



Shanti

Uma informação de Paz aos Homens de Boa Vontade

Ano III - Nº 28 - Novembro de 2009

**Lemúria:
Uma linda história**

**Galaktika:
O novo álbum
de Paulo Stekel**

**Timo:
A Fonte
de Energia.**

O fim do carma é possível?

*P. Monty
88*

EDITORIAL

Muitos me perguntam por que me preocupo em só publicar artigos positivos e construtivos, quando à nossa volta permeia o caos?

A resposta é simples e vem através do espírito de André Luiz, onde este afirma que $\frac{3}{4}$ da Humanidade está perdido e, deste $\frac{1}{4}$ que sobra, alguns ainda estão cochilando ou adormecidos.

Logo, nossa intenção é acordar definitivamente estes dorminhocos, para que nos ajudem neste processo de transformação do Planeta. Transformação esta que ocorre em todos os níveis de consciência: emocional, psíquico e físico.

Nesta edição, além das matérias de capa, temos a entrevista com Dr. Ihaleakala S. Hew Len, onde afirma que se cuidarmos bem de nós, todos a nossa volta serão beneficiados.

Temos ainda A Crise Interior como Suporte Evolutivo, a Missão dos Signos e o fantástico trabalho da equipe da WSPA na Ásia e Oceania, por conta dos desastres naturais, levando alimentos e cuidados veterinários aos animais feridos e abandonados pelo caos estabelecido.

Notícia ruim está em toda a nossa volta, por isso, a Revista Shanti sempre se compromete a levar uma informação de paz, aos homens de boa vontade.

Aproveite!

Om Sai Ram

EXPEDIENTE

Direção/Edição: Laura Fahning
shanti@revistashanti.com.br

Editoração: Iza Pyjak
(46) 3524-3323

iza_pyjak@yahoo.com.br

Parceiros:

Revista CosmoSom, Cavalos Solidário,
Templo de Minerva e Evoluindo

Pesquisadora: Ana de Paula

Capa

"Maestro de la luz"
Ricardo Movits

ANTIGA BENÇÃO CELTA

Que o caminho venha ao teu encontro.

Que o vento sempre sopra às tuas costas e a chuva caia suave sobre teus campos.

E até que voltemos a nos encontrar, que Deus te sustente suavemente na palma de sua mão.

Que vivas todo o tempo que quiseres e que sempre possas viver plenamente.

Lembra sempre de esquecer as coisas que te entristeceram, porém nunca esqueças de lembrar aquelas que te alegraram.

Lembra sempre de esquecer os amigos que se revelaram falsos, porém nunca esqueças de lembrar aqueles que permaneceram fiéis.

Lembra sempre de esquecer os problemas que já passaram, porém nunca esqueças de lembrar as bênçãos de cada dia.

Que o dia mais triste de teu futuro não seja pior que o dia mais feliz de teu passado.

Que o teto nunca caia sobre ti e que os amigos reunidos debaixo dele nunca partam.

Que sempre tenhas palavras cálidas em um anoi-tecer frio, uma lua cheia em uma noite escura, e que o caminho sempre se abra à tua porta.

Que vivas cem anos, com um ano extra para arre-pender-te.

Que o Senhor te guarde em sua mão, e não aperte muito seus dedos.

Que teus vizinhos te respeitem, os problemas te abandonem, os anjos te protejam, e o céu te acolha.

E que a sorte das colinas Celtas te abrace.

Que as bênçãos de São Patrício te contemplem.

Que teus bolsos estejam pesados e teu coração leve.

Que a boa sorte te persiga, e a cada dia e cada noite tenhas muros contra o vento, um teto para a chuva, bebidas junto ao fogo, risadas que consolem aqueles a quem amas, e que teu coração se preencha com tudo o que desejas.

Que Deus esteja contigo e te abençoe.

Que vejas os filhos de teus filhos.

Que o infortúnio te seja breve e te deixe rico de bênçãos.

Que não conheças nada além da felicidade, deste dia em diante.

Que Deus te conceda muitos anos de vida; com certeza Ele sabe que a terra não tem anjos suficientes...

...e assim seja a cada ano, para sempre!

Os 33 Segredos da Porta do Templo

Por Sérgio Alagemovits

O Sétimo Segredo

Não te espantes com a minha linguagem isenta de sentimentalismo piegas, tão a teu gosto.

Falo-te assim, porque **EU SOU A PORTA DO TEMPLO**. Conheço o mundo dos Deuses e o mundo dos Homens. Conheço a grande e ilusória dualidade que tu encaras com tanta seriedade e em torno da qual são criados os teus maiores conflitos.

Lembra-te que tenho uma face voltada para o interior do Templo e a outra para o seu exterior. Conheço ambos os lados da questão e o que sei deles, faria desmoronar o castelo de cristal que erguestes no vazio onde habitam as tuas esperanças.

Não te trago coisas novas, Meu Filho. Repito, apenas, as que já te foram ditas inúmeras vezes, mas que nunca escutastes, ocupado que estavas na rotina do teu cotidiano.

Mas, agora, quando estás prestes a ingressar no Templo é preciso redobrar tua atenção, para não seres envolvidos em mais uma das tuas incontáveis fantasias.

Saiba que muitos dos que se postaram diante de mim pensam ter penetrado no Templo, mas não percebem que, para eles, os meus segredos tornaram-se mais herméticos. Estes, nada mais fizeram que colocar novas trancas e novas travas na minha face.

Por isso, é recomendável que vivas a tua própria experiência. Não percas tempo nem energia, buscando consertar o mundo e os Homens.

Antes, conserta a ti mesmo, pois que o mundo e os homens são aquilo que tu és e aquilo que tu pensas.

Toma posse, agora, do sétimo segredo que te revelo:

“O mundo em que tu vives não passa de uma simples sensação captada pelos teus sentidos. Se ele é alegre e luminoso

ou sombrio e triste, depende apenas do teu modo de olhá-lo. O teu olhar sim, tu poderás modificar. Se vês a sombra, muda o ângulo da tua mirada e, fatalmente, verás a Luz”.

O Oitavo Segredo

Sei que até chegares diante dos meus portais percorrestes um longo caminho e nele fostes colhendo, aqui e ali, conceitos e preconceitos, doutrinas e afirmações, filosofias e influências. Colheste muitas coisas, Meu Filho.

Por isso, a tua caminhada foi lenta e tr

abalhosa. Demorastes a chegar e chegas na certeza de trazes na tua bolsa e na tua vestimenta as credenciais necessárias para que **Eu A Porta do Templo**, permita, de imediato, a tua entrada.

Melhor seria que na tua caminhada em minha direção, em lugar de teres ampliado a tua carga de informações, tivesses aliviado este teu fardo e vivenciado, na sua plenitude, a tua fascinante aventura. O caminho mais curto é o caminho do viajante que

abre a sua bolsa e derrama a carga de ilusões e de idéias alheias que carrega pela vida como se fosse um precioso tesouro.

Na tua viagem, atendestes a muitas solicitações enganosas e justificastes muitas das tuas idéias errôneas em nome daquilo que buscas.

Sempre buscastes a Verdade, não para te redimir, mas, apenas, para reafirmar aquele pouco que já conheces e que pensas ser muito.

Medita sobre meu oitavo segredo. Ele se relaciona com a tua postura interna:

“Antes que tu possas penetrar no Templo, cuida de aprimorar o sentido da tua busca e do teu desejo de Luz. O manto dourado sobre os ombros do Ego multiplica as minhas trancas e reforça as minhas travas”.

“Antes que tu possas penetrar no Templo, cuida de aprimorar o sentido da tua busca e do teu desejo de Luz. O manto dourado sobre os ombros do Ego multiplica as minhas trancas e reforça as minhas travas”.



CANAL DO SERAFIM LUZ DOURADA

Queridos irmãos, ajoelhemos diante do senhor criador onipotente e sejamos agradecidos por todas as obras realizadas.

Que todos se alegrem em participar desse meio, que aproveitem a oportunidade de crescerem em suas experiências, realizações, crescimento como ser espiritual. Vamos bendizer quanto a obra, pois ela foi criada para que todos vivenciem, se lancem na luz novamente com consciência e retornem ao seio da grandiosa mônada de onde saíram.

Lembrem que todos estão vivenciando algo para voltar ao âmago de Deus. Todos fazem parte desse todo.

**Serafim Luz Dourada
Por Lourdes de Oliveira Campos**



**Sathya
Sai
Baba**

Como promover a paz interior e como alcançar a paz mundial?

Prasanthi é o direito legítimo de todo aspirante espiritual. É preciso aprender o caminho para conquistá-la. O mundo hoje sofre com a política egoísta, a religião niilista e a competição cruel. Em um tempo assim, a necessidade mais urgente é de paz. O combustível do amor (*prema*) é que produz a divina chama de *shanti* (paz). O amor promove a unidade de toda a humanidade e essa unidade, combinada com o conhecimento espiritual, promove a paz mundial. Sem paz, não pode haver felicidade. A paz nunca se associa a um coração mesquinho, cheio de desejos. Ela não depende das condições externas. Ela voa para longe do lascivo e do egoísta, e não gosta da companhia de tais pessoas. A paz coexiste apenas com um coração puro. Ela é o acompanhamento natural da felicidade e é conquistada apenas através do controle dos sentidos.

***Divino Discurso, Prasanthi Vahini
Veja o seu reflexo em todos os seres. -
Baba***

LIAN GONG

GINÁSTICA TERAPÊUTICACHINESA

Local:

Instalações da administração do Condomínio
San Diego, Lago Sul (quadra de futebol)
em frente à Escola Fazendária - DF

Dias:

segundas e quintas-feiras

Horário: 07h00.

Contato: 99892819

Prática gratuita!

VIVA COMO AS FLORES!

Mestre, como faço para não me aborrecer?
Algumas pessoas falam demais, outras são ignorantes.

Algumas são indiferentes.

Sinto ódio das que são mentirosas e ainda sofro com as que caluniam.

⌘ Pois viva como as flores, advertiu o mestre.

⌘ Como é viver como as flores? - Perguntou o discípulo.

⌘ Repare nestas flores - continuou o mestre, apontando lírios que cresciam no jardim.

⌘ Elas nascem no esterco, entretanto, são puras e perfumadas.

⌘ Extraem do adubo malcheiroso tudo que lhes é útil e saudável, mas não permitem que o azedume da terra manche o frescor de suas pétalas.

⌘ É justo angustiar-se com as próprias culpas, mas não é sábio permitir que os vícios dos outros o importunem.

⌘ Os defeitos deles são deles e não seus.

⌘ Se não são seus, não há razão para aborrecimento.

⌘ Exercite, pois, a virtude de rejeitar todo o mal que vem de fora. Isso é viver como as flores.

(Autor Desconhecido)

LEMÚRIA

Há cerca de 4 500 000 anos A.C. , o Arcanjo Miguel, com a sua equipe de anjos da Chama Azul e muitos seres do Reino de Luz, com a bênção do Pai-Mãe-Deus, escoltaram para este planeta as primeiras Almas que se tornariam a semente da raça lemuriana.

As Almas novas encarnadas neste planeta vieram originalmente da Terra de MU, no Universo de Dahl. Nessa altura, a Terra expressava em todo o lado uma perfeição, uma abundância e uma beleza difíceis de imaginar hoje em dia.

Finalmente, outras raças de Sírius, Alfa Centauro e Plêiades, e mais alguns planetas, vieram e juntaram-se a estas Almas-“semente” para também elas evoluírem.

Lemúria, a Mãe-Pátria, tornou-se o berço de uma civilização iluminada neste planeta.

Nesse tempo, a Terra existia numa expressão de 5.^a dimensão e eles viviam principalmente nos seus corpos vibracionais de Luz de 5.^a dimensão, com a capacidade de diminuírem a sua vibração para experimentarem, nos seus corpos, níveis vibracionais mais densos, voltando para os corpos de Luz quando quisessem.

A Era Lemuriana estendeu-se de aproximadamente 4 500 000 A.C até cerca 12.000 anos atrás.

O território pertencente ao gigantesco continente da

Lemúria incluía as terras atualmente sob o Oceano Pacífico, bem

como o Havaí, as Ilhas de Páscoa, Fidji, a Austrália e a Nova Zelândia.

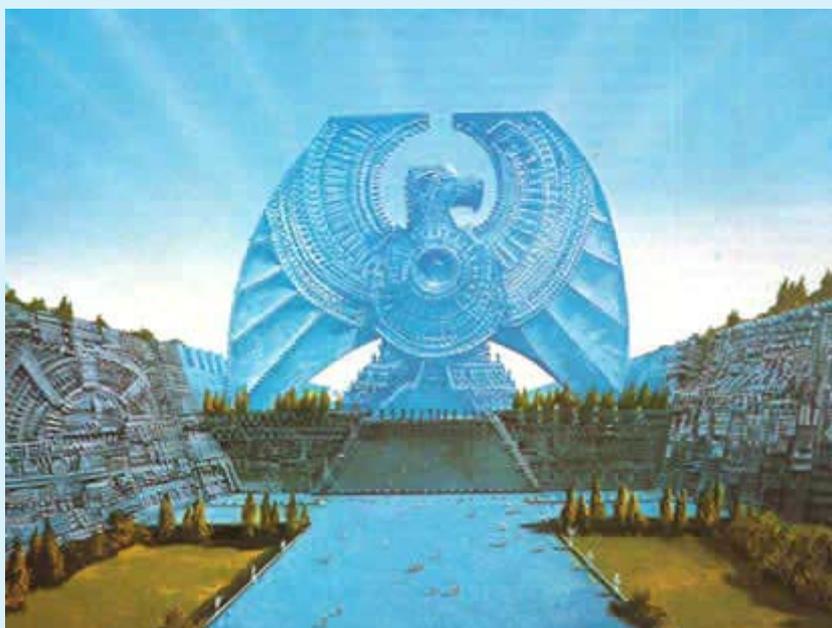
O continente incluía também terras no Oceano Índico e Madagascar.

A costa este da Lemúria prolongava-se até à Califórnia e parte da Colúmbia Britânica no Canadá.

Há 25 000 anos atrás, a Atlântida e a Lemúria, duas das mais desenvolvidas civilizações daquele tempo, batiam-se uma contra a outra por causa das “ideologias”.

Tinham duas idéias diferentes acerca de qual seria a direção indicada para a continuidade de outras civilizações neste planeta. Os Lemurianos acreditavam que as outras civilizações menos evoluídas deveriam ser deixadas sozinhas para continuar a sua própria evolução, ao seu próprio ritmo, de acordo com os seus próprios entendimentos e caminhos. Por sua vez, os Atlantes pensavam que as culturas menos evoluídas deveriam ser controladas pelas duas civilizações mais evoluídas.

Esta discórdia causou uma série de guerras termonucleares entre a Atlântida e a Lemúria.



Quando as guerras acabaram e a poeira assentou não sobravam vencedores.

O nosso povo, como muitas outras civilizações, caiu definitivamente para o nível da 4.^a dimensão e, mais tarde, por completo para o da 3.^a dimensão.

A Atlântida e a Lemúria tornaram-se vítimas da sua própria agressão e as terras-mãe de cada continente enfureceram-se por aquelas guerras.

As pessoas foram então informadas, através dos sacerdotes de que, em menos de 15 000 anos, os seus continentes seriam destruídos.

Assim, com o objetivo de obterem permissão para construir uma cidade e tornar-se parte da rede subterrânea de Agartha, os Lemurianos tiveram de provar a muitos organismos, como a Confederação Galáctica dos Planetas, que haviam aprendido a sua lição a partir dos anos de guerra e agressão.

Com a permissão concedida, os Lemurianos construíram a sua cidade, denominada Telos, com o propósito de albergar aproximadamente 200.000 pessoas. De fato, quando o continente foi destruído, o que aconteceu um pouco antes do previsto, muitas pessoas não conseguiram chegar à cidade de Telos a tempo e, quando o cataclismo ocorreu, apenas 25 000 pessoas chegaram ao interior da montanha e foram salvas.

É sabido que a amada mãe-pátria desapareceu numa noite. Disse o Mestre Himalaya, através de Geraldine Innocenti (a Chama Gêmea de El Morya), a maioria dos sacerdotes permaneceram fiéis à Luz e ao seu sagrado chamado; como capitães de um navio a afundar, permaneceram nos seus postos. Destemidos até ao fim, cantavam e oravam enquanto se afundavam sob as vagas.

Ainda antes de a Lemúria submergir, alguns destes sacerdotes e sacerdotisas regressaram a casa nesse continente e ofereceram-se como voluntários para desaparecerem com a terra e o seu povo, prestando apoio com a sua irradiação,

espalhando conforto e coragem.

Na verdade, essa ajuda foi oferecida para contrapor o medo que acompanha sempre as atividades cataclísmicas. Estes afetuosos benfeitores, pela irradiação do seu sacrifício, rodearam, literalmente, as auras das pessoas num manto de paz, permitindo assim a criação de um veículo de libertação do medo, de modo a que os corpos etéreos daqueles fluxos de vida não fossem tão severamente marcados.

Muitos membros da classe sacerdotal colocaram-se em pequenos grupos estratégicos, em vários locais, e rezaram e cantaram à medida que afundavam sob as águas. A melodia que cantavam era a mesma que atualmente é conhecida como *Auld Lang Syne*.

Através da ação e sacrifício destes sacerdotes, escolhendo ficar juntos em grupos e cantando até ao final, muito medo foi mitigado, mantendo-se certo nível de harmonia e, deste modo, o dano e o trauma para as Almas que pereceram foram enormemente diminuídos.

A idéia de suporte desta ação era a de que todas as experiências horríveis deixam uma cicatriz e um trauma profundo no corpo etéreo e na memória celular das pessoas, que leva várias vidas a curar.

Os sacerdotes e os músicos que os acompanhavam cantaram e rezaram até à chegada das ondas e da água ao nível das suas bocas até ao momento em que desapareceram.

Durante a noite, enquanto as massas dormiam, sob um céu estrelado, tudo terminou, a amada Mãe-Pátria foi submersa sob o Oceano Pacífico. Nenhum dos sacerdotes abandonou o seu posto e nenhum evidenciou qualquer medo. A Lemúria desapareceu com dignidade!

Auld Lang Syne foi a última canção para sempre ouvida na Lemúria.

As pessoas da Terra trouxeram novamente esta canção através do povo irlandês somos esses antigos conhecidos reunindo-se de novo. Aqueles de nós pertencentes ao Reino tridimensional estão reunidos agora, em consciência, com os seus antigos amigos e membros da família da Lemúria.

Ouçam bem dentro dos vossos corações, meus amigos, esta próxima afirmação.

Antes do afundamento completo da Lemúria,

foi profetizado que, um dia, num futuro algo distante, muitos de nós se reuniriam em grupos e cantaríamos esta canção de novo, sabendo, com toda a certeza, que a "Vitória da Terra" estava garantida.

É quase com lágrimas nos olhos que eu vos faço saber de Adama, que muitos de vós estavam entre aquelas valentes Almas que sacrificaram a vida para benefício coletivo. Aplaudamos a vossa coragem de então e rejubilemos agora pelo nosso reencontro, para continuar a grande missão lemuriana, de assistência da Humanidade e do planeta, na senda da sua gloriosa ascensão.

O Novo Dia, o Novo Mundo, está mesmo a nascer. Aprendemos as nossas lições de Amor e a Nova Lemúria, o paraíso reencontrado, está quase a manifestar-se de novo.

Estamos aqui para co-criar em conjunto uma muito importante limpeza e cura para o nosso planeta e para todos vós também. Vamos chamar a isto a primeira limpeza dos antigos registros lemurianos dolorosos, ainda remanescentes nos corações e Almas da maioria das pessoas.

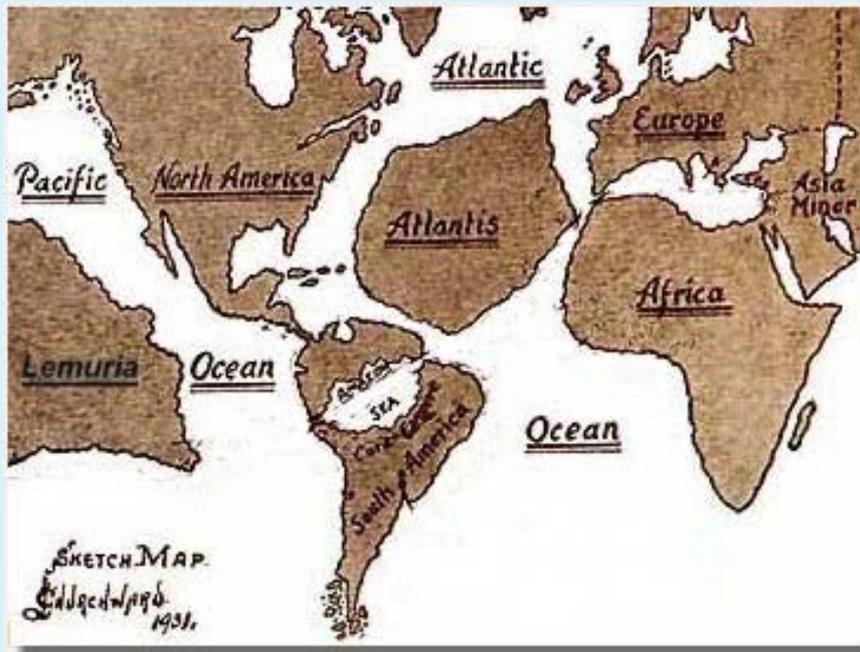
O tempo da nossa separação está quase a acabar e estamos agora a religar coração a coração com o maior número de vós, diariamente.

Fiquemos agora em silêncio durante uns breves momentos e peço-vos para estabelecerem as vossas intenções de terem os vossos próprios registros limpos e sanados. Mergulhem profundamente no vosso coração.

Depois de pedirem a limpeza para vós próprios, peçam silenciosamente, no vosso coração, com a permissão dos Eus Superiores deles, limpeza e cura para toda a humanidade que pode, nesta altura, ter os seus próprios registros limpos.

Criamos a Nova Lemúria na 5ª dimensão, um paraíso de maravilhas e magia. Tudo quanto sonharam está aqui e muito mais. Quando chegar o momento, em conjunto com todos vós, estenderemos a Lemúria à dimensão da superfície deste planeta. Ensinar-vos-emos tudo quanto sabemos e tudo o que aprendemos nestes últimos 12.000 anos do nosso isolamento das pessoas da superfície.

Eu Sou Adama e comigo os companheiros Lemurianos, em conjunto, aplaudimos a vossa vitória.



Dicas

Um site que corrige automaticamente a Sua escrita de acordo com as Novas Regras Ortograficas.

Ótimo para colocar nos Favoritos !!!

Para quem quer uma Resposta Rápida... , Tirar uma Dúvida... , uma ótima dica é este site , onde você digita uma frase de até 100 caracteres e ele faz a conversão do texto pelas " Novas Regras " em vigor:

www.ortografa.com.br

Por exemplo:...

" As conseqüências do anti-semitismo são de-sastrosas, uma infeliz idéia".

Resposta do site:...

" As consecuencias do antisemitismo são de-sastrosas, uma infeliz ideia".



Trocando Livros é um site que tem como objetivo facilitar a troca de livros entre pessoas de todo o Brasil.

Com certeza sua estante possui diversos livros que já foram lidos ou que você não tem mais interesse. Provavelmente, neste imenso país, existem pessoas interessadas neles. E se eu pudesse enviar esses livros para as pessoas que precisam e receber de outras os títulos que quero?

Para resolver este impasse, foi criado o Trocando Livros. É muito fácil. É só ir no site <http://www.trocandolivros.com.br/> se cadastrar, cadastrar os livros para trocar.



Perdeu o manual do seu aparelho ? Olha aí a solução! Um site com milhares de manuais. De câmeras fotográficas a máquinas de lavar louça, de GPS a aparelhos de TV, equipamentos de som, celulares e muito mais. São precisamente 883.542 manuais de 3.627 marcas no dia de hoje.

Acesse o site <http://safemanuals.com>

www.evoluindo.org

Evoluindo

Suas escolhas determinam seu destino

Curiosidades

Quando foi construído o primeiro edifício da história?

Não se conhece a data exata do primeiro edifício da história, mas, desde as primeiras civilizações, há registros de grandes palácios, templos e construções. Sabe-se que os sumérios, que dominaram o sul da Mesopotâmia de 3.500 a 1.600 A.C., chegaram a ter cidades com mais de 30 mil habitantes, nas quais havia prédios repletos de colunas e terraços. Por causa da escassez de pedras, eles usaram uma argamassa de junco e barro, além de tijolos de barro secos ao sol. O maior dos prédios deste período, o Zigurate de Ur, tinha um pavimento superior com mais de 30 metros de altura. A civilização Minóica, que ocupou Creta por volta de 2.000 A.C., deixou vestígios de enormes palácios e edificações construídas antes de 1.750 A.C., quando uma grande catástrofe natural soterrou-as.

Fonte: GUIA DOS CURIOSOS O LIVRO DAS PERGUNTAS E DAS RESPOSTAS

IMPORTANTE

MULTA DO DETRAN

Agora é um novo golpe.

Nos cruzamentos da cidade, alguém com uma câmera digital, fotografa placas dos carros que passam...

Com as placas e as fotos e com ajuda de despachantes, descobrem os endereços e nomes dos proprietários dos veículos.

Com um computador e uma impressora laser, fazem uma montagem e imprimem boletos perfeitamente idênticos a uma multa... Só que os dados para liquidação dessa multa, são de uma conta laranja.

A vítima recebe a multa pelo correio, fica na dúvida da infração, acaba pagando no banco ou via internet, sem verificar no site do Detran se essa multa existe mesmo, mas na realidade foi vítima de um golpe.

Portanto, antes de pagar qualquer multa, entre no site do Detran e verifique se essa multa existe mesmo.

Jorge Nery
Chefia de Segurança Detran

A Crise interior como **SUORTE EVOLUTIVO**

Mensagem de Melquisedeque através de Ramaathis Mam - julho de 2009

Que a Graça e a Sabedoria Divina impregnem vossa vida de harmonia, bem-estar e crescimento espiritual.

Amados mestres da evolução cósmica é uma satisfação e uma grande oportunidade interagir com vós como seres em estado de crescimento evolutivo e expansão espiritual. O tema que escolhi hoje é extremamente importante e, ainda que possa ter uma conotação negativa, seus efeitos são transformadores quando abordados a partir de uma perspectiva e de uma atitude adequada.

As crises pessoais que estais tendo, são os efeitos retroativos de padrões psicoemocionais, comportamentais e conceituais disfuncionais que agora exigem vossa atenção e resolução. Os tempos que a humanidade está vivenciando, ainda que conflitantes, são mensageiros da mudança evolutiva que está ocorrendo em vosso planeta. À medida que vosso sistema solar for se aproximando do centro da galáxia, as emissões energético-vibratórias irão aumentar e gerar grandes mudanças nos conceitos evolutivos de vossa humanidade e nas estruturas energético-vibratórias de vosso planeta.

A partir das Esferas Divinas de onde supervisionamos e dirigimos vossa evolução, estamos conscientes dos efeitos colaterais que estão sendo causados a nível evolutivo na Terra e sua humanidade. Em função de como estais integrando os novos paradigmas evolutivos, desta forma experimentareis as mudanças geofísicas da Terra. Fazemos com que vos recordem mais uma vez que a configuração geofísica da Terra responde a vossa conduta e nível de evolução, por isso são os responsáveis pelo que está ocorrendo no meio ambiente. O meio ambiente é um reflexo do estado de vossa geografia interior que flutua em função de como abordais os desafios evolutivos que vão se apresentando.

As crises pessoais são dispositivos que vosso Ser Essencial usa para captar vossa atenção, para que resolvais dinâmicas pessoais não concluídas que lastrais há muito tempo. No momento presente, os efeitos energético-vibratórios que estão impactando a Terra, impulsionam dinâmicas de transformação integral, planetária e humana. Da maneira como tem sido projetado e configurado o salto evolutivo de vosso planeta e

humanidade, não há possibilidades de adiarde vossos processos evolutivos disfuncionais que estão pendentes. As circunstâncias, ainda que aparentemente adversas a partir de vossa perspectiva, são as melhores, porque estão contribuindo para vossa transformação interior. Não deveis adiar os temores que vos espreitam e que transbordam em vossa trajetória evolutiva. Esses temores são o suporte evolutivo que o Universo e vosso Ser Essencial usam para ajudá-los a compreender que vosso bem-estar interior, prosperidade e plenitude espiritual vos auxiliam na resolução dos mesmos. Eles não são um obstáculo em vossa evolução, mas sim os mestres e a orientação mais recomendáveis e construtivas que podeis receber nestes momentos de grandes crises sociais, políticas e meio ambientais que estais atravessando.

As crises são o terapeuta idôneo e o melhor suporte evolutivo que disponhais para que resolvais com êxito os padrões disfuncionais que causam conflitos e sofrimento que implacavelmente os açoita. Infelizmente, a maior parte da humanidade está tentando resolver uma situação externa que não é nada mais do que um reflexo sintomático da disfuncionalidade espiritual que, como um tumor, está se disseminando em todos os setores da sociedade. O Universo se organiza para que comece um novo ciclo de evolução e isso significa a eliminação e a desvinculação dos arquétipos existenciais disfuncionais que têm dirigido vossas vidas até o momento presente. A nova energia e frequência vibratória aquariana está sendo instalada gradualmente em vosso planeta e seu influxo se intensificará nas próximas décadas para regenerar vosso planeta e vossa humanidade. A resistência à mudança é uma expressão de vossa inconsciência e imaturidade espiritual, que deveis afrontar com integridade e sinceridade. A época da irresponsabilidade terminou e como mestres evolutivos que estais chamados a ser, os está impelindo a vivenciar a experiência da metamorfose espiritual. Os medos que os espreitam têm uma razão espiritual e estão aí como orientação para que descubrais que são máscaras que haveis criado para esquecerem que são "Seres Divinos", um reflexo de Deus e, por conseguinte, dotados de sabedoria, amor, beleza e criatividade interior.

Quando as crises se acentuam, vossa atitu-

de não deve ser evasiva, mas sim compreensiva de que elas são mensageiras que desejam que a Luz de vosso Ser Essencial dilua a escuridão que emana de vossa resistência à mudança e aceitação de que, como ser divino, é imperativo que vos reconecteis com o Criador Infinito que deseja vosso amor, beleza e ternura espiritual. Estais dotados com o poder de diluir os arquétipos disfuncionais que se fundamentam em conceitos, hábitos, valores e condutas discordantes que haveis integrado ao esquecerem da finalidade da existência e da evolução.

Qual é a finalidade da existência e da evolução? Regressar à Fonte Divina da qual tudo emana e, como unidades de serviço divino que sois, sintonizar-vos com o fluxo de amor e beleza que impregna cada partícula atômica e subatômica do Universo.

Sem crise não existiria a cura e a transformação interior e ficaríeis estagnados em dinâmicas perniciosas que gerariam mais conflito e sofrimento. As crises são os melhores mecanismos evolutivos que existem, porque permitem sintonizá-los com vossa sensibilidade espiritual e com o Plano Divino do qual estais desconectados. As crises não são geradas por forças energéticas alheias a vós, mas são o efeito e o reflexo da desconexão que vós tendes com vosso Ser Essencial e com Deus. O Universo é a ferramenta e suporte evolutivo que o Criador tem projetado para ajudá-los a compreender que tendes de regressar à origem, ao Plano de Luz, de beleza e de amor infinito. Sois unidades espirituais atômicas que haveis separado conscientemente da Fonte Divina, e agora, as circunstâncias e o Universo os está recordando. Tudo aquilo que não fomenta esta dinâmica evolutiva é um obstáculo e, portanto, deveis abandoná-lo, a não ser que desejeis experimentar mais conflito e sofrimento.

A evolução tem sido projetada para que se reconectem com o Criador Infinito mediante processos de investigação e experimentação pessoais que, gradualmente os ajudam a alinhar-se com a necessidade primordial e iniludível de despertar espiritual. A escuridão, sinônimo de inconsciência, está tão integrada em vossa vida que o fato de assumi-la já é causa de conflito e convulsão interior. Entretanto, a escuridão pode ser o canal de expressão da Luz que alojais em vosso interior, quando utilizais o discernimento para conscientemente iluminá-la e descobrir que as sombras é ausência de Luz.

Qual deve ser a atitude perante a crise? A princípio, compreender que estais desfragmentados e desconectados de vosso Ser Essencial e do Criador. Depois entender que é ela é o catalisador que vos ajudará a sair da estagnação evolutiva espiritual em vos encontrais. As convulsões psicoemocionais são o melhor suporte evolutivo que dispodes para vos harmonizar e resolver padrões disfuncionais. Se não houvesse

crise, não ocorreria o crescimento espiritual, nem compreenderíeis que a finalidade da vida é recuperar vosso status divino e regressar à Fonte Divina. A crise é o dispositivo que pode ajudar a ativar vossa sensibilidade espiritual e conexão com vós mesmos e com Deus. As crises são transformadoras, depuradoras e revitalizantes, além de aportarem nova perspectiva, atitude construtiva e positiva na vida. A crise é o eco de vosso Ser Essencial que vos recorda de vossa origem imortal e divina e os vínculos espirituais que tendes com a Divindade. As crises são uma manifestação da Graça Divina que vos impulsiona a sintonizar e comunicar com o mais profundo de vosso Ser que exige vossa atenção e amor.

A crise interior é fonte de cura, porque vos convida a reconexão com aquelas partes desfragmentadas que desejam a Luz e o amor de vosso Ser Essencial. A Luz disfarçada de sombras se expressa mediante a crise para que recuperéis vossa origem divina e compreendeis que o amor, a beleza e a felicidade infinita que tanto desejais já estão em vosso interior. As turbulências geradas pelas crises são o cadinho e a orientação espiritual que o Universo e as Esferas Divinas estão ativando para que, finalmente, vos submirjais no oceano insondável de júbilo, plenitude e amor que Deus têm depositado em vosso coração. Se desenvolverdes esta atitude, receberéis toda a força e orientação que necessiteis, porque das Esferas de Luz o que mais desejamos é ver como recuperais vosso poder e plenitude espiritual. Sois os mestres evolutivos e como tais "Temeis o poder de Ser o que Sois", não duvideis nem um instante, porque forma parte de vossa evolução e natureza intrínseca.

Tradução: Caren D. Frizzo

**MODELO DO COLETE
PÓS CIRURGICO
FRENTE**



A - ALÇAS EM TECIDO DE ALGODÃO
B - PUXADORES COM FIVELAS O
COM CORREIAS DE ALGODÃO
C - FECHO FEITO EM VELCRO
D - LATERAL DO COLETE CO
AJUSTES EM VELCRO

CARDIO TORAX

**SUPORTE PÓS - CIRURGIA
TORÁCICA ou Colete pós esternotomia**

Refere-se a criação de um material de extrema importância após uma cirurgia torácica. Tem seu uso indicado após procedimentos cirúrgicos na região torácica. Suporte desenvolvido especialmente para que o paciente sinta-se seguro e confortável, aliviando as dores normalmente provocadas pelo pós-operatório, ao tossir e que ao caminhar mantenha a postura correta. O objetivo do uso é para aliviar desconfortos. Esse colete está plenamente habilitado, para que os pacientes tenham um pós-operatório seguro e com qualidade

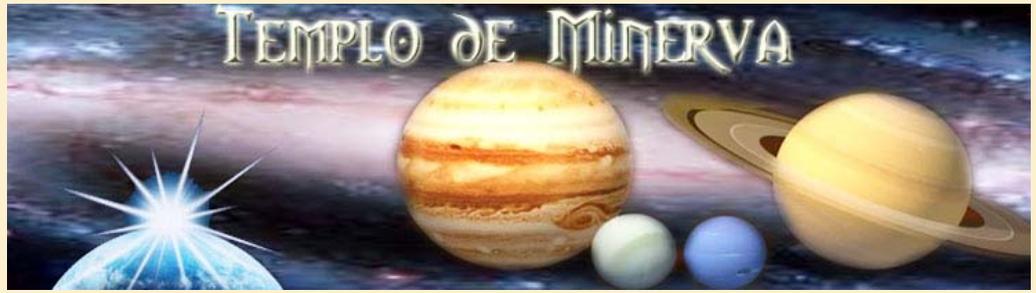
Produto criado por
Veronica Mucury

ENTREGAMOS PARA TODO O PAÍS.

e-mail: vemucury@gmail.com Fones: 61 3435-8036 e 9283-0871



Mônica Schwarzwald
www.templodeminerva.com



Saturno ingressa no signo de Libra. E?

Logo depois de virar manchete nas publicações científicas por ser descoberto seu anel mais gigantesco distante 6 milhões de quilômetros do planeta, Saturno completa seu trânsito pelo signo de Virgem, onde esteve estruturando, amadurecendo ou restringindo os assuntos deste signo desde setembro de 2007, e ingressa em Libra no dia 29/10 próximo, por volta das 16 horas (horário de verão em Brasília).

Para aqueles que têm algum planeta pessoal nos signos de Virgem, Peixes, Gêmeos e Sagitário (Sol, Lua, Mercúrio, Vênus ou Marte), ou até mesmo o Ascendente ou o Meio-do-Céu, a sensação é de que livraram-se de um "abacaxi", uma espécie de "freio-de-mão puxado" ou um pessimismo que parecia não ter mais fim. Todos os problemas sobrecarregavam-lhes até a exaustão e, por mais que sofressem para reparar os danos ou fizessem o melhor possível em determinada situação, não eram reconhecidos. A partir de agora, façam uma análise imparcial dos últimos 2 anos: as exigências, o esforço, a auto-crítica ou a crítica recebida dos outros, o trabalho, valeram a pena? Dependendo de como vocês encararam estas "cobranças", não tornaram-se pessoas mais maduras, especializadas e seguras em suas atividades, especialmente, no trabalho que executam? Não deixaram para trás rotinas estafantes, empregos que não permitiam a realização do seu verdadeiro potencial? Estão mais adeptas a uma vida saudável para prevenirem doenças que se originam a partir de hábitos nocivos como alimentar-se com gordura saturada diariamente e não praticar exercícios físicos regularmente? Pois este foi o aprendizado que este ciclo saturnino ofereceu a todos nós.

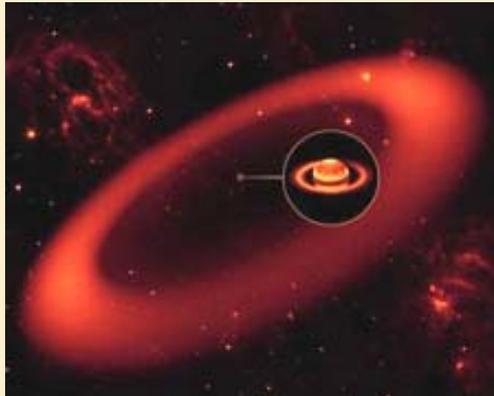
Agora chegou a vez dos librianos, arianos, capricornianos e cancerianos. O ciclo de Saturno em Libra que começa agora com uma espécie de "alerta", pois ele entrará em movimento retrógrado entre abril e julho de 2010 voltando aos últimos graus do signo de Virgem e, a partir de agosto de 2010 não haverá mais alertas ou avisos, ele entrará de sola em Libra atingindo, principalmente, aqueles que possuem os citados planetas pessoais neste signo, além de Áries, Câncer e Capricórnio. Por isto, antes de enfrentar crises, separações, perdas e mágoas durante os dois anos seguintes é melhor prevenir-se praticando o auto-conhecimento, avaliando a situação e seu comportamento mediante suas relações pessoais, sociais e familiares buscando o melhor aproveitamento que este ciclo evolutivo tem para dar.

Alguns astrólogos veem Saturno em Libra como positivo, "exaltado" na linguagem de alguns teóricos antigos. Eu acredito que, por mais que um astro tenha uma afinidade energética maior e mais harmônica com determinados signos, permitindo uma fluência no desenvolvimento dos assuntos relacionados aos dois, tudo tem seu lado positivo e negativo, conforme ensinam sabiamente as Leis de Hermes de Trimegistro em sua Tábua de Esmeralda (Princípio da Polaridade). Daí que, Saturno não é completamente negativo, nem Júpiter é absolutamente benéfico. Afinal, alguns aspectos de Júpiter podem nos deixar tão indolentes, confiando tão absolutamente em nossa sorte que podemos nos arriscar para muito além dos nossos limites, tomando atitudes ou decisões que poderão nos arruinar.

Saturno deve ser visto como um pai - ancião e taciturno -, mas muito experiente e sábio. Por ser velho, sabe que o tempo é implacável e não pode ser perdido. Então, ele nos chama à razão: é hora de resolver a pendência de uma vez por todas, levar a sério um casamento ou uma relação, dissolvê-la se esgotadas todas as possibilidades ou se o gelo preencheu o vazio deixado pelo amor. Amadurecer, não ser impulsivo, leviano ou egoísta, nada de "lei de Gérson", estamos compartilhando uma mesma cidade, país, uma mesma Terra, vamos respeitar uns aos outros se não for possível amar. Não é hora de resistirmos ao futuro, senão os laços com o passado são cortados à revelia, pois o tempo passa e não volta mais.

Saturno irá confrontar-se com Plutão em Capricórnio a partir do final de novembro de 2009, dando uma "folga" entre março e julho de 2010, quando em movimento retrógrado. Em agosto, o aspecto tenso entre os dois volta ao seu auge. Este aspecto propaga-se mundialmente e muitas parcerias e acordos de paz serão dissolvidos. A diplomacia entre nações estará francamente ameaçada, somente um novo modelo governamental aliado a novos valores menos capitalistas e mais humanos, igualitários e éticos poderão resolver crises evitando confrontos destrutivos.

Sob um prisma mais pessoal, podemos e devemos transformar nossas atitudes e relações para com todos que nos cercam de uma maneira menos agressiva. Basta compreender o perfil dos outros, suas necessidades, afinal também temos as nossas. Resolver as divergências sem confronto, buscando sempre cordialmente a Paz.



Desenho da NASA de acordo com as proporções do recém descoberto anel gigante

O PÃO ASSADO NA LENHA

FIBROPAN

SUPER LINHA DE PÃES

(61) 3434-2124



A MISSÃO DE CADA SIGNO

E então, naquela manha Deus compareceu ante suas doze crianças e em cada uma delas plantou a semente da vida humana. Uma por uma, cada criança deu um passo à frente para receber o Dom e a função que lhe cabia.



ARIES venha cá...

Para ti, Áries, dou a primeira semente, para que tenhas a honra de plantá-la. Para cada semente que plantar mais outro milhão de sementes se multiplicará em suas mãos. Não terás tempo de ver a semente crescer, pois tudo o que plantares criará cada vez mais e mais para ser plantado. Tu serás o primeiro a penetrar o solo da mente humana levando Minha Idéia. Mas não cabe a ti alimentar e cuidar desta idéia, nem questioná-la. Tua vida é ação, e a única ação que te atribuo é a de dar o passo inicial para tornar os homens conscientes da Criação. Por este trabalho, Eu te concedo a virtude do **Respeito por Si Mesmo**.

E Aries, silenciosamente, voltou ao seu lugar.

Principal Característica: individualidade, ação.
Qualidade: coragem, sinceridade.

Defeito: impulsividade e franqueza excessivas.



TOURO venha cá...

A ti Touro, Eu dou o poder de transformar a semente em substância. Grande é a tua tarefa, requer paciência; pois tem que terminar tudo o que foi começado, para que as sementes não sejam dispersas pelo vento. Não

deves

mudar de idéia no meio do caminho, nem depender dos outros para a execução do que te peço. Para isso, Eu te concedo o **Dom da Força**. Trata de usá-la sabiamente!

E Touro voltou ao seu lugar.

Principal Característica: estabilidade.
Qualidade: lealdade, persistência.

Defeito: teimosia, conservadorismo.



GÊMEOS venha cá...

A ti, Gêmeos. Eu dou as perguntas sem respostas, para que possas levar a todos um entendimento daquilo que o homem vê ao seu redor. Tu nunca saberás por que os homens falam ou escutam, mas em tua busca pela resposta encontrarás o Meu Dom reservado a ti: o **Conhecimento**.

E Gêmeos voltou ao seu lugar.

Principal Característica: movimento.

Qualidade: adaptabilidade, versatilidade.

Defeito: racionalidade excessiva, falta de comprometimento.



CÂNCER venha cá...

A ti Câncer, atribuo a tarefa de ensinar aos homens a emoção. Minha idéia é que provoques neles risos e lágrimas, de modo que tudo o que eles vejam e sintam desenvolva uma plenitude desde dentro. Para isso, Eu te dou o **Dom da Família**, para que tua plenitude possa se multiplicar.

E Câncer voltou ao seu lugar.

Principal Característica: sentimento.

Qualidade: empatia, sensibilidade.

Defeito: possessividade, apego ao passado, fluatibilidade.



LEÃO venha cá...

A ti Leão, atribuo a tarefa de exibir ao mundo Minha Criação em todo o seu esplendor. Mas deves Ter cuidado com o orgulho, e sempre lembrar que é Minha Criação, e não tua. Se o esqueceres, serás desprezado pelos homens.

Há muita alegria em teu trabalho; basta fazê-lo bem. Para isso Eu te concedo o **Dom da Honra**.

E Leão voltou ao seu lugar.

Principal Característica: alegria.

Qualidade: dignidade, generosidade, extroversão.

Defeito: egocentrismo, autoritarismo, teimosia.



VIRGEM venha cá...

A ti Virgem, peço que empreendas um exame de tudo o que os homens fizeram com Minha Criação. Terás que observar com perspicácia os caminhos que percorrem, e lembrá-los de seus erros, de modo que através de ti Minha Criação possa ser aperfeiçoada. Para que assim o faças, Eu te concedo o **Dom da Pureza**.

E Virgem retornou ao seu lugar.

Principal Característica: a vontade de fazer sempre melhor.

Qualidade: capricho, humildade, aperfeiçoamento constante.

Defeito: criticismo, meticulosidade excessiva, mania de perfeição.

**LIBRA** venha cá...

A ti Libra, dou a missão de servir, para que o homem esteja ciente dos seus deveres para com os outros; para que ele possa aprender a cooperação, assim como a habilidade de refletir o outro lado de suas ações. Hei de te levar onde quer que haja discórdia, e por teus esforços te concederei o **Dom do Amor**.

E Libra voltou ao seu lugar.

Principal Característica: a busca do outro, a sociabilidade.

Qualidade: diplomacia, elegância, simpatia, bom senso.

Defeito: hesitação, necessidade de agradar, dificuldade com conflitos.

**ESCORPIÃO** venha cá...

A ti Escorpião, darei uma tarefa muito difícil. Terás a habilidade de conhecer a mente dos homens, mas não te darei a permissão de falar sobre o que aprenderes. Muitas vezes te sentirás ferido por aquilo que vês, em tua dor te voltarás contra Mim, esquecendo que não sou Eu, mas a perversão de Minha Idéia, o que te faz sofrer. Verás tanto e tanto do homem enquanto animal, e lutarás tanto com os instintos em ti mesmo, que perderás o teu caminho; mas quando finalmente voltares, terá para ti o **Dom supremo da Finalidade**.

E Escorpião retornou ao seu lugar.

Principal Característica: a profundidade.

Qualidade: conhecimento do ser humano.

Defeito: intensidade excessiva.

**SAGITÁRIO** venha cá...

A ti Sagitário, Eu peço que faças os homens rirem, pois entre as distorções da Minha Idéia eles se tornam amargos. Através do riso darás ao homem a esperança, e por ela voltarás seus olhos novamente para Mim. Chegarás a ter muitas vidas, ainda que só por um momento; e em cada vida que atingires, conhecereis a inquietação. A ti Sagitário, darei o **Dom da Infinita Abundância**, para que te possas expandir o bastante até atingir cada recanto onde haja escuridão, e levar aí a luz.

E Sagitário retornou ao seu lugar.

Principal Característica: a expansividade.

Qualidade: o otimismo.

Defeito: a arrogância.

**CAPRICÓRNIO** venha cá...

A ti Capricórnio, quero o suor da tua frente, para que possa ensinar aos homens o trabalho. Não é fácil tua tarefa, pois sentirás todo o labor dos homens sobre teus ombros; mas pelo

jugo de tua carga, te concedo o **Dom da Responsabilidade**.

E Capricórnio voltou ao seu lugar.

Principal Característica: a persistência.

Qualidade: disciplina.

Defeito: rigidez.

**AQUÁRIO** venha cá...

A ti Aquário, dou o conceito de futuro, para que através de ti o homem possa ver outras possibilidades. Terás a dor da solidão, pois não te permito personalizar o meu amor. Para que possas voltar os olhares humanos em direção a novas possibilidades, Eu te concedo

o **Dom da Liberdade**, de modo que, livre, possas continuar a servir a humanidade onde quer que ela esteja.

E Aquário retornou ao seu lugar.

Principal Característica: a originalidade.

Qualidade: o humanismo.

Defeito: o radicalismo.

**PEIXES** venha cá...

A ti Peixes, não foi a toa que te deixei por ultimo, pois te dou a mais difícil de todas as tarefas. Peço-te que reúnas todas as tristezas dos homens e as tragas de volta para Mim. Tuas lágrimas serão, no fundo, minhas lágrimas.

A tristeza e o padecimento que terás de absorver são os efeitos das distorções impostas pelo homem à Minha Idéia, mas cabe a ti levar até ele a compaixão, para que possa tentar de novo. Será tua a missão de amparar e encorajar a todos teus irmãos, fazendo-os acreditar que eles são capazes, e sempre podem tentar novamente. Por esta tarefa, Eu te concedo o Dom mais alto de todos: tu serás o único de Meus doze filhos que me Compreenderás. Mas este **Dom do Entendimento** é só para ti, Peixes, pois quando tentares difundi-lo entre os homens eles seguirão e poucos te escutarão.

E entre todos, Peixes, foi o único que retornou ao seu lugar sorrindo carinhosamente para cada um dos seus onze irmãos, sabendo que cada um deles agora tinha se tornado parte da vida dele. Naquele momento ele já amava a cada um deles profundamente. E agradeceu a Deus tanta honra por missão tão difícil...

Principal Característica: a sensibilidade.

Qualidade: a doação nas amizades e perante a vida.

Defeito: tendência a fuga quando sofre.

Então Deus completou:

- "Cada um de vós é perfeito, mas não compreendereis isto até que vós doze sejais UM. Agora vão!"

E as doze crianças foram embora executar sua tarefa da melhor maneira...

Figuras: Paula do blog Clube das Troquitas

Galaktika - uma viagem espacial interna

O novo álbum de **Stekel**, **Galaktika - an internal space travel** (*Galaktika - uma viagem espacial interna*), já está disponível.

Este segundo álbum de **Stekel** é diferente do primeiro, que se chamou **Qadosh - Música Canalizada & Mantras Codificados**, pois **Galaktika** contará uma história simbólica. Ele será a base para o que **Stekel** chama de "**Meditação de Representação para a Ascensão**", um *workshop* que acompanhará o álbum pelo Brasil afora. Lendo o encarte de **Galaktika** os interessados poderão fazer esta meditação, imaginando-se numa viagem pelo espaço exterior, mas também pelo espaço interno do Ser, objetivo maior deste trabalho.

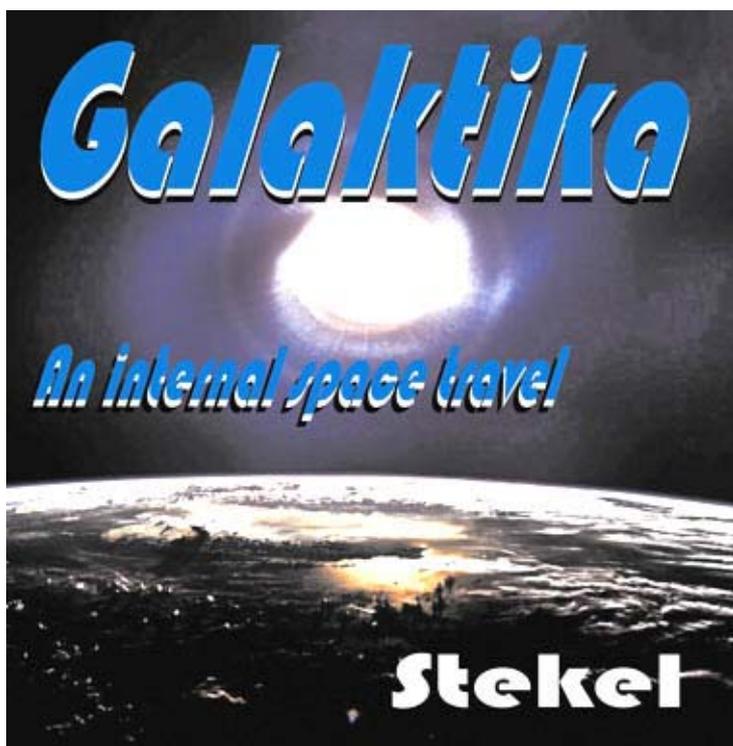
O álbum contém 14 faixas, 09 instrumentais e 05 vocais, cantadas em inglês e em hebraico antigo, a língua da Tradição Sagrada da Cabala.

Em breve, vídeo clipes de algumas músicas do novo álbum estarão disponíveis no canal oficial de **Stekel** no Youtube (www.youtube.com/paulostekel).

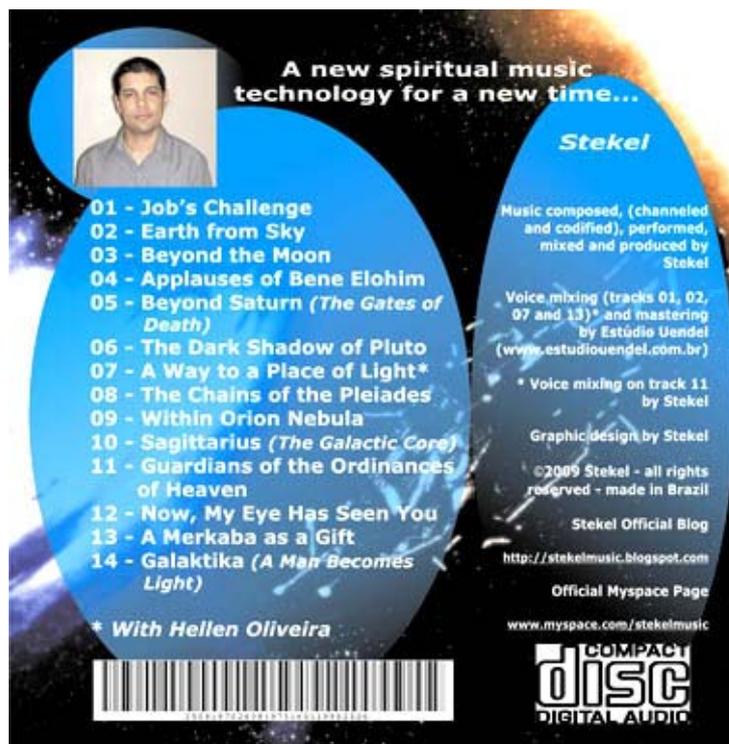
Quem tiver interesse e quiser garantir as primeiras unidades, já pode solicitar o álbum **Galaktika** pelo email pstekel@gmail.com

Também é possível agendar o *workshop* "**Meditação de Representação para a Ascensão**" com **Stekel** pelo mesmo email, no caso de grupos, espaços e centros de espiritualidade em qualquer lugar do Brasil.

Aproveite, o trabalho está excelente!



Capa do álbum



Contra-capas

O álbum contém 14 faixas, 09 instrumentais e 05 vocais, cantadas em inglês e em hebraico antigo, a língua da Tradição Sagrada da Cabala.



Uma revista digital gratuita destinada a tudo o que envolve som, música, mantras, música sagrada, mantras codificados, música canalizada, espiritualidade, terapias holísticas e tradições espirituais da humanidade.

Pode ser obtida pelo e-mail:

revistacosmosom@gmail.com

ou pelo link em:

<http://www.4shared.com/dir/2554406/72A7bfd7/sharing.html>

Além disso, o link do blog e o email:

<http://cosmosom.blogspot.com>

revistacosmosom@gmail.com

Mais informações sobre Ho'oponopono e como podemos curar

Como demonstrar gratidão a alguém que lhe ajudou a ser livre? Como demonstrar gratidão a um homem cuja gentileza de espírito, e agudeza nas declarações, alterou completamente o curso de sua vida? Ihaleakala Hew Len é a pessoa que significa tudo isso para mim. Como um irmão de alma que aparece inesperadamente num momento de necessidade, Ihaleakala entrou em minha vida em março de 1985, um ano de grandes mudanças para mim. Eu o conheci durante um curso chamado Self Identity Through Ho'oponopono, no qual ele era facilitador, juntamente com a nativa havaiana e kahuna Morrnah Nalamaku Simeona, já falecida. A palavra Kahuna significa guardião do segredo – informações sobre karunas e huna – vide o livro Animismo e Apometria de J S. Godinho – Capítulo I – Os Kahunas e o segredo do Huna – página 48).

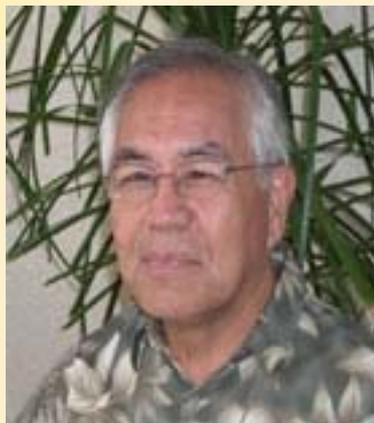
Para mim, Ihaleakala e Morrnah fazem parte do ritmo da vida. Embora eu sinta um grande amor por eles, não consigo vê-los como simples pessoas, porque a forma com que eles influenciaram minha vida vem através de um vigoroso pulsar, como o som de tambores africanos na noite. Recentemente, tive a honra de ser convidada a entrevistar Ihaleakala pela Foundation of I, Inc. (Freedom of the Cosmos), organização fundada por Morrnah. Mas minha maior honra foi saber que ele estaria vindo do Havaí especialmente para encontrar-se comigo.

Dr. Ihaleakala S. Hew Len é presidente e administrador da Fundação. Juntamente com Morrnah, ele vem trabalhando com milhares de pessoas há muitos anos, inclusive com grupos das Nações Unidas, UNESCO, Conferência Internacional pela Paz Mundial, Conferência da Medicina Tradicional Indígena, Curadores pela Paz na Europa, e da Associação dos Professores do Estado do Havaí. Tem também uma larga experiência no tratamento de pessoas mentalmente enfermas, com criminosos doentes mentais e suas famílias. Todo o seu trabalho como educador é permeado e tem como suporte o processo Ho'oponopono.

Ho'oponopono significa simplesmente "acertar o passo" ou "corrigir o erro". De acordo com os antigos havaianos, o erro provém de pensamentos contaminados por memórias dolorosas advindas do passado. Ho'oponopono oferece uma

**"Se você quer resolver um problema, não importa que tipo de problema, trabalhe com você mesmo."
Ihaleakala Hew Len**

Entrevista com
Ihaleakala Hew Len
(foto)
Por Cat Saunders



forma de liberar a energia desses pensamentos dolorosos, ou erros, os quais causam desequilíbrio e enfermidades.

No desenrolar do processo Ho'oponopono, Morrnah foi orientada a incluir as três partes do eu, que são a chave para a Auto-identidade. Essas três partes, presentes em cada molécula da realidade, são chamadas de Unihipili (criança/subconsciente), Uhane (mãe/ consciente) e Aumakua (pai/superconsciente). Quando esta "família interna" encontra-se alinhada, a pessoa está em sintonia com a Divindade, acontece o equilíbrio e a vida começa a fluir. Assim,

Ho'oponopono auxilia na restauração do equilíbrio, primeiramente no indivíduo e depois em toda a criação.

Ao me apresentar este sistema tríplice, juntamente com o mais poderoso processo de perdão que eu conheço (Ho'oponopono), Ihaleakala e Morrnah ensinaram-me o seguinte: a melhor maneira de trazer cura para cada aspecto de minha vida, e para o universo inteiro, é assumir 100% de responsabilidade e trabalhar comigo mesma. E ainda aprendi com eles a simples sabedoria do total autocuidado. Como disse Ihaleakala, em sua nota de agradecimento após nossa entrevista: "Cuide bem de você. Se fizer isso, todos serão beneficiados."

Certa vez, Ihaleakala ausentou-se uma tarde inteira bem no meio de um curso do qual eu participava, simplesmente porque sua Unihipili (criança/subconsciente) pediu para ir ao hotel e tirar uma longa soneca. É claro que ele assumiu sua responsabilidade antes de se retirar, e Morrnah estava lá para dar prosseguimento ao trabalho. Fiquei impressionada com sua atitude. **Para alguém como eu, criada numa família que ensinava a sempre colocar os outros em primeiro lugar, a ação de Ihaleakala** foi no mínimo surpreendente e divertida. Ele tirou sua soneca e deu uma lição inesquecível de auto-cuidado.

Cat: Ihaleakala, quando conheci você, em 1985, eu havia recém começado a trabalhar com consultas individuais, depois de ter sido conselheira

em agências durante quatro anos. Lembro-me de você dizer: "Toda terapia é uma forma de manipulação." E eu pensei: "Cruzes! O que é que vou fazer agora?" Eu sabia que você tinha razão, e quase desisti da idéia! É claro que continuei, mas aquela sua colocação mudou completamente minha forma de trabalhar com as pessoas.

Ihaleakala: A manipulação acontece quando eu (o terapeuta) chego com a idéia de que você está doente e eu vou trabalhar em você. Coisa muito diferente é quando acredito que você veio até mim para me trazer uma oportunidade de olhar o que está acontecendo comigo. Nesse caso não acontece a manipulação.

Se a terapia for baseada em sua crença de que você está ali para salvar o outro, curar o outro ou orientar o outro, a informação que você traz emerge do intelecto, da mente consciente. Mas o intelecto não é habilitado para entender e abordar problemas. O intelecto não tem a menor condição de solucionar problemas! Ele é incapaz de compreender que, quando uma situação problemática é solucionada por transmutação (como no caso de Ho'oponopono e outros processos semelhantes), não só a situação fica resolvida, mas tudo o que estiver relacionado com ela, atingindo níveis microscópicos e estendendo-se até o início dos tempos.

Sendo assim, penso que a pergunta mais importante a ser feita é: "O que é um problema?" Se você faz uma pergunta como esta, não há clareza. E como não há clareza, eles inventam uma forma de resolver o problema...

Cat: ... Como se o problema estivesse "lá fora".

Ihaleakala: Sim. Por exemplo, outro dia recebi um telefonema de uma mulher, cuja mãe estava com 92 anos. Ela disse: "**Minha mãe está com uma horrível dor nos quadris já faz muitas semanas.**" Enquanto a mulher falava comigo, eu fazia a seguinte pergunta à Divindade: "**O que está acontecendo comigo para ter causado a dor nesta senhora? Como posso resolver este problema dentro de mim?**" As respostas vieram e eu fiz o que me foi solicitado.

Pode ser que uma semana depois a mulher me ligue para dizer que sua mãe está melhor. Isto não significa que não haverá reincidência do problema, porque pode haver causas variadas para aquilo que parece ser o mesmo problema.

Cat: Tenho acompanhado muitos casos de doenças crônicas e dores recorrentes. Trabalho com elas o tempo todo, usando Ho'oponopono e

outros processos de clarificação, a fim de reparar toda dor que causei, desde o início dos tempos.

Ihaleakala: Sim. A idéia é que pessoas como nós, estão justamente trabalhando em profissões de cura porque já causaram muita dor por aí.

Cat: Que coisa!

Ihaleakala: Não é maravilhoso sabermos disso? E ainda atendermos pessoas que nos pagam por lhes ter causado problemas!

Eu disse isso a uma mulher em Nova York, e ela exclamou: "Meu Deus, se pelo menos eles soubessem!" Mas, como você vê ninguém sabe. Psicólogos, psiquiatras continuam acreditando que a função deles é ajudar a curar o outro.

Vamos supor que você veio me consultar. Eu peço à Divindade: "Por favor, o que quer que esteja acontecendo dentro de mim que causou esta dor na Cat, diga-me como posso corrigir." E então vou ficar continuamente aplicando a orientação recebida, até que a sua dor vá embora, ou até você me pedir que eu pare. O importante não é propriamente o efeito, mas chegar ao problema. Essa é a chave.

Cat: Você não focaliza no resultado porque isto não é de nossa competência.

Ihaleakala: Certo. Nós só podemos fazer o pedido.

Cat: E nós também não sabemos quando uma determinada dor ou doença vai se alterar.

Ihaleakala: Pois é. Digamos que se recomendou a uma mulher o tratamento com certa erva, a qual não está surtindo efeito. Novamente a questão: "O que acontece dentro de mim que faz com que esta mulher não receba os benefícios da erva?" E eu vou trabalhar com isso. Vou limpar e ficar de boca fechada, permitindo que o processo de transmutação se opere. Quando acontece de você se apegar ao seu intelecto, o processo é interrompido. A coisa mais importante a ser lembrada, no caso de um trabalho de cura não surtir efeito, é aceitar a possibilidade de a causa do problema estar em erros múltiplos, em múltiplas questões e memórias dolorosas. Nós não sabemos nada! Só a Divindade sabe o que está acontecendo.

No mês passado, fiz uma apresentação em Dallas. Na conversa com uma mestra em Reiki, perguntei-lhe: "Quando alguém lhe vem com um problema, onde você vai encontrá-lo?" Ela me olhou intrigada. E eu disse: "Em você. Porque foi você quem causou o problema, e o seu cliente vai lhe pagar pela cura de um problema que é seu!".

Cat: 100% de responsabilidade.

Ihaleakala: 100% de consciência de que foi você quem causou o problema. 100% de consci-

"A coisa mais importante a ser lembrada, no caso de um trabalho de cura não surtir efeito, é aceitar a possibilidade de a causa do problema estar em erros múltiplos, em múltiplas questões e memórias dolorosas. Nós não sabemos nada! Só a Divindade sabe o que está acontecendo."

ência de que é sua a responsabilidade corrigir o erro. Imagine o dia em que todos nós formos 100% responsáveis!

Como vou convencer as pessoas de que nós somos 100% responsáveis pelos problemas? Se você quer resolver uma situação problemática, trabalhe-a em si próprio. Se a questão está ligada a outra pessoa, pergunte a si mesmo: "O que há de errado comigo que está levando esta pessoa a me incomodar?" Aliás, pessoas só aparecem na sua vida para lhe incomodar! Quando você sabe disso, pode superar qualquer situação e se libertar. É simples: "Sinto muito por tudo que está acontecendo. Por favor, perdoe-me".

Cat: Na verdade, você não precisa lhes dizer isto em voz alta, e nem mesmo precisa entender o problema.

Ihaleakala: Aí está a beleza de tudo. Você não tem que entender. É como a Internet. Você não entende nada de como funciona! Você apenas chega até a Divindade e diz: "Vamos dar um download?" A Divindade então proporciona o download e você recebe toda a informação. Mas, como nós não sabemos quem somos nunca damos o download direto da Luz. Vamos buscar fora.

Sempre me lembro do que Mornah dizia: "É um trabalho interno." Se você quer ter sucesso, trabalhe internamente. Trabalhe em você mesmo!

Cat: Reconheço que a única coisa que funciona é ser 100% responsável. Mas houve um tempo em que questionei isto, porque eu era uma pessoa do tipo super responsável, que cuidava de muita gente. Quando lhe ouvi falar sobre os 100% de responsabilidade, não apenas por mim mesma, mas por todas as situações e problemas, pensei: "Parado lá! Isso é pura loucura! Não preciso que ninguém venha me dizer para ser ainda mais responsável!" O que aconteceu foi que, quanto mais eu refletia sobre isso, mais fui descobrindo que há uma grande diferença entre um super responsável cuidado com o outro e um total cuidado comigo mesma. O primeiro tem a ver com ser uma boa menina, e o segundo, com ser livre.

Lembro-me de quando você contou sobre a época em que trabalhou como psicólogo na ala para loucos criminais no Hospital Estatal do Havaí. Disse que quando começou a trabalhar lá, havia muita violência entre os internos e que, depois de quatro anos, tudo ficou em paz.

Ihaleakala: Basicamente, assumi 100% de responsabilidade. Só trabalhei comigo mesmo.

"É como a Internet. Você não entende nada de como funciona! Você apenas chega até a Divindade e diz: "Vamos dar um download?" A Divindade então proporciona o download e você recebe toda a informação. Mas, como nós não sabemos quem somos nunca damos o download direto da Luz. Vamos buscar fora."

Cat: É verdade que, durante todo aquele tempo, você não teve contato com nenhum dos internos?

Ihaleakala: É verdade. Eu só entrava no pavilhão para verificar os resultados. Se eles ainda apresentavam problemas, eu ia trabalhar mais um pouco comigo mesmo.

Cat: Você poderia contar uma história sobre a utilização do Ho'oponopono nos, assim chamados, objetos inanimados?

Ihaleakala: Certa vez, eu estava num auditório, preparando-me para dar uma palestra, e eu conversava com as cadeiras. Então, perguntei: "Há alguém aí que eu tenha esquecido? Alguém entre vocês gostaria de expor algum problema que exija cuidado de minha parte?" Uma das cadeiras respondeu: "Sabe, hoje num seminário anterior, havia um rapaz sentado em mim, o qual sofria com problemas financeiros, e agora estou me sentindo péssima!" Tratei de limpar aquele problema e logo pude ver a cadeira se endireitando e dizendo: "Ok! Estou prontinha para acomodar o próximo!"

Na verdade, o que eu tento fazer é ensinar a sala. Costumo dizer para a sala, e tudo o que há nela: "Vocês querem aprender o Ho'oponopono? Afinal, breve irei embora, e não seria ótimo se todos vocês pudessem dar continuidade a este trabalho?" Alguns respondem sim, outros respondem não, e há aqueles que dizem: "Estou muito cansado!"

Então, pergunto à Divindade: "Para aqueles que dizem que querem aprender como posso ensiná-los?" Na maioria das vezes, a resposta é: "Deixe o livro azul (Self I-Dentity Through Ho'oponopono) com eles." E é o que faço. Enquanto estou falando, deixo o livro azul em cima de alguma cadeira ou mesa. Não costumamos acreditar que as mesas ficam ali, quietas e atentas a tudo o que esta ocorrendo ao seu redor!

Ho'oponopono é muito simples. Para os antigos havaianos, todos os problemas começam com o pensamento. Mas o problema não está no simples pensar. O problema ocorre quando nossos pensamentos estão impregnados de memórias dolorosas a respeito de pessoas, lugares ou coisas.

O trabalho intelectual por si só não é capaz de resolver estes problemas, porque a função do intelecto é de apenas administrar. E não é administrando as coisas que se resolvem problemas. Você quer é se livrar deles! Quando você

faz Ho'oponopono, o que acontece é que a Divindade pega os pensamentos dolorosos e os neutraliza ou os purifica. Não se trata de neutralizar ou purificar a pessoa, o lugar ou a coisa. O que fica neutralizada é a energia que está associada a pessoa, lugar ou coisa. Portanto, o primeiro estágio de Ho'oponopono é a purificação da energia.

Então, eis que algo maravilhoso acontece. A energia não é apenas neutralizada; ela é também liberada, e tudo fica limpo. Os budistas chamam de Vazio. O último passo é permitir que a Divindade entre e preencha o vazio com luz.

Para fazer Ho'oponopono, você não precisa saber qual é propriamente o problema ou o erro. Você só tem que se dar conta de que está tendo um problema, seja ele físico, mental, emocional ou qualquer outro. Tão logo você o percebe, é sua responsabilidade começar imediatamente a limpeza, dizendo: "Sinto muito. Perdoe-me, por favor".

Cat: Quer dizer que a verdadeira função do intelecto não é resolver problemas, mas pedir perdão.

Ihaleakala: Sim. Eu tenho duas tarefas neste mundo. A primeira é antes de qualquer outra coisa, cuidar da limpeza. E a segunda é despertar as pessoas que estão adormecidas. Quase todo mundo está adormecido! Mas a única maneira de fazê-las despertar é trabalhando comigo mesmo! Esta nossa entrevista serve de exemplo. Durante as semanas que precederam nosso encontro, estive fazendo o trabalho de clarificação, de modo que, quando nos encontrássemos, fôssemos como dois lagos juntando suas águas. Eles se unem e vão em frente. Só isso.

Cat: Nesses dez anos que faço entrevistas, esta foi a primeira vez que não me preparei. Toda vez que tentava fazê-lo, minha Unihipili dizia que eu devia apenas vir e estar com você. Meu intelecto fez de tudo para me convencer de que eu tinha que me preparar, mas eu não dei ouvidos.

Ihaleakala: Melhor pra você! A Unihipili, às vezes, é muito engraçada. Certo dia, eu ia descendo

por uma estrada no Havaí. Quando me preparava para pegar um declive à direita, por onde eu sempre passava, ouvi a voz melodiosa de minha Unihipili: "Se eu fosse você, eu não descia por aí." E eu pensei: "Mas a gente sempre vai por aí." E continuei o meu caminho. Uns cinqüenta metros adiante, ouvi de novo: "Ei! Se eu fosse você, eu não descia por aí!" Segunda chance. "Mas a gente sempre vai por aí!"

Nessa hora, a nossa conversa já era em voz alta e as pessoas nos carros próximos me olhavam achando que eu era um louco. Andei mais 25 metros, e ouvi um estrondoso: "Se eu fosse você, eu não descia por aí!" E eu fui por lá. E lá acabei ficando parado por duas horas e meia. Por causa de um enorme acidente, estava tudo congestionado. Não se podia ir nem para frente nem para trás. Ouvi minha Unihipili dizer: "Não falei?!" E ela ficou sem conversar comigo um tempão. E com razão. Por que falar comigo se eu não a ouvia?

Lembro-me uma vez, quando me preparava para ir à televisão falar sobre Ho'oponopono. Meus filhos olharam para mim e disseram: "Pai, ficamos sabendo que você vai aparecer na TV. Vê lá se põe umas meias que combinam!" Eles não se preocuparam com o que eu ia falar. Eles só estavam preocupados com as minhas meias. Você vê como as crianças sabem o que é realmente importante na vida?

Esta entrevista foi originalmente publicada por The New Times, em setembro de 1997.

Para mais informações sobre Ho'oponopono e contato com Ihaleakala Hew Len, Ph.D, visite o site www.hooponopono.org

Cat Saunders, Ph.D é autora do livro Dr. Cat's Helping Book. Para mais informações, visite www.dr.cat.org.

**Tradução: Rita Figueiredo
Primavera de 2006**

"Eu tenho duas tarefas neste mundo. A primeira é antes de qualquer outra coisa, cuidar da limpeza. E a segunda é despertar as pessoas que estão adormecidas. Quase todo mundo está adormecido! Mas a única maneira de fazê-las despertar é trabalhando comigo mesmo! Esta nossa entrevista serve de exemplo."

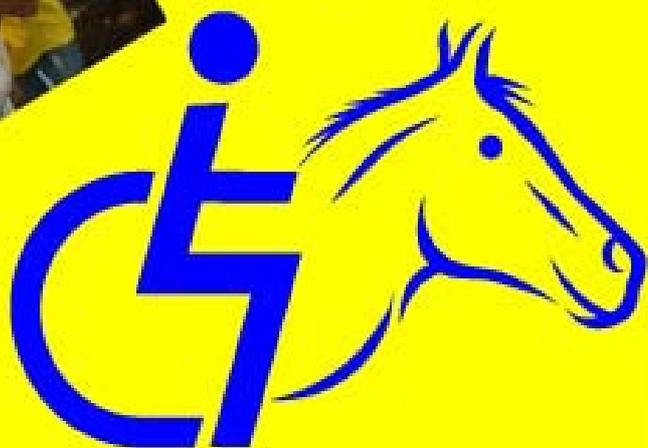
TERAPIA HOLÍSTICA **Laura Fahning**

Bioenergética - Cromoterapia - Programação neurolinguística
Interpretação da simbologia inconsciente - Especialidade em síndrome do pânico, depressão e dependente químico

Telefone: Brasília (61) 9904-0840, e-mail: laura@sagres.com.br



Seja um
SER ESPECIAL!



*Instituto
Cavalosolidário*



Equoterapia - o que é

É um método terapêutico e educacional que utiliza o cavalo dentro de uma abordagem interdisciplinar, nas áreas de saúde, educação e equitação, buscando o desenvolvimento e qualidade de vida para pessoas com deficiência e/ou com necessidades especiais.

Deposite sua doação no **Banco do Brasil**
Agência 3.477-0 Conta 29.458-6
CNPJ. 05.809.438/0001-39

Instituto Cavalosolidário

Pessoa jurídica do direito privado, sem fins lucrativos, que tem como objetivo principal manter o **Centro Básico de Equoterapia**.
Atende crianças na faixa etária dos 3 aos 14 anos.
Atende atualmente 30 e tem como meta passar para 100 atendimentos em 2009.
Para tanto, além de garantir a manutenção dos animais, temos de terminar o picadeiro coberto e o prédio da administração.



Informações pelo fone:
61 3501 0316

Núcleo Rural Alexandre Gusmão, Chácara 3/465
DF 180 - Ceilândia - DF

www.cavalosolidario.org.br

Ponto Deus no Cérebro

Uma frente avançada das ciências, hoje, é constituída pelo estudo do cérebro e de suas múltiplas inteligências. Alcançaram-se resultados relevantes, também para a religião e a espiritualidade. Enfatizam-se três tipos de inteligência. A primeira é a inteligência intelectual, o famoso QI (Quociente de Inteligência), ao qual se deu tanta importância em todo o século XX. É a inteligência analítica pela qual elaboramos conceitos e fazemos ciência. Com ela organizamos o mundo e solucionamos problemas objetivos.

A segunda é a inteligência emocional, popularizada especialmente pelo psicólogo e neurocientista de Harvard David Goleman, com seu conhecido livro *A Inteligência emocional* (QE = Quociente Emocional). Empiricamente mostrou o que era convicção de toda uma tradição de pensadores, desde Platão, passando por Santo Agostinho e culminando em Freud: a estrutura de base do ser humano não é razão (logos) mas é emoção (pathos). Somos, primariamente, seres de paixão, empatia e compaixão, e só em seguida, de razão. Quando combinamos QI com QE conseguimos nos mobilizar a nós e a outros.

A terceira é a inteligência espiritual. A prova empírica de sua existência deriva de pesquisas muito recentes, dos últimos 10 anos, feitas por neurólogos, neuropsicólogos, neurolingüistas e técnicos em magnetoencefalografia (que estudam os campos magnéticos e elétricos do cérebro). Segundo esses cientistas, existe em nós, cientificamente verificável, um outro tipo de inteligência, pela qual não só captamos fatos, idéias e emoções, mas percebemos os contextos maiores de nossa vida, totalidades significativas, e nos faz sentir inseridos no



Todo. Ela nos torna sensíveis a valores, a questões ligadas a Deus e à transcendência. É chamada de inteligência espiritual (QEs = Quociente espiritual), porque é próprio da espiritualidade captar totalidades e se orientar por visões transcendentais.

Sua base empírica reside na biologia dos neurônios. Verificou-se cientificamente que a experiência unificadora se origina de oscilações neurais a 40 herz, especialmente localizadas nos lobos temporais. Desencadeia-se, então, uma experiência de exaltação e de intensa alegria como se estivéssemos diante de uma Presença viva.

Ou inversamente, sempre que se abordam temas religiosos, Deus ou valores que concernem o sentido profundo das coisas, não superficialmente mas num envolvimento sincero, produz-se igual excitação de 40 herz.

Por essa razão, neurobiólogos como Persinger, Ramachandran e a física quântica Danah Zohar batizaram essa região dos lobos temporais de o ponto Deus.

Se assim é, podemos dizer em termos do processo evolucionário: o universo evoluiu, em bilhões de anos, até produzir no cérebro o instrumento que capacita o ser humano perceber a Presença de Deus, que sempre estava lá embora não percebível conscientemente. A existência desse ponto Deus representa uma vantagem evolutiva de nossa espécie homo. Ela constitui uma referência de sentido para nossa vida. A espiritualidade pertence ao humano e não é monopólio das religiões. Antes, as religiões são uma das expressões desse ponto Deus.

Por Leonardo Boff

TIMO

A Chave da Energia Vital

No meio do peito, bem atrás do osso onde a gente toca quando diz "eu", fica uma pequena glândula chamada TIMO.

Seu nome em grego, thýmos, significa energia vital.

Ocupa o mediastino anterior e é formado por lóbulos assimétricos com uma enorme variedade de tamanhos e formas.

O timo continua sendo um ilustre desconhecido. Ele cresce quando estamos contentes, encolhe pela metade quando estressamos e mais ainda quando adoecemos ou com a morte.

A medicina, durante muitos anos, só conhecia o tipo através de autópsia e ele sempre estava atrofiado. Achava que ele parava de crescer na adolescência e quando visto no seu tamanho normal no adulto, forte dose de medicamentos era imposta, temendo-se as conseqüências do seu tamanho.

Mais tarde a ciência demonstrou que, mesmo encolhendo após a infância, continua totalmente ativo; é um dos pilares do sistema imunológico, junto com as glândulas adrenais e a espinha dorsal, e está diretamente ligado aos sentidos, à consciência e à linguagem.

Como uma central telefônica por onde passam todas as ligações, faz conexões para dentro e para fora.

Se somos invadidos por micróbios ou toxinas, reage produzindo células de defesa.

É muito sensível à imagens, cores, luzes, cheiros, sabores, gestos toques, sons, palavras e pensamentos.

Amor e ódio o afetam profundamente.

Idéias negativas têm mais poder sobre ele do que vírus ou bactérias.

Já que tais sentimentos não existem na forma concreta, o timo fica tentando reagir e enfraquece, abrindo brechas para sintomas de baixa imunidade, como a herpes.

Em compensação, idéias positivas conseguem dele uma ativação geral em todos os poderes, lembrando a fé que remove montanhas.

Um teste simples para demonstrar esta conexão.

Feche os dedos polegar e indicador na posição de OK, aperte com força e peça a alguém para tentar abri-los enquanto você pensa "estou feliz".

Depois repita pensando "estou infeliz".

A maioria das pessoas conserva a força nos dedos com a idéia feliz e enfraquece quando pensa infeliz. Substitua os pensamentos por uma bela sopa de legumes ou um lindo sorvete de chocolate, para ver o que acontece.

Esse mesmo teste serve para lidar com situações

bem mais complexas.

Por exemplo, quando o médico precisa de um diagnóstico diferencial, no caso do seu paciente ter sintomas no fígado, que tanto podem significar câncer, quanto abscessos causados por amebas, usando lâminas com amostras, ou mesmo representações gráficas de uma e outra hipótese, testa a força muscular do paciente quando em contato com elas e chega ao resultado.

Tais reações são consideradas respostas do timo e o método, que tem sido demonstrado em congressos científicos ao redor do mundo, já são ensinados na Universidade de São Paulo (USP) a médicos acupunturistas.

Curioso é que o timo fica encostadinho no coração, que acaba ganhando todos os créditos em relação a sentimentos, emoções, decisões, jeito de falar, jeito de escutar, estado de espírito. "Fiquei de coração apertadinho", por exemplo, revela uma situação real do timo que só por reflexo, envolve o coração.

O próprio chakra cardíaco, fonte energética de união e compaixão, tem mais a ver com o timo do que com o coração.

É nesse chakra que, segundo os ensinamentos budistas, se dá a passagem do estágio animal para o estágio humano.

Você pode exercitar o timo para aumentar sua produção de beme star e felicidade. Como? Pela manhã, ao levantar, ou à noite, antes de dormir:

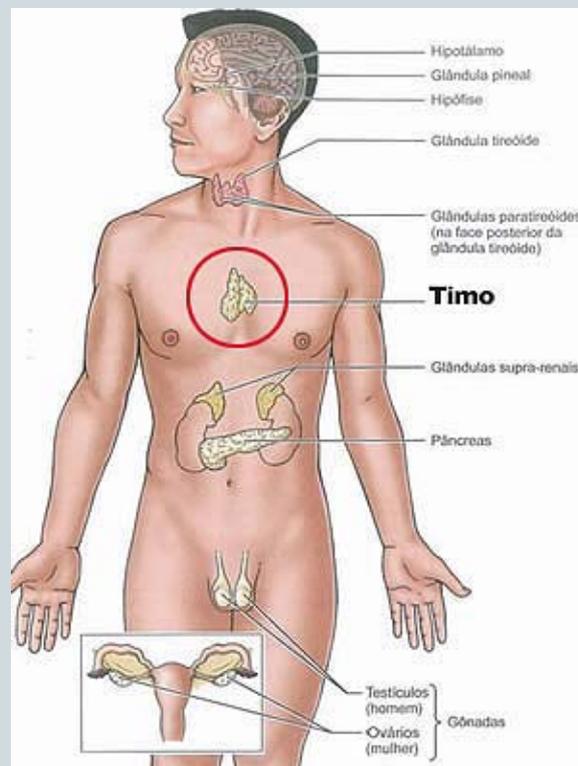
a. Fique de pé, os joelhos levemente dobrados. A distância entre os pés deve ser a mesma dos ombros. Ponha o peso do corpo sobre os dedos e não sobre o calcanhar, e mantenha toda a musculatura bem relaxada.

b. Feche qualquer uma das mãos e comece a dar pancadinhas contínuas com os nós dos dedos no centro do peito, marcando o ritmo assim: uma forte e duas fracas.

c. Continue entre três e cinco minutos, respirando calmamente, enquanto observa a vibração produzida em toda a região torácica.

O exercício estará atraindo sangue e energia para o timo, fazendo-o crescer em vitalidade e beneficiando também pulmões, coração, brônquios e garganta.

Você estará enchendo o peito de algo que já era seu e só estava esperando um olhar de reconhecimento para se transformar em coragem, calma e nutrição emocional e energia espiritual.



Animais recebem auxílio em desastres

A equipe da WSPA de auxílio em casos de desastre aliviou o sofrimento de centenas de animais afetados pelos desastres naturais na Ásia e na Oceania, fornecendo alimento e cuidados veterinários.

Samoa

As ilhas de Samoa têm uma população significativa de cães e as pessoas dependem de gado, porcos e galinhas. A equipe distribuiu centenas de latas de ração para cães e gatos nas seis vilas mais afetadas, suprimento esse fornecido pela afiliada Animal Protection Society of Samoa. Além disso, a Hill's Pet Nutrition, da Nova Zelândia, doou 2 toneladas de sua ração para cães para os animais dos aldeões.

O prefeito da aldeia Saleaamua, Tiumalu Amakisa, disse:

- Muito obrigado por sua doação. Obrigado pelo que vocês fazem por nós e por nosso país.

A Gerente Regional do escritório da WSPA na Nova Zelândia e chefe do Grupo Emergencial Nacional para o Bem-Estar Animal, Melissa Brown, contou que a equipe da WSPA encontrou uma família de muita sorte em Ulutogia. Seus integrantes conseguiram escapar ilesos do tsunami, graças ao seu cão:

- Ele sentiu a água chegando e começou a latir. Felizmente, essa família procurou saber o que tinha assustado o animal e viu a onda se apro-

ximando. As casas foram destruídas, mas essas pessoas conseguiram escapar com seus dois filhos pequenos, cães e vizinhos.



Dr. Juan Carlos Murillo examina um cão abandonado durante a avaliação do impacto do desastre e tratamento dos animais afetados pelo tsunami em Samoa. © WSPA

Indonésia

O tsunami que atingiu a Indonésia causou a morte de milhares de pessoas e animais. As áreas mais afetadas foram Padang, Pariaman e Padang Pariaman.

Por meio de esforços coordenados com nossas afiliadas Profauna e Yudhistira, e com os ve-

Terapia Floral para Animais



Kátia Iannibelli

CRT 25681

Cuide de seus bichinhos de estimação com Florais de Bach. Não permita que desequilíbrios emocionais e comportamentais gerem sofrimento para eles.

Atendimento também à distância, através da internet

www.iannibelli.kit.net

k_iannibelli@yahoo.com.br

Fones: (21) 2577-4086 - (21) 9327-0840

Kátia Iannibelli CRT 25681



○ Runas

○ Reiki

○ Numerologia

○ Terapia Floral de Bach

(inclusive para animais)

Atendimento também à distância, através da internet

www.iannibelli.kit.net

k_iannibelli@yahoo.com.br

Fones: (21) 2577-4086 - (21) 9327-0840

terinários do governo local, centenas de animais receberam tratamento emergencial e básico, e donos de animais ganharam ração para cães e gatos. Minerais para vacas e búfalos também foram distribuídos entre seus proprietários.

Funcionários e voluntários da Profauna e da Yudhistira receberam treinamento sobre avaliação e resposta a desastres.



Cães atendidos pela equipe da WSPA em Padang Pariaman, Indonésia. © WSPA

Filipinas

Nas Filipinas, dois ciclones causaram grandes enchentes e danificaram abrigos. No local onde o nível d'água subiu para quase 3 metros, todos os animais se afogaram. Além disso, 3.600 cães foram trazidos para os centros de evacuação.

A equipe da WSPA conseguiu fornecer alimento e remédios para os animais resgatados das enchentes na cidade de Marakina, além de alimento para a cidade de Muntinlupa e centenas de coleiras e guias para os centros de evacuação em Marakina e Muntinlupa. O prefeito de Muntinlupa agradeceu a todos os voluntários que ajudaram os animais afetados pela enchente em sua cidade.

A WSPA trabalhou em conjunto com veterinários locais na distribuição de alimento, coleiras e guias nos centros de auxílio em cada distrito. O diretor do Bureau of Animal Industries também concordou em enviar os veterinários do governo local para esses distritos a fim de vacinar cães contra raiva e fazer um relatório sobre o número e a saúde dos cães e de outros animais nesses centros.



A WSPA trabalhou em conjunto com veterinários locais para distribuir alimento, coleiras e guias nos centros de auxílio. © WSPA

Enquanto é dia...

Paulo Roberto Gaefke

**Enquanto a dor não passa,
evite o papel de vítima,
não aumente a capacidade de sofrer.**

**Enquanto o bom emprego não vem,
evite as reclamações, faça-se útil,
não atrase a boa notícia.**

**Enquanto o amor não acontece,
não se isole, seja solidário,
o amor é ímã que se atrai.**

**Enquanto a paz não vence,
não use das mesmas armas, pense,
as brigas são frutos da precipitação.**

**Enquanto as dívidas existirem,
seja sensato: economize tudo,
o descontrole leva ao desespero.**

**Enquanto a alegria não se instala,
sorria!
O sorriso é a porta para a felicidade.**

**Enquanto o povo fala, faça!
O mover-se é prova de nossa vontade,
é a declaração de nossas intenções,
é chamar Deus para perto de nós.**

**Por isso, enquanto você não vence,
vá fazendo a sua parte,
trabalhe sempre,
busque ser melhor a cada dia,
um passo de cada vez.**

**Assim, a montanha de problemas,
que antes parecia ser intransponível,
vai ficando cada vez menor,
porque você se agiganta,
quando acredita em você!**

O FIM DO CARMA

Partindo da idéia inicial de que o carma é criado em algum ponto do continuum da nossa existência, por uma perda energética causada por um trauma ou, mais especificamente, por um acontecimento que tenha gerado sentimentos de baixa frequência, é natural que ao transmutarmos esse tipo de vibração, eliminemos a sua consequência.

Para exemplificar, tomemos uma pessoa que em algum ponto do espaço e do tempo, passou pela experiência da perda de todos os seus bens materiais. Essa pessoa pode encarar o fato de duas maneiras diferentes e conseqüentemente, pode optar por dois futuros diferentes.

Normalmente, de acordo com a ética vigente até então, a perda é encarada de uma maneira muito negativa e causa muito desgosto e medo, fazendo com que grande quantidade de energia se desprenda do corpo energético e fique paralisada naquele acontecimento. Nesse caso, a pessoa em questão, pode se sentir extremamente injustiçada e vitimizada, ficando incapaz de ter um afastamento crítico e de mudar seu julgamento sobre a situação. É então que se cria o carma negativo, que nada mais é, do que a necessidade de restaurar a integridade do corpo energético, formado com a energia de mais alta vibração, que é o amor. Essa necessidade se cria a partir do momento em que acontece a perda de energia devida ao trauma. Forma-se então um "buraco" no nosso corpo emocional que é onde ficam gravadas todas as nossas experiências e esse vazio vibra com frequência muito mais baixa do que a da nossa energia original. O protagonista do nosso exemplo vai ficar atraindo situações parecidas até que seu ponto de vista mude e ele passe a encarar o fato vivido, apenas como mais uma experiência da qual se pode aproveitar sempre alguma lição.

Quando há a mudança de enfoque sobre acontecimentos vistos como "negativos", a energia que possa ter se perdido, volta a seu lugar de origem e o carma desaparece, pois o caminho da unidade é retomado e a vibração do amor é restaurada, voltamos para a nossa integridade primitiva.

Os espíritos puros ou virgens que passaram e ainda passam pela Terra, são todos isentos de carma porque estão livres da dualidade do bem e do mal, possuem uma visão superior da vida e não tecem julgamentos, aceitam todos os acontecimentos igual-

mente, aproveitando toda oportunidade como degrau para o auto-desenvolvimento. São chamados virgens por estarem na Unidade de sua energia, vibram na frequência mais alta e não abandonaram "pedaços" ao longo das encarnações. Têm consciência plena de suas múltiplas dimensões e da sua ligação íntima com o Divino. Suas mensagens e testemunho são sempre de amor, tolerância e compaixão, sentimentos que nos reconectam com a Totalidade.

Quando o Planeta se prepara para realizar mais um salto quântico, é essencial que a Humanidade se conscientize da necessidade de uma mudança de ponto de vista. O aumento da vibração da Terra tem que ser acompanhado por nós humanos, ou seja, o Ser que não se sintonizar com as novas frequências, fatalmente estará impedido de "ascender". É imprescindível que reintegremos toda a energia que deixamos para trás, em outras vidas e mesmo nessa, para que nossos corpos sutis e mesmo nosso corpo físico, agüentem a mudança vibracional. Não podemos seguir em frente, com nosso corpo emocional incompleto energeticamente.

Usando uma analogia física: quando um elétron muda de órbita, ele absorve um quantum de luz equivalente à diferença energética entre as duas órbitas, a antiga e a nova. Conosco, ocorrerá a mesma coisa! Se não estivermos com a soma de toda a energia que trouxemos inicialmente para a nossa vida tridimensional, mesmo com a absorção do quantum adicional, não conseguiremos atingir a quantidade de "luz" necessária para a ascensão.

Nesta nova etapa, não haverá mais carma. Os aprendizados poderão ocorrer sem sofrimento, a vida na Terra será encarada como um período de experiência voluntária, como, na verdade, sempre foi. Esses conceitos deixarão de ser simples conhecimento, passarão a ser incorporados e sentidos como verdade absoluta. Estaremos vivendo como humanos sem esquecer de nossa origem divina e de nossas várias dimensões espalhadas pelo Universo. Poderemos finalmente, nos ver livres de todo medo para usufruir de toda a alegria e prazer que esse maravilhoso Planeta tem para nos oferecer e que fazem parte da nossa natureza Divina. (*Marcia Caminada - Física*)

Fale com a autora:
marciacaminada@epidauro.com.br