos de percepções são multifacetadas. Isso significa que, quando você tem uma, apenas uma camada é removida, e a outra camada Pode ser que não apareça por um ano, por cinco anos ou por três vidas. Ou talvez a camada que leva a uma grande transformação tenha sido precedida por muitas outras camadas anteriores que se desprenderam, cada uma com um impacto menos perceptível na pessoa, fazendo parecer que a camada posterior foi responsável por toda a mudança.

Você usou uma palavra muito importante. Você usou a palavra *espontâneo* . Espontâneo significa que você não pode controlar. Portanto, se você não pode controlar, não pode avançar com sua espada, forçando o evento. Então, o que você faz? Você deve simplesmente estar presente no momento e permitir que o que surgir aconteça, porque essa é a única maneira de atravessar. Nada. Só existe este momento presente. Se você permitir que o ego se concentre continuamente no futuro (como em "quando" algo acontecerá), você se desconecta do aqui e agora, que é o único lugar onde a iluminação é experimentada. É um paradoxo, não é?

De volta ao relaxamento. Estamos rindo um pouco porque é quase como se estivéssemos percebendo que, de alguma forma, você fez algo errado por não conseguir encontrar sua dor.

Não há nada de errado. Se algo não veio à tona, é porque não veio. O motivo de estar oculto não é tão importante quanto honrar a si mesmo no aqui e agora. Talvez não haja mais nada com que você possa trabalhar nesta vida. Talvez você ainda não tenha aprendido a reconhecer a dor que está escondida à vista de todos. Quem sabe? É por isso que é importante não continuar tentando cavar, senão o ato de cavar se torna sua prática espiritual. E aí você acaba cavando um monte de buracos pequenos e rasos.

Em algumas coisas que li e ouvi em minha busca, parece haver um mecanismo interno, como um mecanismo de aprovação, que decide quando você está pronto para a integração. Lembro-me de Seth dizendo algo como: se você abusar da sua capacidade de "visão remota" para espionar o seu vizinho, não terá permissão — será bloqueado; não funcionará. Você precisa ter uma plenitude, que presumo incluir amor e respeito por todos os outros, nascidos da compreensão e da percepção, ou essas faculdades não lhe seriam "dadas".

Existe algum tipo de guardião, guia ou juiz interno ou externo que diga se você está pronto ou não, ou é uma confluência de todas as suas energias e sabedoria que fará com que a iluminação aconteça quando você menos esperar?



Já que estabelecemos que todos vocês são esse holograma único, então não há ninguém fora de vocês para dar aprovação. Se tivéssemos que escolher entre as duas opções que vocês nos deram, seria a segunda. É uma confluência de energias, impossível de representar em um gráfico, que tem a ver com a frequência de vocês.

Quando há alinhamento com um fluxo, isso te leva àquilo que você precisa .

Se não houver alinhamento no fluxo, como por exemplo, eu chamando um elefante rosa para entrar agora (e ele não entra), então o alinhamento energético não existe. É uma combinação de muitas coisas diferentes que estão além da capacidade da mente de acompanhar. Portanto, isso nos leva de volta ao único lugar onde você pode experimentar a integração: aqui e agora, neste momento.

💬 *"Ouvi dizer recentemente que a alma de Vladimir Putin é Pleiadiana e que sua agenda está em sintonia com os Pleiadianos, o que significa que o que ele está fazendo na Ucrânia e em outros lugares não é tão negativo quanto parece. Qual a sua opinião sobre isso, Sasha?"*

Com todo o respeito, devemos dizer que não lidamos com fofocas interplanetárias! Preocupar-se com qual agenda é "boa" e qual é "má" só aprofunda o apego à polaridade. O Universo é infinitamente sábio e está sempre em equilíbrio, mesmo que a mente não consiga ver ou não queira aceitar. Você perceberá que precisará se libertar do pensamento polarizado para vivenciar o processo de integração. À medida que você se aprofunda na quarta densidade, terá pouco interesse em observar eventos externos como esses, pois terá uma confiança inabalável no Uno para revelar todos os eventos necessários no panorama maior do equilíbrio.

💬 *"Se você está lidando com o excesso de peso como uma forma de se proteger contra abusos, como você falaria ou respiraria diante disso?"*

Presumimos que a pessoa que fez a pergunta está perguntando porque o excesso de peso não tem um alvo óbvio para ser usado no exercício que recomendamos. Nesse caso, sugerimos que você se sente, se acalme e tente trazer à tona o gatilho — não o gatilho traumático completo, mas um pequeno gatilho já é suficiente. Traga à tona o gatilho emocionalmente, E então pergunte a si mesmo: "Onde eu sinto isso no meu corpo?"

Pode ser um local óbvio, ou um local bem aleatório, como o ombro. Pode estar no corpo, ou até mesmo ser um ponto energético distante do corpo. Os pontos energéticos distantes da superfície do corpo exigem uma abordagem um pouco mais avançada. Se for esse o caso, e você se sentir confortável em encontrar um ponto energético em vez de um ponto físico, pode trabalhar com ele da mesma forma.

Resumindo, quando estiver em um espaço tranquilo, estimule-se levemente, observe onde você sente essa estimulação no seu corpo ou no seu campo energético e use esse ponto como referência para respirar e trabalhar. Saiba que, com o tempo, esse ponto pode mudar. Se isso acontecer, siga a direção que sentir.

💬 *“Como a energia Pleiadiana se diferencia ou se destaca em relação à energia da Terra? Como podemos aprender mais sobre as origens da nossa própria família estelar?”*

Você sabe que adoramos esse assunto. Poderíamos falar sobre ele por duas horas. Então, vamos ver como vamos abordar sua resposta brevemente...

Apresentamos muitos trabalhos sobre as feridas emocionais da família galáctica porque, como espécie, nós também tivemos experiências na terceira densidade. Isso significa que também tivemos dores que, eventualmente, superamos no nível da espécie.

Uma das diferenças entre nós como espécie, mesmo sendo muito, muito próximos, é que nós, Pleiadianos, sempre tivemos uma curiosidade mais natural e infantil. Quando éramos uma espécie jovem, tínhamos a tendência de agir impulsivamente, mesmo com boas intenções. Isso nos causou problemas e algumas de nossas feridas. Portanto, uma das diferenças de personalidade é que somos menos

cautelosos em alguns aspectos do que os humanos. Vocês podem até nos considerar um pouco ingênuos quando éramos jovens, devido à nossa propensão a agir impulsivamente em situações difíceis.

A terceira densidade é toda sobre proteção e sobrevivência. A quarta densidade é toda sobre vulnerabilidade. Como Pleiadianos, tivemos que superar nosso maior medo quando éramos jovens, que era o medo da negatividade. Isso incluía qualquer tipo de trabalho interior ou com a sombra. Vocês também têm esse medo, embora haja outras coisas misturadas a ele. Como evitávamos e ignorávamos nossas sombras enquanto espécie da terceira densidade, tivemos que enfrentar tudo isso quando entramos na quarta densidade. Essa evitação repetida construiu uma energia reprimida dentro de nós que se manifestou na forma de uma praga. Essa praga, que nenhum remédio podia curar, nos forçou a nos voltarmos para dentro. Tivemos que aprender a abraçar nossa sombra. Foi muito, muito, muito difícil, mas foi a chave que nos fez realmente atravessar aquela noite escura da alma como espécie e despertar para nós mesmos ao entrarmos na quarta densidade.

De modo geral, existem duas civilizações principais que estão realmente ajudando vocês a passar por essa transição. São os Pleiadianos e os Sirianos. É porque estamos tão próximos de vocês, não apenas geneticamente, mas também emocionalmente e ancestralmente, que podemos ajudá-los a superar seus desafios mais difíceis.

Existem muitas maneiras de aprender sobre as origens da sua família estelar. A primeira é, à medida que você se informa sobre as diversas linhagens familiares galácticas, prestar atenção às suas sensações de familiaridade. Ao aprender também sobre algumas das suas feridas (descritas em *O Lago Dourado*), você poderá perceber um paralelo com os seus próprios desafios como ser humano, o que é uma grande

pista para você. Recebemos essa pergunta com muita frequência, e essa é uma das razões pelas quais os *Cartões de Herança Galáctica* foram criados — não apenas para descobrir informações superficiais sobre origens estelares, mas para ajudar a curar assuntos inacabados e feridas trazidas à Terra por outras vidas nas estrelas.

Sabemos que isso não responde completamente à sua pergunta, pois há muita informação para uma resposta curta, mas esperamos que seja útil.

Você escreveu em seu livro "O Lago Dourado" sobre a efervescência da alegria em seu mundo, algo que é literalmente sentido o tempo todo. É um estado constante de euforia. E acho que você disse que alguns de nós já experimentamos isso na Terra. Você perguntou aos seus leitores: "Vocês conseguem imaginar sentir isso constantemente, o tempo todo?"

Essa é a recompensa? É aí que você ainda está agora — experimentando euforia o tempo todo? Ou você ainda luta contra seus próprios "leões, tigres e ursos"?



Nós não lutamos contra esses fardos da mesma forma que lutávamos no passado e como vocês lutam agora. Pensem assim: quando vocês carregam uma mala pesada cheia de coisas, não têm muita energia para a alegria. Imaginem que a minha civilização (ou qualquer civilização de quarta densidade) passou pelo processo de desempacotar as malas, superou os desafios e queimou os fardos em um fogo metafórico de transformação. O que resta? Leveza. Não carregamos mais nada pesado. Então, por que não nos alegrar? Reconheçam também que, de uma perspectiva antiga de terceira densidade, ainda polarizada, euforia e dor parecem estar em extremos opostos do espectro. Para nós, elas se fundiram. Até mesmo a dor pode ser bela e agri-doce quando não há mais malas.

Nossa "euforia" não é um estado de desequilíbrio ou polarização. É um estado de completa integração. É simplesmente a *vida* para nós. Pode ser para você também.

É para isso que você está caminhando. Mas, neste momento, você ainda está lidando com a mala. No final da sua jornada, sim, será uma experiência muito, muito diferente, alegre e amorosa. Nem mesmo a palavra *amor* descreve completamente esse estado de consciência.

💬 “Sua civilização também tem anjos ou mestres ascensos?”

Os arcanjos Miguel e Gabriel também trabalham com os Pleiadianos?



Que pergunta interessante. Obrigada. Quando atravessamos nossa difícil noite escura da alma como espécie, a única maneira de superá-la foi nos conectar com as consciências superiores. Claro, elas têm nomes diferentes, mas os arquétipos universais são os mesmos.

Quando nossa civilização atravessou aqueles tempos sombrios, buscamos a ajuda desses seres superiores — da quinta e sexta densidade — para que iluminassem nosso caminho através do túnel. Essa é uma parte importante da evolução de qualquer civilização.

Eles eram para vocês o que talvez vocês sejam para nós?



De certa forma, sim — e você também será assim para outros.

Por que você está frequentemente sobrevoando o Japão, como mencionou anteriormente? Qual é a sua ligação com esse lugar na Terra?



Essa conexão tem a ver com os acordos mais profundos e íntimos que Lyssa fez para o seu trabalho neste mundo. Porque eu sou outra encarnação de Lyssa, que... O compromisso se estende a mim também.

Os motivos também têm a ver com o período da sua travessia, há treze mil anos, quando vocês passaram do verão para o outono e depois para o inverno. Concentramos nossas energias ali agora para dar continuidade ao que foi iniciado há tanto tempo. Não estamos ali apenas pelo povo japonês, mas porque o Monte Fuji é um portal energético mundial, como um ponto de acupuntura, que afeta todo o planeta. Às vezes, também estamos em outros lugares.

Podemos pedir uma demonstração? Isso é muito grosseiro? Vocês podem disparar alguns sinalizadores que virem notícia? Ou, individualmente, ouvi falar sobre contato [direto com extraterrestres] e tentativas de comunicação, algumas das quais aprendi com vocês.



Esses tipos de demonstrações não fazem parte do nosso acordo — proporcionar entretenimento ou validação. Além disso, aprendemos que, não importa qual "prova" apresentemos, ela frequentemente é invalidada. Com base nas muitas gerações de programas de contato que meu povo gerenciou, aprendemos que a melhor e mais fácil abordagem é ajudar a expandir a consciência como um passo fundamental. Quando isso acontece, o contato se desenrola naturalmente, porque é de fato um processo natural. Muitos de vocês que estão ouvindo esta transmissão ou lendo estas palavras

já sentiram sua família extraterrestre entrar em contato. Vocês sempre podem pedir contato. Tudo depende do fluxo, da energia e dos seus acordos pessoais. Cada um de vocês já tem sua própria equipe que trabalha com vocês, e não interferimos em seu caminho. No entanto, é emocionante quando nossos caminhos se cruzam!

💬 *“Por que alguém desejaria experimentar as densidades de nível inferior quando tudo é dor e sofrimento? Será essa a única maneira de alcançar a Unidade? Se viemos dessa suposta Unidade, qual o sentido de deixá-la?”*



Nossa resposta provavelmente não será satisfatória, mesmo que seja a verdade. Por que você se aventura na montanha-russa mais perigosa? Por que você mergulha com tubarões? Você faz isso puramente pela experiência. Nesse estado de Unidade, existe uma quietude que... Não permitir que a consciência veja a si mesma. Somente através da ilusão de profunda separação a consciência pode se ver. Afinal, você não pode ver seu próprio rosto sem um espelho.

Do ponto de vista do ego, é claro que é muito doloroso. Mas se você olhar para isso de uma perspectiva mais ampla, faz muito sentido.

Não sei se poderia acrescentar algo ao que você está dizendo, mas acredito que, em 99% dos casos, a vida de uma pessoa não é feita só de dor e sofrimento. Mesmo em meio à dor e ao sofrimento, a maioria de nós ainda sente que a vida é permeada de beleza e amor. Acredito que, em maior ou menor grau, praticamente todas as vidas experimentam isso.



Sim. Você deve se lembrar de que o sol, assim como a luz do seu ser, ainda existe mesmo quando o céu está nublado. Parte de qualquer experiência dolorosa é a possibilidade de se lembrar da sua verdadeira natureza e se reunir com o sol. Você simplesmente precisa atravessar as nuvens para fazer isso. Pode parecer inimaginável agora, mas, à medida que você evolui, dor e alegria se fundem em uma experiência muito rica e profunda.

Brilhante! Não consigo expressar o quão privilegiada me sinto por ter tido acesso à sabedoria de vocês, Sasha e Lyssa. Muito obrigada. As suas percepções são extraordinárias e me tocaram profundamente. Algumas palavras finais?



Queremos apenas lembrar a todos vocês o quão profundamente você é amado. É a isso que tudo se resume. Como não há ninguém fora de você, em última análise, só existe a Unidade. Você pode se sentir separado dela, mas seu despertar acontece quando você se lembra dela e aprende a se amar. Ao fazer isso, você também se lembrará (e experimentará profundamente) o quanto é amado por toda a criação. Quando você está na realidade física, a experiência de amar a si mesmo se torna a coisa mais difícil de aprender. Mas é o passo mais necessário no caminho que o ajudará a atravessar o portal para a quarta densidade, para que você possa se lembrar de sua verdadeira natureza e retornar a esse amor. Ele não desapareceu. Está apenas um pouco obscurecido agora, como nuvens obscurecem o sol.

*Para saber mais sobre Lyssa, seus livros e Sasha,
visite o site de Lyssa em www.lyssaroyal.net .*



Capítulo 2

Acessando seu verdadeiro poder com Salvatore Rachele



Sobre Sal

Sal é professor, curandeiro, místico e sacerdote com mais de quarenta e cinco anos de experiência no movimento do potencial humano. É autor de *Os Segredos da Energia Ilimitada*, *O Mistério do Tempo*, *A Verdadeira História da Terra*, *Integração da Alma*, *Vida na Vanguarda* e *O Despertar da Terra* – as extraordinárias percepções e sabedoria contidas em cada um desses livros revelam que Sal e seus guias são verdadeiros pioneiros da consciência. Ele também ministra workshops e seminários em todo o mundo sobre cura e ascensão. E, como pianista talentoso, compôs diversas gravações de música meditativa original.

Nestas páginas, Sal canalizará seus guias espirituais, os Fundadores. Eles são um grupo de seres da décima segunda dimensão, feitos de pura luz, que aparecem para Sal como estrelas brilhantes em tons de azul e branco. Eles têm ajudado a

humanidade desde que habitamos a face da Terra, o que é muito mais tempo do que a ciência convencional nos diz atualmente.

A informação de hoje é sobre como se empoderar e, especificamente, como expressar sua poderosa natureza espiritual no mundo. Os Fundadores compartilharão passos específicos que podemos seguir para manifestar nosso poder espiritual neste plano humano.

Bem-vindo, Sal! Vamos apresentar The Founders.



Saudações, queridos criadores. Nós somos os Fundadores. É um prazer e uma honra estar com vocês. É sempre um desafio gratificante apresentar nosso material de uma forma que seja básica o suficiente para todos entenderem, mas também avançada o bastante para desafiar. e te impulsionar um pouco adiante em seu caminho.

Essa é a nossa intenção hoje. Seremos breves e simples, reservando mais tempo para as complexidades durante a sessão de perguntas e respostas. Nossa apresentação pode parecer uma mera revisão para alguns de vocês, mas sabemos que isso é importante para o público mais amplo que este material alcançará. Compreender as verdades metafísicas básicas da sua existência é absolutamente fundamental para a sua autorrealização. De qualquer forma, estamos aqui juntos — nosso grupo, este canal e todos vocês — com um único propósito: crescer, expandir a consciência, ascender a frequências mais elevadas de compreensão e nos empoderar.

Acessando seu verdadeiro poder

A palavra "*poder*" é um pouco malvista em alguns círculos espirituais. Muitos de vocês foram criados com o conceito cristão de que os mansos herdarão a Terra.

Lembrem-se, porém, que a Bíblia foi traduzida para muitos idiomas diferentes, e seus significados originais às vezes se perderam ou se tornaram obscuros.

Manso , na época em que foi usado na Bíblia, significava humilde. Humilde significa estar disposto a aprender como uma criança, com admiração e curiosidade infantis. Não significa ser subserviente. Não significa ser um capacho que outras pessoas pisoteiam, impondo sua vontade sobre você. Este tem sido um grande mal-entendido, resultando em muitas pessoas que se sentem culpadas só de pensar em ser poderosas.

Não há problema algum com o verdadeiro poder. Considere: o verdadeiro poder vem de Deus, e o reino de Deus reside dentro de você. Vocês são seres onipotentes, criativos e espirituais, o que merece ser repetido como um mantra, dito em primeira pessoa:

Sou um ser poderoso, criativo e espiritual.

Essa afirmação é precisa, tão verdadeira quanto qualquer palavra pode ser, já que sua verdadeira identidade transcende todas as palavras.

As palavras são apenas descrições. Elas apontam para a verdade; não são a verdade em si. A palavra " *árvore* " não é a coisa real que está sendo descrita. Quando dizemos " *árvore* " , formamos uma imagem mental de como uma árvore se parece, com galhos, raízes, folhas e assim por diante. Mas a palavra " *árvore* " obviamente não é a árvore. Da mesma forma, a palavra " *verdade* " não é a verdade. É uma palavra que aponta para a verdade. Nesse caso, a verdade é que você é infinitamente poderoso.

Você pode estar pensando: "Bem, eu não me sinto infinitamente poderoso. Tenho problemas no meu casamento, nos meus negócios e finanças (ou problemas de saúde, ou algum outro problema), e não me sinto muito poderoso agora." Isso não

significa que você não seja poderoso; significa que você está experimentando seu poder de uma maneira que parece estar lhe tirando o poder.

Por que isso acontece? Porque uma parte de você *acredita* que você é impotente ou que seu poder é muito limitado. O que a maioria não percebe é que suas crenças são tão poderosas que você pode se sentir impotente simplesmente por *acreditar* que é impotente, o que, na verdade, prova que você é poderoso. Tão poderoso que você pode se imaginar diferente do seu criador, mesmo tendo sido criado à imagem e semelhança dele.

Reserve um momento para respirar fundo, absorvendo o que acabamos de dizer. Em seguida, vamos apresentar um processo simples para você recuperar, relembrar e se empoderar.

Recuperando o seu poder

Primeiramente, vamos diferenciar entre poder verdadeiro e poder falso. Ao contrário do que acabamos de compartilhar, o poder falso é o que mais se observa no mundo atual.

Existe um grupo de pessoas, talvez algumas centenas ou alguns milhares, que se consideram a elite do poder. Os de fora os chamam de Illuminati, Cabala ou Poderes Constituídos. Afirmamos com absoluta certeza que essas pessoas possuem o que chamamos de poder ilusório. Elas não estão em seu verdadeiro poder.

Faça a si mesmo uma pergunta fundamental: se você estivesse verdadeiramente no controle de si, consciente do Reino de Deus dentro de você, irradiando do centro do seu ser para o mundo, você sentiria necessidade de controlar e manipular outros seres humanos? Você teria o desejo de oprimir ou escravizar outros? De impor suas ideologias a eles? Claro que não. Qualquer ser que sinta essa

necessidade de controlar outros seres pela força está agindo com base em um poder ilusório.

O verdadeiro poder vem de dentro. E se você estiver no seu poder, não terá absolutamente nenhum desejo de controlar outros seres humanos, nem os verá como uma ameaça. Você não será mais movido pelo medo, mas pelo poder divino que existe dentro de você. Isso não é um conceito mental, mas uma realidade energética.

Encorajamos todos vocês agora a respirarem profundamente e sentirem o significado por trás de nossas palavras. Não se limitem a digerir intelectualmente essas palavras como uma ideia interessante. Em vez disso, trata-se de sentir a energia do que dizemos em um nível profundo do seu ser, ao reconhecermos o seu poder divino interior.

Relembrando o seu poder

Vamos analisar alguns passos que você pode seguir para manifestar o poder divino que lhe foi dado por Deus nesta Terra. A primeira coisa que você deve fazer é se libertar da crença negativa fundamental de que você é impotente. Talvez você pense que é apenas um pequeno ser humano em um vasto universo. Um mar de gente, ignorado pelo seu governo, igreja ou comunidade médica. Ou você acha que tem apenas um voto, se tanto, em um sistema político falido, um peão no jogo de xadrez de alguma elite no poder.

Convidamos você agora mesmo a se libertar dessa crença negativa fundamental de que você é impotente. Já explicamos que não é assim. Sua vida já provou que não é assim. Você é um ser poderoso, criativo e espiritual.

Sua natureza espiritual também é fácil de comprovar usando a física convencional. Como você deve se lembrar, o espectro da luz e o espectro sonoro formam pequenas faixas estreitas. A luz existe entre o infravermelho e o ultravioleta, e

o áudio existe entre frequências ultrabaixas e altas. Todas as suas experiências físicas de visão e som existem nessas pequenas faixas estreitas, enquanto o universo espiritual, por qualquer definição, é muito mais vasto do que aquilo que seus sentidos físicos percebem.

Você vibra no espectro infravermelho e ultravioleta, mas também vibra em muitos, muitos níveis e dimensões além dessas estreitas faixas físicas. Você é espiritual. A cada momento de cada dia que você cria, sua existência se estende muito além da simples detecção de luz e som. E seu poder de criar é exatamente o tema deste workshop — a aventura criativa de quem você é e a aventura do despertar de quem você é. Por despertar, queremos dizer tomar consciência de quem você realmente é agora.

A iluminação não está em algum lugar no futuro, depois de você recitar mantras suficientes, meditar o suficiente, consultar gurus suficientes ou frequentar ashrams suficientes. A iluminação é agora. O agora é o único lugar onde a iluminação pode existir. Portanto, você já está iluminado agora, assim como você já é poderoso agora.

Assim como a maioria de vocês desconhece o próprio poder neste exato momento, também desconhecem a própria iluminação. Nenhuma das duas é algo a ser conquistado, mas sim algo a ser percebido. Vocês precisam perceber a natureza do seu verdadeiro eu como filhos de Deus — ilimitados, criativos e poderosos. Basta perceberem essas características em si mesmos, e é por isso que "autorrealização" é o termo mais preciso para iluminação. Vocês estão agora no caminho da autorrealização. Estão finalmente descobrindo a verdade sobre quem realmente são como seres poderosos, criativos e espirituais. Esta é uma descrição precisa de quem vocês são e de onde estão, usando palavras que são as nossas melhores aproximações.

Você está aqui para descobrir seu verdadeiro eu, em vez de se conhecer apenas como seu ego. O ego é o falso eu que acredita em um poder ilusório. O ego acredita na separação de Deus e se identifica com seu corpo físico, mente e personalidade. Seu ego pensa que essas coisas compõem quem você é, e é por isso que está cheio de medo. Ele sabe que o corpo é facilmente atacado por armas ou desastres naturais — seja por calor excessivo, frio excessivo ou qualquer outra coisa. Ao se identificar com uma forma física, você se sente impotente e indefeso. "Meu Deus, e se a Rússia cortar o gás e todos nós congelarmos neste inverno?" Alguns países da Europa estão tendo esses pensamentos agora mesmo. E se alguém declarar guerra contra nós? E se ficarmos sem dinheiro? E se isso, e se aquilo? Tudo baseado na identificação com o pequeno eu humano.

Neste momento na Terra, você é Um, expressando-se através de bilhões. É hora de começar a se identificar com o seu verdadeiro eu, que transcende o tempo e o espaço. É infinito. É onipresente — está presente em todos os lugares. Você é um filho de Deus. Você é descendente do Criador de tudo e, portanto, é ilimitado. Você é infinito em suas habilidades, em seu alcance de consciência e em tudo o que pode fazer, ser e ter. Você está aqui para expandir sua própria consciência e tomar consciência de suas infinitas possibilidades de expressão.

Empunhando o seu poder

Uma das maneiras de entrar em contato com seus poderes é viver principalmente a partir do coração e do plexo solar, e menos da mente. Alguns de vocês já aprenderam a ir da mente para o coração. Sugerimos que essa não é a história completa. O próximo passo seria ir do coração para o plexo solar e, então, encontrar o equilíbrio certo entre o plexo solar e o coração.

Seu terceiro olho é o centro da sabedoria, seu coração é o centro do amor e da compaixão, e seu plexo solar é o centro do poder. Idealmente, então, você deseja que sabedoria, amor e poder trabalhem juntos para criar com a maior eficácia possível no mundo. Se você agir apenas a partir do seu plexo solar — seu centro de poder — você se torna como um trator atropelando pessoas ou como um touro numa loja de porcelana, desprovido de sabedoria e amor.

Modere seu poder com amor e cuidado. Seja compassivo com outros seres humanos. Recorra à sua própria sabedoria, considerando as consequências a longo prazo de seus comportamentos. Poucos pensam, por exemplo, nas consequências a longo prazo da poluição do planeta com plástico. Hoje, todas as formas de vida na Terra estão poluídas por plástico em algum grau. Felizmente, com sabedoria e amor, você está começando a se adaptar; caso contrário, você, como espécie, já teria sido extinto.

Considere as consequências a longo prazo de suas ações. É aí que entra a sabedoria. Ter amor por todas as formas de vida o guiará. Então você alcançará seu verdadeiro poder, no chakra do plexo solar. Esses são alguns dos passos para manifestar seu poder e evitar o cenário frequente de as coisas não saírem como planejado.

O Poder das Vibrações Ascendentes

Vamos agora comparar a vontade individual com a vontade coletiva. Digamos que você esteja em uma sala com cem pessoas e acredite na paz, mas as outras noventa e nove pessoas acreditem na guerra. Seus pensamentos de paz terão um forte impacto sobre você — e podem influenciar muitas das pessoas na sala —, mas, se todas as outras coisas forem iguais, é provável que você tenha uma inclinação para a guerra naquela sala com cem pessoas.

Raramente, porém, todas as outras coisas são iguais. Obviamente, alguns de vocês desenvolveram seu poder mais do que outros, e é aí que entra a importância de elevar sua vibração — elevar sua vibração tanto na consciência quanto na forma física. Uma das melhores maneiras de fazer isso é estar perto de outras almas de alta vibração. Talvez passando um tempo com professores, yogis, sábios, místicos e pessoas que talvez estejam trabalhando em si mesmas há mais tempo do que você. Você pode ir a um ashram na Índia, assistir a um vídeo de um professor ocidental ou participar de eventos como este, onde há seis professores diferentes, cada um com um ponto de vista ligeiramente diferente ou uma perspectiva diferente da realidade. Então, você pode sintetizar o melhor de cada um em sua própria sabedoria interna, alinhando-se com as partes que são benéficas para o crescimento da sua alma, felicidade e bem-estar.

À medida que você eleva sua vibração, torna-se cada vez mais poderoso e capaz de influenciar mais e mais pessoas no mundo. Agora, se você entrasse naquela mesma sala com cem pessoas como um ser mais poderoso, acreditando na paz, enquanto as outras noventa e nove, acreditando na guerra e sem terem trabalhado em si mesmas — talvez apenas seguindo a mídia tradicional que incita a agressão e galvaniza as pessoas a se oporem ao mal no mundo —, sua influência silenciosa aumentaria drasticamente. Em pouco tempo, mesmo sendo apenas um entre cem, você teria uma parcela desproporcional do poder criativo, capaz de neutralizar as energias de todos ao seu redor.

De repente, o placar estaria empatado. Agora a equação entre guerra e paz está equilibrada, mesmo que apenas um de vocês acredite na paz. Você terá se tornado quase cem vezes mais poderoso do que aqueles que acreditam no medo, na guerra e na negatividade.

Elevar sua própria vibração é a melhor maneira de influenciar este mundo, e isso é tão simples quanto trabalhar em si mesmo para acessar seu próprio poder. Combinado com o efeito cumulativo da sua influência positiva nas crenças coletivas dos outros, você perceberá que pode neutralizar exponencialmente algumas das crenças negativas neste planeta. Junte-se a pessoas com a mesma mentalidade, que também estão trabalhando em si mesmas, e vocês se tornarão uma poderosa força para o bem no mundo. Dez de vocês terão o poder de mil. Dez mil terão o poder de um milhão. Dez milhões terão o poder de um bilhão. É assim que acontece. É assim que um planeta se eleva em frequências mais altas.

A seguir, veremos como acelerar ainda mais sua própria ascensão, reconhecendo seus medos, trabalhando com a respiração, minimizando distrações e controlando vícios.

Trabalhando em si mesmo

Superando o medo

Então, como você chega ao ponto de manifestar seu poder, sentir-se poderoso e criar com poder no mundo? Precisamos superar os bloqueios juntos. Todos nós aqui, juntos, vamos atravessar os bloqueios para perceber o seu verdadeiro poder. E, claro, o medo é um dos maiores bloqueios.

Você vive em um mundo dominado pelo medo. Como este canal diz, existe realmente uma pandemia na Terra. Poderíamos chamá-la de "medo-ite". Três quartos ou mais da humanidade são governados por algum tipo de medo — seja de um vírus, do governo, da igreja, de possíveis desastres, da pobreza; quase todos têm medo de alguma coisa. No entanto, para chegar a um ponto em que você esteja criando algo poderoso no mundo, você precisa fazer uma autoavaliação honesta para remover quaisquer bloqueios causados pelo medo. Quanto medo você tem, onde ele está

localizado em sua consciência, onde ele surge e como você pode superá-lo? Esses bloqueios precisam ser liberados; eles não podem ser contornados ou ignorados. Você precisa atravessar seus medos.

Assim que você perceber o medo, observe quais pensamentos e preocupações o desencadearam. Pergunte a si mesmo coisas como: "Do que tenho medo?", "Como me sinto inseguro?" ou "Por que estou preocupado com a segurança da minha família?". Identifique o medo em seu corpo e observe como ele se manifesta dentro de você. Você perceberá uma sensação, um padrão energético percorrendo seu corpo. Então, respire profundamente.

O primeiro passo é identificar o medo. O segundo passo é respirar profundamente, o que movimenta a energia.

Aproveitando sua respiração

A maioria de vocês ainda não aprendeu a respirar corretamente. Se dominarem a respiração, darão passos gigantescos para elevar sua vibração aos planos de ascensão. Muitos yogis, incluindo Babaji, alcançaram seu estado de ascensão por meio da respiração iogue — Kriya Yoga, no caso de Babaji. No entanto, existem outras formas de yoga, como a Kundalini Yoga. Há muitas técnicas de respiração, como a respiração renascentista e a terapia primal, que não apenas aumentam a oxigenação do sangue e purificam o corpo físico, mas também ajudam a liberar as emoções, permitindo que você não fique preso ao medo e à preocupação incessante que ele pode desencadear. Respirar profundamente e permanecer presente no momento enquanto o medo percorre o corpo é o início do processo de dissipação do medo.

Ao respirar, observe os detalhes do seu medo. Ele tem cor? Sabor? Textura? Como ele se parece, como soa ou como tem gosto? Preste muita atenção e mantenha-se consciente desses detalhes. Por fim, peça ao seu Eu Superior, a parte

onisciente de você que existe agora dentro de si, para guiá-lo através do medo. Essencialmente, você está pedindo ao seu Eu Superior que assuma o controle, que tome a iniciativa sobre o medo e o conduza da maneira que o seu Eu Superior julgar apropriada.

Mas primeiro, você precisa estar presente. Esteja presente e respire. Não. Analise os detalhes. Identifique os pensamentos que os geram. Em seguida, peça ao seu Eu Superior para removê-los. Nessa ordem.

Minimizar as distrações

Você vive em um mundo que venera o medo e em um mundo de distrações constantes. A principal distração é a crença de que você precisa de coisas externas para se sentir completo e inteiro.

A televisão convencional e todos os seus comerciais querem que você acredite que *precisa* deste ou daquele produto ou serviço para ser mais sexy, bonita, saudável, próspera ou o que for. É assim que o seu sistema funciona. As pessoas costumam comprar produtos porque acham que lhes falta alguma coisa. Elas se convencem com muita facilidade de que precisam preencher suas vidas com um monte de coisas sem importância para se sentirem bem consigo mesmas.

Basta tomar consciência de todas as distrações que te afastam do seu centro, onde reside o seu verdadeiro poder. Pare de tentar ser ou pensar como as celebridades que você admira ou idolatra, acreditando que elas possuem algum poder, qualidade ou charme que você não tem. Você já é uma criação magnífica, única e incomparável. Você nasceu merecedor de todos os desejos do seu coração. E você é bom o suficiente, exatamente como você é, para viver uma vida plena e feliz.

Combater os vícios

Em seguida, seja honesto consigo mesmo, observando quaisquer maus hábitos ou vícios que você possa ter. No programa dos Alcoólicos Anônimos, o primeiro passo é admitir que você entregou seu poder ao álcool. Pode não ser álcool no seu caso. Pode ser um vício em algum hobby ou passatempo que tenha ido além do simples prazer e se tornado viciante, como TV, videogames, comida ou drogas, obviamente. Ou pode ser algo um pouco mais sutil, como ser viciado em pensar.

Sim, esse é um grande problema: o vício em pensar. O vício na sua mente racional e lógica. O vício no seu ego, permitindo que ele e sua mente racional controlem sua vida porque você tem medo de se desapegar e experimentar o que o ego perceberia como vazio, mesmo que isso não exista. Abrir mão de uma fonte de estímulos te abre para outras.

O ego fará de tudo para preencher seus dias com atividades sem propósito, em vez de encarar seu próprio medo da morte — seu próprio medo do nada. Você não deve ter medo de ficar sozinho em silêncio, de desacelerar e se desapegar do drama diário, seja por vinte minutos duas vezes ao dia, seja praticando exercícios de respiração ou ioga pela manhã e talvez um pouco mais à noite, antes de dormir.

Em seguida, procure por vícios mais sutis, como o vício em julgar. Talvez você tenha aprendido a não julgar os outros, mas ainda se julga. Ou talvez haja o vício em rotular, em ter razão ou em ser infeliz.

É absolutamente necessário olhar para dentro e trabalhar em si mesmo. Não há atalhos. Simplesmente repetir algumas afirmações não será suficiente quando você é bombardeado diariamente pela negatividade e pelo medo daqueles que ainda têm medo.

Não tenha medo de ser poderoso.

*Minhas primeiras perguntas são baseadas no seu livro de 2013,
Integração da Alma .*

Você escreveu: “Agora que a Terra está ascendendo em vibração, ficará mais fácil para as almas demonstrarem a imortalidade disponível ao corpo físico. Nos próximos trinta a quarenta anos, um grande número de almas passará pela ascensão física.”

Isso está acontecendo agora? Quantas almas? E alcançar esse estado de ascensão é simplesmente uma questão de liberar seu poder com alguns dos seus passos já conhecidos, como encarar o medo e respirar fundo para superá-lo?



Bem, podemos dizer que temos boas e más notícias sobre o tema da ascensão e, especificamente, sobre a construção do corpo de luz cristalino imortal. A boa notícia é que sim, o programa ainda está em andamento. Tudo está progredindo nos passos corretos para que essa ascensão física ocorra na Terra. No entanto, planetas com livre arbítrio, como a Terra, têm prazos variáveis. Há um motivo para que a ascensão física na Terra esteja demorando mais do que o previsto inicialmente, e tudo se resume a sermos seres poderosos, criativos e espirituais.

E aqui está a outra parte — a notícia não tão boa. Essas almas que criam negatividade também são seres poderosos, criativos e espirituais. Acabamos de ver um exemplo em que você pode elevar sua vibração a ponto de neutralizar as almas negativas. Mesmo assim, esses seres ainda são poderosos e criam negatividade.

Há muita negatividade na Terra há muito tempo, e está demorando um pouco mais do que o planejado inicialmente para se dissipar. A ascensão ainda está acontecendo, embora o cronograma tenha mudado — não muito, da nossa perspectiva.

Há um atraso de cerca de dez a quinze anos em relação ao plano original; a primeira onda de ascensão estava prevista para ocorrer por volta de 2030, e agora, estamos prevendo talvez 2040.

Portanto, mudanças energéticas estão ocorrendo agora no Planeta Terra. Eu imaginaria, em minha ingenuidade... —e é por isso que estou perguntando—que a energia está aumentando irremediavelmente, e a questão é se vamos ou não surfar essa onda. Será que isso está certo? Ou será que o medo diminuiu o ritmo do aumento das vibrações do planeta?



Bem, o próprio planeta continua a elevar sua vibração. O que acontece é que, à medida que algumas almas se tornam cada vez mais dessincronizadas com o estado ambiental natural do planeta, começam a apresentar o que tem sido chamado de falha do sistema imunológico. Isso tudo antes da COVID-19 surgir, embora a COVID-19 seja uma das formas pelas quais o sistema imunológico pode ser comprometido. Já foi escrito que novos vírus exóticos aparecerão no mundo, criando pandemias e coisas do tipo, quando, na realidade, sempre existiram mais de 150 vírus no corpo humano médio. Neste momento, seus corpos têm pelo menos 150 vírus diferentes, então por que vocês não estão constantemente doentes? Por causa do sistema imunológico de vocês.

Mas o sistema imunológico fica comprometido por muitos fatores, incluindo transgênicos, plásticos, radiação eletromagnética e poluição industrial, embora o maior de todos sejam os pensamentos negativos, principalmente o medo. Assim, aproximadamente três quartos da humanidade são dominados pelo medo, o que prejudica seus sistemas imunológicos.

Agora, existem pessoas que tomaram vacinas acreditando que elas as tornariam melhores e, devido ao poder da crença, algumas delas realmente melhoraram com o uso das vacinas. O problema é que muitas pessoas na Terra podem acreditar superficialmente que estão fazendo algo positivo para seus corpos, mas, em um nível mais profundo, elas têm medos subconscientes não reconhecidos. E esses medos se misturam com a ideia de que as vacinas vão prejudicar o corpo em vez de ajudá-lo. O mesmo acontece com diferentes vírus, bactérias, armas químicas, armas biológicas, etc.

Certo. Acredito — e gostaria da sua confirmação — que qualquer pessoa que esteja lendo isto e que tenha consciência ou interesse em recuperar seu poder pode escolher seguir nessa direção, ser uma luz, uma portadora da aurora, e elevar sua vibração ao grau que desejar, por meio do conhecimento e da sabedoria, correto?



Isso mesmo. De certa forma, todas as almas são criadas iguais, embora cada uma seja única e diferente ao mesmo tempo. E como todos vocês foram criados à imagem e semelhança de Deus, todos vocês são capazes de criar como Deus cria. Cada um de vocês pode criar um universo inteiro quando atingir um certo nível de consciência, que está consideravelmente além do nível em que a maioria de vocês se encontra atualmente.

Outra passagem que adoro no seu livro Integração da Alma : “Uma vez que a alma atinge um alto nível de integração, os poderes psíquicos e espirituais são um subproduto natural desses níveis de consciência. Você não precisa procurá-los. Eles vêm até você.”

Você também escreveu: “A ascensão é um processo normal e natural, uma vez que a alma atinge um certo nível de consciência.”

Por duas vezes, então, você escreveu sobre um certo “nível de consciência”.

Você poderia falar sobre o nível de consciência ao qual se refere e sua interação com a integração da alma? O que é integração da alma?



Bem, a integração da alma consiste em reunir as várias partes da alma em um todo coeso, para que todas as suas partes funcionem com eficiência. Existem seis corpos inferiores que fazem parte da integração da alma. Três deles são bem conhecidos: o físico, o emocional e o mental. E depois temos os três corpos sutis, que são o astral, o etérico e o causal.

Todos vocês possuem esses seis corpos inferiores, e eles precisam estar alinhados, trabalhando juntos em cooperação, para criar a integração da alma. Uma vez que seus seis corpos inferiores estejam trabalhando juntos, então é possível manifestar verdadeiramente seu poder, e vocês descobrirão que estão influenciando um número maior de almas apenas com sua intenção.

Uma vez que a alma esteja integrada, seu Eu Superior, composto por seis corpos *superiores* — a alma, a superalma, a mônada e três níveis divinos acima da mônada, compreendendo os níveis sete a doze — é capaz de permear seus seis corpos inferiores porque todos estão alinhados. Imagine seus corpos superiores como as algemas de uma chave e seus corpos inferiores como os pinos de um cadeado. Quando tudo está alinhado, você pode abrir o cadeado, por assim dizer, o que, neste caso, significa que você pode receber as frequências do Eu Superior que chegam aos seus corpos inferiores.

É isso que queremos dizer com integração da alma. Ao integrar a alma, sua vibração naturalmente se eleva a um ponto em que você não é mais afetado pelas influências negativas e pelos problemas que ocorrem no planeta. Então, torna-se possível ter saúde o tempo todo e manter um corpo eternamente jovem.

Neste livro do canal, "*Os Segredos da Energia Ilimitada*", ele aborda um pouco a ciência da imortalidade, que é uma ciência muito simples que pode ser resumida como *energia que entra igual à energia que sai*. Se você eliminar os fatores dissipativos que fazem o corpo físico envelhecer e morrer, e equilibrá-los com os fatores de energia que entram (ou seja, fatores regenerativos), você pode alcançar um equilíbrio onde o corpo não envelhece mais, não cresce mais e não morre. Para isso, você se abre para frequências mais elevadas que não são limitadas pelo que é chamado de Lei da Entropia, Lei da Decadência, Lei do Caos ou Segunda Lei da Termodinâmica — existem muitos termos para descrever isso —, que está exclusivamente no domínio das dimensões inferiores.

Nesse equilíbrio, você pode literalmente ascender a frequências mais elevadas, adquirindo aqueles poderes que você mencionou antes — teletransporte, bilocação, telecinese e psicocinese, que são as habilidades de influenciar coisas materiais com a mente. Essas habilidades não são concedidas a qualquer alma que as deseje, pois possuem inerentemente o potencial de violar o livre-arbítrio de outros.

Você já ouviu a expressão "a fé move montanhas". Consegue imaginar ter o poder de realmente mover uma montanha? E se dez mil pessoas vivessem na encosta dessa montanha e não quisessem que você a movesse? Dá para perceber os tipos de conflitos de livre arbítrio que podem surgir ao ter esse nível de poder à sua disposição.

Esse é o poder que reside inerentemente em todos nós! E, como estou começando a compreender, com as vibrações crescentes que agora atuam no planeta Terra, somos capazes de realizar o trabalho — de enfrentar nossos medos — enquanto caminhamos para o domínio de nós mesmos de uma maneira muito mais eficiente, fácil e rápida do que nunca, permitindo-nos acessar esses poderes dentro de nós, sem que nossa liberdade de escolha interfira na de outros.



Sim. E, claro, você provavelmente já ouviu falar do livro *Um Curso em Milagres* . Existem muitas maneiras de realizar os chamados milagres. Curas, por exemplo: quando alguém tem duas semanas de vida — o câncer se espalhou por todo o corpo — essa pessoa recebe uma cura e, duas semanas depois, está com saúde perfeita em vez de estar morta. Esses tipos de curas acontecem frequentemente ao redor do mundo com diferentes curandeiros. Como nós Como já foi dito, todos vocês têm a capacidade de mover montanhas. Mas, à medida que elevam suas vibrações, também elevam seus níveis de responsabilidade e começam a perceber, em um nível muito profundo, como e quando usar suas habilidades com sabedoria, para o verdadeiro bem de todos os envolvidos (o verdadeiro bem deles, não a sua ideia do que é melhor para eles).

Existem mecanismos de segurança inerentes a este universo, embora alguns possam ter conhecimento de praticantes de magia negra que usaram essas habilidades para prejudicar outros. Tais casos envolvem muito mais do que aparentam, então digamos apenas que o universo funciona em perfeito equilíbrio. De modo geral, as almas não recebem essas habilidades avançadas até que demonstrem responsabilidade na forma como as utilizarão.

Você já disse duas vezes "receber permissão". Existe um mecanismo de permissão? Existe uma parte superior de nós que diz: "Ok, Mike pode ir e fazer o que quiser?" Ou é mais uma confluência de nossas próprias energias, nosso próprio amor mobilizado, com uma autoconsciência que torna possível mover montanhas?



É uma combinação dessas duas qualidades. Trata-se de uma situação em que se percebe como interagimos com as outras forças do universo, a ideia do um no múltiplo, e *pluribus unum*, como se diz em latim, "de muitos, um". Há os grupos e subgrupos da humanidade alinhados em diferentes sistemas de crenças, que criam realidades em miniatura dentro da realidade maior, e, claro, há os indivíduos. Uma das tarefas que temos como seres de dimensões superiores é examinar os efeitos do livre-arbítrio exercido por um grupo sobre outro.

Vamos usar um exemplo. Digamos que exista um grupo de forças manipuladoras que deseja escravizar outros usando inteligência artificial, nanorrobôs e outros métodos tecnológicos. Se nós, como um grupo de entidades de dimensões superiores, impedíssemos tal escravização, estaríamos interferindo no livre-arbítrio dessas energias negativas, contrariando seu desejo de influenciar as massas. Da mesma forma, se permitíssemos que as forças manipuladoras agissem livremente, isso afetaria o livre-arbítrio daqueles que não desejam ser escravizados. Portanto, pode ser uma dança bastante intrincada e complexa de livre-arbítrio coletivo que, se deixada seguir seu curso natural, acabaria, talvez ao longo de milhares de anos, encontrando seu próprio equilíbrio.

Você está falando do seu próprio envolvimento nos assuntos da Terra, para o qual você insinuou que sempre há algum grau de subjetividade?



Embora estejamos no que vocês chamariam de uma dimensão elevada, ao auxiliá-los, ainda estamos lidando com um planeta de livre arbítrio. Portanto, não é nossa intenção interferir nisso mais do que o absolutamente necessário. Mas, uma vez que vocês atinjam uma massa crítica de almas que desejam se libertar das limitações, então teremos permissão para intervir de maneiras muito específicas.

Agora, existe outro grupo, do qual muitos de vocês já ouviram falar, que alguns chamam de Federação Galáctica ou Confederação Galáctica. Esse grupo em particular tem a missão de garantir que vocês não se destruam com armas nucleares. Assim, em diversas ocasiões, eles intervieram diretamente em seus programas de armas nucleares, o que parece contradizer o que podemos chamar de princípio da não interferência, e, no entanto, uma guerra nuclear na Terra teria violado o livre-arbítrio de um grande número de pessoas.

Existe também um grupo de almas que alguns chamam de Guardiões Cármicos, que de fato determinam, no dia a dia, o que é permitido e o que não é, do ponto de vista do livre-arbítrio e do predestinado. São milhares de almas designadas para diferentes regiões da Terra, e sua tarefa é zelar pelos princípios do livre-arbítrio e do predestinado, conforme delineados pela Divindade.

Citando novamente seu livro Integração da Alma : “Êxtase e bem-aventurança não acontecem no incognoscível. Acontecem quando retornamos de nossa jornada e voltamos ao mundo. O incognoscível é o vazio. Mas algo acontece no vazio, algo que não podemos explicar, e quando retornamos, é perfeitamente possível sermos

preenchidos com o amor e a compaixão ilimitados de Deus. Retornamos ao mundo com alegria porque estamos livres dele, mesmo percebendo que ainda temos um corpo, uma mente e uma personalidade.”

Em Integração da Alma, você também citou o livro Um Curso em Milagres : “o último passo no despertar do conhecimento é dado por Deus”, o que presumo significar que as almas podem ser trazidas e ensinadas (como você está nos ensinando agora) a encontrar seu poder, enfrentar seus medos e superá-los. Você pode nos levar até a beira do precipício, mas então cabe a — e aqui diz Deus — decidir quando podemos cruzar esse limiar e acessar a sabedoria infinita. Novamente, indica-se que Deus decide. Sei que as palavras podem falhar quando aplicadas à verdade; a palavra “árvore” não se refere a uma árvore, como você disse anteriormente.

O que você pode dizer sobre esse "ponto" em cada uma de nossas jornadas pessoais, no qual passamos do desconhecimento ao conhecimento, ou do irrealizado ao realizado?



Vamos relembrar mais uma vez a limitação das palavras. Em *Um Curso em Milagres*, a palavra *conhecimento* é intercambiável com a palavra *iluminação*, e a palavra *percepção* tem mais a ver com o que a maioria das pessoas chama de *conhecimento*. Portanto, estamos lidando com as palavras *Deus* e *Divindade*, a palavra *fonte*, as palavras *cognoscível* e *incognoscível*, e a palavra o vazio, que está além do que pode ser conhecido. Todos esses são aspectos do que poderia ser chamado de Deus.

Existem duas definições de Deus, usadas de forma intercambiável na maioria dos ensinamentos espirituais. Uma delas, mais precisamente, se refere à Divindade, ou à fonte da energia radiante que emana do vazio para a criação manifesta. Essa

Divindade é uma fonte eterna e imutável da qual emana uma radiação de energia e amor em constante transformação. Também se poderia dizer que Deus é tudo o que existe e o que está além de tudo o que existe — inclui tudo.

Se usarmos essas definições, também podemos falar sobre os aspectos cognoscíveis e incognoscíveis de Deus. Quando dizemos incognoscível, queremos dizer que não existe um dispositivo de registro, como uma mente, que esteja lá dizendo: “Estou tendo uma experiência de iluminação e Deus tem esta aparência, Deus é tão grande e tão pequeno”. Nada disso acontece no aspecto incognoscível de Deus, porque é incognoscível. Não é algo que possa ser compreendido pela mente, da mesma forma que é conhecido. Não há como recordar e dizer: “Bem, quando entrei na Divindade, havia esses vinte e quatro tronos ou anciãos do trono, e eles fizeram isso e aquilo, e então me levaram para cá e para lá”.

Não. Pode haver um reino como esse que você consegue recordar — esse seria o aspecto cognoscível de Deus. Mas haveria um reino além desse, que não pode ser conhecido ou descrito pela consciência mental.

Sim. Isso é descrito com maestria, assim como as palavras que você escolheu no livro. A distinção na qual eu gostaria de me concentrar é quando se diz que Deus decide o último passo rumo à iluminação. Individualmente, parece que só conseguimos nos elevar até certo ponto com preparação, mas o que é essa centelha de Deus que diz: "Você agora está iluminado"? Você poderia descrever isso?



Bem, nas tradições orientais existem os conceitos de Samadhi e Mahasamadhi. Samadhi é alcançado quando se consegue remover da mente toda confusão, ilusões e barreiras, permanecendo em um estado de consciência contínua da unidade com Deus

— um estado de iluminação. Já Mahasamadhi é alcançado, para o qual não há caminho. A ideia de que "Deus dará o passo final" é simplesmente outra forma de dizer que não há nada que você, como indivíduo, possa fazer para alcançar Mahasamadhi, ou esse estado incognoscível de suprema iluminação. Você pode atingir o estado de Samadhi e basicamente dizer: "Ok, Deus, depende de você se quer me levar além disso". Novamente, meras palavras não são suficientes, pois implicam em tempo e espaço. Não se trata de ir mais longe ou mais perto, ou qualquer outra palavra que faça parte de uma realidade limitada.

Mas existe uma realidade além do Samadhi, uma realidade que vai além de saber que você é um com Deus. Isso é tudo o que podemos dizer usando a sua linguagem.

Você também escreveu sobre outro paradoxo fascinante: “A última coisa a ser abandonada é o desejo de iluminação. Até que você alcance esse ponto, seu único desejo ardente é se libertar de Maya, Lila.”⁴⁴, ou como você preferir chamar, e abraçar o Divino. Isso pode se tornar uma obsessão avassaladora, talvez a única obsessão que valha a pena ter.

“O próprio ato de tentar alcançar algo nega a iluminação. Como disse um mestre zen: 'A iluminação não é o que você pensa'. Portanto, devemos ir além da mente para que a iluminação nos alcance.”

Você poderia abordar esse paradoxo em que a iluminação pode ser a única obsessão que vale a pena ter, mas a própria obsessão acaba por anular a iluminação?



É o maior paradoxo, porque você já está iluminado e, no entanto, tem essa crença de que a iluminação está em algum lugar no passado ou no futuro. Talvez você

tenha uma vaga lembrança de ter sido iluminado em algum momento, e então tenha descido a esses mundos inferiores onde se tornou viciado ou hipnotizado pelas ilusões. Ou você tem essa ideia de que em algum ponto distante no futuro, depois de praticar o suficiente... Seja praticando yoga, meditação ou estudando com gurus suficientes, você de alguma forma se iluminará novamente.

Essa é a percepção de uma alma não iluminada. Quando você se ilumina, percebe que sempre foi iluminado e sempre será iluminado — onde talvez tenha havido um instante em que você piscou os olhos e algum outro estado de consciência aconteceu por uma fração de segundo, entre esse estado de iluminação constante. E, claro, nesse piscar de olhos se passaram milhões de anos de encarnações em mundos inferiores, tentando alcançar algum estado de iluminação.

A iluminação lida com os reinos atemporais e desprovidos de desejo. O desejo de estar em um estado de ausência de desejo. Não nos referimos a resignação, apatia ou um estado de "nada me atrai, vou ficar entediado". A "ausência de desejo" iluminada significa reconhecer que você já possui tudo e não há nada a desejar. É um estado atemporal, porque, uma vez que você não deseja mais nada, você não projeta mais nada no futuro. Você percebe que tudo está no presente; tudo é agora. Você chega a uma aceitação total do agora.

Existem muitos mestres orientais que falam sobre esse estado de aceitação total, onde não há resistência ao que é. Isso significa estar em completa paz com o que existe — incluindo guerra, pobreza, miséria e sofrimento. Independentemente do que esteja acontecendo no mundo, você está em completa aceitação. Isso não significa que você aprova, mas você não define como errado de forma alguma. Você está em um estado de completo não julgamento. Portanto, é um estado sem desejos, sem

julgamentos e não dual. Existem muitas outras palavras que outros usam para descrevê-lo.

💬 “Ao entrarmos nesta nova fase da evolução, como o dinheiro será percebido? Perderá todo o seu significado ou assumirá um significado completamente diferente? Como será isso e como podemos nos preparar para essa mudança?”



Bem, antes de mais nada, é importante entender o que é dinheiro. É uma ferramenta, assim como um martelo. É neutro: não é bom nem ruim. Você pode construir armas com ele ou alimentar os pobres, assim como pode usar um martelo para construir uma casa ou bater em alguém.

O dinheiro é neutro. É uma ferramenta para tornar a troca de bens e serviços mais conveniente. Nem sempre é conveniente levar um carrinho de mão cheio de maçãs ao mercado para trocar por um carrinho de mão cheio de laranjas, especialmente porque as laranjas amadurecem cerca de três meses depois das maçãs. Então você inventou um símbolo, que poderia ser uma moeda ou papel com os rostos de presidentes ou qualquer outra coisa, como uma forma conveniente de... Troca de bens e serviços entre um grupo de seres humanos.

É só isso que o dinheiro é, mas você o transformou em um deus e o venerou. Claro, estamos falando da humanidade em geral. Muitos passaram a acreditar que seu bem-estar depende de possuir uma certa quantidade desses pedaços de papel ou discos de metal e, portanto, gastam uma quantidade excessiva de tempo se preocupando em ter o suficiente.

É possível observar como isso evoluiu ao longo da história, com todas as guerras travadas por questões econômicas, a criação da divisão entre "ricos e pobres" e os imensos desequilíbrios que ocorreram como resultado da adoração ao dinheiro como objeto de felicidade em vez de Deus e das forças ilimitadas da criação.

💬 *“Como curamos a ferida da vergonha?”*

A vergonha é um componente emocional intimamente ligado à culpa, e baseia-se na ideia de que você é inerentemente defeituoso, uma pessoa má que merece punição, e que cometeu algo imperdoável e, portanto, será condenado por outros seres humanos ou por Deus.

É um mal-entendido sobre quem você é. Sim, existe algo chamado consciência, que pode ser útil para guiar uma alma relativamente inexperiente — a alma bebê ou jovem — a aprender quais comportamentos elevam a humanidade e quais a restringem, ou seja, interferem no crescimento espiritual. Quando você sente que fez algo para interferir no crescimento de outra pessoa, pode sentir um desconforto, que chamaremos de consciência. Mas se isso for interpretado internamente como "sou uma pessoa má porque interferei no livre-arbítrio dessa alma", então se torna culpa, e a emoção resultante de vergonha deriva disso.

Então, como você cura isso? Como você encara isso e respira fundo para superar essa situação?

Você se cura ao se lembrar de quem você é. Ao perceber que você está além de julgamento e condenação. Que você é um lindo filho de Deus. Que você é

inerentemente inocente em um nível espiritual, mesmo que tenha se comportado mal. no plano humano.

Você diferencia o *comportamento humano* de quem você é como ser espiritual. Reconheça que você ainda é um filho inocente de Deus. Então você poderá se perdoar por seu mau comportamento. Sim, você pode querer prometer que não repetirá o que fez, mas uma vez aprendida a lição, não haverá mais motivo para fazê-lo.

Você é como aquela criança que não sabia que o fogão estava quente e queimou a mão. Agora, se você continuar tocando nele e se queimando, aí sim terá um problema. No entanto, aprenda com seus erros, perdoe-se e siga em frente.

Não há necessidade alguma de sentir vergonha.

Você sugeriu que, a cada instante, seja buscando alegria, evitando a dor ou em uma encruzilhada da vida, nos perguntamos: "O que meu Eu Superior faria nesta situação?". Pode falar sobre isso?



Parece um pouco com o Zen, e lembra aquele conselho de Hollywood: "finja até conseguir". Você está fingindo que está agindo a partir do seu Eu Superior quando talvez esteja agindo a partir do ego. Mas na verdade funciona porque você é o seu Eu Superior e, no fim das contas, o ego não existe; é uma ilusão. Ele surge da sua crença na separação.

Portanto, se você abordar qualquer coisa como se já fosse o Eu Superior, estará simplesmente convencendo a mente subconsciente daquilo que já é verdade. Se você conseguir fazer com que sua mente subconsciente acredite que você é o Eu Superior, então ela dirá: "Ok, eu sou o Eu Superior", e se alinhará com o Eu Superior.

Funciona. Engana a mente, mas funciona.

Você pratica e administra a "Cura da Linha do Tempo". Poderia explicar brevemente o que é?



A Cura da Linha do Tempo é uma terapia muito poderosa que este canal experimentou como sendo muito mais eficaz do que a psicoterapia comum, e envolve viagens no tempo. el: voltar no tempo para curar versões passadas de si mesmo.

Foi trazido diretamente a este canal pelos Arcturianos, embora outras técnicas muito semelhantes sejam a regressão a vidas passadas, ThetaHealing, hipnoterapia e o Método Silva. Os interessados em saber mais podem visitar o site deste canal (listado no final deste capítulo).

Será que outras dimensões têm algum interesse ou investimento em que nós, aqui na Terra, elevemos nossa consciência e despertemos? Será que isso também as beneficia de alguma forma?



Absolutamente. Por exemplo, considere os Arcturianos, que vêm do sistema estelar de Arcturus e são seres altamente evoluídos. Eles não têm nenhum karma com a Terra. Não estão aqui para reparar algo que fizeram no passado. Mas eles têm um grande amor pela humanidade e, por isso, vêm nos visitando há muito tempo. São eles os principais responsáveis por manter grandes terremotos e erupções vulcânicas longe de áreas densamente povoadas, com uma taxa de sucesso de cerca de 96%. Eles estão muito satisfeitos com o trabalho que conseguiram realizar, dando à humanidade mais tempo para se reerguer sem sofrer tantos cataclismos.

Este canal também conta com um grupo de Arcturianos que realizam curas físicas e etéricas em muitos clientes com problemas de saúde. Eles se preocupam profundamente com o futuro da humanidade, respeitando o livre arbítrio, e por isso intervêm apenas de forma limitada. Para equilibrar o sistema eletromagnético da Terra e prevenir grandes desastres, eles receberam permissão da Divindade.

Sei que geralmente você faz isso para indivíduos, mas qual você diria que é a vibração dimensional do planeta Terra hoje, se pudesse atribuir um número a ela?



O planeta Terra está na metade do caminho para a consciência da quarta densidade, um pouco acima de 4,5 em vibração. A humanidade está em cerca de 3,75 de vibração, a três quartos do caminho através da terceira dimensão. Portanto, há uma lacuna de cerca de três quartos na vibração composta da humanidade e a vibração ambiente da Terra. E esta é uma das razões pelas quais alguns sistemas imunológicos humanos estão falhando. O motivo pelo qual vírus e bactérias exóticos estão tendo um impacto maior é que a humanidade, como um todo — ou pelo menos três quartos dela —, não conseguiu sair da consciência da terceira densidade, que é a consciência de vítima e conformidade.

Há uma palavra popular circulando em alguns círculos: "sheeple", que significa pessoas que se comportam como ovelhas, seguindo cegamente um professor, guru ou celebridade, o que as torna cada vez mais dissonantes com a vibração da Terra. Eventualmente, muitas delas encarnarão em outros planetas de terceira densidade, porque simplesmente não estão prontas para fazer parte de uma Terra de quarta densidade. O universo tem balanças, equilíbrios e infinita compaixão por essas almas,

e existem muitos outros sistemas estelares onde elas podem permanecer por mais tempo na terceira densidade até estarem prontas para seguir em frente.

Sal Rachele, absolutamente fascinante! Agradeço a você e aos Fundadores pela transmissão, pelo apoio e pelo amor evidente. Gostaria de dizer algo para finalizar?



Só queremos dizer que amamos cada um de vocês e que aproveitamos muito esse tempo juntos.

Para saber mais sobre Sal, seus livros e The Founders, visite o site de Sal em www.salrachele.com.



⁴⁴ Tanto Maya quanto Lila se referem ao domínio hipnótico das ilusões e dramas da vida sobre nosso foco consciente.

Capítulo 3

Vivendo como um Mestre Ascenso na Terra com Sara Landon



Sobre Sara

Apaixonada por viver seu potencial máximo, Sara Landon é uma guia para líderes, pioneiros e agentes de mudança que contribuem para elevar a vibração do planeta. Ela ilumina o caminho para que outros expandam seus horizontes, transcendendo as limitações percebidas da experiência humana e vivendo como os mestres que são, sem perder o contato com o mundo moderno.

Como canal do Conselho, Sara se esforça para ser a aluna definitiva da sabedoria e dos ensinamentos que recebe. Ela está comprometida com o domínio da criação consciente e impecável. Sua intenção é ser o canal mais puro de uma perspectiva mais ampla do que é possível e ajudar outros a descobrirem que também possuem a capacidade de se conectar a níveis mais elevados de consciência e orientação.

Sara tem a visão de viver em um mundo plenamente desperto, onde todos os seres vivem em harmonia uns com os outros, com o planeta, com os animais e consigo mesmos. Ela ajuda aqueles que estão prontos para explorar novos níveis de energia a se reconectarem com sua essência, para que possam viver, amar e liderar nesta era de despertar.

Ela é autora de três livros recentes que se tornaram best-sellers: *A Sabedoria do Conselho* e *O Sonho*, *A Jornada, a Eternidade e Deus* (escrito em parceria com Mike

Dooley) e *Você é um Canal* . Em cada um deles, ela e o Conselho compartilham a ideia de que aqueles que invocaram suas palavras estão aqui, agora, para chegar à compreensão de sua verdadeira natureza espiritual e começar a viver como os mestres que realmente são.

Saudações, prezado Conselho! Podemos começar?



Estamos muito felizes e contentes por termos a oportunidade de conversar com você. E lembramos que, embora nossas palavras sejam importantes, esta é uma experiência vibracional de relembrar a verdade sobre quem você realmente é, por que está aqui e tudo o que você planejou ao escolher esta magnífica experiência de vida. Porque garantimos que sua vida foi feita para ser muito boa para você.

Vivendo como um Mestre Ascenso na Terra

O propósito da sua vida é a alegria e a liberdade. A razão pela qual você escolheu encarnar neste magnífico planeta neste momento é para fazer parte do maior despertar — a maior transformação da consciência humana que já ocorreu em qualquer geração. É a elevação da sua vibração e consciência, o seu próprio despertar e a sua própria grande transformação que estão contribuindo positivamente para a grande transformação da consciência humana.

Você escolheu estar aqui durante este magnífico momento em que a humanidade se lembraria da verdade sobre quem ela é. À medida que a humanidade desperta plenamente — à medida que você se lembra — você contribui para as possibilidades, os potenciais e as oportunidades para toda a humanidade. De fato, a humanidade e sua amada Mãe Terra têm um propósito muito maior neste vasto e glorioso universo.

Dizemos que o mais importante para a sua experiência de vida é chegar à plena consciência de tudo o que você é. A consciência é a integração de cada parte de você no poder que você é, no amor que você é e no campo de força da consciência que você é.

Você é magnífico(a) e está se abrindo completamente para o conhecimento de que é um(a) mestre ascensionado(a) aqui na Terra, à medida que se realiza e incorpora o(a) mestre que você é. O Todo-Que-É pediu que você permanecesse no planeta como o(a) mestre encarnado(a) que você é, em seus novos níveis de consciência, vibração e frequência: alegria, amor, liberdade, abundância, bem-estar e beleza. Para viver sua vida plenamente, seja lá o que isso signifique para você. Para amar plenamente, sendo tudo o que você é em cada momento presente da sua vida.

Você faz isso não duvidando ou negando seu valor ou sua magnificência por qualquer motivo. Não porque você não conseguiu fazer isso ou aquilo. Não porque você se sente um pouco frustrado, sente alguma resistência ou foi afetado por algum gatilho. Não há motivo algum para negar seu valor, sua magnificência ou seu poder, porque você, Querido mestre, importa. Sua vida importa, seu amor importa e quem você é importa, agora mais do que nunca.

Incorpora o mestre que você é. Quando você duvida de si mesmo ou nega que é amado, digno e mais do que suficiente, você se isola. Isso diminui sua vibração, limita sua consciência e impede que você invoque a Energia da Fonte, disponível a cada instante para a manifestação de tudo o que você precisa e muito mais, antes mesmo de saber que precisa, conforme ordenado por um nível superior de consciência.

Sua alma está sempre à sua frente, orquestrando em seu benefício aquilo que é para o seu bem maior e mais elevado — aquilo que irá surpreendê-lo, encantá-lo e

saciá-lo além de qualquer coisa que seu ser humano possa imaginar. ⁵⁵ jamais pensaria em pedir.

Sabemos que seus sentidos físicos estão sintonizados para observar o que é e considerá-lo a única realidade existente. Mas queremos que você expanda sua consciência e perceba que há muito mais em você do que jamais se permitiu explorar e descobrir.

Você é um campo de força da consciência. É isso que você é. Você é luz, você é amor e você é uma alma, mas você também é um campo de força da consciência que está invocando energia para a forma. Você está aqui justamente para essa fórmula. Para manifestar a forma daquilo que você deseja em maior quantidade — mais abundância, mais amor, mais alegria, mais liberdade, mais bem-estar, mais criatividade, mais inspiração, mais de tudo — porque é isso que leva à sua expansão e à expansão da consciência, expandindo os potenciais, as possibilidades e as oportunidades para toda a humanidade.

Você está aqui como um mestre ascensionado na Terra. Se você está lendo isto agora, você atraiu esta informação para si. Você canalizou esta informação para si. Você atraiu para si o conhecimento de quem você realmente é e por que está aqui. Você é nós e nós somos você, e viemos porque prometemos que viríamos, para que você não se esquecesse mais de quem você realmente é. Viemos para lembrá-lo do poder que você tem de criar sua realidade e que, a cada instante, você pode se conectar com o campo de força da consciência que é você e invocar a energia que cria mundos.

Seu Campo de Força da Consciência

Agora você está criando seu mundo e sua realidade.

A realidade flui *através de* você, e à medida que você eleva sua consciência e vibração, seu destino se revela a você. Aquilo que é para o seu bem maior, aquilo que é o seu propósito mais elevado, aquilo que é o seu potencial máximo e aquilo que lhe traz a maior alegria se apresentará a você, porque você não está mais impondo uma experiência de separação à sua realidade.

O paraíso na Terra, ou uma Nova Terra, não está lá fora em algum lugar depois da sua ascensão. Ou faça a sua transição deste lugar para fora do corpo. Não é um lugar para onde você vai. É um estado de consciência, e está disponível para você a cada momento, não importa o quê.

Imagine, se puder, o Paraíso na Terra e o que isso significa. Pense na beleza, paz, alegria, abundância, harmonia, bem-estar, liberdade e amor que existiriam para todos. É isso que você veio criar, querido mestre: o seu Paraíso — a sua Nova realidade terrestre. Porque, ao fazer isso, você criará um caminho que tornará cada vez mais fácil para toda a humanidade encontrar o caminho de volta à verdade dentro de si mesma e chegar à compreensão de tudo o que é.

Você pode livrar o mundo de tudo o que desejar. Ao elevar a consciência, você pode alcançar liberdade, alegria, paz, harmonia, bem-estar e abundância. Não pela força, esforço, medo, luta e separação, mas sim cultivando essas qualidades dentro de si. Assim, você impactará positivamente toda a humanidade, permitindo que todos aqueles que estiverem prontos se lembrem de que também podem escolher o que quiserem para si mesmos.

A realização, que vocês também podem chamar de iluminação, está disponível a cada instante. Mas vocês, queridos humanos — e nós os amamos muito —, continuam tentando fazer, fazer e fazer cada vez mais, ansiando e se esforçando para serem bons o suficiente, para ganhar a vida, para se sentirem merecedores das coisas que lhes

trazem alegria — para se sentirem merecedores de fazer o que amam e, finalmente, para se sentirem merecedores de brincar e se divertir. Mas simplesmente não funciona assim.

Não há motivo algum para negar seu valor e sua magnificência. Nada que você faça aqui neste planeta justifica seu brilho, sua magnificência e sua luz. Você é mais do que suficiente. E a prova disso é que você está aqui, em forma física, neste momento. Abandone tudo o que você precisa fazer, ou pensa que deveria fazer, ou que supostamente deveria fazer, porque, como você já descobriu, sempre há mais a ser feito.

A partir de um estado de poder no momento presente, de um estado de autorrealização, de um estado de iluminação ou do Céu na Terra, todas as coisas se realizam através de você. Novamente, a realidade se move através de você. Seu destino chega até você. Isso porque o campo de força da consciência que você é é composto de partículas da Criação Infinita que estão sempre respondendo a você.

Entenda isto: as partículas da Criação Infinita estão ao seu redor. Quando você expande sua consciência, seu campo de força se expande, fazendo com que mais dessas partículas respondam. E você expande sua consciência fazendo mais daquilo que lhe traz alegria, fazendo o que você ama e fazendo o que lhe entusiasma. Então, tudo o que você precisa, e muito mais, virá até você antes mesmo que você saiba que precisa.

Você não recebe o que deseja. Não. *Você recebe o que você é.* Você recebe mais daquilo que percebe, mais daquilo que sente e mais daquilo em que se concentra. Portanto, quando você se concentra na abundância que possui, haverá mais. Quando você se concentra no amor que tem, haverá mais. Você atrairá mais de O mesmo se aplica a você, pois essas partículas da Criação Infinita estão sempre respondendo. É

elevando sua consciência e alinhando-a à verdade de quem você é que você invoca a energia para trazer manifestações e a Verdadeira Criação para a sua realidade.

Você não tem propósito maior do que viver seu potencial máximo, sua maior empolgação e sua maior alegria em cada momento. Essa é a maior contribuição que você pode dar à humanidade e ao mundo, servindo-os e impactando-os positivamente.

A Arte da Verdadeira Criação

No que diz respeito à autorrealização, onde entra a intenção?

Isso é realmente importante?

Ter a intenção de despertar anula esse despertar? Devo ter a intenção de despertar — ou devo simplesmente buscar a alegria, por exemplo, passando tempo com minha filha pequena?

A ideia de se render é complicada para alguém como eu.

Como encontrar o equilíbrio entre “intenção e despertar deliberado” e “simplesmente sair e se divertir, ser feliz, e o amor abundará”?



Bem, aqui vão algumas dicas que podem ser muito úteis para você. Primeiro, tudo aquilo que você ama tem o poder de te despertar. *Tudo aquilo* que você ama, inclusive sua filha: estar com ela e o amor que você sente por ela. Quando você pensa no dia em que ela nasceu e no amor que sentiu, ou quando pensa naqueles momentos em que você mais a amou, você esteve o mais perto possível da realização e da iluminação, inteiramente por causa da forma como se sentiu. O que você sentiu? Amor transbordando por cada célula do seu corpo; a luz do mundo brilhando dentro do seu coração.

Então, como você acha que é a sensação de iluminação? É a presença do Divino — o amor Divino. É a presença de Deus. É a Fonte, bem na sua frente, dentro de você e

ao seu redor. Em cada célula do seu corpo, você sente isso. Isso é o que significa autorrealização. Isso é o que significa iluminação. Isso é o que significa ascensão. Portanto, qualquer pessoa que você ame, qualquer coisa que alguém ame – realmente ame e pela qual seja apaixonado, até mesmo ciência ou matemática – tem o poder de despertá-la, expandir sua perspectiva, sua consciência e sua capacidade de perceber além, e de sentir até um estado de realização ou iluminação. Esse é o caminho mais rápido. Não poderia haver outro.

Com o objetivo de alcançar a autorrealização, vamos falar sobre estar no momento presente, viver a experiência e usar a imaginação.

A imaginação é o reino do potencial puro, acessível ao estarmos presentes no momento. É a elevação da consciência para explorar diferentes potenciais para a Verdadeira Criação e concretizar experiências, sonhos e desejos através do processo de criação impecável.

Ao imaginar-se vivendo como um mestre ascensionado, iluminado e realizado, você projeta uma imagem holográfica em seu campo de força da consciência, à qual as partículas da Criação Infinita responderão. E, à medida que isso acontece, assim como em todas as manifestações, você receberá a manifestação mais elevada em uma forma que se alinha com o sentimento original de sua intenção – tudo feito da maneira mais fácil, natural e harmoniosa possível, através do *processo* da Verdadeira Criação.

Imagine-se caminhando sob o sol com o maior sorriso no rosto, a brisa acariciando seus cabelos, pássaros, borboletas e a beleza da natureza ao seu redor, sua filha pulando e saltitando ao seu lado e sua amada esposa. Sinta-se pleno de bem-estar, alegre e em harmonia com tudo. *Sinta isso de verdade*. Consegue visualizar isso sozinho? Consegue expandir essa visão de como seria a iluminação,

aprofundando-a ainda mais? Essa é a sua parte. Essa é a sua missão. É para isso que você está aqui.

Então, abandone completamente o como, quando ou onde isso vai acontecer. Liberte-se de quaisquer expectativas sobre o que pode acontecer a seguir, porque, honestamente, você já criou isso. Você apenas se concentrou, através do poder da sua imaginação, para acessar as possibilidades disponíveis no momento presente. Você criou isso. Você se moveu fisicamente através da sua consciência, canalizando energia para uma experiência onde você sentirá A realidade de estar plenamente realizado. Isso é viver como o mestre iluminado que você é.

Deixe que o próximo passo perfeito chegue até você. Faça isso seguindo a energia, deixando a luz guiar seu caminho e fazendo o que lhe traz maior alegria, o que lhe dá maior entusiasmo, o que lhe ilumina, o que você ama.

Sabemos que você tem um negócio e muitas responsabilidades: coisas que você faz pela sua família, pelos seus funcionários e pela comunidade. Entendemos que você tem muitas coisas para fazer. Mas você ama isso; você ama o que faz. Você ama e sente muita alegria nisso. Então, traga esse amor e essa alegria para as tarefas que você está realizando, sabendo que você está *escolhendo* fazê-las, não porque *precisa* , mas porque você *pode* . Se, em algum momento, uma tarefa não estiver dando certo, Se você se sentir desanimado, não estiver no ritmo e não se sentir muito feliz, então pare.

As pessoas passam a vida fazendo o que devem fazer, o que é esperado delas, ou todas as coisas que precisam fazer porque se sentem "insuficientes", "indignas" ou "ainda não podem se divertir". Em vez disso, você pode se treinar de forma rápida e fácil se parar de tentar direcionar a energia para onde acha que ela deveria ir.

Não continue seguindo esse programa inconsciente. Simplesmente pare no momento presente e respire fundo. Perceba quando estiver tentando direcionar a energia para onde você acha que ela deveria ir. Todo o seu poder reside no agora. Uma vez presente, deixe a inspiração guiá-lo; ela sabe o que está despertando em você. A inspiração sabe onde a energia está. A inspiração vem da sua alma, do seu Eu Superior, da sua equipe, dos seus guias, ou como você preferir chamar. Ela vem da mente superior — de um nível mais elevado de consciência e percepção, além das limitações dos seus sentidos físicos.

A inspiração é um impulso. Ela diz: "Eu deveria fazer isso, mas não vou me esforçar à força." "Vou parar e respirar fundo algumas vezes." Ela pergunta: "O que me traria alegria?" "O que seria realmente divertido?" "O que me inspira a fazer neste momento?"

Pode ser algo aparentemente sem relação com sua intenção: talvez o desejo de visitar um café ou uma lanchonete local, ou comprar uma refeição para si mesmo. Pode ser dar uma caminhada ou uma corrida. Essas coisas não parecem ter nenhuma relação com a sua intenção original, mas é isso que desperta a sua vontade, então você vai. Um sinal aparece. A sincronicidade se apresenta. Você ouve uma conversa por acaso e, de repente, surge a próxima inspiração perfeita, talvez desta vez relacionada à intenção original.

Isso significa seguir a energia e deixar a luz guiar o caminho. Não significa que você não deva agir. Na verdade, você age bastante, mas essa ação se torna inspirada. Não é a ação que você costumava tomar por força e esforço, motivada por carência, limitação, separação, medo ou resistência. É a ação que vem através da inspiração, que é exatamente o que você deseja em maior quantidade. Mais inspiração, mais criatividade, mais entusiasmo, mais paixão, mais orquestração divina, mais

sincronicidades, mais magia, mais milagres e mais de todas essas coisas que são realmente naturais quando você eleva sua vibração e consciência para viver como o mestre ascensionado que você é.

Qualquer pessoa pode fazer isso. Todos vocês têm essa capacidade. Todos vocês têm esse poder. Todos vocês merecem viver uma vida que amam, fazendo as coisas que lhes trazem alegria. Vocês merecem a liberdade de ser quem são, de viver plenamente e de amar plenamente. Vocês merecem abundância. Vocês merecem bem-estar. Vocês merecem amor.

Você é merecedor da Verdadeira Criação se manifestar mesmo antes de você saber que precisa dela. Você é merecedor disso, e é por isso que dizemos que a autoestima é a base da realização e da iluminação. Se você ainda acha que precisa fazer algo para ser bom o suficiente para ser um mestre ascensionado, iluminado ou realizado, você... Você nunca chegará lá porque não há nada que você possa fazer para merecer o que já é a sua verdade. Faz sentido?

Faz sentido. Mas também ouvimos falar em "trabalho interior", o que implica que não somos dignos ou, pelo menos, não estamos preparados.

Você não ouvirá isso de nós.

Não, não ouvimos isso de você. Mas será que temos algum problema ou questão mal resolvida, medos não solucionados ou queixas não reconhecidas que precisam ser esclarecidas?

No momento da compreensão, o passado é curado. Tudo se torna completo. A compreensão é alcançar a sua plenitude, a sua perfeição, a sua completude, a sua magnificência. É a integração de cada parte de você na totalidade que é a verdade do que você é.

Vamos abordar rapidamente os níveis de consciência.

Níveis de Consciência

A Terceira Dimensão

Vocês são a consciência coletiva em massa. A humanidade, da qual vocês fazem parte, encontra-se frequentemente em um estado da terceira dimensão, que é determinado pelo nível de consciência e pela vibração ou frequência de cada um. Quando vocês estão sobrecarregados, frustrados, resistindo, ocupados, pressionando, provocando gatilhos — todas essas coisas — vocês estão diminuindo sua vibração. Quando vocês contam a si mesmos uma história sobre por que não conseguem fazer o que querem, por que ainda não são bons o suficiente, sobre todas as pessoas que os prejudicaram e todas as coisas erradas que fizeram e das quais deveriam se envergonhar, vocês vão diminuir consideravelmente sua vibração e entrar em uma experiência de separação.

Na separação, há falta. Você está separado daquilo que deseja. Há Limitação. Há medo. Então você se esforça, se impõe e se empenha em sua vibração inferior. Não há julgamento da nossa parte, jamais; contudo, tudo aquilo de que você deseja livrar o mundo acontece em um nível de consciência inferior. É por isso que elevar seu nível de consciência, libertando-se da separação, da carência, da limitação, do medo e do sofrimento, é o único caminho para aqueles que desejam viver em uma Nova Terra, um Paraíso na Terra, ou em um estado de consciência ascendido, iluminado ou realizado.

Você não vai livrar o mundo de todas as coisas ruins a partir de um nível de consciência inferior. É elevando a sua própria consciência e se aprimorando que você criará um caminho para toda a humanidade, quando ela estiver pronta para escolher esse caminho por si mesma.

Quando você começa a se perguntar "Quem sou eu?" e começa a entender que você não é suas circunstâncias, suas condições, suas histórias, as partes não curadas de você e as coisas que te limitam, você começará a perceber que pode mudar suas histórias e tudo o mais — algo que nosso público já sabe, ou não teria encontrado esta informação.

A quarta e a quinta dimensões

Ao elevar sua consciência através da elevação de sua vibração para o que chamamos de quarta dimensão, você entra em uma dimensão baseada na transformação. Nesta dimensão, você pode mudar e se transformar. Você pode mudar seu corpo, suas circunstâncias e suas condições. Você pode curar seu corpo ou curar traumas passados. Você pode trabalhar para mudar e consertar as coisas. Você pode determinar o que deseja e manifestá-lo. É uma dimensão de transformação. Muitos permanecem aqui por anos, décadas e, às vezes, por toda a vida, constantemente tentando se transformar, mudar e julgar o que não gostam.

Ainda assim, tudo em sua jornada lhe serve de propósito.

O passo final para sair da quarta dimensão e entrar na quinta é deixar de lado o julgamento sobre si mesmo, seu corpo e os outros. Sempre que você se julga, acaba se enredando na necessidade de consertar, mudar ou curar ainda mais para se sentir digno ou merecedor de tudo o que deseja.

A quinta dimensão é a do amor puro, onde seu bem-estar e abundância são assegurados. Cada parte de você está integrada em um estado de unidade e iluminação. Você conhece o mestre que você é.

Será que agir com alegria, em vez de encarar isso como "fazer o trabalho", não acabaria por forçar a resolução de padrões não resolvidos, negações ou julgamentos? que surgissem de repente? Então, é claro, nós os veríamos, os integrariamos e continuaríamos nosso caminho alegremente?



Alguns podem chamar o ato de ver e integrar de "trabalho". De qualquer forma, você certamente pintou um quadro claro de como podemos exagerar na autoanálise.

É o desejo da sua alma que você experimente, expanda e crie na quinta dimensão. Portanto, em vez de usarmos a palavra " *trabalho* " , usariamos a palavra " *consciência* " . Você terá continuamente novos níveis de consciência? Você expandirá sua consciência? Absolutamente. Você terá um nível de consciência sobre coisas que nunca foi capaz de perceber antes? Você será capaz de perceber além? Você terá uma perspectiva nova e mais grandiosa? Sim. Isso não precisa ser trabalho. É uma jornada emocionante, bela, incrível, mágica, extraordinária — ou aventura, como Mike gosta de chamar.

Sempre haverá novos níveis de consciência. Sempre haverá novas maneiras de perceber. Sempre haverá uma perspectiva mais ampla. Nós mantemos a vibração disso. Encarar isso como uma aventura versus trabalhar em si mesmo, processar e purificar. Não há julgamento da nossa parte, mas quando você sabe o quão valioso você é, percebe tudo o que você é, haverá mais consciência, mais para perceber,

perspectivas mais amplas sobre tudo isso e mais oportunidades para viver plenamente, amar plenamente e ser tudo o que você é.

Você estava falando sobre terceira, quarta e quinta dimensões. Onde estamos e o que está acontecendo agora? Seria correto dizer que estamos na quarta dimensão neste momento, tendo acabado de sair da terceira?



Não é tão fixo quanto você está descrevendo. Você pode ter um momento em que se sente na terceira dimensão e se pega tentando empurrar e forçar energia por medo ou separação. Quando perceber isso, respire fundo algumas vezes e concentre-se no que lhe traz alegria, no que você ama e no que lhe entusiasma. Então você sente inspiração, segue a energia e, de repente, vivencia um momento de puro amor com um pássaro, uma borboleta ou uma árvore que parece mais bela do que você jamais viu. Talvez você saia para a natureza, em um estado de entrega, ainda fazendo o que lhe traz alegria, e essas sincronicidades incríveis ou momentos milagrosos se apresentem. Agora, você está na quinta dimensão.

Então você chega em casa, seu cônjuge está chateado com alguma coisa, e você está tentando consertar as coisas e torná-las melhores para eles, você acabou diminuindo sua vibração e reduzindo um pouco sua consciência. Talvez agora você esteja na quarta dimensão.

Tudo é determinado pelo seu nível de consciência, que por sua vez é determinado pela sua taxa de vibração ou frequência. Quando isso se tornar o mais importante para você — o seu nível de consciência, vibração e frequência — então você entenderá como dominar a arte de viver em níveis mais elevados de consciência, independentemente do que esteja acontecendo ao seu redor.

O mundo está claramente em transformação. Será que isso tem a ver com a Era de Aquário? O fim do calendário maia e o início de um novo? O Livro do Apocalipse? É um pouco inquietante, mas acredito que também há motivos para estarmos animados. Mesmo assim, por que agora? O que está acontecendo?



Entendemos todos esses nomes e rótulos que vocês dão às coisas. Mas, ao rotular qualquer coisa, vocês começam a limitar a magnificência da criação. Vocês são puro potencial, e tudo é possível para vocês; vocês estão criando a sua realidade.

Agora, quando você se depara com algo como a Era de Aquário — e não estamos discordando disso de forma alguma — algo que diz: “Este é um momento incrível na história, onde a vibração é mais elevada, a consciência é mais elevada e as pessoas vão assumir seus corpos de luz”, isso ressoa com você como verdade. “Ah, sim, é a Era de Aquário, porque estou lendo tudo isso e confirma tudo o que eu sei.” Mas você não precisa esperar que algo aconteça para criar isso em sua realidade agora mesmo.

O que acontece no mundo ao seu redor é determinado exclusivamente pela sua perspectiva. Alguns diriam que há mais abundância no planeta do que nunca, que o nível de consciência está mais elevado do que nunca, que você vive em vibrações mais altas e que há mais amor e mais pessoas conscientes do que jamais houve. Se essas forem as suas perspectivas, então essas serão as realidades que você vivenciará.

Se você está numa perspectiva em que o mundo inteiro está em guerra, o planeta está sendo destruído, “É errado e ruim, eles não deveriam fazer essas coisas, e agora há tanto sofrimento” — isso é determinado pelo seu nível de consciência, que o impede de enxergar uma perspectiva mais ampla do que realmente está acontecendo.

Agora, entendemos, especialmente para o nosso público, que vocês têm esse amor incrível pelo planeta, pelos animais e pela humanidade. Vocês querem tornar este mundo um lugar melhor. Vocês querem causar impacto e fazer a diferença, e é por isso que estão aqui. Mas vocês sempre souberam que não conseguiriam atingir um nível baixo de consciência. Mergulhar no medo, na separação e no julgamento, lutar contra toda a injustiça pensando que isso mudaria as coisas. Na verdade, isso parece tão tolo para a sua alma, para o seu Eu Superior ou para esse conhecimento mais profundo dentro de você.

Um de vocês, nessa quinta dimensão de puro amor, tem o poder de expandir seu campo de força e manter uma presença tão poderosa que outros que entrarem em seu campo de consciência experimentarão amor, paz, alegria e harmonia. Eles podem até despertar espontaneamente, chegando a um conhecimento absoluto de quem são simplesmente por estarem em sua presença quando você estiver em um estado de realização de puro amor. Esse é o poder que você possui.

Não estamos dizendo que você não deva agir em relação às coisas pelas quais é apaixonado. O que estamos dizendo é que você será muito mais eficaz em criar as mudanças que deseja ver quando, em primeiro lugar, alcançar um nível mais elevado de consciência, elevar sua própria vibração e, então, agir a partir de uma perspectiva mais ampla, livre da influência da energia negativa dos outros.

Portanto, não importa o que esteja acontecendo com o planeta.

O importante é o que está acontecendo dentro de nós mesmos?



Quando você começa a julgar o comportamento dos outros, você se envolve. E a partir daí, você começa a trazer para a sua realidade as circunstâncias da experiência

de separação. Mas, na verdade, o comportamento dos outros nunca fez parte da sua realidade.

“Quando coisas consideradas ruins ou negativas acontecem na minha vida, como devo encará-las? Isso significa que tenho atraído as coisas erradas?”



Não há nada de ruim ou negativo nisso. Com o tempo, você perceberá como cada experiência pode torná-lo mais amoroso e compassivo. O que quer que tenha acontecido pode ter ajudado você a se lembrar do seu poder ou a ter clareza sobre o que realmente desejava. Olhando para trás, você poderá ver que o que aconteceu estava realmente acontecendo *para* o seu bem, e foi apenas o seu julgamento, baseado em uma experiência de separação, que o transformou. Parece ruim ou horrível.

Se você está julgando algo como ruim ou errado, você está vivenciando uma separação, porque esse é o único lugar onde o ruim ou o errado existem. Da nossa perspectiva, não há nada de ruim ou errado. Existem coisas que acontecem em diferentes níveis de consciência, mas tudo é amor, Fonte, Deus ou o Divino.

Em qualquer momento, em qualquer situação, sempre existe uma perspectiva mais ampla. Se você se permitir acessar esse nível de consciência, agora e para sempre, isso manifestará instantaneamente uma sensação de paz e sabedoria em cada instante da sua vida.

Quando alguém se esquece de quem é e se encontra em um nível de consciência inferior, diminuindo sua vibração a ponto de experimentar incrível resistência, medo ou separação, e esses sentimentos o levam a tomar atitudes que você consideraria erradas ou ruins, vemos a verdade sobre quem essa pessoa

realmente é e sabemos que essas coisas estão acontecendo por causa do seu nível de consciência.

Não falamos sobre os diferentes níveis de consciência para impor qualquer tipo de julgamento ou hierarquia. Você veio aqui para explorar diferentes níveis de consciência. Você já foi todas as coisas. Mesmo na experiência da separação, você continua expandindo quem você é.

Cada momento e cada situação são uma oportunidade, um potencial, uma possibilidade que se apresenta a você. O que você expressa dá significado a tudo e determina a sua realidade. Se você se concentrar em algo realmente ruim e atribuir a isso um significado negativo, essa será a sua realidade, e você naturalmente resistirá e terá medo disso. Mas se você observar a mesma coisa de uma perspectiva mais ampla — escolha vê-la como uma oportunidade, um potencial, uma possibilidade —, essa se tornará a sua realidade.

 “Onde está Jesus em tudo isso?”



O ser a quem você se refere como Jesus, também chamado de Cristo (o desperto), possuía uma consciência e vibração de puro amor, que, aqui e agora, também está disponível para você. Seus ensinamentos sobre o amor — ame a si mesmo, a Deus e ao seu próximo com todo o seu coração — reconhecem que todos esses são você mesmo. Porque, nos níveis mais elevados de consciência, não há separação. Existe apenas o aqui e agora, em puro amor. Essa é a sua verdade. É aqui que Jesus está.

Criando a partir da inocência

💬 *Você já falou sobre o estado de inocência durante o processo criativo. Pode descrever melhor como é esse estado, por que ele é importante e como nos ajuda a manifestar nossos desejos mais rapidamente?*



Pense em uma criança inocente, ou em você mesmo como uma criança inocente — um brilho nos olhos, brincando em um dia quente de verão na grama, o sol no rosto, talvez girando ou correndo para dentro de casa para colocar uma toalha sobre os ombros, e agora você é o Super-Homem ou a Supermulher, ou um rei ou uma rainha, ou qualquer coisa que tenha inspirado sua imaginação.

Uma criança, em sua inocência, permite-se vivenciar esse tipo de realidade, sem enxergar qualquer limitação ou falta em poder fazê-lo. Ela busca a sensação. Então, de repente, decide que seria muito divertido balançar no balanço. Ela se deleita com sua liberdade. Quando sente fome, corre para dentro para comer um lanche, depois do qual pode pintar um desenho. E isso continua o dia todo, até que ela vá dormir, pronta para repetir tudo no dia seguinte.

Eles não se preocupam em precisar ganhar mais dinheiro. Não pintam um quadro para tentar vendê-lo por mil dólares, motivados por um sentimento de carência, limitação ou medo de pagar as contas. No entanto, em algum momento, foi isso que aconteceu com vocês. Todos vocês deixaram a inocência para se preocupar com o que deveriam fazer, o que se espera que façam e o que precisam fazer. Vocês querem aprovação. Querem agradar aos outros. Querem ganhar dinheiro. Querem ser suficientes. Sua criatividade agora é impulsionada por expectativas, como ganhar dinheiro e pagar as contas, temendo as consequências caso não as alcancem.

Quando você retorna ao alinhamento da inocência, permite que a Verdadeira Criação se inspire no momento presente. Você pode criar a partir da alegria, do amor e da paixão. E, na verdade, você se tornará um criador muito mais poderoso, criando pela alegria de criar. Brincando pela diversão de brincar. E, com isso, você invocará ainda mais energia e terá mais manifestações, experimentando ainda mais a Verdadeira Criação. Quando você rebaixa sua consciência à separação, à carência ou à limitação, você está limitando a quantidade de energia que pode invocar e manifestar.

Em sua inocência, você já sabe que é mais do que suficiente. Você é livre.

Sono, dor e Alzheimer

💬 *O que faz nossa consciência enquanto nosso corpo dorme?*

É diferente para cada pessoa?

Sua consciência não reside apenas em seu cérebro ou corpo. Você é um campo de força de consciência que é muito mais do que você imagina ser. Mesmo quando alguém faz a transição, sua consciência não vai embora para outro lugar. Ela permanece aqui. A consciência não vai a lugar nenhum; você é sempre um com a Fonte.

No entanto, quando você está vivenciando uma forma física, criando a realidade, há uma parte de você que está focada em e através do seu corpo físico, enquanto, simultaneamente, há uma parte muito maior de você, chame-a de sua alma, seu espírito ou seu Eu Superior, que não está em uma experiência de tempo e espaço, que é sempre presente, eterna e sempre uma com o Todo.

💬 *“Como posso lidar com dor física crônica e limitações sendo um mestre ascensionado?”*



Primeiramente, não negue seu bem-estar infinito, sua saúde, sua vitalidade ou sua energia por nenhum motivo. Entendemos que, quando você sente dor física, isso ocupa muita atenção. Mas quanto mais você conseguir se conectar com o momento presente e, conseqüentemente, com o seu poder — deixando de lado a narrativa, o diagnóstico, etc., e realmente se entregando ao momento e sentindo o mestre ascensionado que você é — mais sua visão e experiência serão atraídas pela sua inclinação natural para a saúde e a recuperação.

O processo para criar mais daquilo que você deseja começa simplesmente ao se conectar com seu coração e sentir de verdade como seria ter aquilo. No seu caso, sinta e imagine liberdade, mobilidade, leveza e alegria. Não importa o que mais esteja acontecendo — uma doença, um diagnóstico ou dor. Por um instante, conecte-se com seu coração, assuma o seu poder e sinta de verdade o que você quer sentir.

O que mais você deseja? Talvez mais liberdade? Conecte-se com seu coração e sinta isso. Direcione cada célula do seu corpo para se alinhar com a vibração da liberdade. Sinta-a desde o topo da sua cabeça até a sola dos seus pés. Permita-se sentir o bem-estar infinito que existe neste momento e está sempre disponível para você, elevando sua consciência, elevando sua percepção. e elevando sua vibração para sentir o alinhamento desejado. Então respire fundo neste momento, porque a sensação é maravilhosa.

Você pode fazer isso a qualquer momento com qualquer coisa. Nesses momentos, você está literalmente expandindo o campo de força da consciência que é

você, e as partículas da Criação Infinita, que estão em cada célula do seu corpo, começarão a se alinhar (ou em alguns casos já se alinharam completamente) à liberdade, à saúde ou ao que quer que seja.

Suas células se regeneram e se rejuvenescem de acordo com seu nível de vibração e frequência. Quanto mais você vibra e se revigora em uma frequência mais elevada, sentindo alegria e paz, mais rápido suas células se regeneram e se rejuvenescem para se alinharem com a frequência que você está evocando naquele momento. Você está criando essa realidade de bem-estar infinito. Se você permanecer nesse sentimento, experimentará esse bem-estar infinito em sua realidade.

💬 *“Tenho dois pais idosos com Alzheimer. Eles frequentemente estão infelizes e ansiosos. Como podemos ajudar nossos entes queridos com Alzheimer e o que causa o Alzheimer?”*

Neste momento, a Terra apresenta um número maior de doenças em seu planeta porque é nisso que você tem concentrado sua atenção. Poderíamos falar sobre cada uma delas, mas, essencialmente, todas surgem quando você se envolve com certas crenças ou frequências.

À medida que a humanidade eleva sua consciência e se lembra da verdade sobre quem você é, qualquer desalinhamento de crenças e frequências se torna tão evidente que vocês imediatamente começarão a se realinhar em paz, alegria, amor e harmonia. Então, dentro de uma geração, vocês erradicarão todas as doenças do planeta. Tudo isso acontece através da elevação da consciência e da vibração.

Você está em uma jornada de expansão através de novos níveis de consciência e vibração, onde está adotando uma perspectiva muito mais elevada do que as antigas

de "oh, isso é tão terrível", ou "é assim mesmo", ou "todo mundo na minha família tem isso", para um ponto em que, mesmo hoje, existe uma nova compreensão de que toda doença pode ser algo emocional que se manifesta no corpo físico.

Se suas emoções são alegria, paz, harmonia e bem-estar, então essa será a manifestação no seu corpo. Por outro lado, sempre que você está lutando contra algo "externo", quando está preocupado com alguém, quando está estressado, se opondo a um partido político, lutando contra algo ou discutindo mentalmente sobre por que alguém está errado, toda essa energia flui primeiro através de você. Você pode estar tendo pensamentos negativos sobre outra pessoa, mas seu corpo não sabe disso. Sua energia está fluindo através de você. Você pode pensar que está lutando contra alguma agenda ou pessoa externa, mas seu corpo não sabe disso. Suas células são "quem" realmente está sentindo isso, e por isso começam a lutar entre si.

Então, o que você pode fazer quando se trata de seus entes queridos? Ame-os. Seja qual for o problema — doença mental, Alzheimer, câncer, dificuldades financeiras ou um relacionamento —, simplesmente ame-os. Simplesmente ame-os. Enxergue-os como a verdade de quem são, porque eles também são mestres; eles também são seres divinos. Nesse momento, eles podem não se lembrar do seu poder. Podem não reconhecer o amor que são. Mas quando você se lembra e reconhece, quando mantém sua perspectiva e consciência focadas na verdade de quem eles são, você estará trazendo esse estado, ou essa frequência, de puro amor para o momento presente. Você poderá notar que eles começam a se sentir cada vez melhor na sua presença. Não porque você esteja fazendo algo por eles, mas porque, ao elevar sua vibração e frequência, permanecendo em um estado de puro amor, você os ajudará a sentir ou se alinhar com muito mais facilidade, por meio da ressonância vibracional, com esse puro amor.

Uma pessoa com Alzheimer passa muito tempo em outros níveis de consciência. Depois, ela tem momentos de foco que retornam a esse estado de consciência denso e pesado, e por isso há resistência. Simplesmente ame-a. Não veja isso como algo errado. Entendemos que você quer que seu ente querido seja como era antes; você quer que ele seja feliz ou volte ao normal. O que ele experimenta na maior parte do tempo é a si mesmo como o amor puro, a vibração, a frequência e a consciência que ele é. Se você começar a sintonizar sua percepção e sua perspectiva sobre isso, começará a ver isso cada vez mais.

Ótimo. Muito obrigada, Câmara Municipal. A principal conclusão que tiro disso é que estamos prontos para decolar. Estamos preparados, autorizados a partir, e, no entanto, já estamos lá.



Dizemos isso sempre. É a base de tudo. Estamos aqui para te ajudar a lembrar que você é tudo o que deseja ser. Você já é. Tudo está dentro de você e sempre estará. Tudo é possível para você através do processo de elevar sua consciência e invocar a energia que se manifestará em grandes feitos, trazendo mais magia e milagres para sua vida.

Deixe-se levar pela sensação. Imagine a visão mais elevada que você puder para si mesmo. Imagine sua maior empolgação, sua maior alegria e a coisa mais grandiosa que você possa imaginar para si — a maior realidade que você deseja vivenciar. Sinta, sinta, sinta e sinta, e então deixe ir. Faça o que lhe traz alegria e vá fazer o que você ama. Siga a energia. Deixe a luz guiar o caminho. Deixe o próximo passo acontecer. vir até você.

A realidade flui através de você como esse campo de força da consciência que você é. Ao elevar sua consciência, a energia pode tudo. Seu destino se revelará a você. O que você deseja e o que você precisa estará presente mesmo antes de você saber que precisa, e você viverá e criará uma vida além dos seus sonhos mais ousados, garantimos.

Estamos sempre com vocês. Estamos sempre à disposição de vocês. Amamos vocês, amamos vocês, amamos vocês. E com isso, por enquanto, estamos completos.

Para saber mais sobre Sara, seus livros e o Conselho, visite o site de Sara em
www.saralandon.com .



⁵⁵ O Conselho se refere à sua perspectiva egóica e física como "seu humano".

Capítulo 4

O papel do amor na autorrealização com Matt Kahn



Sobre Matt

Matt é um professor espiritual incomparável, um curador empático altamente sintonizado, um orador poderoso e um autor cativante. Ele enriquece a vida das

peessoas oferecendo soluções centradas no coração que inspiram, encantam e unem. Matt escreveu os aclamados livros " *Whatever Arises, Love That*" (*Ame o Que Surgir*); "*Everything Is Here to Help You*" (*Tudo Está Aqui para Ajudar*) (apresentado no quadro "Be Kind" de Ellen DeGeneres); e " *The Universe Always Has a Plan*" (*O Universo Sempre Tem um Plano*) , que foram traduzidos para mais de uma dúzia de idiomas.

Seu livro mais recente, " *All for Love: The Transformative Power of Holding Space*" (*Tudo por Amor: O Poder Transformador de Acolhimento*) , ganhou o prêmio Gold Independent Publisher Book Award e o Ommie Award (categoria World Vision) e está no topo das listas de mais vendidos. Matt se tornou uma sensação no YouTube com seus vídeos inspiradores e muitas vezes bem-humorados. Com mais de 22 milhões de visualizações em seu canal no YouTube, seus seguidores encontram alívio para os desafios da vida cotidiana por meio de suas mensagens de amor. Entre suas honrarias, Matt foi nomeado uma das 100 pessoas vivas mais influentes espiritualmente pela revista *Watkins Mind Body Spirit* , ao lado do Dalai Lama e de Eckhart Tolle.

Prelúdio

Canalização sem Transe

Olá, Matt! É uma honra tê-lo conosco. Antes de começarmos, você poderia explicar um pouco sobre seu método ou estilo de canalização?



Que bom estar com você de novo, Mike.

Desde criança, eu dizia coisas que simplesmente brotavam da minha boca, e parecia que alguém estava falando através de mim. Foi só no final da adolescência que meus guias começaram a falar comigo. A primeira coisa que disseram foi: "Você não é quem pensa que é". Minha resposta foi: "Quem diabos são vocês?"

Continuei a ter essas conversas muito objetivas com guias, arcanjos e mestres ascensos em meu caminho progressivo de despertar. Elas se tornaram tanto minha iniciação como canalizadora quanto minha doutrinação para a jornada que eu guiaria as pessoas.

Foi uma reviravolta surpreendente. De repente, eu era um cara espiritual conversando com mestres ascensos. Fiz a eles todas as perguntas que me vieram à mente, às vezes repetindo a mesma pergunta só para ver se as respostas mudariam. Não só elas permaneceram consistentes, como tudo sempre parecia amoroso, seguro e focado na consciência da unidade. Por muito tempo, permaneci cético. Eu queria me conectar com meus guias, mas uma parte de mim tinha medo de estar inventando tudo – eu não queria forçar ou fingir nada.

Chegou o momento em que a confiança foi estabelecida e me disseram que eu transmitiria energia de cura. Eu disse: "Não quero me afastar e deixar que outra pessoa ou 'algo' fale através de mim". Eles disseram: "Então, você terá que passar por uma jornada de integração e cura para se tornar um canal encarnado".

Isso me entusiasmou: a ideia de criar um compêndio vitalício de trabalho sobre mim mesma, servindo como modelo para o que eu ensinava, tornando-me o espaço aberto por onde essa energia pudesse fluir, enquanto eu era eu mesma e me tornava uma com aquilo a que eu estava acessando. Ter o Universo à disposição já seria incrível, mas também havia uma parte de mim que queria que minha vida fosse uma dedicação integral ao meu trabalho.

Desenvolvi a capacidade de transmitir energia de cura, promover o despertar e ajudar as pessoas a incorporar o tipo de conhecimento que gera mudanças duradouras. Meu maior desejo é ajudar as pessoas a despertar para o seu potencial máximo e a conhecer a verdadeira magia do Universo que reside em todos nós.

Ensino ideias que nunca conheci antes. Posso literalmente subir ao palco, sem nenhum conhecimento prévio, e, como todos na plateia, estou ouvindo o que está sendo dito pela primeira vez.

Tenho consciência das palavras canalizadas que fluem através de mim. Não é algo Eu elaboro o conteúdo com antecedência e depois compartilho — o que é ótimo, mas esse não é o meu processo. Posso saber um pouco sobre o que vou ensinar, como hoje: despertar. No entanto, não sou eu quem escolhe as palavras; minhas palavras me escolhem.

A verdade é que todos nós canalizamos em algum nível. A maioria das pessoas, no entanto, canaliza apenas o seu ego, em vez de manifestar, incorporar e canalizar a sua alma.

O Ego, o Eu Superior, os Guias Espirituais e a Alma

*Você já teve uma conversa egoica com seus guias espirituais? Seu ego
conversa com eles e depois há uma troca de ideias?*



Há momentos em que percebo que meu ego está se agitando. Normalmente, sou muito claro em minhas decisões. Sempre sei exatamente o que preciso ou quero fazer em qualquer momento. Nos raros momentos em que hesito, pensando "talvez isso... ou talvez aquilo", percebo que meu sistema operacional egóico está sendo ativado. Posso respeitá-lo porque o ego é necessário, até certo ponto. Só preciso ter cuidado, porque tudo se resume à transparência ou à densidade de sua motivação. A densidade do ego de alguém sempre reflete a quantidade de proteção psíquica que essa pessoa acredita precisar.

Muitas pessoas se expressam através de uma personalidade elaborada porque, para elas, isso lhes traz segurança. No entanto, é quando somos seres libertos, despertos na unicidade da verdade, que não precisamos de tanta proteção. Então, nosso ego pode se reduzir e se tornar transparente, e podemos nos tornar um canal de expressão individual para a Energia da Fonte.

Não preciso de muita proteção, então não costuma se manifestar com frequência. Mas quando acontece, geralmente fico ruminando sobre alguma escolha, até que dou risada e sigo em frente com o meu dia. Felizmente, com o canal e a conexão com o Universo que tenho, tudo é muito claro, muito definitivo e muito simples, e é assim que estou acostumada a viver minha vida.

Você não sente o ego tentando recuperar o controle?



Não. Na verdade, acho que uma das razões pelas quais o ego age assim é porque nós, como seres humanos, precisamos aprender sobre nossos limites. Muitas pessoas ainda estão presas a um padrão de tentar agradar a todos. Tentam apresentar a versão mais agradável e amável de si mesmas para os outros, o que é ótimo, mas nem sempre agimos com verdadeira autenticidade.

Por exemplo, se você precisa de espaço para recarregar as energias, mas tem medo de chatear alguém ou de ser abandonado, você vai acabar se doando demais. Isso vai levar à exaustão, ao esgotamento e ao ressentimento. Então, quando o ego se inflama, muitas vezes está agindo em nome da consciência para nos lembrar de um limite que não sabemos como estabelecer ou de um desequilíbrio que estamos ignorando.

Quando vivemos em um espaço de verdadeira autonomia e verdadeira soberania, amamos e valorizamos incondicionalmente o nosso próprio tempo. Assim, podemos compartilhar o espaço com as pessoas sem nos doarmos em excesso, o que nos esgotaria ou nos deixaria ressentidos.

Esse tipo de lição, entre muitas outras, constitui a evolução de nossos espíritos nesses corpos humanos — em outras palavras, o despertar.

Como você começa a distinguir entre a voz do ego e a do Eu Superior? Como você vivenciou essa evolução?

Comecei a perceber, em mim e em muitas outras pessoas também, que quando o ego surge, geralmente há um elemento temporal envolvido. Por exemplo, o ego usa causa e efeito, superstição, manipulação ou ultimatos como um artifício temporal para criar pressão. Quando é o seu ego disfarçado de intuição, ele dirá que você precisa tomar esta decisão até este momento, ou então você perderá algo incrível ou algo catastrófico acontecerá.

Quando entramos nesse tipo de conversa que parece um ultimato, na verdade é o nosso ego se disfarçando de nossa sabedoria suprema. O ego não está tentando ferir ninguém; está dizendo: "Olha, você gosta de dar atenção a coisas espirituais, então vou me vestir de seu guia espiritual porque quero um pouco de atenção." É como uma criança dizendo: "Ei, meu pai gosta de futebol americano — ele assiste o tempo todo — então vou vestir um uniforme de futebol americano e talvez meu pai me dê mais atenção."

Também descobri que, quando é o nosso ego que está em jogo, tendemos a achar que sabemos mais sobre os outros do que eles próprios. Quando é a sua alma,

porém, a sua consciência está voltada para você e somente para você. Os outros são o mistério; Você é o sujeito da autoconsciência e da autorresponsabilidade. Isso é muito importante.

Você sente que é a sua alma que se manifesta?



Penso na alma como uma extensão única da totalidade da Fonte. É a forma como a Fonte se expressa através de um indivíduo. Poderíamos também dizer que a sabedoria à qual a alma tem acesso é o seu Eu Superior. Uso estes termos indistintamente.

Além disso, trabalho com guias espirituais, o que não é incomum. Se você observar a religião hindu, por exemplo, encontrará uma variedade de deuses e deusas que são simplesmente expressões únicas do Divino. Descobri que nossos guias são simplesmente atributos individuais de nossa alma que oferecem sabedoria do Eu Superior. Isso também faz parte do nosso despertar: trazer a sabedoria do seu Eu Superior para o seu corpo para influenciar seus padrões de linguagem e escolhas — para literalmente manifestar o espírito em sua forma.

O Chamado ao Despertar

A questão é: até onde alguém irá em sua jornada? O quanto essa pessoa está disposta a se dedicar à oportunidade de permitir que mais verdade entre em sua vida? Talvez tenhamos tido sucessos em nossas vidas, talvez decepções, mas para ir além, chega um ponto em que dizemos: "Estou menos seduzido pelo ganho pessoal e menos obcecado pelo medo da perda pessoal do que estou pronto para permitir que o Divino opere sua magia mais incrível através de mim, expressando sua vontade mais elevada para o benefício deste planeta."

Quando chegamos a um ponto em que desejamos nos conectar com algo superior ao ganho e à perda, e com algo mais relevante e real do que o medo, a superstição e a expectativa, é porque estamos passando por um despertar da consciência que nos permite ser canais do espírito, em vez de meros reflexos do seu potencial.

Defina uma intenção

Agora, enquanto você acompanha esta mensagem, gostaria que definisse uma intenção pessoal para esta transmissão, pois desejo que você e seus guias façam parte desta cocriação. Colaboraremos na transmissão de uma energia de cura que promova o seu despertar mais profundo.

Em homenagem a isso, por favor, reserve este momento para definir sua intenção para aquilo que você deseja alcançar. Espero receber. Por exemplo: "Desejo que isso me ajude a: Curar. Despertar. Integrar. Incorporar. Sentir-me segura. Estar mais conectada com minhas próprias mensagens e guias psíquicos. Ou tudo isso."

Você não precisa escolher apenas um; pode nomear quantos quiser.

Reserve um momento.

Como você direcionará essa energia para que possamos despertar e curar como um só?

O papel do amor na autorrealização

O Divino Feminino

Ao longo da história, todo ser que despertou para uma verdade superior satisfaz uma intenção do Universo: criar mundos onde se encarna como indivíduo, apenas para crescer e experimentar a expansão de cada um em sua jornada, para satisfazer sua curiosidade e conhecer a si mesmo nos níveis mais profundos. Quanto mais o Universo

desperta dentro de cada um de nós, mais o Universo se expande como um todo, porque a realidade é feita da essência de uma inteligência que tudo ama.

No início da jornada, naquilo que consideramos as tradições de despertar e cura, fomos ensinados a partir de uma perspectiva muito masculina. Contudo, como agora atingimos um momento crucial na história, frequentemente referido como nossa ascensão, o Universo deseja se reconectar consigo mesmo de uma maneira inédita.

Essa ascensão representa o retorno da igualdade de poder entre o masculino e o feminino – um equilíbrio energético dentro de cada ser humano. Quanto mais equilibrado, mais harmoniosa a sua realidade externa, elevando, em última instância, a vibração do planeta, revertendo o ciclo cármico e o aquecimento global, criando um mundo mais sustentável e manifestando o Paraíso na Terra.

O divino feminino é a essência do amor. O divino masculino é a essência da verdade. O verdadeiro despertar é a união de ambos: quando amamos a verdade, mais do que se manter seguro através da evitação baseada no medo, e quando a verdade do amor chama nossos corações com mais força do que procurar coisas para nos fixarmos ou evitarmos.

Iniciei esta jornada não por ter estudado os ensinamentos masculinos do despertar, mas sim por meio da experiência do despertar da verdade, a percepção de um poder superior que habita em unidade com você. O que notei sobre os aspectos masculinos do despertar, na ausência do feminino, é que às vezes podem fazer com que certas verdades pareçam mais irrealis ou ilusórias, ou seja, menos relevantes. Isso acontece porque é o feminino que desperta a verdade do amor. A verdade do amor oferece uma perspectiva mais ampla.

Dentro do divino feminino, você sabe que tudo é um e que, independentemente do comportamento de cada um, todos somos expressões da divindade. Somos

capazes de tomar decisões pessoais. Tomar decisões sobre nossos limites e não sermos mais cúmplices de crimes cometidos contra nós. Somos capazes de fazer isso com tanta habilidade, guiados pelo amor, dizendo: "Posso escolher e manter o espaço para minha própria soberania sem perturbar ou desrespeitar a divindade em outra pessoa", mesmo quando a divindade de alguém pode ser difícil de enxergar devido aos seus traumas e padrões de comportamento.

Quando o divino feminino começa a emergir dentro de nós, começamos a perceber que o amor é uma força superior; na verdade, é a vibração mais elevada. Você o incorporará como sua própria vibração mais elevada, dependendo de quanto tempo e quanta atenção você dedicar a ele.

O Divino Masculino

Normalmente, em nosso mundo inconsciente, o masculino desperta muito antes do feminino. Assim, muitas vezes percebemos o amor como uma recompensa pelo bom comportamento e como algo a ser negado como forma de punir aqueles que agem a partir de um aspecto inferior de si mesmos. Muitas crianças já experimentaram o amor de forma disciplinar.

Em um nível espiritual, não amamos necessariamente em troca de experiências que preferimos e apreciamos. Amamos como uma forma de dizer: "Sinto-me tão inspirado pela dor que percebo nesta pessoa (dor que não preciso necessariamente sentir) que posso reconhecê-la como uma influência que a leva a agir a partir de seus aspectos menos redimíveis de caráter. Sempre que alguém age movido pelo ego, é porque está se escondendo, sofrendo e se sentindo inseguro. Não vou retirar meu amor como forma de discipliná-lo. Vou ouvir seu clamor por amor e oferecer o que ele precisa para se curar, para que não seja mais explorado e possa se libertar de seu sofrimento."

Quando o divino feminino desperta, o amor é o que oferecemos a nós mesmos e a todos os seres humanos. Aprendemos a diferença entre "Eu te amo como alma" e "Não tolero seu mau tratamento (egoico) para comigo e com os outros". O amor é uma forma de equilibrar o impulso masculino pela verdade. Caso contrário, o masculino é impulsionado apenas a explorar a verdade, vagando em busca de seu amor perdido, o divino feminino.

Unindo Nossas Energias Divinas

No despertar, unimos o masculino e o feminino. É muito interessante dizer isso dessa forma porque, com frequência, nos estágios iniciais do despertar, as pessoas adotam egos "espirituais". A espiritualidade se torna mais uma máscara ao longo do caminho. Pessoas que tentam defender uma verdade superior se apegam tanto a ela que acabam não compreendendo aqueles que veem as coisas de maneira diferente. Podem se esconder atrás de teclados e se envolver tanto com alguma verdade política ou filosófica que deixam de tratar os outros com gentileza.

Quando despertamos para o amor, podemos defender uma verdade que não diminui o padrão do nosso caráter. Podemos representar uma verdade que não exige que desrespeitemos a soberania de nenhum ser humano. E mesmo quando somos desrespeitados por outros, não precisamos tolerar maus-tratos quando existimos em um estado de amor. Tampouco isso nos afeta, prejudica ou fere quando somos íntegros como o amor que somos.

Compartilho isso com vocês enquanto canalizo, mas também, como pessoa, posso refletir sobre minha vida e como ela mudou quando o amor despertou dentro de mim — quando percebi o papel que o amor desempenha na cura e no despertar, e como tudo faz parte da mesma jornada. Precisamos nos nutrir *emocionalmente* com tudo aquilo que o passado pareceu nos negar. Precisamos nos dar o amor que

gostaríamos de ter recebido mais de nossos pais. Talvez tenhamos sido amados por um pai ou mãe que faleceu inesperadamente, e por isso sentimos que o amor partiu com eles e estamos de luto. Ou, às vezes, as pessoas podem ter dito "Eu te amo" enquanto faziam coisas nada amorosas, levando-nos a desconfiar do amor.

A questão é: podemos começar a nos tornar o espaço aberto, os receptores, para que o amor desperte? Podemos começar a nos dar tudo o que precisamos e que parecia ter sido negado no passado? Porque quando damos a cada ferida o amor que lhe faltou, ou o amor que ela não se lembra de ter recebido, ou o amor que esteve ausente durante um momento de trauma ou maus-tratos, trazemos a essa memória a plenitude e a completude de todas as experiências, o que permite que essa memória se dissolva em nível celular, retorne à luz e se transmute.

Transmutando o Trauma

Podemos, então, processar mentalmente nossas feridas — talvez comparando como o fim de um relacionamento se reflete no relacionamento de nossos pais ou psicanalizando qualquer outra coisa indefinidamente —, que é o caminho tradicional do masculino, ou podemos adotar uma abordagem mais unificada e inovadora, optando por processar emocionalmente nosso trauma. De qualquer forma, precisamos processar emocionalmente nossas feridas para encontrar o alívio que buscamos.

O processamento mental consiste em: "Isso aconteceu. Isso também aconteceu. Qual a relação entre eles?" O processamento emocional consiste em reconhecer que qualquer sentimento que eu esteja tendo faz parte de uma memória celular tentando completar sua jornada e retornar para a luz. Se eu puder permitir que o sentimento seja sentido, se eu puder aceitar que ele faz parte do meu caminho mais elevado e lhe dar o amor que ele não se lembra de ter recebido no passado — mesmo que o amor que eu lhe dê não mude como me sinto —, estarei ajudando uma parte de

mim a alcançar a sua conclusão. Estarei ajudando outra memória ou conjunto de emoções a se transmutar de volta em luz.

Todo o processo de despertar é literalmente a personificação da alquimia: trans Silenciar o trauma e trazê-lo de volta à luz. Só o amor pode fazer isso.

Mesmo enquanto estamos aqui sentados juntos, talvez com as mãos sobre o coração, seja lá o que estivermos sentindo, é exatamente como devemos nos sentir agora. O que o amor nos diria, assim como eu estou dizendo, é que não há razão para a tristeza ser outra coisa senão tristeza. Em vez disso, seja o amor que acolhe a tristeza até que ela esteja pronta para ir embora. Não há razão para transformar o medo em algo além de medo. Não estamos aqui para transformar o medo em amor. Estamos aqui para amar quem tem medo. Quando escrevi "*Ame o Que Surgir*", algumas pessoas pensaram que eu estava tentando dizer: "Ah, essa pessoa me traiu; eu deveria amar isso". Não era essa a minha intenção. "Isso" se refere ao convite para sentir e libertar aquilo que foi bloqueado ou resistido.

Então, não se trata de "Meu parceiro me traiu e eu adoro isso" ou "Eu deveria adorar isso para garantir que não aconteça no futuro", o que é mais superstição. Em vez disso, eu digo: "Se eu consigo sentir o quão traumatizante é ser traída, não mereço mais amor, e não menos, agora? Se eu consigo reconhecer o quanto de amor eu mereço, posso me concentrar mais em me dar o amor que desejo, em vez de me concentrar e ficar obcecada com o que alguém me fez?"

Isso não significa que, de vez em quando, se alguém fizer algo grave, você deva se abster de agir. Pode ser necessário intervir legalmente ou levar alguém à justiça pelo crime que cometeu. Podemos seguir todo o processo judicial necessário para garantir que mais pessoas não sejam prejudicadas da maneira como você pode ter sido prejudicado. Mas não precisamos fazer isso com rancor no coração. Não precisamos

replicar o padrão cármico de alguém acumulando mais karma dentro de nós mesmos. Karma não se trata de fazer a "coisa errada", mas sim de construir, sem intenção, mais barreiras internas ao longo da nossa jornada.

Queremos que muros desabem a cada passo que damos, e não que novos surjam. E o que mantém os muros abaixados, o que mantém o coração transbordando de alegria e o que nos permite sentir verdadeiramente a gravidade da nossa própria imortalidade é o quanto de nós nos entregamos ao amor: viver uma vida de entrega ao amor. Quando não nos entregamos ao amor, vivemos em constante negociação com o Universo e com a nossa imaginação, intencionando e acreditando que tudo tem que acontecer de uma certa maneira, ignorando o fato de que o Universo tem um plano para nós e que somos cocriadores nesta jornada, com papéis importantíssimos.

Não compita com o Universo; harmonize-se com ele. A maneira de se harmonizar em unidade com o Universo é unindo-se a ele na adoração e no amor por si mesmo, da maneira como sempre amou e sempre amará. O Universo está tendo uma experiência profunda ao se reconhecer como você. Sua separação dele é apenas a distância entre como você se vê e como o Universo o vê. O Universo o vê como uma criação magnífica. Se você se vê como menos do que isso, sentirá uma separação da Fonte.

A questão é: como podemos superar essa lacuna e nos tornar um com o Universo? Aprendendo a nos enxergar a partir de um nível mais elevado de valor e autoestima. Mas como fazemos isso sem fingir ou ser inautênticos? Amamos as partes de nós mesmos que ainda não conseguimos enxergar como elas são simplesmente reflexos da nossa própria dor não processada.

Não é aqui que nos escondemos em alta vibração para escapar da baixa vibração. Não é aqui que damos interpretações espirituais de recompensa e punição

ou pensamos que o Universo funciona segundo uma lógica de causa e efeito. É aqui que libertamos a magnificência da nossa própria luz eterna.

Para que você perceba o quão intensamente você brilha e transforma este mundo, precisa voltar essa luz para si mesmo e sentir a força do seu próprio esplendor. Pode ser intimidante. É algo muito íntimo, mas o ego não tem controle algum na intimidade. O ego também enfrenta a irônica situação de desenvolver medos subconscientes em relação às coisas que deseja. Assim, enquanto busca satisfazer um desejo, o ego também constrói um medo da sua concretização, como quando as pessoas se fixam na busca pela sua alma gêmea e vão a primeiros encontros repletos de ansiedade.

Amor encarnado

O amor é o que nos ajuda a equilibrar tudo. O amor é o que nos ancora. O amor é o que fomenta a expansão. O amor é o que nos permite atrair experiências, recebê-las e vivenciá-las plenamente, sem correr em direção a algo de que fugiremos assim que surgir. O amor torna tudo certo. O amor traz plenitude ao planeta. E o amor é a própria força que cura e desperta todos os seres humanos.

Mais uma vez, quanto da sua vida você está disposto a entregar ao amor? Quanto de si mesmo se abrirá para deixar o amor entrar? Respondemos a essas perguntas conhecendo o amor e o reconhecendo como parte integrante de quem somos, não como uma força manipuladora que altera nossas experiências ou como um amor presente apenas em momentos de euforia em vez de derrota. É um amor que oferece o apoio necessário tanto nos momentos de maior triunfo quanto nos de mais profunda tristeza.

O amor é a própria respiração que você dá. O amor é o apoio eterno da Energia da Fonte. Quanto mais nos amamos, mais somos capazes de amar os outros, mais

somos capazes de ver os outros da perspectiva mais inocente e mais atraímos apenas as versões das outras pessoas que correspondem ao amor que dedicamos a nós mesmos.

O amor é, por acaso, a nossa forma mais intrínseca de proteção psíquica. É a própria identidade da nossa natureza essencial. Não há ferida que o amor não possa curar, e jamais haverá uma evolução da consciência em que o amor não esteja na vanguarda como foco central da expansão espiritual, como agora. Atualmente, vivemos em um mundo que passa por uma revelação de consciência expandida, começando a vislumbrar e experimentar uma lembrança da unidade — uma lembrança de que o amor é para todos.

Em breve, não viveremos mais em um mundo onde todos tentam esconder o amor por a si mesmos por medo de não terem o suficiente ou de perderem experiências que sempre deveríamos ter. O amor é um ato de serviço. O amor não se resume a acolher as pessoas pelas experiências descompartmentadas que desejamos ter com elas. É uma honra que concedemos a todos que dizem: "Eu te acolherei, eu te honrarei e eu cuidarei de você em nome do amor."

Em breve, viveremos em uma realidade interdependente de consciência de unidade, não mais tomando decisões apenas para nosso próprio ganho pessoal ou para evitar qualquer grau de perda pessoal. Em vez disso, tomaremos decisões que sejam sempre boas para a totalidade da vida, incluindo nós mesmos, vivendo em um nível sustentável de consciência — um nível de consciência que chamo de consciência comunitária.

Vivemos em um mundo, mas o mundo é verdadeiramente uma coleção de comunidades que começarão a prosperar quando cada um de nós viver individualmente para o bem-estar do outro. Isso é algo que perdemos de vista. À

medida que aceleramos a expansão da consciência, ajudamos a esgotar o tempo da *inconsciência* e, literalmente, aceleramos o tecido do tempo pela frequência e autenticidade com que amamos a nós mesmos e uns aos outros. Porque, na conexão de luz que é a unidade que nos une como um só, quando me amo, ajudo a curar o mundo, e quando ajudo a curar o mundo, me transformo. Mesmo que você pense: "Não estou interessado em ajudar o mundo a se curar", apenas amando a si mesmo, você se transformará e, portanto, transformará o mundo.

Como saber por onde começar a nos curar quando, sem querer, permitimos que nosso ego nos engane e nos iluda por tanto tempo — por uma vida inteira? Geralmente não percebemos o papel tão astuto que o ego desempenhou em nossas vidas, mas muitas vezes sentimos que algo não está bem. Como chegar a esse ponto de reconhecer o que mais precisamos para nos sentirmos completos?



Existem algumas maneiras de abordarmos isso. Primeiro, observe seu corpo em busca de qualquer tipo de peso, pressão ou dor. Se houver algum tipo de perturbação, localize-a. Pergunte: "Onde no meu corpo eu sinto isso?" Em seguida, pergunte a essa parte do seu corpo, que tem sua própria consciência: "Quais são as palavras que você precisa ouvir de mim para ajudá-la a curar e movimentar essa energia?"

Não estamos apenas tentando movimentar a energia. Estamos apelando para a consciência do corpo que diz: "Ei, eu faço parte de você. Na verdade, sou um dos seus guias." Nosso trabalho é perceber a perturbação como um mecanismo de busca por atenção a partir dos níveis mais inocentes e ouvir os gemidos, os gritos e os apelos que se manifestam como dor física, exaustão ou esgotamento, que na verdade são um ciclo vicioso de trauma. memórias do nosso sistema límbico. Simplesmente localize

onde ele está em seu corpo e pergunte a essa parte que parece separada. Honre sua própria consciência independente, oferecendo: "O que você precisa de mim para dar o próximo passo em sua cura?"

Às vezes, simplesmente fazer essa pergunta não trará uma resposta imediata, porque aquela parte de você que precisa de ajuda diz: "Nossa, eu adoro quando você interage comigo assim!" O que ela realmente gosta é de poder dar uma resposta da sua perspectiva, em vez de ter suas necessidades projetadas, como acontece com um pai que diz: "Eu sei do que meu filho precisa." Ok, talvez você saiba. Mas você também pode perguntar à criança: "Do que você precisa?" Se não houver resposta, podemos ser o adulto. Mas interagir com essas partes com respeito e autonomia sobre a própria consciência delas literalmente abre a ferida e diz: "Agora eu sei que você é meu fiel libertador, e vou te deixar participar dessa cura em vez de tentar me esconder de você."

Existe uma parte de cada medo que teme a própria morte! Nossas feridas temem que sua cura signifique sua morte. Na verdade, a cura transforma formas em outras. Se, porém, uma parte de você se identifica com algo e você sabe que a cura vai te transformar, essa ferida que parece uma morte pode se tornar realidade. Nossas feridas se escondem da luz, com medo da morte, e nossa jornada é ajudá-las a perceber: "Eu sou amor. Estou aqui para te resgatar. Estou te levando para a luz. Você está renascendo. Você teme que isso seja a morte, mas eu vou segurar sua mão e estar com você para que você saiba que isso é um renascimento e não uma conspiração para te assassinar." Podemos amar essas partes conversando com elas e nos conhecendo emocionalmente, e não apenas mentalmente.

O ego muitas vezes acredita que pode contornar as conexões emocionais com racionalização excessiva, mas o que estamos percebendo neste mundo é que isso não funciona. Só cria seres humanos desequilibrados e um planeta insustentável.

Você diria que o domínio de si mesmo, em um caminho de despertar e iluminação, consiste em levar amor a áreas da sua essência que ainda não o receberam?



Concordo plenamente com isso, e vou explicar porquê. Tendo ensinado em muitas comunidades e para pessoas de diversos caminhos, às vezes — e é uma questão de energia — posso entrar numa sala cheia de pessoas que estão numa jornada intensa rumo ao despertar. Há certos públicos para quem o despertar é o objetivo principal.

O que eu consigo sentir, energeticamente e empaticamente, é quando o coração deles se abre para uma relação de amor com o serviço; é aí que o despertar é puro. Outras vezes, percebo que eles só querem despertar porque detestam ser o personagem. Eles não conseguem deixar de estar presentes em suas vidas. Então, o despertar se torna uma forma de autonegação.

Algumas pessoas encaram o despertar como: "Vou me transformar numa verdade maior e me livrar dessa pessoa que detesto ser. Talvez ela me dê um novo 'endereço IP' e manifestações melhores." Mas o verdadeiro despertar acontece quando nos amamos. Buda, sob a árvore Bodhi, disse: "Não me moverei. Tudo vem a mim." Essa é uma postura de amor. Quando amamos, cultivamos a presença. Não nos movemos em direção às coisas; deixamos que as coisas se movam em nossa direção.

O próprio caminho do amor-próprio nos coloca em um alinhamento que permite que o despertar seja desencadeado. Mas para as pessoas nesse caminho que *não* fizeram o trabalho emocional necessário, se de repente experimentarem uma

expansão da consciência porque a verdade as atingiu em cheio e as transformou, isso pode mergulhá-las em uma noite escura da alma.

Se a cura emocional vier primeiro, o despertar acontecerá ao longo do caminho. Então, uma vez que o despertar aconteça, não precisamos embarcar nessa jornada maluca à la Willy Wonka e revisitar todas as coisas que não vimos ou deixamos passar. Ao nos amarmos antes e durante o despertar, nos amamos depois dele. O amor desempenha um papel em cada etapa. É com isso que devemos nos alinhar em primeiro lugar.

As Dimensões

Você consegue se comunicar com a terceira e a quarta dimensões? O que está acontecendo no mundo agora? Isso é polaridade? É o Livro do Apocalipse se tornando realidade? É o novo calendário maia? O quê e por quê?



Sim, estamos vivendo agora "O Livro do Apocalipse: O Musical". Este é um momento crucial da história. Mas, para entendermos a dimensão, a terceira dimensão é aquela em que a Terra existe há muito tempo. É a dimensão da expressão individual. Isso é positivo. É a dimensão da determinação, onde você está disposto a fazer uma jornada no tempo e permitir que as coisas evoluam em câmera lenta, em comparação com a manifestação instantânea da realidade quântica. Além disso, na terceira dimensão, experimentamos uma individualidade que nos faz sentir separados uns dos outros, separados dos corações uns dos outros e separados do Universo. O aspecto negativo dessa dimensão surge quando resistimos a atravessá-la. Não fomos feitos para ficar aqui.

A quarta dimensão é a dimensão do tempo: o tempo que todos nós precisamos para Abrace nossa individualidade para curar as feridas da jornada individual e permitir que o indivíduo seja uma expressão única do espírito. A quarta dimensão também é onde as pessoas se envolvem com ensinamentos espirituais que se assemelham à superstição baseada no medo. Há muita teoria da conspiração por lá. É como o Festival Burning Man da evolução espiritual.

A quinta dimensão é a consciência da unidade, onde, embora sejamos indivíduos, também percebemos que somos um. Não somos tão "um" a ponto de nos perdermos, nem estamos tão absortos em nossa consciência individual a ponto de ignorarmos nossa unidade. É uma dimensão de equilíbrio. É a dimensão onde a expansão interna da sua luz começa a se manifestar externamente e a se refletir.

A terceira dimensão costuma ser o ponto de partida onde nos encontramos como indivíduos. Então, vivenciamos a expansão do indivíduo através de uma jornada no tempo para perceber a unidade que abrange todas as coisas e que celebra essa unidade através de uma interação com a diversidade. E a partir desse espaço, à medida que começamos a realmente reconhecer a diversidade, começamos a viver em um mundo diferente, onde todas as regras e formas de comportamento englobam tolerância, inclusão e igualdade. Portanto, neste momento, estamos testemunhando o incrível processo de um mundo despertando, onde a sociedade está se transformando em uma expressão viva da consciência da unidade.

Você diria que vivemos na quarta dimensão desde 2012?



Em 2012, a Terra atingiu a quarta dimensão e, em 2019, a quinta. Agora, para que possamos continuar existindo, cada um de nós precisa estar mais próximo do nível

de desenvolvimento da Terra. Muitos acreditam que, até que isso aconteça, a Terra não poderá ascender mais. É por isso que o caos está se instaurando: a Terra ascendeu à quinta dimensão e os seres humanos precisam acompanhar o ritmo.

Que coisas poderíamos ver ou vivenciar enquanto isso acontece?



Começaremos a ver pessoas, movidas por sua dor e feridas, assumindo mais responsabilidade por seu comportamento, em vez de projetá-las nos outros e se esconderem atrás de uma falsa sensação de justiça.

As pessoas deixarão de se maltratar quando tomarem consciência da verdade. O sinal revelador de qualquer personagem vilanesco é a convicção de ser o herói. Isso faz parte de sua ilusão. O que diferencia um herói de um vilão é que o herói sempre age com integridade, visando o bem de todos. O vilão usa a integridade apenas em benefício próprio.

Para usar uma analogia de Joseph Campbell, o que começaremos a ver na redenção do herói é o seu inconsciente se tornando mais autoconsciente e autorreflexivo. Ele será até capaz de se comunicar depois do ocorrido: "Ei, essa não foi a minha maior verdade. Acho que te magoei. Me desculpe."

Isso é um salto evolutivo. E, ao mesmo tempo, começaremos a ver nossos próprios superpoderes e habilidades incríveis se manifestarem. É apenas uma questão de qual desses poderes é o mais prático para o mundo em que vivemos. A verdade é que todos nós *já estamos* vivenciando fenômenos de outro mundo.

Morrer para viver

Todos nós somos mestres espirituais em evolução, finalmente tomando consciência de nossa maestria. À medida que cada um de nós avança em direção à

maestria, começaremos a experimentar o espaço entre as coisas. Começaremos a experimentar dimensões dentro de dimensões. Começaremos a experimentar a vida desperta como um estado de sonho ampliado. As coisas simplesmente não parecerão tão reais quanto antes. Começaremos a "saber" as coisas em um nível sem precisar que o ego confirme sua validade. Finalmente seremos capazes de confiar em nossos sentimentos e permitir que a intuição nos guie, à medida que se torna mais seguro encarar nossos sentimentos da maneira mais amorosa, onde começamos a viver nossas vidas plenamente presentes, a partir de um lugar de humildade, não de julgamento.

Para experimentarmos nossa natureza atemporal, precisamos confrontar nossa própria mortalidade egóica. Creio que uma das coisas mais incríveis sobre o despertar é que ele nos ajuda a suportar e sobreviver às inúmeras mortes psicológicas. Somente dançando com a morte dessa maneira é que o amor pode se tornar a prioridade máxima. Nossos eus antigos precisam morrer para que saibamos como viver. Até que tenhamos vivenciado isso, não saberemos como abraçar a escolha de amar sem que ela seja uma opção que beneficie o ego. A beleza do amor como uma escolha sem escolha é o maior presente que o despertar nos oferece.

Ao despertarmos, não precisamos abandonar o corpo para transcender as limitações da nossa condição humana. Podemos expandir nossa consciência até o nível celestial, permanecendo neste plano terrestre, ainda encarnados, onde essa energia expandida pode tangivelmente tomar forma e se manifestar como o Universo conhecendo a si mesmo em um nível mais profundo do que nunca.

Mais sobre o ego e os jogos que ele joga.

Gostaria de citar seu livro "Tudo por Amor": "...mesmo que o ego sempre conseguisse o que queria, não seria mais feliz do que antes."

Então, o ego não só não sabe o que realmente quer, como, mesmo quando consegue o que pensava querer, ainda assim não fica feliz! Acho que todos nós podemos nos identificar com isso. Você pode nos dizer o que é o ego?



O ego é um espectro de densidade psicológica. Ele nos ajuda a estar enraizados e ancorados na Terra. Por exemplo, se você não tivesse ego, sairia nu em uma nevasca, esquecendo-se de vestir um casaco ou roupas. Sem ego, não há senso de distinção e você perde a capacidade de funcionar no mundo.

O ego nos ajuda a ter a experiência de sermos indivíduos em um mundo de outras pessoas. No entanto, quando o ego é onde encontramos nosso senso de identidade, acabamos tomando decisões baseadas na dor e nos padrões de traumas não processados, em vez de respondermos com o poder da nossa sabedoria interior. Quando nos identificamos com o ego, é comum acreditarmos: "Eu sou melhor do que essa pessoa" ou "Aquela pessoa é melhor do que eu". O ego gosta de se colocar, ou de colocar outras pessoas, em um pedestal.

Então, é claro, quando colocamos pessoas em pedestais, logo surge uma compulsão para derrubá-las, porque as invejamos por serem maiores do que nós mesmos nos consideramos. O ego inevitavelmente desfaz tudo o que cria. É uma profecia autorrealizável.

Contudo, de uma perspectiva mais ampla, tudo isso pode ser visto como o fluxo e refluxo de uma densidade psicológica que ajuda a afrouxar nosso apego e suavizar nossas arestas para que uma cura mais profunda aconteça. Ver isso não é um

juízo. É apenas o ponto em que cada um se encontra em sua jornada, assim como uma borboleta jamais se julgaria por ter o casulo de que precisa para se libertar e renascer. A pergunta que permanece, independentemente do ponto em que cada um esteja em sua jornada, é: "Consigo me amar o suficiente para encarar meus padrões, em vez de esconder minha dor me comparando aos outros?"

Será que o nosso ego é uma função das nossas crenças? Não se resume tudo a foco, pensamentos e crenças? Podemos trabalhar nesses aspectos para aliviar o peso do nosso ego? Ou precisamos simplesmente demonstrar mais amor pelo ego?

ego?

Se encontrarmos crenças limitantes dentro de nós, essas crenças estão aqui para serem amadas. Então, dizemos à crença: "Você é uma parte de mim que está aqui para ser amada". Normalmente, as pessoas querem observar seus pensamentos, monitorar suas crenças e desvendá-las conforme consideram necessário. Essa é uma maneira muito masculina de lidar com o mecanismo masculino da mente. Se quisermos compreender a lei da polaridade, o que o mecanismo masculino precisa é ser equilibrado por seu oposto, uma vibração feminina. No despertar, estamos, na verdade, trazendo o coração e a mente para um espaço de igualdade. A mente entra no coração. O coração entra na mente. Se encontrarmos crenças limitantes, elas são curadas à medida que são amadas.

Crenças e pensamentos limitantes sempre refletem os traumas que carregamos. A densidade do ego nos diz o quanto já trabalhamos ou o quanto ainda precisamos trabalhar. Tudo isso só pode ser resolvido com amor; caso contrário, estaremos lutando conosco mesmos no campo de batalha da psicanálise. À medida

que a consciência desperta, não resolvemos os problemas da mente no nível da mente. Deixamos que o coração cure a mente, ou que a mente acolha o coração, à medida que se encontram no centro do nosso ser.

Mas será que o ego desaparece para sempre? Será que ele perece?



O ego experimenta a sua própria morte, mas o que ele percebe como sua própria morte é, na verdade, um renascimento da alma. Porque nada na vida realmente morre; apenas muda de forma e aparência. Assim como quando as pessoas morrem e deixam o planeta, elas vão para uma dimensão diferente, mudando de forma e aparência. Então, podemos chamar isso de morte do ego, mas é o renascimento do ego.

O ego jamais conhecerá o renascimento até que esteja do outro lado. Uma vez do outro lado, ele não será mais o mesmo. O ego percebe a mudança, ou qualquer coisa diferente daquilo que prefere, como morte, a qual busca evitar a todo custo. Portanto, o que fazemos é ser o amor que o ajuda a se adaptar ao seu renascimento, apesar de seus medos.

 *Quando coisas desagradáveis acontecem em nossas vidas, é porque estamos atraindo as coisas erradas ou porque não estamos usando... A Lei da Atração corretamente?"*



Subjetivamente, percebemos as coisas como positivas ou negativas à nossa maneira. Qualquer julgamento sobre "coisas ruins" depende das nossas percepções. Só nós decidimos o que é positivo ou negativo, e qualquer escolha que façamos reflete simplesmente as nossas crenças, não a realidade.

Não é como se as coisas ou manifestações não existissem até que as definamos, e não é como se estivéssemos atraindo o caos porque nossos músculos da Lei da Atração estão debilitados. A Lei da Atração tem mais a ver com estar em sintonia com o espírito, e as coisas que dizemos que vamos criar são a maneira que o Universo encontra de dizer que uma manifestação está mais perto de você do que você dela. Portanto, aquiete-se, abra-se e permita que ela seja recebida da forma que desejar.

Essa é uma visão mais imparcial de como a Lei da Atração pode realmente nos libertar do controle do ego, em vez de tentar nos ensinar maneiras espirituais de controlar a realidade.

💬 *“Como podemos dar espaço ao luto e, ao mesmo tempo, abraçar nossa conexão eterna com tudo aquilo que foi 'perdido'?”*



Sempre dê espaço para o luto. No instante em que o luto surgir, permita-se senti-lo e acolha-o como o amor divino que ampara todas as feridas enquanto elas cicatrizam.

Sempre que nos consolamos, estamos do mesmo lado que o Universo. Somos divindade em forma. Na verdade, não há espaço entre a dor e a conexão eterna. É que níveis paralisantes de tristeza parecem tão contrários aos sentimentos de alegria, conexão e expansão. Obviamente, são estados emocionais muito diferentes. Mas o espírito não é um estado emocional qualquer. O Espírito é a fonte infinita de amor que sustenta todos os estados emocionais, como ondas que vêm e vão no oceano da existência.

A dor é uma onda. O espírito é o oceano. Nossa respiração é a lembrança de que somos o oceano, testemunhando cada onda. Quando consolamos nossos sentimentos, quando acolhemos uma onda emocional com amor, somos o oceano, curando suas ondas e ajudando a criar águas mais calmas em vez de marés agitadas. Essa é a lembrança do espírito.

Por maior que seja uma onda gigante, ela não pode ameaçar ou afogar o oceano que a contém. Por mais dolorosas que sejam nossas emoções ou por mais assustador que seja qualquer pensamento, são ondas de expressão que pedem que o amor as leve de volta para casa. do oceano à costa, após sua aventura em busca do mar. Ao aprendermos a nos amar mais, e não menos, ativamos o poder da lembrança divina, que conduz nossa jornada de cura à resolução, enquanto aprendemos a irradiar nossa luz em uma frequência mais elevada para a evolução do nosso mundo. Não importa o quão conflituosa ou à beira da extinção a humanidade possa parecer, em um mundo de perguntas infinitas, o amor é a única resposta.

💬 *“Estou cuidando de um filho adulto com deficiência. Por causa dessa responsabilidade, não consigo buscar o que quero na minha vida, nem mesmo ser eu mesma. Estou ficando mais velha e cansada. Como posso me sentir melhor em relação a essa situação?”*

Sempre que estiver na presença de alguém com deficiência ou cuidando de alguém com deficiência — ou para qualquer pessoa que esteja enfrentando uma responsabilidade que parece distraí-la daquilo que deseja fazer da sua vida, o que é doloroso de processar e causa vergonha — diga silenciosamente para si mesma:

“Obrigada por me ajudar. Obrigada por me ajudar a me dedicar ao serviço com amor. Obrigada por me ajudar a lembrar que o amor é uma escolha, não um sacrifício.”

Se somos cuidadores de um filho adulto com deficiência, mesmo sentindo a obrigação dessa escolha, precisamos encontrar espaço para enxergar outras opções. Todos os dias, ao acordar, estabeleça a intenção: “Que eu possa escolher conscientemente o que me escolhe e que eu possa agradecer por como as criações que me escolhem me tornam uma versão melhor e mais brilhante de mim mesmo, mesmo que isso signifique admitir o quanto eu não gosto de fazer isso. Que eu possa ser honesto, que eu possa ser honrado, que eu possa agradecer e que eu possa escolher o que me escolhe.” E com isso, você perceberá que não precisa suportar o sofrimento do sacrifício. Na verdade, você permitirá que a situação seja uma porta para a liberdade eterna.

Você sente diferentes níveis de amor? Existem diferentes vibrações de amor?



Claro, existem diferentes vibrações de amor. Há o amor pessoal, o amor romântico, o amor parental, o amor entre irmãos, o amor de amizade e há o amor que sentimos por... espírito. Quanto mais elevada for nossa vibração, mais intenso será o amor.

Quanto mais alto você sobe, mais potente se torna o amor como criador da realidade. Quando o amor atinge uma vibração suficientemente elevada, não se trata apenas de dois corações se satisfazendo mutuamente. São novos mundos sendo criados pela fusão de suas luzes em uma só.

Quando falamos de caminhos como o tantra, o ato sexual se torna uma forma sagrada, intencional e espiritual de acessar realidades dimensionais superiores. Essa

compreensão e o processo de honrar a conexão — física, emocional e espiritual — tornam-se uma porta de entrada para a união com o Divino.

Existem níveis de amor. Quanto mais elevada a vibração, mais puro e mais potente o seu poder de cura para nós mesmos e para aqueles que amamos. Mas os níveis mais elevados só podem ser alcançados através de diversos níveis de integridade e conduta, que fazem parte do sistema de freios e contrapesos do Universo.

💬 *Você poderia me ajudar com ataques de pânico e medo?*



Quando esses sentimentos surgirem, primeiro, diga a si mesmo: "Aceito que esse medo e pânico estão aqui apenas para serem amados."

Em segundo lugar, e isso pode ser tudo o que você precisa fazer quando seus sentimentos forem muito intensos para expressar essas palavras, simplesmente sente-se em algum lugar, de preferência reservado, e conte lentamente de um a dez. Depois, conte lentamente de dez até um. E então, apenas sinta.

Enquanto você conta, sentirá tudo relaxar. Seu sistema nervoso entrará em estado de regulação. Você pode sentir que uma parte de você quer contar mais rápido. Isso é apenas a ansiedade tentando te levar além do momento mais rápido do que ele está se resolvendo. A ansiedade quer que você ultrapasse o limite de velocidade da consciência!

Conte lentamente até dez, depois conte de dez até um. Permita-se distanciar-se de uma possibilidade futura enquanto permanece no momento presente. Não acelere o momento mais do que ele deve ser vivenciado.

Profundo, Matt! Estou profundamente grato por tudo que você compartilhou.



Só quero dizer a todos que possam vir a vivenciar essa transmissão, Obrigado pela sua presença e participação. Obrigado por estar vivo neste planeta neste momento. Obrigado por irradiar sua luz, mesmo que aquilo em que você se concentra seja o quão bloqueado(a) você se sente.

Só por estar vivo neste planeta agora, durante um dos períodos mais intensos e turbulentos da história registrada — *só por estar vivo* — você está trazendo luz para este planeta. Você está incorporando uma frequência vibracional. Como indivíduo, único e diferente de qualquer outro na história, você está trazendo para este planeta uma vibração que nunca foi conhecida antes e nunca mais será.

Independentemente do que você esteja fazendo com suas escolhas pessoais, seja se valorizando e se amando ou se criticando, isso não muda o fato de que você está cumprindo a missão mais elevada do Universo: transmitir a este mundo — onde quer que você vá e como quer que você respire — uma frequência vibracional única que só você pode trazer.

Estou aqui. Estou com você. Eu te vejo. Eu me curvo em sua presença. É a você que eu sirvo, e eu te sirvo em nome do amor.

Eu te amo.

*Para saber mais sobre Matt, seus livros e suas canalizações, visite o site de
Matt em www.mattkahn.org .*



Capítulo 5

Desenvolvendo os Dons de Cura, Canalização e Linguagem da Luz com Daniel Scranton



Sobre Daniel

Daniel é um canalizador de transe, professor espiritual e curador sonoro. Ele canaliza o coletivo não físico da 12^a dimensão conhecido como Os Criadores desde o outono de 2010. Desde então, uma ampla gama de outros guias e coletivos se comunicaram através dele. Alguns deles incluem o Arcanjo Miguel, o Arcanjo Gabriel, Quan Yin, Yeshua, os Hathors, o Alto Conselho Pleiadiano dos Sete e o Conselho Arcturiano. Ele também canaliza linguagens de luz e energias curativas, e escreveu seis livros, incluindo sua aclamada série, *Ascensão: A Transição para a Quinta Dimensão*.

Os Quatro Pilares dos Ensinamentos do Conselho Arcturiano da 9^a Dimensão

Olá, Daniel! Que bom que você está conosco! Por favor, nos diga onde você está agora.



Aqui estou eu! Estou no Monte Haleakalā, em Maui, conhecido por alguns como o chakra do coração do planeta Terra.

Alguém tem que morar lá. Nada mal. Bela manifestação! Por favor, compartilhe conosco os principais ensinamentos que você canaliza dos Arcturianos.



A ênfase deles sempre foi na aceitação, no perdão, na compaixão e no amor incondicional. Acredito que esses quatro aspectos da vida representam o propósito e a missão de todos aqui. Propósito e missão, ao contrário do que se pensa, têm pouca relação com nossa área de atuação ou carreira.

Trabalho e carreira têm seu lugar, mas todos nós ainda temos vida familiar, amigos e pessoas que nos incomodam. Todos nós temos experiências que nos fazem sentir certas coisas — esse é o verdadeiro trabalho. É disso que se trata. E ao lidar com esses quatro aspectos, ascendemos — ao trabalharmos *em* nós mesmos. Todo o resto serve apenas para termos essas oportunidades.

Aceitação, perdão, compaixão e amor incondicional. Acredito que essa seja a ordem correta, porque não se pode simplesmente dizer: "Vou perdoar todo mundo" sem antes se perguntar: "Aceito que isso aconteceu? Reconheço minha participação na criação disso?". Porque se você não fizer isso, se mantiver o papel de vítima, fica difícil dizer: "Ok. Eu perdoo essa pessoa ou essas pessoas".

Excelente e convincente. Devemos trazê-los para cá?



Mensagem do Conselho Arcturiano 9D

Estamos muito felizes por estarmos aqui com todos vocês. Estamos com vocês o tempo todo. Concordamos em estar disponíveis para vocês neste momento de sua evolução espiritual no planeta Terra. Sabíamos que vocês precisariam de ajuda com a evolução de sua consciência, e vocês também sabiam que precisariam dessa ajuda. Estamos à disposição de cada um de vocês, 24 horas por dia. A qualquer hora. Se precisar de nós, faça qualquer pedido: temos a capacidade de nos concentrar em inúmeras tarefas simultaneamente sem nos dispersarmos de forma alguma. Não

somos afetados pela multitarefa que realizamos ao atender mais de uma ligação ao mesmo tempo. Portanto, pode contar conosco a qualquer momento.

Alguns de vocês podem descobrir que são capazes de nos canalizar, e isso é muito bem-vindo. Acolhemos todos que desejam se conectar conosco. Temos grande interesse em ancorar mais energia Arcturiana no planeta Terra e em contribuir com nossos ensinamentos para o diálogo que está acontecendo atualmente nas comunidades espirituais e da Nova Era.

Estamos muito interessados no processo de despertar de todos vocês, bem como em todos os subprodutos ou efeitos colaterais do despertar que os ajudam, em última análise, a ascender e se tornarem seus eus superiores da quinta dimensão. Esse é o objetivo final nesta *vida* para todos. A ascensão está disponível para todos que estão no planeta neste momento.

Desenvolvendo os Dons de Cura, Canalização e Linguagem da Luz

Estar acordado

Gostaríamos de começar apresentando nossa definição do que significa estar desperto. Sabemos que o despertar pode significar muitas coisas diferentes para muitas pessoas diferentes. Nossa definição de estar desperto é saber, com cada fibra do seu ser, que você é Energia da Fonte em forma humana, assim como todos os outros na Terra, em toda a galáxia, em todo o universo, em todo o multiverso, em toda a existência. Tudo e todos são pura Fonte.

Não existe nada fora da Fonte. A Fonte usou a Fonte para criar cada um de nós. Todos somos compostos da Fonte. Não temos apenas uma pequena parcela da Fonte dentro de nós; *tudo* é Fonte. Tudo é composto da mesma essência da Fonte. Quando você chega a essa compreensão, torna-se possível começar a viver sua vida de acordo com ela.

Enxergar os outros como Fonte, independentemente do que estejam fazendo, dizendo ou acreditando, é um passo importante no processo, porque não há separação na realidade entre você e qualquer outra pessoa com quem você esteja interagindo, seja qual for a situação.

Agora, você pode se perguntar: "Como isso é possível?" Isso pode impedir certas pessoas de despertarem porque tiveram experiências traumáticas com outras. Elas foram feridas por outros ou viram outros fazerem coisas horríveis com seres humanos ou animais: pessoas que não se importam nem um pouco com o impacto de seus negócios no meio ambiente, pessoas que lançariam bombas e iniciariam guerras, e pessoas que seriam verbalmente abusivas. Como qualquer uma dessas pessoas pode representar a Fonte ou estar em De alguma forma, isso é um aspecto da Energia da Fonte? Para responder a essa pergunta, precisamos voltar ao início.

Como tudo começou?

No princípio, havia a Fonte, e a Fonte queria conhecer a Si mesma. Para isso, a Fonte teve que criar seres conscientes individualizados que pudessem ter certas experiências e que pudessem ir a diferentes partes da Fonte para ter essas diferentes experiências. Isso criou a ideia, ou a ilusão, de separação entre os indivíduos e tornou necessário que tivessem corpos físicos. Também se tornou necessário um processo de esquecimento que permitisse às pessoas ter certas experiências ou ser certos seres — incluindo extraterrestres — que só podem ser quando se esquece quem você e todos os outros realmente são. É também nesse momento que começamos a acreditar nas ideias de mortalidade e escassez: "Há um limite para o que é distribuído, e se eu não receber mais do que a minha parte, posso perecer e deixar de existir."

Esses são os tipos de crenças que precisaram ser assumidas por pessoas em todo o universo para que pudessem ter certas experiências que só eram possíveis

através desse esquecimento. E, ao vivenciar essas experiências, certas emoções se tornaram e se tornaram possíveis. Você não pode sentir de determinada maneira a menos que tenha esquecido quem e o que você realmente é e que você criou esta realidade — que a realidade que você está vivenciando é sua criação. Esse esquecimento é necessário para que você se sinta vitimizado e experimente estar no abismo do desespero.

Então, o que você faz para sair do poço do desespero? Bem, se você está desperto, é muito mais fácil fazer essa escalada. Mas mesmo aqueles que ainda não despertaram podem chegar ao ponto de aceitar que isso aconteceu em suas vidas, que tiveram essa experiência com essa pessoa muito desagradável, percebendo que, se ficarem apenas sentados se afundando em suas emoções negativas para sempre, poderão passar o resto da vida nesse poço, e então querem sair. Eles percebem que deve haver uma saída para essa situação ruim em que se encontram.

A jornada e o significado das suas emoções

Você perceberá que a maioria das pessoas que se dedicaram a algum tipo de trabalho ou pesquisa sobre espiritualidade ou psicologia, ou que atuam em profissões de ajuda, reconhecem a importância de sentir as próprias emoções, que é necessário aceitá-las. Você precisa aceitar a situação. Precisa aceitar a pessoa. Precisa se aceitar por estar nessa situação, *o que não significa se culpar*. E precisa aceitar suas emoções como parte do processo de ser humano. Faz parte do processo de viver no planeta Terra e ter certas experiências.

Quando você chegar ao ponto em que consegue aceitar e processar suas emoções, Você pode então deixá-las ir, sentindo-as com cada fibra do seu ser, respirando fundo, acolhendo-as e sabendo que são passageiras. Compreenda que, se fizer isso, elas eventualmente se dissiparão. É aí que você estará fazendo o trabalho

necessário em si mesmo. O que muitas pessoas não percebem é que existe *um* fim para as emoções negativas que sentem. Elas não precisam se anestesiar com drogas ilícitas, álcool ou medicamentos prescritos. Não precisam se anestesiar com compras, jogos de azar, sexo, cigarro ou qualquer outro tipo de vício. Qualquer vício pode ser visto como uma forma de se anestesiar para a dor.

Quando você percebe que existe um fim para a dor que está sentindo, você se dispõe a mergulhar nela, senti-la completamente e, assim, deixá-la ir — liberá-la — e chegará a um estado de calma, paz e equilíbrio interior. Você se sentirá neutro. Não se sentirá ótimo, mas sentirá algum alívio. Chegará ao ponto em que não sentirá mais nenhuma negatividade. É a partir desse lugar que você poderá dizer a si mesmo: "Quero perdoar essa pessoa. Quero deixar isso para trás também. Não quero me apegar a esse ódio", ou ressentimento, ou raiva, ou medo, ou qualquer que seja o sentimento que você esteja tendo em relação a uma pessoa ou situação. Não é uma sensação boa. Você quer deixar ir. Você não quer voltar ao poço do desespero depois de ter acabado de sair dele, processando toda aquela carga emocional difícil de sentir.

Em vez disso, você decide perdoar. Você diz para si mesmo: "Eu perdoo esse ato e essa pessoa". Então, talvez você chegue ao ponto de entender que a própria pessoa sofreu algum tipo de abuso ou dor na vida, estava lidando com algo muito difícil e descontou em você. Você pode até sentir compaixão pela pessoa que te magoou.

Agora, quando você chega a esse ponto e consegue se conectar com o amor incondicional que você realmente é, isso não significa que você está dizendo: "Eu amo o ato abusivo", ou "Eu amo as palavras abusivas", ou "Eu amo tudo o que foi feito ou que foi negativo e doloroso". Mas você pode dizer: "Eu escolho ser amor diante disso, porque é isso que eu realmente sou". Portanto, quando dizemos que você entende,

queremos dizer que você está começando a compreender visceralmente que você é a Fonte, mesmo que inicialmente apenas como um conceito intelectual.

O que pode começar como um "Bem, entendi. Agora entendi como tudo funciona. Vi os estudos sobre física quântica, como as partículas interagem entre si e com o observador, o emaranhamento quântico — entendi tudo isso intelectualmente", evolui para um verdadeiro despertar. Um despertar para a verdade de quem você *realmente* é, quem você era antes de se esquecer — definindo literalmente o que é a Fonte através do sentimento de amor.

Quando você realmente quer se conhecer como Fonte, você quer ser *amor* incondicionalmente. Quando, diante de qualquer coisa, não importa o que esteja acontecendo, não importa o que não esteja acontecendo (e que você queira que aconteça) em sua vida, você pode dizer: "Decidi que quero ser amor. Meu objetivo em todas as situações é irradiar amor, re Responder com amor e dar aos outros o amor que talvez eles não estejam recebendo dos lugares onde esperavam recebê-lo na vida." Essa é uma sensação muito gratificante, porque agora você está permitindo que a Energia da Fonte flua mais livremente para dentro e através de você.

Como dissemos anteriormente, tudo é Fonte; tudo é composto de Fonte. Mesmo assim, em suas vidas de aparente separação, vocês podem se proporcionar a melhor experiência de sentir mais Fonte sintonizando-se com ela quando estiverem focados no espaço do coração. É mais fácil acessar o portal que leva diretamente à dimensão da Energia da Fonte quando vocês estão focados no centro do espaço do coração — o órgão, o chakra, o seu espaço. Sintonizem-se bem no centro dele e vocês sentirão um calor reconfortante. Vocês podem sentir uma sensação de amor.

Processando Emoções e Sentindo a Energia da Fonte

Ao processar emoções negativas, dedique-lhes toda a sua atenção e proceda com muito amor. Sinta o que está sentindo e perceba onde isso se manifesta em seu corpo. Em seguida, concentre-se no centro do seu coração; respire profundamente. Sinta a expressão calorosa, pacífica e amorosa que é a Fonte, e sinta-a expandindo-se, preenchendo você — através dos locais onde as emoções negativas se encontram — preenchendo todos os seus chakras e seu campo energético.

Sintonizar-se com a vibração do amor também é uma ótima maneira de começar o dia. O amor não é algo que você sente apenas por algumas pessoas selecionadas em sua vida que são realmente amáveis ou com quem você tem laços de sangue. No fundo, você quer sentir amor mesmo que a pessoa com quem você está não esteja sendo amável o tempo todo. O amor é um estado de ser. É uma vibração. É a melhor maneira que temos de conhecer a Fonte e de nos reconhecermos como Fonte.

Não espere que os outros encham seu tanque. Saia e seja aquilo que você quer ver mais no mundo. Você quer que esse amor seja refletido de volta para você. Você quer que todos saibam que também são Energia da Fonte. É mais fácil transmitir essa mensagem se você for a Fonte, em vez de apenas dizer que eles são a Fonte, escrever um livro sobre isso ou fazer uma série de vídeos virais sobre o assunto.

Você precisa ser essa pessoa, e então eles sentirão. Eles sentirão essa energia emanando de você e vão querer saber qual é o seu segredo. Vão querer saber como você parece sempre exalar essa bondade amorosa, essa compaixão, essa plenitude da Energia da Fonte que vem de dentro de você. Então, você poderá contar a eles, porque perguntaram, porque estão curiosos e porque é algo que você vai querer compartilhar com as pessoas.

Dons Sobrenaturais e Realização de Milagres

Depois de realizar esse tipo de trabalho de limpeza e ativação com frequência suficiente, você provavelmente irá... Você se depara com dons e habilidades espirituais que lhe são concedidos por estar emitindo uma vibração mais elevada. Tudo o que você pode ver com clarividência, ouvir com clariaudiência, tudo o que você pode canalizar, todas as energias de cura que você pode exercer através de si e todas as informações que você pode coletar com habilidades psíquicas e intuitivas — tudo isso está presente o tempo todo, ao redor de cada um de vocês, mas vocês precisam se sintonizar com isso, emitindo uma vibração mais elevada.

Ao elevar sua vibração, de repente você passa a ter uma consciência maior. Você passa a ter consciência de coisas às quais não conseguia se sintonizar antes.

Um dos efeitos colaterais maravilhosos de estar desperto é essa sintonia. Geralmente, começa de uma forma que você nem percebe que está se sintonizando. Uma das coisas que frequentemente vemos em quem está começando a acessar seus dons é que eles têm uma sensação, impulsos elétricos percorrendo o corpo, sentem calor, se movem involuntariamente ou têm espasmos, e começam a falar a linguagem da luz sem nem saber o que é ou nunca terem ouvido falar dela. Sentem sensações de calor nas palmas das mãos. Não sabem bem o que fazer nessas situações, e algumas pessoas até acham que pode ser uma experiência negativa porque não a pediram. Não disseram: "Deixe-me invocar essa sensação de energia percorrendo meu corpo agora". Mas, mesmo sem pedir, começa a acontecer.

Algumas pessoas podem até pensar: "Bem, isso deve ser um ataque psíquico. Deve ser uma possessão de uma entidade negativa." É importante não chegar a essa conclusão precipitadamente quando algo inesperado ou inexplicável acontece com você. Em vez disso, você deve partir do princípio de que é algo bom: que é uma coisa

boa que está acontecendo, que está te elevando a um nível mais alto de consciência, que você está acessando seus dons e habilidades espirituais, e que você deve aproveitar isso e continuar fazendo o que estava fazendo que te levou a esse ponto.

Para muitos de vocês que estão despertos, a importância da meditação é evidente. Vocês percebem que a meditação é uma parte fundamental da sua evolução espiritual, da busca pela paz interior, da capacidade de processar emoções e até mesmo de ter consciência dos seus pensamentos e emoções. A meditação pode ser uma prática extremamente importante para todos vocês.

Na meditação, por exemplo, você pode descobrir que esses tipos de espasmos, sensações de calor, movimentos involuntários e surtos de energia começam a acontecer mesmo que você não tenha se sentado e dito: "Hoje vou meditar e, com sorte, começarei a canalizar alguma consciência de dimensão superior".

Isso acontece com muita gente. Se você conseguir se entregar, simplesmente se permita; pode evoluir para algo mais. É você se tornando consciente, de uma forma visceral, de que acessou uma energia que não acessava antes, mesmo em seu estado normal de vigília, ou mesmo quando estava descansando, se curando ou meditando. Foi isso que aconteceu com o Daniel. Foi isso que o fez perceber que talvez ele fosse canalizar energia algum dia. Foram movimentos involuntários enquanto ele estava... Aplicar Reiki nas pessoas.

Quando esse tipo de coisa começar a acontecer, siga o fluxo e veja aonde ele pode levar. Diga: "Bem, vou continuar fazendo *isso* porque, ao fazer isso, estou acessando algo além da energia tradicional de descanso, cura ou meditação que outras pessoas normalmente experimentam ao fazer essas coisas."

Muitas pessoas têm experiências assim, independentemente de meditarem ou não, mas nem sempre percebem que essas experiências significam que estão acessando seus dons espirituais. Por isso, não dão continuidade à prática.

Começando e potencializando seus talentos

Algumas coisas podem realmente ajudar quando você deseja acessar seus dons espirituais:

Primeiro: Consistência. Faça o que você está fazendo regularmente. Uma vez por dia seria o ideal.

Segundo: Seja feliz. Pratique de alguma forma entrar em um estado de consciência elevado, uma vibração mais alta, antes de se sentar para acessar seu dom espiritual. O ideal é que essa prática seja algo divertido, algo que você simplesmente ame fazer, algo que te coloque em um estado de alinhamento. Então, sente-se e conecte-se.

Três: Confie no que você recebe. Assim que você começa a acessar o que quer que esteja acessando, há uma tendência da maioria das pessoas a duvidar e dizer: “Bem, provavelmente foi só impressão minha. Parece muito semelhante ao que ouvi fulano de tal relatar. Não sei se sou bom nisso. Não sinto que estou acessando todas as respostas que poderiam ser conhecidas.”

Quatro: Não compare seus dons com os dos outros. As pessoas também dizem, por exemplo: “Bem, eu faço curas em pessoas, sinto energia, mas não estou recebendo muita informação. Quando fulano me tratou, ele falou sobre todas as coisas que viu e ouviu. Eu não sinto isso quando faço minhas curas, então devo estar fazendo algo errado, ou devo não ter o dom de cura que os outros têm.” Elas se limitam ou se subestimam em vez de considerar que o caminho que a outra pessoa percorre é o seu próprio caminho. Se você se comparar apenas com os outros, que provavelmente já

fazem isso há muitos anos, você nunca se dará a chance de chegar onde essa pessoa está — provavelmente em muito menos tempo, considerando as energias crescentes no planeta neste momento.

Cinco: Compartilhe seus dons. Dê a eles um lugar para se expressarem. Seja o instrumento para que eles fluam. Quanto mais dons e habilidades espirituais você encontrar e compartilhar, mais... Você se conectará com essas energias e mais dons virão. Mais energia fluirá para você e através de você, porque você estará dando a essas energias um lugar para ir, um ponto de saída. Você pode até fazer curas, por exemplo, em seus animais de estimação ou nas pessoas com quem você mora. Você pode falar com pessoas que moram a milhares de quilômetros de distância e dizer: "Ei, você gostaria que eu fizesse uma cura à distância para você? Posso te ajudar com algo em que você esteja trabalhando agora?" Você não precisa esperar que as pessoas façam fila na sua porta. Cabe a você ser proativo para que possa adquirir e desenvolver suas experiências. Então, quando você receber o feedback positivo que naturalmente virá, você encontrará a confiança para continuar.

Essas são coisas que muitos de vocês precisarão superar ao acessarem seus dons. Encarem a insegurança, processem o medo da exposição, o medo de que as pessoas riem de vocês ou de serem ostracizados pela comunidade — coisas que provavelmente aconteceram em vidas passadas e que vocês temem que aconteçam nesta vida.

Você não será queimado na fogueira nesta vida por acessar seus dons espirituais. Na verdade, hoje em dia é mais provável que você consiga seu próprio reality show. Vivemos tempos bem diferentes, embora nem sempre seja bem recebido por todos, e algumas pessoas podem até achar ruim o que você está fazendo. Mas

you precisa estar disposto a seguir em frente para ser fiel a si mesmo, para ancorar mais energia positiva e trazer ao mundo mais daquilo que você deseja ver.

Sintonizar-se com seus dons espirituais é um aspecto muito importante do processo de despertar. À medida que você continua explorando e descobrindo seus dons únicos, mesmo que ainda não tenha chegado aonde deseja, entenda que com desejo e persistência *você chegará lá*. Você chegará lá dando pequenos passos, tornando-se gradualmente mais habilidoso naquilo que estiver fazendo.

Ao desenvolver suas habilidades, você oferecerá esse dom ao mundo e verá o reflexo disso em você, o que é uma experiência maravilhosa. Todos nós temos coisas que gostaríamos de ver de forma diferente no mundo, e é assim que você pode fazer parte desse processo.

À medida que você prossegue com seu despertar, também reconhecerá que sua sensibilidade é uma dádiva. Sua capacidade de acessar a compaixão é uma dádiva. Sua disposição para sentir suas emoções é uma dádiva. Sua empatia é uma dádiva. Essas não são qualidades chamativas. Elas não lhe rendem muita atenção. As pessoas podem até não concordar que sejam dádivas, mas são verdadeiramente as dádivas que o ajudarão a se tornar um criador melhor da sua realidade. Porque se você estiver disposto a sentir algo, mesmo que seja desagradável, estará abrindo as comportas para sentir tudo, incluindo todas as emoções positivas.

Você deseja criar usando energia positiva e vibrações elevadas, e é isso que a sensibilidade, a compaixão e a empatia representam, assim como pensamentos e ações positivas. Elas o ajudarão poderosamente a criar uma experiência melhor da realidade para si mesmo e para os outros.

Acessando seu sistema de chakras

Se, no entanto, sua sensibilidade faz você sentir que precisa se esconder, longe das pessoas, é importante processar seu medo, começando por identificá-lo. Descubra onde ele se encontra em seu sistema de chakras. Respire fundo até que ele desapareça. Quando você alcançar esse estado de equilíbrio, calma e neutralidade pacífica, então poderá acessar o que realmente deseja sentir, pois estará ali, talvez em seu coração ou em um de seus outros chakras.

Experimente e divirta-se movendo sua consciência para cima e para baixo em seus chakras, dizendo: “Muito bem, eu sei que o amor está acessível a mim em meu coração, e posso me concentrar ali para senti-lo, respirando para senti-lo, mas e a alegria? Onde a alegria reside no meu sistema de chakras? Onde está a confiança? Onde está a vitalidade? Onde está a abundância? Onde está a liberdade? Onde está a paz?” Simplesmente explore onde cada um desses aspectos se encontra dentro de você para que possa acessá-los mais facilmente quando desejar.

Ou leve sua consciência diretamente para o chakra do plexo solar e ative a vibração da sua autoconfiança — deixe-a fluir de verdade. Você pode até visualizar seus chakras com uma corda de guitarra interna ou um cordão de energia que se estende do topo até a base, bem no meio. Imagine que você está alcançando lá dentro, dedilhando a corda e fazendo-a vibrar. Então, você sente sua confiança crescendo cada vez mais.

A confiança não precisa ser baseada em algo que você fez ou em elogios que recebeu de alguém. Pode ser simplesmente algo que você quer sentir ou algo que deseja ativar. Não é uma confiança arrogante; não é presunçosa. É uma confiança que vem do conhecimento de quem você realmente é como Energia da Fonte, sabendo

também que todos os outros são Energia da Fonte. Esse tipo de confiança não coloca você acima de ninguém.

Sintomas de Ascensão

Então, o que são sintomas de ascensão? Frequentemente, eles se manifestam como experiências corporais inesperadas, inexplicáveis e para as quais os médicos não têm um nome. As pessoas tendem a apresentar esses sintomas quando estão acessando a energia enquanto ainda existe alguma resistência.

Como descrevemos anteriormente, você pode começar a acessar alguns de seus dons e habilidades, receber algumas informações e perceber uma energia fluindo através de você que você também está bloqueando. Você entra em modo de medo, resistindo ao fluxo, e por isso experimenta fadiga, dores de cabeça, indigestão e dores no pescoço ou nas costas.

Esses são sintomas clássicos de ascensão que muitas pessoas estão experimentando atualmente. Quando você apresentar um sintoma de ascensão, é sábio reconhecê-lo como tal e perguntar: "Existe alguma resistência que eu possa liberar para ajudar essas energias a fluírem?" Mais alguma coisa? Existe alguma emoção que eu precise processar para aliviar meus sintomas?

É claro que você vai querer cuidar muito bem do seu corpo físico quando perceber que ele é um veículo para energias de alta frequência. Você vai querer se manter hidratado e dormir e descansar bastante. Provavelmente, você se sentirá atraído por alimentos mais leves que carregam uma vibração naturalmente mais elevada. Se você já cultivou alimentos, colheu e comeu direto da terra, entenderá o que queremos dizer com alimentos que têm uma certa vibração, porque você pode senti-la e saboreá-la. Esses são os alimentos que mais te atrairão. Frescos, locais, orgânicos e naturais, no sentido de que você não precisará fazer muito com eles antes de

consumir. Você não precisará adicionar muito molho para salada, sal e outras coisas para torná-los mais palatáveis, porque reconhecerá que são maravilhosos exatamente como são. É isso que te atrairá, porque você estará operando em uma vibração mais elevada, desejando apenas aquilo que lhe trará leveza.

Você não precisa se tornar vegano de uma vez, mas começará a sentir mais vontade de consumir frutas, verduras, sementes e nozes. Assim, as energias fluirão melhor pelo seu corpo e você terá mais facilidade para acessar pensamentos de frequências mais elevadas. Você evitará absorver muitas outras energias que precisam ser filtradas para se obter o que realmente deseja. Você estará consumindo as energias que seus chakras precisam receber.

Muitas pessoas descobrem que, ao despertarem, também querem experimentar coisas novas. Mas, como dissemos, só porque você despertou não significa que precisa ir a extremos ou fazer tudo o que parece estar na moda na Nova Era. Você não precisa se tornar poliamoroso, entrar para uma comunidade espiritual, investir tudo em criptomoedas e fazer jornadas com ayahuasca. Você não precisa fazer nada que não pareça estar alinhado com você ou que não seja algo que você realmente queira fazer.

Você possui algo mais que é um dom e um superpoder chamado *discernimento*. Todos precisam disso agora, porque há muita informação sendo divulgada na internet nesta era da informação. Todos precisam usar seu discernimento para decidir se uma ideia lhes parece correta — se é algo que lhes ressoa e com o qual se identificam.

Essa é mais uma razão pela qual é bom se concentrar no seu coração, porque ele tem a capacidade de lhe dizer como algo se sente, enquanto sua mente certamente poderia convencê-lo e dizer: "Bem, muitas pessoas parecem acreditar que isso é verdade, e eu gosto daquela pessoa que acredita nisso, então faz sentido para mim". Mas quando você precisa se convencer de algo, é provável que não esteja prestando

atenção ao que sente em seu íntimo, que sabe: "Isso não é para mim". Você não precisa se deixar levar por essa ideia. Você pode simplesmente dizer: "Sabe de uma coisa? Acho que vou desligar o computador por um tempo e meditar, ou passar um tempo na natureza, ou com meu animal de estimação — fazendo coisas que realmente me fazem bem, que são muito espirituais, mas que não exigem um conjunto totalmente novo de crenças sobre o que está acontecendo." no mundo."

Muitas coisas podem distraí-lo do seu próprio despertar, incluindo pessoas que lhe dizem: "Bem, você só estará desperto se souber que isso é verdade". Essa não é a nossa definição de despertar. Não se trata de informação. Trata-se de saber quem você realmente é e quem todos os outros realmente são. Todo o resto você pode encarar com reservas. Você pode decidir o que lhe faz bem e quais práticas espirituais deseja adotar.

Se algo novo realmente te atrai, então talvez seja uma experiência da qual você se beneficiaria. Mas, em última análise, você simplesmente quer ser capaz de se conectar com seu interior para ter qualquer experiência mística, mágica e multidimensional. Você quer ser capaz de acessar uma vibração mais elevada mesmo estando sentado em seu apartamento em alguma cidade, sem ingerir estimulantes, longe de um lugar como o Monte Haleakalā ou qualquer outro lugar onde outra pessoa possa achar mais fácil acessar energias de alta frequência.

À medida que isso se torna o seu novo normal, à medida que você percebe que tem tudo dentro de si porque é um ser infinito e eterno — que tudo existe dentro de você, o mundo inteiro, o universo inteiro — então, ir "lá fora" para ter certas experiências não precisa ser feito; elas não precisam ser vividas para que você se sinta conectado. Você pode se conectar com as pirâmides indo para dentro de si mesmo, ou pode se

conectar com Stonehenge indo para dentro de si mesmo; você descobrirá que todas elas existem dentro de você. Você tem acesso a elas o tempo todo.

É a esse ponto que você quer chegar em seu despertar: saber que tudo o que está "lá fora" também está "aqui dentro". E tudo o que eu não consigo fazer que está lá fora agora, eu consigo fazer focando no meu interior, focando na vasta e infinita gama de experiências e vibrações que estão disponíveis para mim o tempo todo quando me concentro internamente.

Tenha quantas experiências, internas ou externas, desejar, pois a experiência é o que realmente importa. Como dissemos no início, a Fonte queria experimentar a Si mesma e ainda quer. É por isso que existem todas as possibilidades de diferentes experiências. É aí que entra a criação. Parte do despertar é perceber que você é um ser criador. *Você cria a sua realidade.* Você cria o que experimenta. Você cria tudo. Tudo é uma projeção de dentro de você, e tudo o que você experimenta é a sua projeção. Quando outras almas estão envolvidas, é cocriação. Elas concordam em estar presentes para você, assim como você concorda em estar presente para elas.

Viver deliberadamente e manifestar conscientemente

Muitas pessoas ficam muito entusiasmadas ao saber que criam a sua própria realidade e começam a pensar em tudo o que desejam — tudo o que querem criar e tudo o que querem experimentar. Se isso não acontecer imediatamente, ou mesmo dentro de seis meses, essas pessoas podem ficar muito frustradas. Desanimados, guardam seus quadros de visualização e desistem de sonhar com uma realidade melhor, voltando a trabalhar, a tomar muitas atitudes e a tentar resolver tudo logicamente.

O que gostaríamos que as pessoas fizessem, em vez disso, é perceber que todo o tempo gasto se concentrando no que desejam, seja um parceiro, um carro novo,

férias ou uma casa, é tempo bem gasto. É tempo gasto se sentindo bem. Você estava puro nesses momentos, oferecendo sua vibração ao se concentrar no resultado desejado ou no conjunto de circunstâncias desejado. Você estava puro até começar a dizer: "Espere um minuto, estou fazendo isso há seis dias seguidos e ainda não vi nenhuma evidência de que está funcionando."

O que recomendamos é que você simplesmente manifeste seus desejos uma única vez. Você pode dizer ao Universo o que deseja, vibrar em harmonia com Ele, expressar seu desejo, deixá-lo ir e então seguir sua vida. *Faça as coisas que estão ao seu alcance, que você pode fazer, que te fazem feliz e que te ajudam a esquecer que isso ou aquilo ainda não se manifestou.* Você estará fazendo um grande favor a si mesmo, pois estará se abrindo.

Existe um processo na manifestação que muitas pessoas ignoram, chamado de *recebimento*. Você tem mais chances de receber o que pediu quando está fazendo algo que ama: meditando, relaxando, contemplando um pôr do sol, acariciando seu animal de estimação ou fazendo qualquer coisa que lhe traga mais felicidade. Nesse momento, você está aberto. Nesse momento, você está relaxado. Você não se preocupa se vai acontecer, quando vai acontecer e como será quando acontecer. Você não pensa em nada disso, porque já tem a certeza de que cria a sua realidade e que tudo o que você emite já existe no momento em que pensa nisso. Então, tudo o que você precisa fazer é relaxar, viver a sua vida e ser a pessoa que você quer ser. Você não precisa ser ninguém além de si mesmo.

Você não precisa fingir. Não precisa recitar certas frases ritualísticas repetidamente nem ter os cristais certos. Apenas confie, viva sua vida e siga em frente. Então o Universo continuará a lhe trazer cada vez mais dessas belas experiências de despertar que, em última análise, ajudarão todos vocês a ascender.

Anteriormente, você disse que a ascensão à quinta dimensão é o objetivo de todos neste momento. Pode explicar o que é a quinta dimensão? O que significará para nós ascender à quinta dimensão?



É um nível superior de consciência que representa uma vibração mais elevada. Assim, você existirá em uma frequência vibracional mais alta, o que lhe permitirá ter novas experiências. Você não poderia ter feito isso na terceira e quarta dimensões. Novamente, tudo se resume à Fonte ser capaz de experimentar a Si mesma, e suas experiências fazem parte disso.

Depois de vivenciar todas as experiências da terceira e quarta dimensões, e de aceitar, perdoar e superar tudo aquilo a que resistia ou julgava, deixando tudo isso para trás, sua consciência naturalmente se eleva a um estado vibracional superior. Isso lhe permite ter novas experiências consigo mesmo, com os outros, com a galáxia, com a forma e com a energia. Você experimenta manifestações instantâneas. Você possui um corpo de luz. Você é capaz de ir aonde quiser.

Dinheiro não é um problema porque você está criando tudo e manifestando instantaneamente. Saúde não é mais um problema porque você tem um corpo de luz que pode moldar em qualquer forma que desejar, incluindo o nível de saúde e vitalidade que quiser. Relacionamentos não são um problema porque você percebe que todos são Fonte, eles percebem que você é Fonte e ambos percebem. que todos nós criamos tudo juntos. Portanto, você não tem os problemas que tem agora com pessoas, dinheiro, inveja e outras coisas do tipo, porque simplesmente deixou esses níveis de consciência para trás ao ascender à quinta dimensão da consciência.

Será que isso está ao nosso alcance nesta encarnação? Viver em um nível da quinta dimensão, onde realmente transcendemos tudo através da aceitação, do perdão e do amor incondicional?



É o seu destino.

Nesta encarnação? Quer dizer, vamos começar a ver isso entre nós? Imagino que alguém será o primeiro a ser visto fazendo algo sobrenatural, e então veremos isso acontecer cada vez mais. Isso está realmente no horizonte — no horizonte imediato?



Você já está vendo isso. Muitas pessoas estão acessando seus dons e habilidades espirituais. Você vê muitas pessoas canalizando, falando em linguagem de luz, curando e acessando seus dons psíquicos. Você já está vendo como isso se manifesta. Quando alguém acessa um nível superior de consciência.

Tudo o mais está por vir, mas não tenha pressa para chegar lá. Aproveite o momento presente. Desfrute das experiências que estão disponíveis para você agora, porque elas têm muito a oferecer. Do contrário, é como dizer: "Bem, vou pular todos esses sabores de sorvete, porque só quero chegar logo àquele ali."

É seguro presumir que todos que participam dessa transmissão provavelmente estão operando na quarta dimensão devido à sua sintonia com esse tipo de informação? Que eles atraíram esse material para si para sua cocriação?



Você fez a transição para a quarta dimensão em 21 de dezembro de 2012 e, desde então, tem acesso às energias da quinta dimensão. Você também tem a opção de permanecer nas vibrações mais baixas da mentalidade egóica da terceira dimensão. Cada pessoa tem essa opção. É por isso que vemos uma gama tão ampla de experiências em todo o planeta hoje. Mas nem todos sabem que têm a capacidade de acessar novas energias. Aqueles que sabem ajudarão a espalhar esse amor e as vibrações mais elevadas para que o efeito seja sentido em todo o multiverso.

Adoramos o que Bashar disse sobre como, ao mudar a si mesmo, você não muda o mundo em que vive; em vez disso, você se transporta para outro mundo, e outro, e outro. Mas gostaríamos de acrescentar que, para *cada* pensamento, emoção, intenção e ação sua, você realmente transforma todo o multiverso. Você afeta todas as realidades e todos os universos porque está espalhando mais positividade na consciência coletiva.

Existe uma consciência coletiva universal. Existe uma consciência coletiva humana. Existe uma consciência coletiva galáctica. Existe a consciência coletiva da Fonte. Portanto, você influencia tudo. Sempre que você faz, diz ou pensa algo positivo — sempre que você ama — você está adicionando algo ao todo que só poderia vir através de você.

💬 “O que é um ancião arcturiano?”



Existem muitos seres que viveram em nosso sistema estelar e assumiram forma física, embora sejamos em sua maioria não físicos ou vivamos em dimensões superiores. Mas houve aqueles que assumiram corpos e encarnaram para serem seus professores, curadores e líderes — que deram o exemplo do que é possível.

Um ancião em nosso sistema é alguém que viveu no plano físico por muito tempo, assim como você na Terra, adquirindo, portanto, muito mais experiência e sabedoria para compartilhar, em comparação com alguém que está, digamos, chegando pela primeira vez. É claro que você deseja ter aqueles que são sábios, como os anciãos, para aprender muito mais rapidamente com eles.

💬 *Vocês são anciãos Arcturianos que estão canalizando através de Daniel?*

Somos um coletivo não físico e, portanto, não temos idade definida. Por isso, você poderia nos chamar de anciãos. As pessoas nos chamam de avós. As pessoas nos chamam de todo tipo de coisa. Somos uma consciência e um coletivo que deseja servir, ajudar, curar e ativar. Podemos ser muito para muitas pessoas quando nos permitem entrar.

“Se você pudesse dizer uma coisa para aqueles de nós que sentem que nossos dons estão se desenvolvendo, mas ainda não chegaram lá, o que seria? E qual foi o fator final que permitiu que Daniel se abrisse completamente e canalizasse seus dons?”

Você é perfeito exatamente onde está. O seu nível de conexão com seus talentos está lhe proporcionando essa experiência agora. Pode ser que você ainda não sinta que atingiu o nível de maestria, mas existe algo para você aí onde você está agora. Ao abraçar e aceitar isso, você sentirá que esta é a sua jornada: “Agora eu posso crescer. Agora eu posso experimentar a sensação de ir de onde estou para o próximo nível, e para o próximo, e para o próximo, e isso é divertido, interessante e único. Estou

muito feliz por ter essa experiência.” É isso que diríamos a todos vocês que estão começando.

Daniel teve “sorte” no sentido de que contou com a ajuda de outras pessoas. Ele teve Abraão [canalizado por Esther Hicks], que o encorajou em um evento. Ele teve Bashar, com quem conversou sobre canalização. Ele teve Nora Herold, que o ajudou imensamente a ganhar mais confiança no que estava fazendo.

O fato de Abraão lhe ter dito que iria canalizar foi uma experiência transformadora para Daniel, porque ele não sabia o que estava acontecendo consigo. Não sabia por que estava vivenciando tudo aquilo. E não achava que o que estava fazendo fosse necessariamente a coisa certa a fazer. Mas receber aquele pequeno empurrão e ouvir “isso é algo que você vai fazer, continue” foi tudo o que ele precisava. Então, ele só precisava sentar-se mais, sintonizar-se mais e, eventualmente, chegar ao ponto em que todos os movimentos bruscos e involuntários e as estranhas contorções faciais se transformaram em palavras — palavras que ele conseguiu expressar verbalmente pela primeira vez. Bastou que ele se sentasse e fizesse isso repetidamente, por cerca de quarenta e cinco minutos a uma hora de cada vez, até que, finalmente, conseguiu formar as palavras.

💬 *“Tantos jovens estão morrendo por suicídio porque o mundo está em crise.*

Como posso ajudar minha filha, que decidiu tirar a própria vida aos 23 anos?”



Essas experiências, em que se chega ao ponto de ter pensamentos suicidas, podem ser grandes avanços. Obviamente, aqueles que levam a cabo o ato de tirar a própria vida percorrem um caminho que envolve não mais estar em seus corpos. É muito triste para aqueles que ficam, lamentando a perda de um ente querido. Mas para

alguém como sua filha, saiba que ela está à beira de algo importante, que existe uma transformação que pode acontecer quando alguém atinge o fundo do poço e chega ao ponto de sentir vontade de tirar a própria vida e deixar este mundo com toda a sua dor.

Daniel chegou a esse ponto em março de 2010. Na noite seguinte, depois de refletir profundamente sobre como deixaria este mundo, ele teve a experiência mais incrível de sua vida. Foi quando energias inundaram seu corpo da cabeça aos pés, repetidamente. Foi como uma experiência de quase morte para ele.

Como mãe, você pode procurar mais relatos de pessoas que chegaram ao fundo do poço, tiveram pensamentos suicidas e conseguiram se recuperar, para se sentir melhor agora. Quanto à sua filha, você pode normalizar essa experiência para ela. Deixe-a saber que muitas pessoas chegam a um ponto na vida em que pensam: "Eu preferiria não estar aqui passando por nada disso".

Envie também mensagens de amor do fundo do seu coração. Envolve-a com o amor que você consegue acessar de dentro. É claro que é difícil amar alguém quando você está preocupado com essa pessoa ou quando tem medo do que ela possa fazer. Mas esse é o seu trabalho agora. Seu trabalho é vivenciar a experiência, permitir-se sentir essas emoções e chegar a um estado de calma para então dizer: "O que eu realmente quero sentir perto da minha filha? Quero sentir aquele amor que senti quando a segurei nos braços pela primeira vez, emaná-lo como um raio de luz do centro do meu peito em direção a ela e envolvê-la nesse amor e nessa luz. Quero transmitir a mensagem de que ela é amada, que existe amor disponível para ela e que ela pode se juntar a mim nessa vibração de amor, se assim desejar."

💬 *“Poderia nos dar passos práticos para desenvolver ou receber os dons da nossa alma, ou para acessar habilidades que tivemos em outras vidas para beneficiar nossas vidas atuais?”*



Sim, com certeza. Bem, em primeiro lugar, todos os dias ao acordar, você pode dizer ao Universo: “Estou pronto, aberto e disposto a receber todas as energias disponíveis para mim, provenientes de dimensões superiores, seres e coletivos de frequência mais elevada e seres de luz. Estou aberto para que essas energias percorram meu corpo.” Porque, antes de tudo, quando se trata de dons espirituais, você quer sentir algo. Você quer sentir algo diferente. Você quer se sentir conectado, como se estivesse ligado a algo.

Você pode acessar essas energias se se propuser a fazê-lo todos os dias. Coloque-se em uma posição que facilite isso. Talvez sente-se embaixo de uma árvore. Sente-se em um gramado bonito. Vá para um lugar muito calmo e sereno da sua casa, que você tenha estabelecido como seu santuário, onde possa se sentar e fazer isso. Mas permita-se essa experiência de simplesmente receber e, eventualmente, o que você receber irá preenchê-lo tanto que desejará irromper de alguma forma. Se for uma experiência clarividente ou clariaudiente, você será capaz de interpretar essa energia de uma maneira que faça sentido para você e para os outros.

💬 *“Falar em línguas e falar em linguagem de luz são a mesma coisa? Quais são os benefícios para mim ou para os outros ao usar a linguagem de luz?”*



São exatamente a mesma coisa. As línguas da luz contêm em si uma vi A linguagem da luz abrange uma ampla gama de possibilidades, incluindo energia, códigos de luz galácticos, geometria sagrada, ativações e potenciais de cura. Antes de começar, você decide o que deseja que a linguagem da luz represente para você, para aquela pessoa, para a humanidade, para um grupo de pessoas ou para quem quer que você tenha escolhido para enviá-la. Basta definir a intenção e deixar a linguagem da luz fluir, sabendo que ela está transmitindo essa intenção e enviando a energia que proporcionará à pessoa exatamente o que ela precisa.

💬 *“Por que nos sentimos mais conectados e atraídos emocionalmente por algumas pessoas do que por outras?”*

Vocês compartilham uma longa história. Vocês têm esses grupos que viajam juntos, chamados de *grupos de almas* ou *famílias de almas*, e vivem inúmeras experiências juntos, nem sempre as mesmas. Nem sempre você é o pai e a outra pessoa o filho, ou a mãe e o filho. Às vezes, os papéis se invertem. Às vezes vocês são primos; às vezes, são amigos.

Mas você tem todas essas experiências com essas outras almas que fazem com que elas brilhem para você e você brilhe para elas. Na maioria das vezes, é recíproco quando se trata de um membro da família de almas com quem você está em contato. Eles se encaixam como uma luva. Simplesmente parecem certos para você. Você sabe que há algo que vocês dois farão juntos ou sentirão na presença um do outro, e você quer mais disso. E então, você começa a fazer planos para se encontrarem.

É claro que, com familiares, esse sentimento já vem de fábrica, porque vocês são parentes. Com familiares, a gente tende a implicar uns com os outros. A maioria dos problemas com familiares acontece porque você quer muito amar essa pessoa, e ela faz de tudo para dificultar esse amor. Mas, na maioria dos casos, você não vai simplesmente descartá-la ou excluí-la da sua vida. Você vai mantê-la por perto e continuar descobrindo o amor que existe entre vocês. Apesar das diferenças ou das mágoas já existentes entre vocês, você deseja tanto amar essa pessoa que está disposto(a) a continuar o relacionamento, mesmo que ainda haja ressentimentos entre vocês.

💬 *"Já que todas as nossas vidas acontecem simultaneamente, ser capaz de acessar vidas passadas ou outras vidas seria uma experiência de canalização?"*



É uma experiência de canalização. *Canalizar é basicamente sintonizar-se com algo.* Portanto, é correto dizer que todos estão canalizando o tempo todo, porque você está sempre conectado a algo. Você está conectado a um fluxo de pensamentos, a um fragmento da alma ou à energia de um ambiente em que acabou de entrar.

Quando você não sintoniza a estação que deseja, acaba sintonizando canais aleatoriamente. Ou então, está sintonizando a mesma coisa de ontem, porque nada mudou no ambiente ou dentro de você.

Quando você canaliza com intenção, você está dizendo: "É com isso que eu quero harmonizar minha vibração, conectar-me a isso, tornar-me um com isso, fundir-me com isso e então ter uma experiência com isso."

💬 “A quinta dimensão não é não física?”



Não é. A forma como *dividimos* o universo é em doze dimensões; a primeira dimensão não física é a nona dimensão, onde estamos. A quinta, a sexta e a sétima dimensões são todas físicas.

Na nossa escala, a oitava dimensão é uma dimensão de transição, assim como a quarta é para você agora. A oitava dimensão ajuda você a fazer a transição para um ser não físico de forma total e completa.

Você poderia explicar o conceito de densidade, em oposição ao de dimensão?



Quando as pessoas dividem o universo em densidades, geralmente consideram apenas sete, enquanto nós estamos em uma escala de doze dimensões. Portanto, é claro que a sexta *densidade* será diferente da sexta *dimensão*. A sexta densidade seria não física.

💬 *De que maneiras, se é que há alguma, a transformação para um estilo de vida e alimentação veganos é um imperativo fundamental para o despertar da humanidade?*



Que bom que você fez a pergunta. Quando você desperta, tende a se tornar mais compassivo. Você tende a olhar para o mundo de forma diferente. Você tende a olhar para as plantas, os animais, a Terra — tudo — de forma diferente. Há mais amor fluindo através de você. E, portanto, há uma probabilidade maior de você dizer: "Sabe de uma

coisa? Eu não quero comer nada que já tenha respirado ou tido olhos." Isso acontece naturalmente. É por isso que algumas pessoas fazem essa escolha. Mas você não precisa fazer essa escolha para despertar.

💬 *O que nos impede, enquanto seres humanos, de nos tornarmos canais? E, como canais, qual é a nossa maior responsabilidade para com os outros, ao usarmos essa habilidade não apenas para nós mesmos, mas também para o bem comum?*



O maior obstáculo surge da crença de que existe algo de especial em uma pessoa que canaliza. Mas não há nada de especial em Daniel. Acredite, Daniel tinha trinta e oito anos e não se sentia especial quando começou a canalizar; ele não se sentia como alguém que sempre sabia das coisas ou que estava sempre conectado, e teve uma educação muito tradicional. Ele foi criado católico, ia à igreja todos os domingos, temia a Deus, tudo isso; ele não tinha nenhuma experiência espiritual. Mesmo assim, de alguma forma, ele conseguiu superar esse obstáculo.

Se você acredita que é possível canalizar, então está disposto a fazer o que for preciso para se conectar. Está disposto a dedicar o tempo necessário. Está disposto a emanar a frequência correta e a elevar sua vibração o suficiente para alcançar esse nível de consciência. Depois de começar a canalizar, sim, é importante se autoavaliar e perguntar: "Certo, será que eu estava apenas emitindo algo em que acredito? Será que eu estava influenciando demais o que estava recebendo?"

A grande maioria das pessoas que canalizam tem um desejo genuíno de servir e não de manipular ou divulgar informações negativas ou falsas, embora aquilo em que o canalizador esteja focado em seu estado normal irá filtrar ou influenciar o que ele transmite durante a canalização.

Como canalizador, sua responsabilidade é manter o foco naquilo que é positivo, integrado e esclarecedor — unindo as pessoas e elevando o nível de consciência — e não em todas as coisas divisivas que existem por aí.

Muito, muito bom! Tivemos uma sessão incrível. Muito obrigada por compartilhar, por sua transparência e por seu enorme coração.



Muito bom. Foi um prazer e uma honra para nós também. Nós somos o Conselho Arcturiano e apreciamos muito a comunicação com vocês.

Para saber mais sobre Daniel, seus livros e o Conselho Arcturiano 9D, visite seu site em www.danielscranton.com.



Capítulo 6

Kit de Ferramentas para a Autorrealização: Tudo o que você precisa para elevar sua vibração com Darryl Anka



Sobre Darryl

Durante quarenta anos, pessoas de todo o mundo viajaram para vivenciar a experiência do renomado canalizador Darryl Anka, que traz à tona um ser extraordinário do futuro conhecido como Bashar. Bashar é um extraterrestre que compartilha algumas das ideias mais fascinantes, perspicazes e reveladoras, explicando em detalhes como o universo funciona e como cada pessoa cria a realidade que vivencia. Ele fornece ao público as informações necessárias para aplicar esses ensinamentos, de modo que possam transformar suas vidas e criar a realidade que desejam.

Além de se inspirar em Bashar, Darryl expressa seus talentos criativos escrevendo, dirigindo e produzindo filmes por meio de sua própria produtora, a Zia Films.

Reflexões de Darryl sobre o contato aberto (extraterrestre)

Bem-vindo, Darryl. É uma grande honra. Considerando seus muitos anos "chocando e impressionando" o público, há algo em A mensagem de Bashar tem recebido maior ênfase nos últimos anos, ou sempre foi bastante consistente?



Olá, Mike. É ótimo estar aqui. Obrigado por nos receber.

Bem, a mensagem tem tido um aspecto constante sobre a nossa própria ascensão, mas, cada vez mais, também nos prepara para um tempo em que haverá contato aberto com seres extraterrestres, algo que ele nos diz estar no horizonte. Os "kits de ferramentas" espirituais, fórmulas e princípios que ele compartilha visam elevar nossa vibração ao ponto em que sejamos capazes de, de fato, convidar outros seres de outras civilizações, garantindo que sejamos capazes de lidar com essas interações.

A intenção desta mensagem de contato aberto é nos lembrar de quem realmente somos — expandir nossas habilidades, nos ajudar a interagir com nossa família galáctica e criar mais opções de como vivenciamos a realidade. Permitindo-nos expandir nossa consciência de quem realmente somos.

Bashar se descreve como um "especialista em primeiro contato" de uma grande aliança entre as estrelas, composta por diferentes civilizações. Seus ensinamentos, mais uma vez, oferecem treinamento para nos preparar para nos juntarmos à nossa família galáctica nos anos vindouros, finalmente aprendendo que não somos apenas uma espécie isolada. É hora de despertarmos.

Será justo dizer que a grande maioria, senão todos, os extraterrestres que nos visitam são benevolentes e provavelmente mais avançados espiritualmente do que nós? E que estão aqui para nos ajudar a navegar por este período de intensas mudanças, visto que evidentemente passaram pelo seu próprio despertar há muito tempo e agora percorrem o cosmos?

Sim. Embora possam ter passado por coisas diferentes, eles entendem o que estamos passando — o que estamos vivenciando aqui na Terra — especialmente

porque Bashar e muitas outras civilizações também são seres físicos. Portanto, eles entendem nossas necessidades na realidade física.

Bashar afirmou que, embora possam existir entidades negativas no cosmos, os seres preocupados com a nossa evolução estão nos auxiliando, atuando como uma espécie de filtro, protegendo-nos daqueles que não necessariamente desejam o nosso bem. Os que estão aqui, agora, em contato conosco, são benevolentes — ajudando-nos a subir na vida, por assim dizer.

Muito bem, acho que estamos prontos. Está confortável agora, Darryl? Pronto para incorporar o Bashar?



Com certeza. Vamos trazer o Bashar e deixá-lo dizer o que tem a dizer.

Kit de Ferramentas para a Autorrealização:

Tudo o que você precisa para elevar sua vibração

Temos a honra de fornecer informações que, segundo nossa experiência, quando aplicadas com precisão, ajudarão você a criar as realidades que cada um de vocês prefere.

Apresentaremos quatro ideias — quatro princípios — cada um com várias partes. Não se sinta sobrecarregado. Para aqueles que já nos conhecem, será uma oportunidade de praticar a aplicação desses princípios com mais precisão em suas vidas para obter resultados mais eficazes. Para aqueles que ainda não conhecem nossas informações, permitam-se simplesmente relaxar e absorver o conteúdo. Funcionará para você da maneira que for necessária, em sincronia. Portanto, apenas deixe a informação entrar, reflita sobre ela, descubra o que funciona para você e aplique como desejar.

As Cinco Leis Universais

Começaremos com a primeira parte, que chamamos de Cinco Leis Universais. Agora, entendemos que vocês estejam familiarizados, até certo ponto, com a ideia das leis físicas do chamado universo, que percebemos como um multiverso. Mas a ideia é que mesmo as leis que vocês reconhecem como leis da física podem mudar de realidade para realidade e de universo para universo.

As cinco leis que estamos descrevendo são verdadeiramente universais, no sentido de que se aplicam a todos, em todos os lugares, em toda a criação e em realidades paralelas (exceto em outros universos). Elas formam a estrutura básica da própria existência.

As Cinco Leis Universais

Você existe

1. Tudo está aqui e agora.
2. O Uno é o Todo e o Todo é o Uno
3. Você colhe o que planta.
4. Tudo muda, exceto as leis.

Você existe

Isso pode parecer muito simplista, mas pense nisso por um momento. A existência é o seu estado natural. É a sua qualidade básica e fundamental. Se você existe, não pode deixar de existir, porque a não existência, por definição, não existe. Essa é a sua qualidade. A qualidade da não existência é não existir. Portanto, o que existe não pode deixar de existir.

Em certo sentido, pode-se dizer que não há espaço na inexistência para aquilo que existe. A ideia aqui é não se preocupar; você jamais deixará de existir. Você

mudará sua forma ou sua perspectiva, mas não poderá deixar de existir como o aspecto único de Tudo-O-Que-É — da criação — que você é.

que você existe , e não há nada que você possa fazer para mudar isso.

Tudo está aqui e agora.

Por assim dizer, todas as coisas existem no mesmo instante. O tempo e o espaço são projeções ilusórias da consciência que permitem que você experimente as coisas de uma maneira particular, que descubra coisas novas sobre si mesmo ao impor esse conceito, ou estrutura, de espaço e tempo à sua consciência. Isso permite que você descubra coisas novas sobre si mesmo ao esquecer quem você era e vivenciar o desenrolar de processos ao longo do tempo e do espaço que lhe proporcionam diferentes perspectivas — permitindo que você se descubra a partir de um novo ponto de vista. Mas, ainda assim, são projeções ilusórias.

Tudo, em qualquer lugar, em todos os lugares, existe simultaneamente. A ideia é usar o tempo e o espaço como ferramentas para descobrir o que você precisa descobrir e explorar os temas que precisa explorar de uma maneira única, esquecendo quem você é para que possa se lembrar de si mesmo a partir de uma perspectiva diferente.

O Uno é o Todo e o Todo é o Uno

Isso, mais uma vez, simplesmente remete ao fato de que tudo existe simultaneamente e, portanto, tudo é feito da mesma coisa. Se você quiser chamá-la de Deus, Deusa, Criador ou simplesmente existência, não importa. Ela não se importa com o nome que você dê, porque ela é tudo o que existe, todos que existem, em todos os lugares que existem e em todos os tempos que existem. Nada mais existe além dessa única coisa, e tudo é feito dela. Tudo é um reflexo dela e uma projeção dela.

Imagine-se no meio de um salão de espelhos. Ao seu redor, Você vê uma infinidade de reflexos infinitos de diferentes ângulos. Mas, neste caso, como tudo é feito da existência, que é autoconsciente e a própria consciência, então todos os reflexos — aqueles reflexos que representam todos vocês, todos nós e cada ser e coisa dentro da existência — também são conscientes e autoconscientes de alguma forma.

Pode não ser a mesma forma de consciência ou a mesma expressão de consciência que você considera ser, mas, mesmo assim, tudo é feito dessa consciência e tudo é autoconsciente de uma maneira única — até mesmo coisas que não parecem conscientes são, no entanto, feitas dela e são um reflexo dela.

Você colhe o que planta.

Alguns de vocês chamam essa ideia de Lei da Atração. Novamente, isso é universal porque tudo é uma projeção da consciência e um reflexo da consciência. A frequência em que você opera, tudo o que você emite para a vida, é o que você recebe de volta.

Isso funciona como um sistema de orientação para você. Se as coisas não estiverem organizadas da maneira que você prefere, ou se as circunstâncias não estiverem alinhadas com seus desejos mais profundos (a verdade interior), então você deve ter um sistema de crenças, uma ideia ou uma definição em contradição. Você então recebe um reflexo da frequência que está emitindo. Se você não gosta do que está emitindo, mudar sua frequência permitirá que você receba um reflexo mais alinhado com o que você prefere.

A ideia é usar isso como um mecanismo orientador, compreendendo suas reflexões para saber exatamente onde você está, onde você se encontra, o que você está emitindo e em qual frequência você está operando. É um mecanismo orientador para impulsioná-lo pela vida e permitir que você refine e aprimore os sistemas de

crenças nos quais você acredita, que estejam mais alinhados com quem você prefere ser, e os sistemas de crenças dos quais você deve se desapegar. São seus sistemas de crenças que determinam completamente o que você experimenta na realidade física. Eles compõem a personalidade física. Aquilo em que você acredita com mais intensidade é, de fato, o que você recebe de volta em sua experiência da realidade física.

Tudo muda, exceto as leis.

As leis são a estrutura que nunca muda. Elas são a própria existência e uma definição dela. O que muda é a sua experiência dessa estrutura, a sua relação com ela e a sua perspectiva sobre ela. São esses elementos que criam a expansão da existência: *a sua experiência* de uma estrutura que nunca muda — a sua experiência que está em constante e infinita transformação.

Embora a estrutura seja simples e permaneça a mesma, descrita por essas cinco leis, o universo, o multiverso, a criação e a existência estão em constante expansão através das diferentes perspectivas, experiências e relações de cada um com essa estrutura simples que nunca muda.

Você tem a liberdade e o livre-arbítrio para decidir por si mesmo qual é a sua relação com o Todo-O-Que-É; qual é a sua relação com a própria existência e como você experimentará a expansão da sua consciência individual como reflexo do Todo-O-Que-É; e como você experimentará a expansão do cosmos e do multiverso através da sua relação com ele, da maneira, forma ou feitio que você decidir, pois você recebeu o dom de decidir por si mesmo, com o seu autoempoderamento e livre-arbítrio, o que você experimentará.

Seu destino

Vocês impuseram a si mesmos uma espécie de destino ao vivenciarem este tema, esta versão de vocês. Vocês são seres maiores do que esta pessoa física e temporária que são, mas fazem parte integrante de um tema que escolheram, em um nível superior, para vivenciar e explorar esta realidade física. Esse é o seu destino porque você o escolheu por livre e espontânea vontade do espírito de nível superior, ou do Eu Superior, que você também é.

Você vivenciará sua experiência como essa personalidade. Esse é o seu chamado destino. Mas você tem o livre-arbítrio absoluto para vivenciar esse destino da maneira que desejar. Se quiser encarar seu tema como um corredor que você se ordenou percorrer, viver e atravessar do começo ao fim, bem, esse é o seu destino. Mas a forma *como* você percorre esse corredor depende do seu livre-arbítrio. Você pode correr; pode voar; pode andar; pode rastejar; pode ir para frente; pode ir para trás; pode ser feliz ou triste. Pode olhar em cada porta ao longo do caminho, ou pode ignorá-las todas e correr para o fim da maneira que desejar. É assim que o seu livre-arbítrio funciona dentro do destino do tema que você escolheu explorar e da personalidade que você escolheu ser para esta vida.

Você possui um eu maior, é claro, que inclui a ideia do seu espírito, alma, superalma e eus superiores, até chegar ao Todo-O-Que-É. Mas isso não tem fim, porque você também pode ser diferentes versões do Todo-O-Que-É. Ele é infinito em todas as direções: para cima, para baixo, para dentro e para fora. E, portanto, ao compreender essa estrutura simples de cinco leis, você tem a capacidade de formar diferentes relacionamentos com Ele da maneira que desejar.

Reflita sobre elas até compreendê-las: *Você Existe; Tudo Está Aqui e Agora; O Uno É o Todo e o Todo É o Uno; Você Recebe de Volta o Que Emite; e Tudo Muda, Exceto*

as *Leis* . Deixe que elas sejam seu filtro quando se deparar com quaisquer ideias, especialmente aquelas de natureza metafísica ou espiritual. Se não se encaixarem nesse quadro, se não corresponderem a esse filtro, então o que você está enfrentando pode ser uma perspectiva ou um sistema de crenças que não indica necessariamente o mecanismo causal subjacente à experiência espiritual ou metafísica que você está tendo.

Use-o como seu sistema de filtro comparativo para saber a diferença entre uma definição experiencial e uma definição mecânica de como as coisas realmente funcionam. Ter uma definição experiencial é ótimo. O problema é que, muitas vezes, as pessoas pensam que, ao terem uma definição da experiência, elas também têm uma definição do mecanismo que a cria, e isso nem sempre é verdade.

Um exemplo simplista da diferença entre esses dois conceitos é observar a ideia que você chama de pôr do sol. Você sabe que sua experiência lhe dá a impressão de que o sol está realmente se pondo, mas também sabe, nos dias de hoje, que isso não é o que realmente acontece. A impressão é de que o sol está se pondo porque o planeta está girando. Você está girando em direção ao sol ou se afastando dele, o que faz com que, da sua *experiência* , *pareça* que o sol está se movendo pelo céu quando, na verdade, é o planeta que está girando. A descrição do pôr do sol não descreve, de forma alguma, o mecanismo *mecânico real* que faz o planeta girar e cria a experiência, a ilusão, de um pôr do sol.

Ao começar a compreender o mecanismo causal, você não precisa abandonar a definição poética da experiência. Pelo contrário, você consegue entender melhor os mecanismos reais por trás dela, o que lhe proporciona uma compreensão mais clara de como as experiências metafísicas e espirituais são de fato criadas. Assim, você não se perde na definição experiencial, que existe há milhares de anos e que costumava

impedi-lo de ver como as coisas realmente funcionam: que você cria sua realidade física com seus sistemas de crenças.

As sete necessidades básicas da vida física

Isso nos leva à segunda parte, que chamamos de Sete Necessidades Básicas da Vida Física. Essas ideias estão sendo descritas para que você possa entender outra diferença: a diferença entre o que você costuma dizer que quer na vida e o que você realmente precisa na vida. Às vezes, seus desejos e suas necessidades coincidem; outras vezes, não. Especificamente, muitas vezes o que você quer não é o que você precisa.

Aquilo de que você realmente precisa lhe trará satisfação e plenitude: alegria, bem-estar e prosperidade na realidade física. Isso não se aplica tanto ao que você deseja. Portanto, é importante aprender a diferença entre o que você deseja e quais são, de fato, as sete necessidades básicas da vida física.

Esses elementos permitirão que você prospere como um ser físico. Sem eles, você começará a definhando e não será capaz de perpetuar sua experiência física. É isso que faz com que sejam realmente as coisas de que você precisa. para prosperar na realidade física.

Ordenamos os itens com base na gravidade da sua necessidade para cada um deles. Novamente, embora isso possa começar de forma muito simples, por favor, entenda a importância que eles têm para vocês como seres físicos que têm uma vida na Terra, especialmente prestando muita atenção aos pontos finais, que podem ser menos óbvios.

As sete necessidades básicas da vida física

<i>Suas necessidades (geralmente) óbvias:</i>	<i>Suas necessidades menos óbvias:</i>
1. Ar	5. Abrigo
2. Água	6. Conexão
3. Sono	7. Criatividade
4. Alimentos	

Suas necessidades (geralmente) óbvias

Agora, sabemos que existem pessoas que praticam certas disciplinas, como os respiracionistas, que podem parecer se virar bem sem algumas das necessidades listadas por um tempo, mas essas são exceções. O que estamos abordando nesta lista é o que o ser humano médio precisa e o que não precisa para manter sua vida.

Ar

A primeira necessidade básica, obviamente, é o ar. Você precisa respirar para continuar vivendo. Sem respirar, sem ar, você provavelmente morrerá em poucos minutos.

Água

Você precisa de água. Ela mantém seu corpo fluido e lubrificado, literalmente. Você precisa dela para prosperar na realidade física. Sem ela, você provavelmente morrerá em poucos dias.

Dormir

A maioria das pessoas pensaria que a terceira coisa é a comida, mas não é. Na verdade, é o sono — os sonhos, em particular. Se você não dormir e não se conectar com o mundo espiritual através dos seus sonhos, começará a ter alucinações em dez a onze dias, e seus sistemas físicos começarão a falhar. Você pode desenvolver um surto psicótico e provavelmente morrer em duas semanas sem essa conexão que normalmente estabelece todas as noites.

Lembrem-se, a realidade física não é o que vocês pensam que é. É energia: uma projeção da consciência. Vocês são seres espirituais que nunca deixam o espírito. Vocês estão no espírito agora mesmo. Todos vocês existem dentro do espírito. Durante o estado de vigília, vocês sonham que deixaram o espírito para se tornarem humanos. Portanto, agora, enquanto fingem que não são espírito, ter uma experiência física exige — e isso mudará com o tempo — que vocês "recarreguem suas baterias" para continuar projetando a ideia de que são seres físicos. Suas vidas físicas são ilusões; projeções que exigem energia para manter a ilusão de que vocês são apenas seres físicos.

Portanto, você precisa dormir e sonhar para manter a realidade física em funcionamento, para vivenciar seu tempo no espaço pelo período que você decidiu que assim será.

Comida

O quarto item é a alimentação. De alguma forma, a maioria de vocês neste planeta também precisa de sustento para que o corpo funcione bem. Se vocês tiverem ar, água, sono e comida, começarão a prosperar.

Suas necessidades menos óbvias

O conceito de necessidades muda um pouco nos três últimos requisitos.

Abrigo

Todos vocês precisam de alguma forma de abrigo ou ambiente propício à vida. Isso não significa que precise ser uma casa física. Existem lugares no seu planeta, pelo menos por enquanto, onde o próprio ambiente é muito agradável e propício ao florescimento da vida humana. Algumas pessoas chamam esses lugares de ilhas tropicais ou se referem a eles como paraísos na Terra, onde muitas pessoas podem

viver ao ar livre sem abrigo ou com um abrigo muito simples para se protegerem de certos elementos.

Normalmente, sem abrigo ou um ambiente propício, seu corpo pode se desgastar e você pode morrer. Talvez não imediatamente, mas seu espírito, de certa forma, também pode começar a definhar quando você se sente estressado e lutando para sobreviver, se não estiver em um ambiente que permita que seu corpo, espírito e mente sigam em frente sem ter que se preocupar com cada detalhe, como raios, enchentes, terremotos e assim por diante.

Conexão

Todos precisam de conexão — um relacionamento com algo ou alguém. Nem precisa ser uma pessoa. Pode ser uma conexão com o cosmos, um animal, o mundo, uma árvore ou até mesmo uma pedra. Você precisa de um relacionamento que lhe permita sentir que faz parte de uma comunidade ou grupo maior, ou que lhe dê a capacidade de se comunicar em um relacionamento com uma ou várias pessoas. Essa ideia de pertencimento também é importante para que você prospere na realidade física (assim como em outros níveis de realidade).

Criatividade

A necessidade final é a expressão criativa do seu verdadeiro eu. Em outras palavras, viver o seu propósito, a sua missão, ser você. E isso se encaixa perfeitamente no próximo segmento, porque a ideia de expressar a essência criativa do seu verdadeiro eu — como um ser generoso e que serve — significa, especificamente, uma coisa: agir de acordo com as suas paixões na vida, viver os seus sonhos, ser quem você realmente sabe que é no seu âmago, no fundo do seu coração, e estar disposto a agir de acordo com essas paixões.

Esses dois últimos (conexão e criatividade) diferem um pouco dos cinco primeiros. Ficar sem um ou ambos não significa que você morrerá imediatamente, ou mesmo rapidamente, mas a ausência deles pode fazer com que sua mente, psicologia e espírito se deteriore com o tempo, talvez até levando a pensamentos suicidas, que o afastarão da realidade física se você agir de acordo com eles.

Manual de Instruções da Vida: A Fórmula dos Cinco Passos

Agora você tem as sete necessidades básicas. E se você as vivencia ou as possui, estará preparado para a realização em todos os níveis da sua vida, simplesmente seguindo a fórmula que vamos compartilhar.

Vamos explicar como a realidade funciona, descrevendo as ferramentas e os mecanismos que permitem que você crie a sua realidade da maneira que preferir — da maneira que esteja alinhada com quem você realmente é — para vivenciar a melhor vida possível, da forma mais alegre, criativa, apaixonada, emocionante, amorosa e conectada possível. *Isso não é filosofia.* É uma síntese dos mecanismos pelos quais você realmente cria a sua experiência da realidade física.

Vamos literalmente lhe fornecer um manual de instruções, da mesma forma que você receberia um manual de instruções para operar uma máquina. Se você simplesmente seguir as instruções básicas passo a passo, sua "máquina" funcionará da maneira para a qual foi projetada, para sua vantagem. Se você não seguir as instruções, bem, então a máquina pode não funcionar da melhor forma possível e você pode, inclusive, se machucar.

É assim que você cria sua realidade física, quer tenha consciência disso ou não. Ou não. Permita-se prestar atenção e absorver isso. Garantimos que, se você seguir nossos passos, sua vida melhorará. É assim que a realidade foi criada e deve ser vivida, por você e para você.

Manual de Instruções da Vida: A Fórmula dos Cinco Passos

1. Siga a sua paixão
2. Aja de acordo com sua paixão, dando o melhor de si.
3. Não insista em nada no resultado.
4. Mantenha-se em um estado positivo.
5. Investigue seus sistemas de crenças

Siga a sua paixão

Novamente, esta seção — *Siga Sua Paixão* — se encaixa perfeitamente com a sétima necessidade básica, a *Criatividade*. Por que isso é importante? Você ouve isso o tempo todo em sua vida: siga sua felicidade, sua paixão, sua empolgação. Mas por quê? Por que isso é tão importante? Permita-nos explicar.

Você possui, como ser, uma mente física, mas também uma mente superior não física. E é essa sua mente superior não física que deve guiá-lo(a) nesta vida. Como ela faz isso? Ela se comunica por meio de uma linguagem energética. Ela lhe envia mensagens energéticas. Como você interpreta essas mensagens energéticas? Como você sabe quando a mente superior está lhe enviando essas mensagens energéticas? Simples. Seu corpo físico traduz essas mensagens energéticas em sensações de paixão, entusiasmo, criatividade, curiosidade, atração e amor. É assim que você sabe que está recebendo algo da mente superior: *você sente isso em seu corpo*. Esses sentimentos lhe dizem que esta situação, esta circunstância, esta coisa, este projeto, esta ideia ou este conceito está alinhado com quem você realmente é, com a sua frequência essencial, vivenciada como paixão, entusiasmo, criatividade, amor e conexão. Sua frequência é quem você é. É a sua vibração, a sua assinatura como um ser único, um reflexo único de Tudo-O-Que-É e da própria existência.

Aja de acordo com sua paixão, dando o melhor de si.

Quando você tem esses sentimentos em relação a uma circunstância, situação, pessoa ou relacionamento, é uma orientação da sua mente superior, dizendo: "Este é o seu próximo passo. Este é o seu caminho." Aja da melhor maneira possível, levando-o o mais longe que puder — esse é o segundo passo — até não poder ir mais longe. Você estará ouvindo a mente superior e sua orientação — estará iniciando um diálogo com a mente superior e sua orientação — e, ao agir de acordo com essa paixão, você está dizendo à sua mente superior: "Eu te ouvi. Estou disposto a ouvir. Estou aberto a isso e a receber sua orientação, porque você está me guiando pela vida da melhor maneira possível."

A linguagem da mente superior na *realidade física* não são palavras; são ações. Portanto, quando você age, está respondendo, dizendo: "Sim, eu ouvi você e estou disposto a agir de acordo com essa paixão porque você está me dizendo que é isso que eu sou agora." Então, continue em frente, agindo de acordo com sua paixão pelo máximo de tempo que puder, levando-a o mais longe que puder, até não poder mais ou até que seu entusiasmo diminua.

Existem dois motivos pelos quais seu entusiasmo ou paixão pode diminuir temporária ou permanentemente em relação àquilo em que você está agindo:

1. É uma oportunidade para examinar seus sistemas de crenças e garantir que não haja nenhuma crença negativa ou baseada no medo fazendo com que a empolgação desapareça, talvez porque você esteja com muito medo de seguir em frente ou preocupado que algo ruim aconteça se o fizer.

2. Se algo está desaparecendo naturalmente, é a sincronicidade lhe dizendo para mudar de rumo: que seu próximo passo pode ser algo que você ainda não imaginou, que você busque algo que lhe traga mais entusiasmo do que qualquer outra coisa e que siga em frente, aja de acordo com esse *próximo* passo. A maioria dos

caminhos não são necessariamente linhas retas. O seu pode ser um caminho sinuoso que, na verdade, será o mais curto de todos, porque é o caminho de menor resistência.

Falaremos mais sobre sincronicidades em breve. Por agora, a ideia é agir de acordo com sua paixão, levando-a o mais longe que puder, até o limite, garantindo que você não a esteja diminuindo por causa de crenças baseadas no medo sobre o que significa seguir em frente.

Não insista em nada no resultado.

Então, a próxima parte — e eu entendo que isso é um grande desafio para muitos — é que, ao agir de acordo com sua paixão, levando-a o mais longe que puder, *você não deve ter absolutamente nada, e eu digo nada mesmo. Insistência ou pressuposição sobre qual deveria ser o resultado ou como ele se apresentará.*

A chave para isso é entender que sua mente física é limitada em sua capacidade de imaginar qual seria o resultado *ideal*. No entanto, todos vocês possuem uma imaginação poderosa, e podem e devem usá-la, deixando de lado a insistência em resultados concretos. Isso é muito mais fácil do que pode parecer à primeira vista.

A visualização não é necessariamente uma ferramenta para manifestar *exatamente* o que você imagina, embora às vezes isso aconteça. Ela serve para criar uma representação ou como uma espécie de marcador para o resultado verdadeiramente ideal. O que você imagina é um símbolo que lhe proporciona a empolgação necessária para, de fato, dar e receber orientação da mente superior. É um emblema do resultado real que precisa ser ou do próximo passo necessário para o seu progresso e para o seu caminho.

Então, ao abandonar sua ideia do resultado depois de tê-la usado para realmente alcançá-lo, você estará realmente conseguindo. Quando você está empolgado com a manifestação, é aí que você se abre. Mantendo a empolgação, você

cria espaço para que a mente superior entregue o que precisa acontecer em seguida — o que será melhor para você. Então, não importa o que surja, mantenha-se em um estado positivo para manter o ímpeto. Esse é o segredo. Essa é a chave.

Mantenha-se em um estado positivo.

Mesmo que algo se manifeste que você não prefira — falando objetivamente, não fazendo um julgamento — reconheça que, seja o que for, *ainda lhe será útil se você se mantiver em um estado positivo.*

Às vezes, quando você se torna realmente bom nisso, você até se testa manifestando algo que não gosta, para ver se vai reagir negativamente da mesma forma que antes. A verdadeira medida da mudança não é se o mundo exterior parece diferente; é se você reage a ele de forma diferente, mesmo quando ele parece o mesmo. Se você realmente entender esses princípios, não importará o que aconteça a seguir, porque você sabe que isso lhe será útil, mesmo que tenha sido criado a partir de uma intenção negativa.

Isso não significa que você começará a chamar algo negativo de positivo em si mesmo. Significa que você pode reconhecer que, mesmo que algo tenha sido criado a partir de energia negativa, você ainda pode obter um resultado positivo se permanecer em um estado energético positivo. Lembre-se, você só pode experimentar aquilo que vibra em sua própria vibração. Você recebe de volta aquilo que emite. Essa é a lei. É física pura.

A ideia, então, é que, mantendo-se em um estado positivo, mesmo quando algo indesejado se manifesta, você será capaz de usá-lo de forma positiva. Por exemplo, ver algo que você *não* gosta pode lhe dar uma ideia muito mais clara, por contraste e comparação, daquilo que você *gosta*, o que é uma maneira positiva de lidar com o que

you don't like. And as you use it in this form, it will disappear and the things you like will begin to appear.

Here is the great secret of the Law of Attraction: there is a misconception of what you need to learn to create the frequency you desire.

No. These frequencies of passion, enthusiasm, creativity, love and connection are your natural state. These are your essential vibrations, remember? They are projected to attract absolutely everything that is relevant to your life and that will allow you to experience these qualities all the time.

You are always emitting these vibrations. They are always trying to attract everything you prefer and need for your own realization. You don't need to learn to create these frequencies. It's about getting out of your own way, of freeing yourself from negative and fear-based beliefs that interfere with your natural frequencies and your innate ability to attract what you need for your life.

Investigate your belief systems

Concentrate on the idea of understanding your belief systems. Investigate them, identifying those that don't serve you, that are outdated, misaligned or that probably belong to another person. Throughout your life, you have absorbed, telepathically and through body language, the beliefs of those who were important to you — your parents, friends, school, society —, beliefs that simply had nothing to do with you or that arose from unfulfilled desires of those people.

But now that you have grown, you can think for yourself. You can decide what is true for you. You can detach yourself from the belief systems you may have acquired along the way and that are misaligned with your vibration

essencial, permitindo que suas frequências essenciais funcionem da maneira mais eficiente.

Usando o Manual de Instruções da Vida

As ideias principais do manual de instruções ou da fórmula são: agir de acordo com sua paixão a cada momento que puder, da melhor maneira possível, levá-la o mais longe que puder até o seu limite, certificando-se de não sufocar a empolgação com crenças baseadas no medo, e então buscar a próxima coisa que lhe traga mais entusiasmo do que qualquer outra opção e agir em relação a ela. Esse é o seu caminho, e é isso que sua mente superior está lhe dizendo.

Faça isso sem insistir ou presumir qual deve ser o resultado, quando ou como ele deve acontecer. Abra-se à ideia de que sua mente superior e a sincronicidade lhe trarão o que é mais ideal: o seu melhor resultado possível. E então, permita-se manter uma atitude positiva, independentemente do que se manifeste, para que você possa se beneficiar disso e extrair uma experiência positiva. Mesmo que algo que se manifeste seja algo que você não prefira, use isso de forma positiva.

Ao longo do caminho, examine seus sistemas de crenças. Investigue com honestidade e boa vontade as ideias que você considera verdadeiras para si mesmo em qualquer situação. Pergunte-se: "Por que acredito que algo ruim pode acontecer? Por que desenvolvi um medo específico de que algo possa dar errado?" Permita-se examinar o porquê desse medo, o que ele representa e deixe-o ir, tornando-o sem sentido. Enxergue suas crenças negativas sob uma perspectiva verdadeira e justa. Compare-se com outras pessoas no mundo que possam estar fazendo coisas que você adoraria fazer. Veja-as como representantes do que sua própria paixão é capaz de realizar.

Quando você vê outras pessoas prosperando, isso indica claramente que você também pode, pelo menos de alguma forma, mesmo que não seja exatamente igual a elas. E veja como é absurdo que elas consigam e você, de alguma forma, não consiga. Entenda que, se fosse realmente verdade que você não conseguisse, você jamais veria outras pessoas conseguindo!

Isso não significa que todos possam fazer absolutamente tudo o que outras pessoas fazem. estão fazendo. A ideia é ser honesto consigo mesmo sobre quais são seus verdadeiros sonhos e paixões e o que é relevante para você em sua vida. Relevância é a chave aqui. "Será que eu poderia de repente me tornar um ser azul de quatro metros de altura com quinze braços?" Bem, é possível. É possível. Mas é provável? É relevante? Não é provável, considerando seu caminho, seu tema e o que você está explorando.

Não se trata do que é possível ou impossível. Trata-se do que é provável ou relevante para você. Seja honesto consigo mesmo sobre o que você realmente precisa na vida para se sentir realizado, seguindo o que compartilhamos até agora, e você descobrirá que sua vida pode ser muito simples (relativamente falando), você pode conquistar as coisas de que precisa com muita facilidade e pode ficar absolutamente extasiado com a forma como tudo se desenrola.

Para repetir mais uma vez, aja de acordo com sua paixão. Leve-a o mais longe que puder. Permita-se descobrir por que o entusiasmo diminuiu. Seja honesto consigo mesmo. Mantenha uma atitude positiva. Não insista nem presuma qual deveria ser o resultado. Examine seus sistemas de crenças para que possa se desapegar daqueles que não são mais relevantes — aqueles que são negativos e baseados no medo. E seja sincero consigo mesmo sobre o que é possível em sua vida.

Não há mais instruções. Poderíamos passar horas, e de fato passamos — anos, aliás — detalhando exatamente como essas instruções precisam ser aplicadas na sua realidade. Precisão é a chave aqui. Você não pode adicionar outras ideias ou sistemas de crenças ultrapassados a esta fórmula e esperar que ela funcione com a mesma precisão.

Apresentamos a você uma versão simplificada dos mecanismos que você já utiliza para criar sua experiência da realidade física. Fazemos isso da maneira mais simples possível para que não se torne excessivamente complexo e para que você não precise pensar demais. Você pode simplesmente aplicá-lo de forma pura e simples para o que achar melhor. Garantimos que isso mudará sua vida, se aplicado corretamente.

Encontrando sua paixão

Sabemos que, em nossas conversas com muitos de vocês, vocês dizem: "Bem, eu não sei qual é a minha paixão". Bobagem. É fácil encontrar a sua paixão. Mas quando falamos em paixão, não estamos tentando evocar imagens de uma carreira para a vida toda ou de um projeto gigantesco. Não. Queremos dizer simplesmente começar algo.

Você tem a capacidade de determinar quais opções à sua frente são mais empolgantes, pelas quais você sente mais paixão, atração ou até mesmo curiosidade, do que as outras opções em sua vida, mesmo que seja apenas um pouco mais do que as outras opções. Então, comece de forma simples. Se você não tem uma ideia clara do que isso significa, comece pequeno. Isso vai se transformar em algo maior.

Por exemplo, você está lendo este livro — presumimos — porque achou que essa era a coisa mais emocionante que você poderia estar fazendo neste momento. Não foi

difícil. Não foi uma decisão complicada. Você simplesmente disse: "Ah, sim, dentre todas as opções que tenho, vou fazer isso porque me sinto mais atraído por ela agora."

Assim que terminar a leitura, olhe ao redor. Você pode dar uma caminhada, ler outro livro, assistir a um filme, conversar com um amigo, fazer uma refeição, tirar uma soneca, enfim, qualquer coisa. Comparando as opções, se alguma delas parecer um pouquinho mais atraente, empolgante ou interessante do que as outras, simplesmente faça-a em seguida, da melhor maneira possível, seguindo a fórmula. *Você nunca sabe aonde isso vai te levar, e essa é a graça.*

Isso sempre te levará ao próximo lugar onde você realmente precisa estar — mesmo que pareça totalmente desconexo — de maneiras que você simplesmente não consegue compreender. Digamos que você esteja escrevendo um livro e, por algum motivo, sinta que não consegue ir mais longe. O entusiasmo diminuiu. As ideias não vêm. Você olha ao redor e pensa: "Certo, então, qual seria a próxima coisa mais empolgante que eu poderia fazer? Hum... eu gostaria de dar uma caminhada." Então, você dá uma caminhada. E, enquanto caminha, por acaso ouve uma conversa que é exatamente o que você precisava para se inspirar para o próximo capítulo do seu livro.

É assim que funciona quando você permite. É pura sincronicidade — e esse é o princípio organizador da sua vida. É um dos mecanismos que se desdobram quando você segue a fórmula.

Sincronicidade

Agora, a parte final da nossa análise examinará mais detalhadamente esse mecanismo e como ele se desenrola quando você aplica com precisão o nosso Manual de Instruções para a Vida e seus cinco passos da maneira mais diligente e frequente possível.

A sincronicidade está sempre presente. Tudo é uma orquestração. Na verdade, não existem acidentes. Você está sempre onde está por meio de uma sincronicidade perfeita, e se essa sincronicidade é positiva ou negativa depende de você e do seu estado de espírito. Por sincronicidade negativa, queremos dizer que, se você estiver em um estado negativo, absorvendo crenças negativas baseadas no medo, isso permitirá que você entre em uma espiral descendente, fazendo com que mais e mais circunstâncias negativas o cerquem.

Mas existem duas formas de sincronicidade positiva, que chamamos de sincronicidade de sinal vermelho e sincronicidade de sinal verde. Por exemplo, quando uma oportunidade que representa sua paixão se apresenta para você, permitindo que você a aproveite.

Às vezes, algo parece uma oportunidade, mas quando você se esforça ao máximo para aproveitá-la, não chega a lugar nenhum. É como bater de frente com uma parede. Agora, a menos que isso seja causado por um sistema de crenças negativo, pode ser simplesmente uma sincronicidade de sinal vermelho dizendo: "Agora não". Isso pode ser representativo do seu Esse caminho ou representante da sua paixão, mas essa luz vermelha significa que não é o próximo passo a ser dado agora.

Nesse caso, se você já se analisou e acredita de todo o coração e honestamente que não é uma crença baseada no medo que está impedindo você de seguir esse caminho, mas sim uma sincronicidade positiva, como um sinal de alerta, dizendo "agora não", então procure outras coisas que você possa fazer e siga nessa direção. Esse é o seu mecanismo de orientação, mais uma vez.

Esses desvios inesperados, na verdade, aceleram sua jornada, levando você a encontrar o caminho de menor resistência. Não precisa haver luta na sua vida. Você

não precisa se esforçar tanto. Sim, ainda existem desafios, mas desafios são divertidos. Não há necessidade de defini-los de forma negativa.

Quando você segue sua paixão, essas acelerações alimentam o motor da sua vida e lhe dão a energia para continuar. Elas te impulsionam e te motivam. Você mal pode esperar para levantar de manhã e seguir em frente. Isso é o que acontece quando você segue a fórmula de agir de acordo com sua paixão da melhor maneira possível, sem insistir ou presumir nada sobre o resultado, mantendo-se em um estado positivo independentemente do que aconteça, examinando e se desapegando de suas crenças negativas e baseadas no medo.

O princípio organizador da sincronicidade traz exatamente o que você precisa para agir, quando precisa agir, no momento perfeito. Se não está chegando até você agora, não precisa chegar. Confie no rumo que sua vida toma. A sincronicidade irá guiá-lo(a).

Qualquer tensão e negatividade desaparecem. Você está fluindo pela vida. Você está seguindo sua corrente única, uma corrente que te conecta a todas as outras expressões da sua empolgação, de modo que quando a sincronicidade da luz vermelha diz: "Não, não isso", a sincronicidade da luz verde diz: "Aqui, olhe para isso; este é o próximo passo que você deve dar."

Isso também te conecta a todas as formas de apoio que você precisa na sua vida para continuar agindo de acordo com a sua paixão. E quando digo apoio, não me refiro apenas a dinheiro. Entendo que o dinheiro é um dos símbolos de abundância e apoio na sua realidade, no seu planeta, mas não é o único. Quando você insiste que *precisa* ser dinheiro para fazer o que precisa, na verdade está fechando a porta *para todas as outras formas de abundância* que poderiam te permitir seguir em frente com a sua paixão, a sua paixão e o seu sonho.

Abundância e apoio para a jornada

Dinheiro é válido, mas nem sempre é necessário, e você pode não precisar de tanto quanto pensa para progredir na vida. Receber um presente também é uma forma de abundância. Ter algo para trocar é uma forma de abundância. A sincronicidade em si é uma forma de abundância. A imaginação é uma forma de abundância, porque pode permitir que você crie alguma ideia ou conceito que não havia imaginado antes. A comunicação é uma forma de abundância, porque quando você começa a se comunicar com as pessoas da sua vida sobre onde você está, o que está acontecendo e quais são os seus sonhos, você pode encontrar uma quantidade incrível de apoio de maneiras que nunca imaginou antes.

Permaneça aberto para receber todas as formas de abundância enquanto age e avança, para que ela chegue de diversas maneiras até que você tenha tudo o que precisa. Talvez algum dinheiro apareça, talvez alguém lhe dê um presente, talvez alguém compartilhe uma ideia com você, talvez você tenha algo para trocar; então, no total, o que você receber cobrirá cem por cento da abundância necessária para seguir em frente com alegria e paixão.

Não feche as portas para todas as outras formas de abundância insistindo — lembre-se, nada de suposições, nada de insistência — no fato de que você acha que precisa deste ou daquele tipo de dinheiro para seguir sua paixão. Deixe as portas se abrirem e permita que a abundância e a sincronicidade lhe mostrem o que você precisa. Não presuma que sabe o que é. Não insista em saber. Insistir é resistir ao fluxo natural das coisas em sua vida.

Quando você deixa as portas abertas, tudo o que for relevante para a sua vida virá até você. O que não for relevante, não virá. Confie e permita que a vida se

desenrole naturalmente. Confie no tempo certo para que as coisas aconteçam. Não force. Não resista.

O espelho refletor

A ferramenta final, o passo final para seguir esta fórmula — examinar seu sistema de crenças — é o que também chamamos de *espelho refletor*. Ao agir movido pela sua empolgação e paixão, o espelho refletor constantemente trará à tona qualquer coisa em seu sistema de crenças que não esteja alinhada com sua paixão, para que você possa lidar com isso, descobrir por que está ali e deixar ir. Isso adiciona energia renovada ao seu ímpeto, empolgação e paixão.

Se você estiver imerso em sua empolgação quando, de repente, alguma crença antiga, negativa e baseada no medo ressurgir, perceba que isso não é um obstáculo, apenas uma interrupção. Faz parte do seu caminho descobrir uma contradição interna em seu inconsciente para que você possa lidar com ela, deixá-la ir e adicionar essa energia à sua empolgação. Dessa forma, encontrar coisas em seu sistema de crenças que não te empolgam se torna parte da sua empolgação. O importante é manter uma atitude positiva, não importa o que aconteça.

Quando você mantém uma atitude positiva, examina seus sistemas de crenças e se liberta das crenças negativas e baseadas no medo, sua vida entra em modo automático. Sim, existem desafios, mas agora eles são divertidos porque você tem a atitude certa, a energia certa e o estado de espírito certo. É isso que determina a qualidade da sua vida, não as suas circunstâncias. É o seu estado de espírito nessas circunstâncias. É como você reage ao que acontece, e não o que acontece, que faz a diferença. ência.

A própria vida se torna, de repente, o motor que impulsiona suas jornadas, sua dança com a sincronicidade. Você se sente motivado. Você está constantemente

empolgado para agir. Tudo começa a aparecer no momento certo, na ordem certa. O que você não fez em um determinado dia não precisava ter sido feito naquele dia. A sincronicidade permite que você experimente o caminho de menor resistência. Permite que você experimente o caminho da conexão com todas as outras formas e expressões da sua empolgação. Ela forja o seu caminho de relevância.

Sua vida o guiará para o que é verdadeiramente relevante para você. Ela permite que você experimente a ideia de apoio em todas as suas formas — para continuar, agindo de acordo com seu entusiasmo. Simplesmente permaneça aberto a todas as formas pelas quais a abundância e o apoio podem se manifestar; não os reprima insistindo que apenas uma coisa funcionará em sua vida, ou você nunca saberá de que outra forma poderia ter surgido. Seu espelho reflexivo, então, trará à sua consciência quaisquer sistemas de crenças dentro de você que estejam desalinhados com quem você é.

É isso que o medo é: um mensageiro. Você só tem uma energia, e ela está sempre cem por cento ativa. Mas ela se filtra através dos seus sistemas de crenças que criam a sua personalidade. Aquilo em que você acredita é quem você é. Quando você filtra sua energia através de sistemas de crenças positivos que estão alinhados com suas vibrações essenciais, você não terá medo de nada. Você seguirá em frente sabendo que tudo pode lhe servir e que você pode servir a tudo de forma positiva.

Se você possui sistemas de crenças negativos ou baseados no medo, então está filtrando sua energia através deles. Você sentirá medo. E considere: sistemas de crenças negativos precisam se perpetuar, assim como os positivos, ou você não teria uma realidade física para experimentar. Lembre-se, a realidade física é uma ilusão. *Não existe realidade física além das suas percepções dela. Suas percepções são a sua realidade.* A maneira como ela mantém sua aparente solidez é através da sua crença

em algo que você acredita ser verdade sobre si mesmo em relação a qualquer situação dada dentro da experiência da realidade física.

Quando você adota crenças positivas sobre si mesmo em uma situação, isso geralmente não é um "problema", porque você fica feliz. Mas quando você adota crenças negativas sobre si mesmo em uma situação, você se vê de forma crítica e negativa, e pensa: "Eu não sou digno. Eu não sou capaz. Eu não presto. Eu não tenho nada a oferecer. Eu sou isso. Eu sou aquilo." Essas crenças, essas percepções, se tornam a sua verdade. Então, essas ideias se reforçam, porque todas as crenças precisam se perpetuar de alguma forma para que você continue a ter uma experiência da realidade física.

Consequentemente, crenças negativas usarão todos os mecanismos disponíveis para impedi-lo de se libertar delas. É assim que funciona. Não é algo malicioso. Não é intencional. É apenas a forma como as crenças são estruturadas para permitir que você continue a experimentar a realidade física. Crenças negativas farão com que você tenha medo de se libertar. Eles vão embora, impedem você de deixá-los ir e, assim, impedem você de seguir em frente com sua paixão.

Você precisa encarar isso simplesmente como a forma como as crenças funcionam, sem levar para o lado pessoal, lutar contra isso ou ter medo. O medo te avisa. O medo é seu amigo. É um mensageiro dizendo que algo está sendo mal interpretado. Quando você o sente, com medo de seguir em frente com sua paixão, seu medo está dizendo: "Ei, ei, estou te avisando que você está me sentindo porque está filtrando sua energia através de um sistema de crenças negativo." Se você não gosta disso, descubra no que você acredita e por quê. Como se apegar a isso te beneficia? Porque você só se apega a coisas que acredita que te servem de alguma forma.

Funciona infalivelmente. Você sempre, sem exceção, se moverá em direção ao que acredita ser útil para você. E sempre se afastará do que acredita não ser útil. Portanto, afastar-se de algo que você deseja deve ser o primeiro sinal de que existe alguma crença, consciente ou inconsciente, que o impulsiona a escolher uma opção que não lhe serve.

Você precisa mudar isso em seu mecanismo motivacional e perguntar: "Por que eu acreditaria que isso vai dar errado? Que pode não sair como eu esperava, sendo que eu já sei que isso me beneficiará se eu mantiver uma atitude positiva, como acabei de aprender? Não importa o que aconteça, eu certamente conseguirei usar isso a meu favor. Então, que diferença fará o que realmente acontecer? Que diferença fará se não sair como eu esperava? Não fará diferença alguma, porque eu sou um cocriador com o Todo, empoderado para determinar o significado que isso terá em minha vida." vida, por que ela existe e como posso usá-la para criar a minha realidade de preferência."

Esse é o seu dom: o poder de escolher. É o maior dom que você recebeu. Você é um cocriador. Escolha o significado. A vida, em certo sentido — não interprete isso de forma negativa —, não tem sentido. Ela não possui um significado intrínseco. Você foi criado para dar-lhe significado. O significado que você decide atribuir a ela é o efeito que você obterá dela. Esse é o seu maior poder.

Então, escolha entre seus sistemas de crenças, escolha o significado que você atribui às coisas e escolha as definições que lhe foram ensinadas e que podem surgir automaticamente. Examine suas crenças. Pergunte-se: "Por que acredito que algo é verdade?" Descubra de onde isso vem. Abandone se não funcionar para você.

A maioria das pessoas tem pouca noção de seus poderes dessa forma, e essa é a opção delas. É uma opção para você também.

Juntando tudo

Este é o Kit de Ferramentas para a Autorrealização. É ele que permitirá que sua vibração se eleve constantemente e que você ascenda a uma versão superior da realidade física. além, para uma realidade não física onde você ainda terá uma infinidade de escolhas a considerar e experimentar. Nunca termina. Não existe começo nem fim para a própria existência. Lembre-se, esses são conceitos inerentes à existência. A existência simplesmente é. Essa é sua única qualidade. Simplesmente ser, ser, ser. Tempo e espaço são criações dentro da existência. A existência não está sujeita ao tempo e ao espaço. É infinita; é eterna. Você sempre terá um lugar novo para experimentar e algo novo para explorar, e isso é emocionante.

Então, encontre essa paixão em qualquer nível e aja de acordo com ela da melhor maneira possível. Ela lhe será útil e permitirá que você sirva aos outros, sendo um exemplo vivo de como viver uma vida plena na Terra e como criar o Paraíso na Terra — não que eles precisem escolher isso. Lembre-se, cada um tem seu próprio caminho. Você estará mostrando às pessoas uma maneira diferente de fazer as coisas, que pode ser mais benéfica para elas, mas o que elas fizerem com essa informação não é da sua conta, assim como o que você fizer com a informação que estou compartilhando não é da minha conta. Você tem o seu próprio caminho. Estou lhe dando o que funciona. Mas cabe a você decidir quais processos usar. É realmente o *seu* caminho.

Compartilhe com os outros quando for apropriado. Você já fez tudo o que podia simplesmente oferecendo essa opção. Quem sabe? Talvez eles a escolham daqui a dez anos, daqui a vinte anos, ou em outra vida. Não importa. Você é eterno. Qual a pressa?

Isso foi cristalino e perfeitamente viável. Obrigado, Bashar.
Para confirmar, nossas paixões vêm do nosso Eu Superior?



Sim.

Existem outras necessidades além das sete que você mencionou? Por exemplo, será que eu preciso aumentar minha autoconfiança? Ou eliminar o medo? E será que a necessidade entra na equação de como vamos lidar com nossas paixões?



Sim. É por isso que mencionamos no manual de instruções a presença do refletor. Um espelho que chama a sua atenção para quaisquer crenças que estejam desalinhadas com quem você realmente é, para que você tenha a oportunidade de eliminá-las. É por isso que dizemos que este é um kit completo. Ele contém tudo o que você precisa na vida. Não há nada extra necessário. Ele possui todos os elementos necessários para lhe apresentar cada conceito e consciência necessários para viver a vida como o ser perfeito que você é em sua essência.

Você falou sobre as crenças serem a maior barreira em nossas vidas. Você também falou sobre estarmos aqui, focados na densidade do tempo e do espaço. Nossa presença aqui está ancorada na crença de que estamos aqui ou o ego está envolvido? Existe diferença entre a âncora do ego e a âncora das crenças?



Você fez uma escolha espiritual de ter uma experiência física, falando em termos cronológicos (preciso usar um período de tempo para que você entenda melhor).

Para ter uma experiência física como seres espirituais, você precisa impor uma espécie de sistema de filtragem em parte da sua consciência para eliminar, ou afastar do seu foco, coisas que sejam mais amplas do que a definição de experiência física. Você faz isso criando sistemas de crenças, que resultam em uma personalidade, ou uma estrutura de ego, que o manterá focado em sua vida. Um ego é simplesmente o foco de uma personalidade para experimentar a ideia de fisicalidade.

Isso é semelhante, por analogia, a uma máscara de mergulho. Se você for mergulhar no oceano, é mais fácil enxergar para onde está indo se usar uma máscara de mergulho que torne a visão nítida. Caso contrário, a visão pode ficar um pouco embaçada ou turva. A máscara de mergulho é análoga ao ego físico: o ego permite que você experimente clareza, ao mesmo tempo que faz com que a realidade física pareça real para você, de modo que o ego possa funcionar dentro da realidade física. Mas a máscara de mergulho não lhe diz para onde você deve ir. Ela apenas mostra com mais clareza o que você está vendo.

Quando as pessoas sobrecarregam a estrutura do ego com mais tarefas do que aquelas para as quais ela foi projetada, ela pode assumir qualidades negativas, acreditando estar no controle ou que precisa controlar tudo. Ela sente que precisa saber de tudo antes que aconteça, em vez de simplesmente mostrar claramente o que está acontecendo no momento, para que você possa conviver com a situação ou lidar com ela da maneira que preferir.

A ideia é deixar o ego cumprir sua função simples de ter clareza sobre onde você está, sem permitir que ele pense que realmente sabe o que vai acontecer. Essa é

a alçada da mente superior. E é por isso que a mente superior lhe traz essas mensagens na forma de entusiasmo e paixão, para guiá-lo pela vida. Você acerta sempre quando presta atenção a esses sentimentos. Isso ajuda?

Isso ajuda bastante. Então, o ego é mais do que uma confluência de nossas crenças? É nossa máscara ou filtro que nos ajuda a enxergar com clareza, e então trabalhamos com nossas crenças?



Novamente, a crença cria o que parece ser a confiabilidade e a continuidade da sua realidade. Em outras palavras, as crenças usam emoções, pensamentos e comportamentos para se reforçarem e parecerem factuais.

A realidade física não é um fato; não é real. É uma projeção. As crenças se reforçam mutuamente, positivas e negativas, usando a emoção para torná-las palpáveis, usando os pensamentos para que você acredite que são reais e usando os comportamentos para que você aja como se fossem reais, tudo isso criando o reflexo de suas experiências. Toda a sua realidade é produto de suas emoções, pensamentos e comportamentos, remontando ao seu sistema de crenças.

As crenças formam o projeto da sua experiência. Suas emoções — emoções derivadas de energia e movimento — são os construtores. Seus padrões de pensamento são, em certo sentido, os materiais que você usa para construir. Seus comportamentos são a maneira como você constrói as coisas com esses materiais (ou seja, seus pensamentos).

Nessa metáfora, sua experiência é a casa que você construiu com base na planta das crenças iniciais. Sempre que algo estiver fora de equilíbrio nessa casa — a realidade que você está vivenciando —, revise os comportamentos, os pensamentos e

as emoções, e perceba que nenhum deles pode existir sem antes haver a planta — a crença. Ao trabalhar de trás para frente dessa maneira, você poderá descobrir quais de suas crenças não estão lhe servindo.

As emoções não existem isoladamente. É preciso acreditar que algo é verdade para poder senti-lo como real. As crenças utilizam as emoções para se reforçarem, fazendo com que a realidade física pareça um fato — palpável, tangível e real. Mas quando você começa a entender que suas experiências existem por causa do que você acredita ser verdade sobre si mesmo, então você sempre pode retornar à crença e ajustá-la ou encontrar uma nova que lhe sirva melhor, o que, por sua vez, mudará as emoções, os pensamentos, os comportamentos e as experiências subsequentes.

Para confirmar, seguindo seu conjunto de ferramentas e dando passos alinhados com nossas paixões, seremos levados a "desvendar" nossas inseguranças, por assim dizer, para que possamos, em última análise, reduzi-las a pouco ou nada, o que muitas vezes é o ideal. chamada autorrealização.

Sim. E a ideia é que, mesmo depois de se libertar de todas as crenças negativas ou baseadas no medo, você ainda pode continuar na vida simplesmente deixando de lado todas as coisas que não são mais relevantes para você como ser vivo.

Será que nos encontramos agora em um momento crucial, seja planetário ou individual? Estaremos nos aproximando da linha que leva à plena autorrealização?

Você não está se aproximando; você está no meio disso. Este é um momento de profunda transformação, que oferece a oportunidade para cada um de vocês direcionar

suas vidas para a criação da realidade e da versão da Terra que preferirem. Existem múltiplas versões paralelas da Terra que coexistem simultaneamente, e a frequência vibracional para a qual vocês se direcionarem será a versão da Terra na qual vocês acabarão. Todas as outras versões continuarão existindo. Aqueles que escolherem um caminho negativo acabarão nas versões negativas. Aqueles que escolherem um caminho mais positivo acabarão em uma versão positiva. Todas essas versões existem agora.

Trata-se de navegar pelo caminho que você está trilhando agora: a maneira como você se transforma — porque você está em constante transformação. Mas o importante é a qualidade. É a frequência vibracional. É a ressonância em que você opera que determina onde você vai chegar.

Esta é a divisão, o prisma que divide, em que vocês estão agora e que determinará o que vocês vivenciarão nos próximos anos. Neste momento, vocês conseguem ver as realidades uns dos outros. Conseguem ver as escolhas que todos estão fazendo. Mas só porque vocês conseguem vê-las não significa que estejam caminhando para a mesma realidade. É como olhar para outra realidade através de uma parede de vidro. Eles não podem te alcançar. Vocês podem vê-los, mas eles não podem afetá-los e vocês não podem afetá-los, a menos que eles escolham ser afetados.

A ideia é usar este tempo para fazer escolhas sobre o tipo de realidade que você prefere, agir de maneira que demonstre esse tipo de realidade e servir de exemplo vivo para que todos saibam que existem diferentes opções. Nos anos que virão, essas opções desaparecerão e você só encontrará pessoas com a mesma mentalidade que a sua, sejam elas positivas ou negativas, na sua versão da Terra. Agora, você tem a

oportunidade de examinar todas as possibilidades e escolher aquelas que funcionam para você.

Seria justo dizer que, num futuro próximo, poderemos atingir um ponto de inflexão em que o coletivo rompe com as barreiras e compreende a verdadeira natureza da realidade — que tudo é possível — e todos seguem sua paixão, em contato com seu Eu Superior? Isso está acontecendo agora? Haverá um momento em que saberemos que ultrapassamos esse ponto de inflexão?



Pode levar um tempinho. Mas a questão é que você não está mudando o planeta em que está. Você está deixando o planeta em que está e indo para uma versão diferente da Terra que já é assim e já está povoada por versões de vocês mesmos que estão alinhadas com a frequência da qual vocês estão falando. Vocês nunca mudam o mundo em que estão; vocês mudam a si mesmos e se levam para uma Terra diferente que reflete melhor a mudança que vocês fizeram internamente.

Você vivenciará essa transformação em uma linha do tempo linear, assim como vivencia sua vida hoje. Parecerá que o mundo mudou, mas não será o mundo original. Você está se transformando bilhões de vezes por segundo neste exato momento, literalmente. Você nunca está no mesmo planeta. Milhões de vezes por segundo você nunca é a mesma pessoa. É isso que cria a ilusão de tempo, mudança e movimento. Esta é uma realidade diferente. Esta é uma realidade diferente. Esta é uma realidade diferente. Esta é uma realidade diferente. Esta é uma realidade diferente. Literalmente, cada uma é totalmente diferente.

Quando você compreender que cada momento é um "zero", que você define no momento presente com os temas que concordou em vivenciar e os processos pelos

quais concordou em passar, você perceberá que é purificado bilhões de vezes por segundo, à medida que escolhe o que prefere vivenciar, simplesmente mudando seus pensamentos.

É por isso que queremos que você entenda como as coisas funcionam; assim, você poderá usar essa informação a seu favor de forma mais consciente. Não se trata de ter que *aprender* a fazer algo novo. Trata-se de perceber que você já faz isso e simplesmente escolher fazer da maneira que preferir, em vez de fazer de uma maneira que não lhe agrade.

💬 *“Bashar, você pode explicar o motivo pelo qual um ser de dimensão superior escolhe se tornar um ser de dimensão inferior?”*

É a mesma razão, só que em uma escala diferente, pela qual você, como ser humano físico, poderia... Você quer experimentar a emoção de assistir a um filme de terror? Isso te ensina coisas diferentes. É uma experiência diferente. Te coloca em contato com diferentes aspectos de si mesmo. Por que não? Se você sabe que tudo pode ser usado a seu favor, então nada é proibido. Então, por que não?

💬 *“Em outros ensinamentos seus, o senhor frequentemente menciona o uso de “autorizações”. Poderia explicar brevemente o conceito de “autorizações”?”*

“Permissões” são aqueles ritos, rituais e práticas que (você acredita) lhe concedem permissão para acreditar no que deseja, geralmente para se elevar, ascender e aumentar sua frequência. Essas práticas podem ser orações, meditação ou alimentos que você consome. Não importa o que seja. Se estiver alinhado com seu

sistema de crenças, então é algo que funcionará para você. Pode ser também a ideia de ler folhas de chá. Pode ser a ideia de usar cartas de tarô. Podem ser quadros de visualização, afirmações ou bolas de cristal. Pode ser qualquer coisa física prosaica ou gesto em sua realidade que você considere necessário para se tornar mais quem você é.

Claro, é você quem está promovendo a mudança. Acontece que você está atribuindo a certos objetos e atividades o poder de te transformar quando, na verdade, é você quem está se transformando. No fim das contas, você percebe que a permissão é apenas um símbolo. Você sempre foi quem se transformou. E, por fim, você se torna a sua própria permissão para mudar da maneira, forma ou feitio que preferir, sem precisar de um símbolo para isso.

Estaremos prestes a elevar nossa vibração a um nível tão alto que poderemos nos teletransportar, mudar de forma e ascender?



Existem algumas pessoas no seu planeta que agora são capazes de fazer isso — algumas. Poucos de vocês atingiram esse nível e poucos precisam atingi-lo neste momento. Não presumam ou insistam que ser capaz de fazer essas coisas seja a expressão máxima da realidade física. Existem muitas expressões da realidade física que são igualmente válidas e igualmente espirituais. Alguém que simplesmente mantém o que parece ser uma vida física relativamente normal pode ser ainda mais espiritual do que pessoas que têm Aprendi a fazer essas coisas. Tudo depende de como você as utiliza.

💬 *Gene Roddenberry [roteirista e produtor criador da franquia de ficção científica Star Trek] participou de sessões de canalização do Conselho dos Nove, que influenciaram a série Star Trek . Como devemos avaliar a autenticidade da realidade retratada em Star Trek ?*

Novamente, muitos deles podem ser representativos, em certa medida, de uma existência paralela e podem ter um percentual de precisão nesse sentido. Não se pode necessariamente assumir que todos eles sejam cem por cento representativos de diferentes realidades paralelas, pelo menos no sentido físico.

No mundo não físico, tudo é possível, e esses tipos de cenários podem ser recriados em espírito com o grau de detalhe que se desejar.

Existem muitas pessoas criativas, como roteiristas de séries de televisão, que consciente ou inconscientemente se inspiraram no que acontece no cosmos exterior. Por exemplo, Gene Coon criou a ideia da Diretriz Principal, que defende que a vida extraterrestre deve manter uma postura de não intervenção em relação a mundos que ainda não compreendem a existência de outras civilizações no cosmos.

Este é um exemplo de alguém em um estado criativo acessando algo que é realmente verdadeiro aqui entre seres extraterrestres que interagem com a Terra e outros planetas. Compartilhamos apenas, digamos, uma compreensão limitada até que vocês se desenvolvam e evoluam a um ponto em que possam lidar com mais do que nós representamos. Queremos que vocês decidam por si mesmos qual caminho seguirão. Não interviremos além de um certo ponto, para lhes dar... uma compreensão do seu próprio poder e do seu próprio livre-arbítrio.

Você está fisicamente assistindo e ciente desta transmissão através de Darryl neste momento, em algum lugar em uma nave espacial ou em outro lugar?



Minha nave de reconhecimento está sobrevoando a sua região, chamada Sedona, Arizona, a 1.900 quilômetros. acima de Bell Rock, neste exato momento. Então, sim, estou monitorando isso através do canal e de diversas outras maneiras físicas.

Muito obrigado, Bashar e Darryl, embora um simples "obrigado" pareça insuficiente.



É com paixão e prazer que interagimos com cada um de vocês. Oferecemos a todos o nosso apoio e amor incondicionais. Cada um de vocês é um ser espiritual belíssimo. Tenham isso em mente, ajam como tal, e o seu mundo e as suas vidas serão transformados.

Desejamos a você um dia emocionante de descobertas e brincadeiras. Tenha um bom dia. E em minha antiga língua, "A'veyo", que significa "Estou a seu serviço".

Para saber mais sobre Darryl, seus livros e Bashar, visite www.darrylanka.com ou www.bashar.org.



Epílogo



Em junho de 2021, um ano antes de ministrar o curso online que se tornaria a gênese deste livro, com meu interesse em autorrealização e iluminação encarnada em alta, entrei em contato com Tracy Farquhar, minha amiga e coautora de *Mensagens Canalizadas do Espaço Profundo: Sabedoria para um Mundo em Transformação*. Convidei Frank, um coletivo que ela canaliza de um planeta chamado Brohashka, para esclarecer a natureza da autorrealização e discutir se ela é ou não o objetivo final da nossa existência humana.

Embora a sabedoria da resposta ponderada deles não me fosse totalmente evidente na época, com o passar do tempo, meu apreço por ela também cresceu. Profunda, pertinente, até mesmo cautelosa, ela se torna, de forma sincrônica, o epílogo perfeito e a confirmação das páginas anteriores, com reflexões fascinantes sobre a vida de mestres renomados que honraram a face da Terra.

Iluminação versus Transcendência

Para compreender plenamente qualquer conceito como a iluminação, é preciso desapegar-se das noções e teorias preconcebidas que a cercam, visto que essas noções e teorias são construções da mente humana que, embora reconhecidamente milagrosas, têm limitações em sua capacidade de compreender o funcionamento da consciência e do espírito.

Mesmo agora, você está trabalhando dentro das limitações da mente humana, exceto quando parar de tentar compreender intelectualmente e começar a abraçar espiritualmente a sua própria natureza como um ser ilimitado. Sua natureza é energética e está se expressando atualmente em uma forma física. Essa forma física

cria limitações, algumas das quais podem ser superadas e outras não, pois essa é a intenção de encarnar no estado físico.

A iluminação é um estado transcendente e, embora muitos humanos e outros seres tenham alcançado um estado avançado de frequência energética congruente com suas ideias limitadas de iluminação, transcender *completamente* a experiência humana ou qualquer experiência física não é o objetivo. Se fosse, qual seria o sentido, senão testar as limitações de uma experiência física "inferior"? Isso não negaria a sacralidade dessa experiência?

O objetivo ou a intenção de um ser físico é proporcionar à alma uma experiência única. Uma perspectiva que não se consegue de nenhuma outra forma e, por meio dessa experiência, satisfazer a curiosidade da alma e o desejo de expandir sua consciência continuamente, sem ter como ponto final a transcendência completa.

Contudo, a aspiração de viver num estado que traz luz, que emana luz, que incentiva a luz, é inerente a toda consciência, tanto para minimizar o sofrimento quanto para experimentar maior alegria. Essa luz contém verdade, compaixão, aceitação e elevados estados de consciência, tanto espiritual quanto física, pois você é ambos.

E embora alguns tenham dedicado suas vidas a viver com maior iluminação, sua experiência se tornará simplesmente uma entre muitas na inteligência energética de sua alma, nem mais nem menos importante do que qualquer outra. Os mestres que caminharam sobre a Terra eram humanos, em todos os sentidos, e embora tenham transmitido um elevado senso de sabedoria e verdade, não transcenderam a experiência humana. Sua intenção era auxiliar e apoiar aqueles que lutam e sofrem, e transmitir a verdade do amor como um bálsamo para os feridos e os desamparados. Era inspirar e criar um fluxo de energia amorosa. Para nós, esse é o mais alto grau de

iluminação que um ser humano ou qualquer outra forma de ser físico encarnado pode experimentar.

Não nos dignaremos a compreender tudo o que há para compreender sobre as razões e o propósito da decisão da alma de encarnar fisicamente. Mas, à medida que nos tornamos um pouco mais instruídos no reino da consciência, percebemos a sacralidade de cada nível de frequência energética, de cada forma de encarnação física e de cada passo no caminho que cada indivíduo percorre ao caminhar nessa forma física. Tudo é sagrado, tudo é transcendente e tudo é uma forma de iluminação.

Acreditamos também que quanto mais você se esforça por algo, mais isso lhe escapa por entre os dedos, pois esse esforço interrompe o fluxo da sua frequência e o distrai do momento presente. Pare de se esforçar e você alcançará. Pare de querer entender e você permitirá que essa compreensão flua através de você. Pare de querer estar mais consciente e essa consciência florescerá. Seja a luz que você busca e, dentro dessa luz, você terá a experiência mais elevada que esta vida tem a lhe oferecer.

—Frank, canalizado por Tracy Farquhar, www.tracyfarquhar.com

“Você pode ‘despertar’ do seu estado normal de vigília, e esse é o próximo passo natural para a consciência — um passo para o qual sua biologia já o preparou.”

—Jane Roberts, O Indivíduo e a Natureza dos Eventos de Massa



Leitura recomendada



Aqui estão os livros que me ajudaram a trilhar meu caminho (e *Isso me deixou totalmente empolgado* com a criação de *O Grande Despertar* .

A Trilogia da Semente Estelar, de Ken Carey

As Transmissões das Sementes Estelares , *O Terceiro Milênio* e *O Retorno das Tribos dos Pássaros* preveem uma ordem mundial completamente nova neste milênio, que agora começa a ser preenchido por líderes espirituais plenamente realizados. Absolutamente fascinante, inspirador, instrutivo e, muitas vezes, poético, com algumas das ideias mais originais que já li.

Conversas com Deus, Livro 4: Despertar da Espécie

Por Neale Donald Walsch

Como o título sugere, este livro trata do despertar. Narrado a partir da mesma perspectiva elevada dos três primeiros livros desta série extremamente envolvente, este livro está repleto de perspectivas sobre como os Seres Altamente Evoluídos (SAEs) escolhem viver suas vidas e organizar seus mundos com base no amor e no reconhecimento de que todos são um, um é tudo e tudo é Deus.

A Natureza da Realidade Pessoal (Um Livro de Seth) por Jane Roberts

Como todos os livros de Seth, este é profundo, objetivo e um tanto complexo. Esta série trata mais de compreender e viver plenamente a própria vida, apoiada por perspectivas extraordinárias sobre a realidade, do que de elevar a vibração para alcançar a autorrealização encarnada, embora, por meio de tal domínio, suas vibrações certamente se elevarão.

A Hermética: A Sabedoria Perdida dos Faraós

Por Timothy Freke e Peter Gandy

Resume alguns dos ensinamentos dispersos e lendários do deus grego Hermes e do sábio egípcio mítico Thoth. Seus escritos fazem parte de uma obra lendária conhecida como *As Tábuas de Esmeralda*. Uma leitura absolutamente deslumbrante e fascinante, tanto as traduções (do grego antigo) quanto os comentários dos autores. Gostei especialmente da descrição de Thoth sobre a sensação de se tornar repentinamente uno com Atum (Deus) em um momento de iluminação.

Ramtha (O Livro Branco) por Ramtha

Muito amigável, impactante e inspirador. Uma leitura fácil, porém uma das mais... Mais poderoso que todos os títulos listados aqui.

O Lago Dourado: Sabedoria das Estrelas para a Vida na Terra

Por Lyssa Royal Holt

Revelações profundas das Plêiades sobre a integração da alma, a evolução da consciência e como despertar para os planos superiores do espírito. Inclui excelentes exercícios, analogias e metáforas para facilitar a compreensão.

O Prisma de Lira: Uma Exploração da Herança Galáctica Humana

Por Lyssa Royal Holt

A melhor explicação *de sempre* (profunda e abrangente) sobre extraterrestres, as suas origens e o que têm andado a fazer.

A Alma Desimpedida e o Experimento da Rendição, de Michael A. Singer

O autor é um pioneiro contemporâneo no campo da consciência, que acredita que *a própria vida* é o caminho espiritual supremo. As reflexões do autor em ambos os livros são verdadeiramente surpreendentes, especialmente no que diz respeito a como

sair da própria mente, onde tendemos a pensar demais em tudo, tornando a iluminação, de outra forma, "impossível".

***Siddhartha*, de Hermann Hesse**

Uma sabedoria profunda e inspiradora em um romance atemporal e mundialmente famoso. A história culmina com o despertar do herói, compartilhando detalhes requintados de suas revelações e transcendência do ego.

Autobiografia de um logue por Paramahansa Yogananda

Este é um relato de busca e descoberta espiritual. Retrata a iluminação plena como possível para todos os seres humanos e a considera um "objetivo" valioso. Contém muitos relatos de encontros sobrenaturais emocionantes e eventos paranormais.

Portadores da Aurora: Ensinaamentos dos Pleiadianos

Por Barbara Marciniak

Embora haja pequenas partes deste livro que eu não entenda ou com as quais discorde (como a ideia de que alguns extraterrestres tentam influenciar humanos para benefício próprio), esta obra é extremamente reveladora. Ela frequentemente menciona um potencial humano que podemos alcançar por meio da autorrealização, o que faz paralelo com os livros de Ken Carey recomendados acima.

O Universo Complexo , de Dolores Cannon

Uma série *fascinante*, repleta de ideias instigantes sobre nossas origens e o potencial do espírito. Dolores pode ser encontrada no YouTube dizendo: "Tudo é energia. E você vem à Terra para aprender a manipulá-la. Para ser um mestre da manifestação."

Dois Cristais da Lemúria por Margaret L. Brandeis

Uma leitura emocionante e muito curta. Você nunca mais verá os cristais da mesma maneira, e o que esses cristais revelam sobre ascensão me deixou sem fôlego.

Ascensão por Daniel Scranton

Outra série fantástica que vai inspirá-lo(a) a fazer uma busca interior. A autora também oferece um excelente e-mail canalizado diário gratuito, um dos poucos que leio fielmente. .

Agradecimentos



Sou profundamente grata à equipe que trabalha nos bastidores da tut.com e que ajudou a dar vida a este livro e a tudo o que faço. Hope Koppelman, seu carisma, criatividade e paixão pela excelência elevam o padrão para todos nós. Ivy Guiler, seu conhecimento em marketing e tecnologia elevou nosso desempenho a um nível inimaginável. Regena Garrepy, suas habilidades de liderança e formação de equipes levaram nossos instrutores a praticamente todos os continentes. Gina Tyquiengco, seu olhar apurado para design, programação e tudo que é belo nos faz parecer incríveis. Karli Smith, sua tenacidade sob pressão e clareza em meio ao caos nos inspiram. Jolie Woodstock Jackson, sua perspicácia contábil garante que estejamos sempre com os pés no chão, mesmo quando nossas cabeças estão em outro lugar. Emmalisa Sparrow Wood, suas habilidades de edição e confiabilidade são incomparáveis. E Kaitlyn Grace,

sua precisão e atenção na linha de frente nos lembram, de forma brilhante, que estamos todos aqui para servir uns aos outros.

Agradeço a cada um de vocês, em meu nome e em nome das inúmeras pessoas que nosso trabalho alcançará.



Sobre Mike Dooley



"Mike Dooley é um grande mensageiro da verdade; um presente para a humanidade."

—Don Miguel Ruiz, autor de *Os Quatro Compromissos*

Mike é um autor best-seller do *New York Times*, professor de metafísica e criador do popular e-mail "Notas do Universo", recebido diariamente por mais de um milhão de pessoas. Seus aclamados livros — incluindo " *Possibilidades Infinitas: A Arte de Viver Seus Sonhos*" e " *As Dez Coisas Mais Importantes Que os Mortos Querem Dizer a VOCÊ* " — foram publicados em vinte e sete idiomas ao redor do mundo. Ele foi um dos professores do fenômeno " *O Segredo*" e já se apresentou para plateias ao vivo em 156 cidades em 42 países.

Você pode se manter informado sobre os trabalhos mais recentes de Mike e aparições mediante assinatura de:

Notas do Universo sm

www.tut.co m



Clube de Aventureiros da TUT
O UNIVERSO FALA SM

Fundada em 1989 por dois irmãos e sua mãe descolada, a TUT® **acredita** que todos são especiais, que toda vida tem significado e que estamos todos aqui para aprender que os sonhos realmente se tornam realidade.

Acreditamos também que nossos *pensamentos se tornam coisas®* e que a imaginação é o dom que pode trazer amor, saúde, abundância e felicidade para nossas vidas.

TUT ®Empresas, Inc.
Orlando, Flórida
www.tut.com
NÓS UM



Clube de Aventureiros da TUT
O UNIVERSO FALA SM

Fundada em 1989 por dois irmãos e sua mãe descolada, a TUT® **acredita** que todos são especiais, que toda vida tem significado e que estamos todos aqui para aprender que os sonhos realmente se tornam realidade.

Acreditamos também que nossos *pensamentos se tornam coisas®* e que a imaginação é o dom que pode trazer amor, saúde, abundância e felicidade para nossas vidas.

TUT ®Empresas, Inc.
Orlando, Flórida
www.tut.com
EUA