

# O Implante Neutralizador

*Espero, sinceramente que este relato possa ajudar à sua compreensão e aceitação dos possíveis efeitos resultantes da decisão de pedir o Implante Neutralizador – a primeira e principal “ferramenta” doada por esse “anjo” amoroso que conhecemos como KRYON. Trata-se de um texto anónimo, por razões que encontrará explicadas. A minha função, aqui, foi apenas ler, sugerir à autora algumas correcção e divulgar.*

*Vitorino de Sousa  
Cascais, 23.01.2007*

Este não é um livro de ensinamentos, menos ainda uma receita de como encontrar o seu verdadeiro EU. Este livro regista apenas o diário de um ser humano, igual a qualquer outro, durante o período dos 90 dias em que ocorre o processo de transformação ou purificação.

Pensei escrevê-lo para poder primeiramente, terminado o período dos 90 dias, compreender (na medida do possível) e integrar todas as experiências e transformações que vivi ao longo destes três meses (períodos de alegria, tristeza, certeza, incerteza... enfim!), tendo como opção B e em complemento, caso apreciasse o resultado, partilhá-lo com quem estivesse disposto a perder um tempito debruçando-se sobre estas folhitas. Bom, já deve ter percebido que o resultado não me desagradou em absoluto.

Escrever, para mim, sempre foi uma grande paixão, porém, nunca se revelou tão complicado como durante estes 90 dias. Não imaginava o que iria acontecer mas estava bastante confiante. Esta nova experiência foi (e continuará a ser) mais ou menos como saltar num trapézio sem rede! Sou uma atleta e estou confiante que vou chegar sã e salva à outra base de apoio (intuição). Além disso, tenho treinado todos os dias! Ok. Admito que muitas vezes me distraí com os aplausos do público... mas desta vez imprimi toda a minha energia e mantive o foco bem centrado (coração). Cheguei à conclusão que todas as mudanças (experiências novas, novas perspectivas do passado) são mais ou menos difíceis, dependendo

da forma como as encaramos. Devo, no entanto, admitir que nenhuma foi menos valiosa do que a outra, e todas sem exceção tiveram a sua serventia. Sou de opinião que o importante é o movimento! Não quero chegar velha e cansada à Nova Terra! Digamos que é como se estivesse a trabalhar para poder desfrutar de uma reforma social plena de abundância (aumentando a minha vibração e conseqüentemente a vibração do planeta). Se preferir, tenho estado a costurar a fatiote para a Grande Festa "Paz na Terra". Como qualquer mulher que se preze quero estar linda e maravilhosa (a brilhar).

É importante que perceba que o meu processo pode ser totalmente distinto do seu, por isso, não se agarre demasiado, achando que tudo se processa da mesma forma. Por esta altura, já desisti de tentar entender em que consistiu este processo. O Tico e o Teco (neurónios) todos os dias me imploravam misericórdia. Resolvi conceder-lha. Sinto-me em paz e isso é o mais importante.

Findo o processo, comecei a sentir que não há nada de que não seja capaz. Será que herdei a onipotência do papá? (Deus). Perdoem-me os mais sensíveis, não é de todo um desrespeito da minha parte. Amo a Deus (fonte) tanto quanto qualquer um, cujos olhos tenham tropeçado nesta página. A verdade é que prefiro encarar isto numa perspectiva mais alegre e menos distanciada. O único altar onde coloquei Deus foi no meu coração e, como deve calcular, as minhas visitas à Casa Paterna ocorrem com alguma frequência. Não imagina como são divertidas, na maior parte das vezes! Quer-me parecer que Deus não se importa da forma divertida e carinhosa como o trato... pelo menos nunca me pôs de castigo! Sou sua filha e, como tal, é suposto que me ame, mesmo sendo eu um tanto ou quanto destrambelhada. Deus para mim é Amor Incondicional e isso dá-me liberdade de expressão, se é que me entende.

No início deste processo co-criei o seguinte: "É minha intenção pura ter plena consciência de quem Eu sou de verdade."

Onde é que eu estava com a cabeça? Não se assuste, meu querido leitor, por mais duro que tenha sido não foi nada que não fosse capaz de suportar. Esqueceu-se que sou filha de Deus? Não fui criada à semelhança do Pai? Acha que há alguma coisa que Deus não possa?

Bem parecia, que íamos chegar a um consenso. Sabe que mais? Sempre gostei de arregaçar as mangas e é como dizem: "O trabalho enobrece o homem e dá saúde". E que saúde, meu amigo! Nada dura para sempre! Chega um dia em que tempestade passa como tudo o resto. Até a uva (passa).

Acaso percebe cansaço nas minhas palavras? Não se esqueça que me estou a candidatar ao lugar de farol! Sempre soube que os faróis não são construídos em locais seguros. Foi um bom treino, não posso negar! É um trabalho que requer muito amor, é certo, mas isso eu tenho que chegue! Concentrar-me-ei na essência e amor nunca faltará.

Poderá perceber ao longo destas páginas uma pessoa um pouco diferente da que redige esta introdução. Não estranhe! Foi uma grande aprendizagem. Olhe só o que descobri (acho eu) e senti: Descobri que, por mais doloroso que tenha sido o meu passado, não posso mudá-lo, mas posso mudar a forma como o encaro (relações cármicas). E isso faz toda a diferença. Basta que mude o rótulo do frasco onde guardei cada experiência vivida. Já decidi, não volto a colar rótulos com Supercola 3. Não imagina a trabalhadeira que é retirá-los. Enquanto ainda precisar de rotular as minhas experiências usarei uma daquelas fitas adesivas da loja dos trezentos (perdão, da loja do 1,70 €) que não cola lá grande coisa e é muito mais fácil de remover.

Outra coisa que aprendi é que nem sempre o que parece é. Por isso, meu querido amigo, mais uma vez lhe digo, passarei a usar a fita-cola dos "trezentos". Já fiz tanta promoção à loja que acho que vou passar por lá para pedir a minha comissão.

Ao longo destas páginas irá surpreender-se, seguramente! Terá a sensação que a pessoa que escreveu esta introdução não é a mesma que registou o diário do Implante! Digamos que está certo e não está. A pessoa que escreveu estas linhas que está a ler é o resultado daquela que vai conhecer ao longo das páginas que se seguem. Não estranhe se tropeçar no meu lado pragmático e racional, que adora espicaçar até que o Tico e o Teco entrem em curto-circuito. Sou Gémeos e está tudo dito!

Vou fazer-lhe uma confissão, agora que estamos só os dois: o meu sonho de consumo é conseguir manter o equilíbrio entre o coração e a razão! Estou confiante num bom resultado.

Meu querido leitor, "sempre que o homem sonha o mundo pula e avança". E pode acreditar que eu chego lá! Ainda sou uma *teenager* e determinação não me falta. Não pretendo anular a razão, embora muitas vezes tivesse tido essa vontade. Sei que, se está lá, certamente

terá a sua função. Seja como for, vou ter que aprender a encurtar-lhe o tempo de antena. Afinal, sempre fui uma pessoa justa e defendo a igualdade de direitos acima de tudo.

Não podia deixar de salientar a competência e entrega incondicional da minha equipa espiritual de apoio. Têm sido incansáveis. Pobres coitados, será que sabiam o que os esperava? Não imagina a quantidade de co-criações que fiz ao longo do processo! Devem estar a precisar de férias. Tê-las-ão. São merecidas! Como sou a favor do turismo interno já lhes entreguei o roteiro: "Vá para fora cá dentro". Posso imaginar as gargalhadas, do outro lado, ao verem-me em apuros. Eles sabem quem sou e por isso imagino o quanto se divertem com os meus dilemas terrenos. Não posso esquecer-me igualmente dos meus guias e do meu querido Kryon, com o seu sentido de humor incansável. Ouvir as canalizações do Kryon (pelo Vitorino Sousa e pelo Lee Carroll), durante este processo foi refrescante e revelador em muitos aspectos. O meu sincero obrigado a todos os irmãos do outro lado do véu, bem como àqueles que me acompanharam aqui na Terra. Escrever um livro, neste período, é um tanto ou quanto complicado porque as janelas se abrem um pouco mais, dia após dia, (amplitude de perspectiva). Mas fi-lo de coração.

**Nota:** Conhecer-me-á unicamente através do que escrevi, uma vez que, pretendo manter a minha identidade no anonimato, por várias razões, mas especialmente porque neste diário exponho abertamente relações com pessoas que me são muito próximas e que desconhecem inteiramente o que se passou comigo, como é o caso da minha família. Não pretendo expô-los, nem acho relevante identificar-me como autora. Sou apenas um ser humano comum. Isso deverá bastar-lhe.

Boa Leitura!

### **Domingo, 30 de Julho de 2006 (1º dia)**

Hoje pedi o Implante Neutralizador. Começarei por lhe contar o que senti antes de dar o passo em frente:

Tinha muitas dúvidas em relação à forma como o processo se iria desenrolar (continuo a tê-las), mas depois de ouvir alguns depoimentos de pessoas que têm uma vida que não tenho, tal como; uma família directa, marido, filhos, percebi que não teria nada a perder ao pedir o Implante. Senti que estava na altura de dar o passo, mesmo não sabendo bem porquê, nem onde me iria conduzir. Talvez encontre uma explicação mais adiante.

Se me decidi de imediato logo que tomei conhecimento deste processo? Não, de forma alguma! Já tinha lido sobre o Implante há mais ou menos um ano atrás, mas naquela altura não mexeu minimamente comigo. Talvez não fosse o momento mais apropriado para o fazer. Como sou muito racional (como qualquer Gémeos que se preze) tive que colocar a mim mesma algumas questões, quando equacionei dar este passo. Fiz uma retrospectiva pelo meu percurso até então e pensei: "O que é que me prende à Terra, neste momento?" Confesso que uma das coisas que me assustou em relação ao Implante foi o facto de ser um processo irreversível. (Estava perfeitamente consciente de que, uma vez dado o passo, seria impossível voltar atrás). Sem pensar muito, cheguei a uma conclusão: desde quando quis voltar atrás na minha vida? Qual é o meu objectivo maior? Não é evoluir e poder servir a Terra e a Humanidade que tanto amo? Se esse é o desejo do meu coração, de que é que tenho tanto medo? – voltei a questionar-me. Nessa altura, percebi que o medo que sentia em dar o passo se prendia também com a falta de compreensão do que representava o processo. Depois de ouvir aquele que é um amigo muito querido para o meu coração, percebi que o meu medo não tinha qualquer fundamento. Voltei a questionar-me: "O que é que na Terra seria incapaz de deixar para trás? A que é que estou tão apegada que não possa equacionar a perda ou a mudança de rumo?" Mais uma vez, no meu coração surgiu a resposta: "Nada! Absolutamente nada."

Lembro-me, igualmente, de ter pensado o seguinte: "Se, por algum motivo, que por agora desconheço, tiver de deixar a Terra findo o processo, levarei comigo a liberdade de quem deu o passo em direcção a Casa. Partirei com a certeza de ter feito o melhor que sabia, durante o período em que tive privilégio de habitar neste planeta. Percebo claramente que tudo o que a vida me proporciona ou poderá vir a proporcionar será apenas um empréstimo. Por isso, agora ou mais tarde, terei de deixar ir tudo aquilo a que me apegue... até mesmo as ilusões e fantasias."

Por tudo isto, achei que não teria nada a perder com o Implante, apenas a ganhar. Quando o pedi, na realidade, senti um alívio muito grande, como se me tivesse libertado do medo de me lançar no desconhecido, como se tivesse aceite entregar-me nas mãos daqueles que tanto amo e confio, que me ajudarão a direccionar o meu barco a bom porto. Não há outro destino que não o Lar. Não tenho pressa de voltar para Casa, apesar das saudades, dos amigos e do amor puro que se sente por lá. Quero apenas concluir o meu processo evolutivo e sinto que chegou a hora. Na verdade, acho que este processo já começou há muito tempo atrás, ainda que não implicasse as palavras: "Solicito o Implante Neutralizador". Começou quando verbalizei a vontade de cumprir a missão estipulada por mim, enquanto espírito consciente, antes de encarnar! Muita coisa mudou desde então. Seja como for, esta minha vontade reafirmada de ajustar o carma pendente foi agora reforçada.

Parto do princípio que com ou sem "neutralizador", eu teria que cumprir o meu carma. Se assim é, para quê esperar mais tempo? A espera não vai fazer com que o carma desapareça, logo, para quê protelar mais a situação? Não tenho razões para ter medo do que vem por aí. O máximo que pode acontecer é o processo fracassar e eu voltar para Casa mais cedo. Se isso acontecer, não há problema. Pelo menos tentei. Pelo menos, tive a coragem de dar o passo e acreditar em mim e na minha capacidade de superar tudo isto, tentando assim buscar para mim a paz e a tranquilidade necessárias para realizar as aspirações mais elevadas do meu coração: Amar este planeta e cuidar para que o maior número de irmãos conduza o seu processo da melhor maneira possível, ajudando-os a compreender que tudo faz parte do grande mistério que é a Vida... tudo faz parte da sua própria evolução. Independentemente do resultado de todo este processo, desejo que se cumpra o que escolhi para mim, conscientemente, antes de descer à Terra. Onde tenho que ir não poderei fugir... nem quero! Aliado a tudo isto permanece apenas uma certeza: o amor que me une à fonte, o amor que sinto que inunda a minha vida e ilumina o meu coração.

#### **Nota de revisão a 30 de Outubro de 2006: Rubrica - A hora do humor:**

Por esta altura acreditava que o carma não desapareceria da minha vida com o Implante. Intuíva que iria experimentá-lo ao longo do chamado ajuste. Estava cheia de certezas... mas não vão durar para sempre. Não perca os próximos capítulos da sua novela: O Implante Neutralizador!

#### **Segunda-feira, 31 de Julho de 2006 (2ª dia)**

O dia decorreu sem grandes sobressaltos. Na verdade, senti-me muito bem, livre, disposta e animada. Não senti qualquer tipo de ansiedade ou perda súbita de energia. Senti-me confiante e segura! Senti-me mais Eu! Há já uns dias que sentia esta segurança aumentar a largos passos, mas com o Implante nada mudou. Continuo a sentir-me muito bem. Sinto-me feliz, mais amorosa comigo e com os outros. Pela primeira vez, sinto-me à altura das outras pessoas. Hoje não experimentei nenhuma sensação que se parecesse com a "escuridão". Digo isto, em verdade, porque já experimentei muitas faces da ausência de luz. Não me senti ansiosa nem receosa! Continuo confiante. Não senti, igualmente, qualquer tipo de sensação de abandono, como foi referido que aconteceria quando trocasse de guias. Acho que já passei por isso há uns tempos atrás. Houve períodos, no passado não muito distante, em que me senti muito perdida e sozinha, mas felizmente tudo tem corrido bem. Em suma, foi um dia bastante tranquilo, sereno e diria animado. Carregado de amor.

#### **Terça-feira, 01 de Agosto de 2006 (3º dia)**

Hoje acordei cansada, bastante cansada. Acho que pelo facto de me ter deitado um pouco mais tarde que o habitual nestes últimos três dias. No entanto, esse mesmo cansaço passou uma ou duas horas depois de me levantar. Durante o dia, passei bons momentos no trabalho. Sentia-me animada e feliz como se a minha criança interior estivesse, a cada dia que passa, mais presente na minha vida. Acredito que ela é a principal responsável por este ambiente divertido que se tem gerado à minha volta. Sinto-me mais amável e amorosa com as pessoas! Sempre fui delicada com os outros, porque merecem toda a minha atenção e respeito, mas sinto-me cada dia mais paciente e feliz. Não senti qualquer tipo de sensação desagradável. Não tive nenhum sonho que mereça referência... nada vívido ou relevante. Em suma, tudo correu muito bem.

### **Quarta-feira, 02 de Agosto de 2006 (4º dia)**

O dia correu bastante bem. Continuo a sentir aquela alegria mágica da Unidade. Não senti nenhum tipo de desconforto mental ou psicológico. Na verdade, sinto-me cada vez mais perto desse sentimento que é a Unidade, mesmo desfrutando da dualidade. Tem sido uma experiência bastante enriquecedora. Sinto-me cansada e tenho notado uma necessidade crescente de dormir e repousar. Tirando isso, sinto-me muito bem. Estou alegre, mais brincalhona, bem disposta. Enfim mais feliz!

Tive um sonho muito real esta noite. Se foi relevante? É-me impossível avaliar neste momento. Só o tempo o dirá. Sonhei que estava numa loja e que um rapazinho de cerca de seis anos veio ter comigo, colocou a mão na minha barriga e disse: "Vais ser mãe no verão do próximo ano e o teu bebé chamar-se-á Ana". Vou ter de esperar para ver. De qualquer forma, quero que fique claro que se isso acontecer, de facto, fará de mim uma mulher muito feliz. É um sonho meu de há muito tempo: ser mãe. Uma amiga, (sensitiva) disse-me que em breve eu iria prender-me ao amor de um homem e que os desejos do meu coração se iriam realizar. Quem sabe se a resposta não está nesse encontro? Tenho sonhado com o "Diogo"! Será ele esse homem? Amo-o muito mas não vou mais correr atrás dele. Se ele me quiser, que me procure. Já lhe confessei o meu amor... mais não posso fazer. Gostava mesmo que passar os meus dias ao lado dele. Somos tão parecidos. Enfim! Nada de stresses! Estou bem comigo mesma. Sinto-me alegre e feliz, como nunca antes, e isso é o mais importante. As pessoas e o mundo tornam-se mais transparentes a cada dia que passa. Tenho sentido isso desde que me libertei do medo de rejeição e me declarei ao Diogo. Acho que esse foi o grande e definitivo passo para esta mudança na minha vida, especialmente reforçado quando me desapeguei dele e olhei para mim com mais atenção. Posto isso, tenho-me sentido cada vez mais segura, confiante, alegre, mais criança, mais viva. Essa sensação manteve-se mesmo depois de ter pedido o Implante. Sinto que estou no bom caminho.

### **Nota de revisão a 30 de Outubro de 2006: Rubrica - A hora do humor\_**

Já não me recordava deste sonho! Ainda assim, depois de voltar a ler, fechei os olhos por uns momentos e vi tudo acontecer novamente, como se tivesse regressado por instantes àquela realidade. Senti o coração apertar por uns segundos e uma emoção forte tomar conta de mim. Será que vai realmente acontecer? Se assim for, é bom que me despache a providenciar a criança. Só temos um pequeno problema... uma coisita básica e sem importância: ainda não apareceu o pai!

### **1Quinta-feira, 03 de Agosto de 2006 (5º dia)**

Acordei bem disposta, descansada. Sei que sonhei a noite inteira mas não me lembro de absolutamente nada. Não me recordo de ter passado uma única noite na minha vida em que não tivesse sonhado. Sinto-me bem, física, mental e emocionalmente. Estou tranquila. A visão do mundo e das coisas que para mim, até então, eram a realidade mudou muito. Consigo, por fim, ver tudo o que me rodeia numa nova e libertadora perspectiva. Presumo que grande parte destas sensações não tenham a ver directamente com o Implante. Na verdade, antes mesmo de pedi-lo já sentia que algo dentro de mim estava a mudar de dia para dia. Como se, de repente, passasse a ter resposta para todas as perguntas, como se tudo surgisse na minha mente com uma grande clareza. Sinto-me muito próxima do meu verdadeiro Eu. Sinto que tenho vindo a mudar muito de há, mais ou menos, duas a três semanas para cá. Por isso, sei que não se deve unicamente ao Implante.

Não senti a troca de guias após o Implante, mas senti-me sozinha, mesmo sozinha durante alguns períodos, de há uns meses para cá. Daí que possa concluir que o meu processo já começou muito antes de eu firmar o pedido do Implante. Começou quando me entreguei nas mãos dos meus guias e lhes pedi que me encaminhassem para a minha missão. Começou quando aceitei que a vida me propusesse o caminho para a libertação dos meus carmas penderes. Isso aconteceu há mais ou menos dois anos. Tenho atraído mais rapidamente situações e pessoas das quais devo libertar-me para poder seguir em frente. Sinto uma abertura muito maior em relação ao que me liga aos meus pais, especialmente à minha mãe (relação cármica muito difícil). A nossa relação tem vindo a crescer no campo amoroso e sinto-me muito feliz por isso. Tenho sido mais carinhosa com ela, espontaneamente. Tenho sentido, a pouco e pouco, que, da mesma forma que eu mudei, ela está a mudar. Típico do "transforma-te na pessoa que queres atrair para ti". Não tenho forçado absolutamente nada,

mas acho que a vida me tem proposto um caminho e tenho, simplesmente, aceite segui-lo. Fiquei especialmente feliz quando nos despedimos hoje, acariciei-lhe o rosto de forma espontânea e senti uma emoção muito forte dentro de mim, como se tivesse ultrapassado mais uma barreira. Até aqui a nossa relação era bastante fria e distante, não havendo sequer lugar ao toque, a um abraço ou mesmo um carinho. Por isso, estas pequenas mudanças têm-me deixado bastante esperançosa em relação a um futuro mais carinhoso de parte a parte.

Fisicamente, tenho sentido uma ligeira pressão na zona da testa e da nuca. Por vezes, também uma ligeira pressão na zona do pescoço e ombros. Apareceram-me algumas borbulhas (alergia) não sei se ligado ou não ao processo. Não tenho dormido noites completas; acordo duas a três vezes por noite mas adormeço logo em seguida. Não me sinto tensa nem ansiosa, ao contrário, estou bastante confiante. Em suma, estou muito bem! Sinto-me verdadeiramente feliz e alegre.

#### **Sexta-feira, 04 de Agosto de 2006 (6ª dia)**

Hoje acordei bem disposta, mais descansada. Sentia-me bem e pronta para um novo dia. Logo pela manhã, algo fluiu na minha mente como que perturbando, por alguns momentos, a minha paz de espírito. Pensei no Diogo e imaginei que ele poderia deixar o ginásio. Queria perceber até que ponto isso me faria sofrer. Diante da questão, nem pestanejei. Limitei-me a dizer: "Se tiver que ser, que seja". Segundos depois, ocorreu-me outra pergunta que acredito ter sido inspirada: "Serias capaz de deixar o ginásio?" Aí, confesso, senti o coração apertar e percebi que a ideia de deixar o Diogo me deixava um pouco tensa. Uma coisa era ele deixar-me, outra completamente diferente era eu deixá-lo a ele. Depois pensei: "Não vou correr atrás dele. Mas também não vou fugir. Se a vida nos fizer seguir caminhos diferentes, tudo bem. Fugir dele, está fora de questão", arrumando por ali o assunto.

Não me arrependo de me ter entregue nas mãos do céu para que me guiassem, mesmo correndo o risco de, com isso, ter mudado todo o rumo da minha vida quando forem cancelados os programas cármicos devido ao Implante. De momento, sinto-me feliz por ser capaz de olhar para mim e gostar de estar comigo. Sinto-me mesmo feliz! Passei bem o dia. Não senti nenhum tipo de desconforto. Na verdade, senti-me muito bem, tal como nos últimos dias.

#### **Sábado, 05 de Agosto 2006 (7º dia)**

Acordei bem disposta e descansada. Tenho sentido uma necessidade crescente de ouvir música. Logo que me levanto ligo o rádio e, alegremente, cantando e dançando, arranho-me para mais um dia de trabalho. Há um tempo atrás, devo confessar que me irritava um pouco ouvir música logo ao acordar. Mais uma voltinha mais uma mudança! A paz continua a reinar no meu coração. Continuo a acordar duas a três vezes por noite. Mas o mais curioso é que quando desperto pela manhã, tenho a sensação de ter dormido bastante. Na verdade, tenho dormido muito menos do que era habitual, há um tempo atrás. Costumava dormir cerca de oito a nove horas em média; agora durmo entre seis a sete horas, mas sinto-me muito bem, mais descansada.

Tenho sonhado quase todas as noites com o Diogo. Lembro-me que na primeira noite (em que pedi o Implante) sonhei com ele. Tínhamos marcado um encontro mas ele deixou-me plantada por um bom tempo. Na verdade, o sonho não fazia muito sentido. Sei que estava num café a almoçar. Estava triste porque ele nunca mais chegava, até que por fim apareceu mas não me deu muita atenção. Nas noites que se seguiram sei que sonhei com ele, mas não consigo recordar-me. Esta noite voltei a sonhar com o dito cujo. Será alguma mensagem? Estávamos no ginásio e eu dançava livre e feliz. Sentia-me uma pombinha livre. a flutuar no ar. Até dancei com ele. No início, ele estava alegre e cheguei a beijá-lo na boca (facto inédito nos meus sonhos com ele). A pouco e pouco, senti que ele não estava bem. Estava triste. Desistiu de dançar, pouco tempo depois e, sentando-se na porta de entrada da sala afundou a cabeça entre os joelhos. Aproximei-me e coloquei a mão no seu coração, Ele olhou para mim e eu disse: "Chora, Diogo! Não bloqueies a emoção." De repente, ele soltou um suspiro e entrou num pranto compulsivo, deixando que a tristeza emergisse. Fiquei junto dele, em silêncio, e soube que aquela tristeza se prendia com o facto de a mulher o ter deixado. Acho que no fundo ele ainda não aceitou que ela escolheu um caminho diferente, onde já não há espaço para ele. No sonho, porém, eu sabia que não deveria dizer-lhe nada, apenas deixá-lo chorar a sua perda. Não sei se tem algum significado, mas o Diogo tem sido o padrão constante nos meus sonhos

desde que pedi o Implante. E não têm sido particularmente agradáveis. São tristes a maior parte deles.

Não senti nenhuma ansiedade durante o dia, apenas sinto uma ligeira pressão no pescoço. Esta manhã, por minutos, também senti uma espécie de nó na garganta. Uma pressão na garganta, ombros e pescoço. Talvez tenha a ver com a abertura do chakra da garganta. Tirando isso, o dia correu muito bem. A alegria veio para ficar e está a demorar-se mais que o habitual sem nenhuma razão que o justifique. Em suma, sinto-me muito bem! A alegria continua a reinar no meu coração. Sinto-me cada dia mais traquina, brincalhona e carinhosa. Estou a gostar muito da minha criança interior. Sei que está a vir ao de cima, de dia para dia, e isso deixa-me muito feliz.

### **Domingo, 06 de Agosto de 2006 (8º dia)**

Hoje acordei bem disposta como nos dias anteriores. Desta vez, não sonhei com o Diogo. Sentia-me bem e descansada como se tivesse dormido muitas horas quando, na verdade, acordei a meio da noite e, confesso, ter tido mais dificuldade para adormecer que nos dias anteriores.

Hoje fui com a "Cristina" à reunião da Família Kryon<sup>1</sup>. Nunca tido ido porque trabalho aos fins-de-semana e, como tal, nunca antes se tinha proporcionado. Correu bastante bem, gostei muito. Senti-me muito bem no meio de todas aquelas pessoas que nunca tinha visto. Gostei muito do Vitorino Sousa. Tem imenso sentido de humor e isso agrada-me particularmente. As canalizações foram bastante interessantes. A princípio achei que não devia perguntar nada mas depois senti-me tentada a dar o passo e assim fiz, ganhei coragem e perguntei: "Fiz o pedido do Implante Neutralizador há sete dias e depois do pedido senti uma grande alegria que se tem mantido desde então. A que se deve?" A resposta (canalizada) foi: "Ao fim e ao cabo, essa alegria provém daquela parte de si que, há milhares de anos, esperava que essa intenção fosse manifestada. É, se quiser, o júbilo da sua alma. Enquanto vai sentindo essa alegria - talvez com um certo orgulho por ter conseguido reunir a coragem para fazer essa co-criação - um processo começou a decorrer. Sim, porque a sua declaração deu início a um processo. É a alegria de saber que fez a coisa certa. Uma forma de saber se fizeram a coisa certa ou errada, é o que sentem depois de terem agido. Assim vão aprendendo. No entanto, o truque, agora, é sentir a alegria ou a tristeza... antes de decidir! É a natureza intuitiva desses dois tipos de resposta o que vos leva a avançar ou a não avançar. Se o coração sente tristeza perante a eventualidade de ir para um determinado emprego - por muito aliciante que seja a proposta - talvez seja melhor rever a situação. Se o coração sente júbilo antes de tomar a decisão, é um sinal claro para avançar. Contudo, isso não garante o êxito da empresa; é só um sinal para avançar. É, também, uma forma de perder a ingenuidade. Muitas vezes a alegria do coração é apenas um isco. Não é que estejam a ser enganados, é apenas uma proposta de aprendizagem, que pode ser frustrante. Assim, perante uma alegria do coração, não devem dar as coisas como garantidas. Vivam o momento da alegria do coração, e dêem o passo seguinte. Se, às tantas, o céu começar a ficar "encoberto" é porque há ali alguma coisa que tem de ser olhada com atenção. Muitas vezes, a porta que dá acesso ao País das Tempestades é dourada. Mas, se já souberem que é assim - porque o Espírito é brincalhão - não serão apanhados de surpresa."

Terminada a sessão de perguntas e respostas, falámos sobre as incongruências do Trabalhador de Luz. Bastante interessante. Concordo com todas. Confesso que ainda me sinto tentada nalgumas delas e sei que isso se deve unicamente à minha falta de auto-estima e necessidade de reconhecimento. É certo que muito menos do que antes mas ainda me apanho em algumas delas. Tudo bem. Afinal, como toda a gente, eu estou num processo evolutivo. Assim sendo, ainda não estou completa. Uma coisa de cada vez. Tudo a seu tempo. Senti uma paz muito grande durante a canalização. Noto que estou cada vez mais dispersa, numa espécie de alienação. Não é desagradável, pelo menos para mim, mas acredito que o seja para as pessoas que estão à minha volta. No fim da sessão, senti-me muito bem e em paz, mas logo que saímos da sala comecei a sentir dor de cabeça e enjoos. Causou-me algum desconforto, devo confessar, mas nada significativo. Acho que tinha demasiados olhos curiosos à minha volta. Bocejei bastante durante todo o tempo que estive na sala e cheguei até a arrotar, coisa

---

<sup>1</sup> Consulte a AGENDA de [www.velatropa.com](http://www.velatropa.com).

que só acontece quando a carga é mais forte que o habitual. Já cheguei a casa e agora sinto-me mais aliviada. O meu anel (contra mau-olhado) indica que tive alguns olhares insistentes à minha volta. Continuo a bocejar, enquanto escrevo... estou a libertar a energia mais densa que caiu hoje sobre mim. Não creio que tenha directamente a ver com o Implante. Acho que foi apenas isso: energia mais densa próxima de mim. Tirando este ligeiro mal-estar, estou bem.

**Nota de revisão a 30 de Outubro de 2006 – Rubrica: A hora do humor:**

Tenho um anel contra o mau-olhado e sempre que o meu dedo fica verde, dizem que é sinal de que fui invejada. A propósito de energias densas, a minha visão sobre o assunto está prestes a alterar-se. Não perca os próximos capítulos da saga: Implante Neutralizador - a missão!

**Segunda-feira, 07 de Agosto de 2006 (9º dia)**

Hoje acordei bem disposta mas algo cansada fisicamente. Cada vez mais sinto que o tempo efectivo em que durmo se multiplica deixando-me a sensação de ter dormido mais horas do que na realidade aconteceu. Não sonhei nada que me recorde em particular. O dia de hoje foi um pouco diferente dos anteriores. Logo que saí de casa, senti como se uma espécie de nuvem carregada tivesse a pairar sobre a minha cabeça. Sentia um peso estranho, mas de forma alguma incapacitante. Sintomas algo semelhantes a uma sobrecarga de densidade energética (dor de cabeça sob forma de pressão, enjoos, irritação). Acho que a energia da Terra se encontrou hoje num nível bastante baixo, causando em todos nós este peso. Digo todos nós, porque observei o mesmo tipo de reacção nas pessoas à minha volta... todas impacientes e irritadas. Algo que percebi logo cedo foi a necessidade de me isolar de pessoas "densamente carregadas". Por norma não me afasto mas hoje senti-me impelida a fazê-lo. Precisava estar só, apesar de essa ser a tarefa mais complicada devido à minha profissão. Trabalho num *call-center* de assistência em viagem automóvel e, como a palavra indica, estou rodeada de pessoas por todo o lado. Na verdade, não me apetecia afastar de todas as pessoas, apenas de algumas que vibram numa energia que me causa um certo desequilíbrio e que nestes momentos prefiro evitar. Acredito que boa parte destes sintomas se devam também ao facto de estar para ficar menstruada. A minha energia, na semana anterior, oscila com bastante frequência, muito mais do que o habitual. Ainda assim, o que sinto é perfeitamente suportável e está longe de se assemelhar à "escuridão".

Continuo a olhar para a vida com a mesma clareza que possuía quando me encontrava em "Estado de Graça". O que poderá estar a acontecer é a oscilação do positivo para o negativo (inerente à experiência dual), e que, devo frisar, tem sido o período (positivo) mais longo que alguma vez experimentei. Tenho notado que estou cada vez mais dispersa e menos controladora... numa espécie de alienação. Apesar das sensações físicas menos agradáveis que senti hoje, nem o excesso de trabalho me causou a habitual pressão. Foi como se estivesse fora de todo aquele ambiente tenso. Estava a participar nele activamente mas simplesmente continuava em paz, como se estivesse a "ver de fora". Quando compreendi o que significava reconhecer-me como ser multidimensional, tudo o resto ficou pequeno e perdeu a importância exagerada que lhe atribuía. Já me sinto um pouco mais leve agora, ainda que a sensação de pressão na zona da nuca, ombros e pescoço persista. Em suma, foi só um dia menos "ensolarado" do que os anteriores, mas nada que já não tenha experimentado vezes sem conta, com intensidade bastante mais acentuada que a que sinto neste momento. Não sinto tristeza nem depressão. Apenas uma certa pressão, perfeitamente suportável e de forma alguma incapacitante.

**Nota de revisão a 30 de Outubro de 2006 – Rubrica: A hora do humor:**

Eis os primeiros *flashes* do meu lado racional e lógico a dar o ar da sua graça. O que será que vai sobrar de tudo isto, terminado o processo? Se quiser saber, continue a ler... Certamente se surpreenderá. (não estava à espera que lhe dissesse tudo, pois não?)

**Terça-feira, 8 de Agosto de 2006 (10º dia)**

Acordei bem disposta e com forças para encarar um novo dia. Ainda assim, parece-me que o "Estado de Graça" se ausenta agora com uma frequência muito maior. Tenho sentido algumas picadas em determinadas zonas da cabeça, bem como uma espécie de moinha algo incomodativa mas perfeitamente suportável. A minha fé mantém-se e olhar para a frente

enche-me o coração de alegria. Sinto que dei o passo certo quando pedi o Implante Neutralizador. Sei que o deveria ter feito há muito, quando a dualidade começou a perder o encanto. Ainda assim, mais vale tarde que nunca! Não posso dizer que fosse infeliz porque não era. No entanto, devo admitir que sentia falta de algo mais. Dentro de mim, sabia que havia algo mais, mas não conseguia descortinar o que era. Agora, percebo que era o Espírito, o meu verdadeiro Eu, a tentar libertar-se para poder ser livre, mesmo mantendo os pés assentes neste planeta. A cabeça, de facto, é a única coisa que me tem incomodado um pouco, de há dois dias para cá. Talvez sinta estas picadas e moinhas pelo facto de estarem a ser retirados os Implantes. Sinto também alguns enjoos leves, mas nada que me impeça de fazer o que quer que seja, nem mesmo de me alimentar. Mantém-se a paz de espírito, confiança, fé, optimismo e a certeza de que serei capaz de passar por todo este período de "escuridão". Sinto-me serena, quieta. A natureza tem sido boa conselheira.

Apesar de preferir estar só, neste momento, a presença de outros não me causa desconforto em particular. Apenas já não sinto necessidade de fazer aquilo que os outros esperam de mim, ou que eu penso que esperam. Uma amiga, hoje, disse-me que lhe parecia triste. Quando o afirmou lembro-me de ter olhado para "dentro" e esperado uma confirmação do que ela me estava a dizer mas, na verdade, não foi isso que aconteceu; senti apenas leveza e paz de espírito.

Nestes dois últimos dias senti vontade de libertar algumas lágrimas e desta vez não bloqueei... limitei-me a deixar sair o que estivesse para sair. Devo acrescentar, no entanto, que não foi como das outras vezes em que chorava. Desta vez foi diferente, não havia angústia, dor e nem mesmo desespero à mistura. Acho que pelo facto dessas lágrimas libertadas não estarem associadas a ninguém em particular. O que quero dizer é que não estava a chorar porque este ou aquele me fez ou não fez algo. Estava simplesmente a chorar sem motivo algum, daí que apelide este novo choro de: Libertação. É quase comparável ao choro depois de um desmaio. Digamos que não ocorre por razão alguma, somente é impossível de controlar. Ainda que tenha o mesmo tipo de sintomas que sempre tive quando estava a experimentar a polaridade negativa, a perspectiva com que encaro tudo isto mudou por completo. Antes chorava e sofria, incapaz de compreender por que tinha que passar por tantas desilusões... agora, passo por tudo mas compreendo-o como imprescindível ao meu objectivo principal: a volta para mim mesma, para quem eu sou de verdade. Ter consciência do que nos acontece ajuda-nos a lidar melhor com roda, em movimento constante, que é a vida dual. Acordo mais vezes, mas tenho dormido consideravelmente bem. Não tenho sofrido qualquer tipo de ansiedade em relação a este processo.

#### **Nota de revisão a 30 de Outubro de 2006 – Rubrica: A hora do humor:**

Reparou que continuei a analisar racionalmente tudo o que me estava a acontecer? Pobre Tico, pobre Teco... como sofreram na minha mão!

#### **Quarta-feira, 9 de Agosto de 2006 (11º dia)**

Acordei com dor de cabeça. As picadas mantêm-se, confirmando que o processo está em andamento. A dor acentua-se na zona da nuca, fazendo uma espécie de pressão que se estende pelo pescoço e ombros.

Sinto-me em paz. Dormi a noite toda e voltei a sonhar com o Diogo. Foi um sonho agradável, banal, irrelevante para o caso. Aproveitei que estava de folga e fui ao encontro da natureza. A música tem sido igualmente companheira nestes momentos. Cada vez mais me sinto conectada com o ritmo melódico e revelador de algumas músicas. Não estou triste, nem alegre, estou simplesmente serena. Não fosse a pressão que sinto na cabeça, que quase me obriga a pousá-la tamanho é o peso que sinto (semelhante a uma bola de chumbo colocada na parte interna da nuca), diria que estou em plena paz.

A tristeza aflorou pelo fim da tarde. Sinto-me muito mais sensível, especialmente em relação ao Diogo. Quando o assunto é o Diogo, o meu coração ainda aperta, porém, já não sonha com uma relação. Seja como for, nada disto afasta de mim este sentimento de paz e tranquilidade que reina em cada célula do meu corpo e que faz com que esteja meio anestesiada e alienada do que me rodeia.

A dor de cabeça acalmou um pouco. Fiquei menstruada hoje e acho que isso também contribuiu para o decréscimo de energia que senti nestes dois últimos dias. Desde sempre souro

de TPM. É sempre uma fase complicada! Lembre-me lá porque escolhi encarnar no sexo feminino? No manual de instruções não falava da TPM.

#### **Quinta-feira, 10 de Agosto de 2006 (12º dia)**

Acordei bem disposta como habitualmente. A dor de cabeça dos últimos dias acalmou um pouco. Sonhei bastante, embora não me lembre de absolutamente nada. Fui trabalhar, sentindo-me relativamente bem. A tristeza continua a marcar presença. Ontem à noite chorei bastante. Precisava lavar a alma! Muita dessa tristeza prende-se com o amor e o coração, devo admitir, mas nada de stresses. Tento não fazer planos a médio/longo prazo, mas nem sempre é simples. Só preciso de ser um pouco mais paciente. Tudo a seu tempo. Neste momento, a minha prioridade é passar por esta fase da transformação da forma mais simples possível.

Noto que já não me preocupa tanto a opinião dos outros a meu respeito. Se não estou bem não tento disfarçar, fico apenas no meu cantinho, no mais profundo silêncio. Ontem, voltei a questionar-me: "Se as coisas tivessem sido diferentes e se o Diogo tivesse correspondido o teu amor, terias feito o pedido do Implante?" Automaticamente armei o escudo de defesa. Se não acredita observe os argumentos que se seguem: Primeiramente o Diogo não correspondeu o meu amor. Em segundo lugar, não faço ideia se teria desistido do Implante, por medo de o perder, porque não foi esse o caminho que a vida me mostrou. Por outro lado, não se perde nada que nunca se teve, verdade? Mesmo que o Diogo se apaixonasse por mim, neste momento, eu não me arrependeria de ter pedido o Implante. Sinto que fiz a coisa certa. Estou cansada desta roda-viva que é a dualidade cíclica. Quero encontrar-me! Quero estar em Estado de Graça permanente e não apenas por escassos minutos. Não é, nem nunca foi, minha intenção deixar a Terra. Eu sei que estou aqui com um propósito. Ainda não sei qual mas vou saber em breve. Para já, preciso de cuidar de mim e encontrar a minha própria luz; depois logo se vê o que a vida me reserva. Estou confiante e a minha fé permanece bem cuidada.

Ontem, quando fechei os olhos, senti que uma força me puxava pelas costas. Deixei-me ir. Vi a Terra de longe, vi o Universo, as estrelas e, de repente, estava noutro planeta com extraterrestres, que me receberam muito bem. Um deles abraçou-me e desenhou nas minhas costas uma espécie de um símbolo, que se parece com um sete com uma bola pequena por baixo. Lembro-me de ter pensado qual o significado daquele símbolo e na minha mente surgiu "Espírito sobre a Terra". Será que imaginei tudo aquilo? Parecia tão real! Quando abri os olhos fiquei a pensar o que significaria: "Espírito sobre a Terra". De novo, afluí à minha mente que poderia ter a ver com a libertação, com o Implante. Estou muito confiante com todo o processo.

Hoje não senti tantas dores de cabeça. Estive serena na maior parte do tempo. Pouco ou nada se agitaram as ondas dentro de mim. Senti, porém, um nó na garganta durante quase todo o dia e, por vezes, quase me impediu de falar. Terá alguma coisa a ver com o chacra da garganta? Será que estão a ajustar-me nesse nível? É uma sensação perfeitamente suportável, mas não deixa de ser estranha. Em suma, estou bem! Sinto-me energeticamente mais fraca mas estou bem.

#### **Nota de revisão a 30 de Outubro de 2006 - Rubrica: A hora do humor:**

O que chorei neste dia daria, no mínimo, para encher três baldes. Será que corro o risco de desidratar? O melhor é beber mais água, não vá o diabo tecê-las! Sente-se confortavelmente e relaxe, afinal, a procissão ainda agora vai no adro...

#### **Sexta-feira, 11 de Agosto de 2006 (13º dia)**

Acordei bem disposta. As dores de cabeça continuam, ainda que tenham amenizado um pouco. Não sonhei nada que me lembre em particular. A alegria voltou a mostrar-me que continua lá, ainda que recolhida, aguardando que a tempestade passe. Durante o dia senti alguns "raios de sol", apesar de se manterem, boa parte do tempo, à distância. Continuo com bastante trabalho... stresse o dia todo. Seja como for, tenho conseguido manter-me, na medida do possível, ausente de toda aquela carga tensa e pesada. Tenho bocejado bastante, o que me tem ajudado a aliviar o peso energético que caiu sobre mim nestes três ou quatro últimos dias.

Este dia trouxe-me uma prova de fogo. Tinha que dizer: Não. No meu trabalho todos se habituaram a poder contar comigo para tudo e mais alguma coisa, principalmente, os meus chefes que se têm aproveitado do meu jeito de: "nunca reclamo de nada". Nunca fui capaz de negar um pedido, por receio de quebrar a imagem que se habituaram a ver ao longo de todos

estes anos de: “sempre disponível, sempre disposta a ajudar”. Estigma típico do Trabalhador de Luz! Muitas vezes me sacrifiquei e, revoltada, aceitei calada... remoí, remoí mas nunca recusei. Isto porque nunca soube dizer NÃO. Eu gosto de colaborar, sempre gostei, mas se há coisa que já não suporto é que me exijam que faça isto ou aquilo, quando simplesmente eu tenho o direito de escolher fazer ou não. Falo de horas extraordinárias ou troca de folgas... ou até mesmo falta delas. Não suporto igualmente que me ameacem, ou façam jogos psicológicos no sentido de me abrigar a aceitar. Eu não vivo para trabalhar. Faço apenas o que me compete e o melhor que posso. Ainda assim, terminado o turno, gosto de sair a horas para aproveitar o resto da tarde e aliviar o stresse de mais um dia psicologicamente desgastante. Estava na altura de perder o medo e dizer: chega, não faço mais horas extraordinárias. Foi o que fiz! Foi difícil, devo confessar. Mais tarde cheguei à seguinte conclusão: Que raio! Do que é que eu tenho tanto medo? De perder o emprego? Se tiver que o perder, perdê-lo-ei de qualquer forma. Não vou mais perturbar a minha paz de espírito, nem ir contra o que me diz o coração só para os outros pensarem que sou uma pessoa que já deixei de ser há muito tempo. Cumpro o que me cabe. Faço o meu trabalho o melhor que sei e posso. Não deixo nada pendente, mas espera aí, não sacrifiquem! Mais do que oito horas/dia a dar assistência é torturante a nível psicológico, acabando por reflectir-se no corpo físico. Preciso de passear, escrever, ouvir música, seja o que for que me dê prazer ao fim de cada dia, para que isso possa voltar a equilibrar-me. Só assim poderei assegurar que no dia seguinte estarei bem para enfrentar mais um dia. Resumindo, pela primeira vez, disse “não”, apesar de toda pressão psicológica de que fui alvo por parte da minha chefe. Sempre que pensava em fazer horas extraordinárias o meu coração contorcia-se e a minha barriga dava voltas, tentando dizer-me que não era boa ideia. Desta vez pensei em mim e coloquei-me no topo das minhas prioridades. Há pouco tempo atrás eram os outros que encabeçavam o topo da lista. O Implante começa a dar frutos...

O resto do dia correu bem. Fui ao ginásio e o Diogo não apareceu. Pela primeira vez, não me importou muito a ausência dele.

A noite passada chorei bastante! Queria libertar-me das ilusões (príncipe encantado) que ainda me prendem a ele. Disposta a colocar um ponto final na situação, ganhei coragem e pedi: “Se ele não faz parte do meu caminho e já desempenhou o papel que tinha a desempenhar, e pelo qual lhe serei eternamente grata, afasta-o de mim, da minha vida.” Encarei esta decisão como um deixar ir tudo o que está a mais. Foi doloroso, confesso! Doeu muito, pensar que o Diogo poderia desaparecer, de repente, da minha vida... mas tinha que o fazer. É como diz um amigo muito querido: “o que tiver de te acompanhar não se afastará nunca de ti. Terás sempre tudo aquilo que é essencial ao teu caminho”. Para quê continuar presa a ilusões? Aconteça o que acontecer, sei que será o melhor para mim e é nisso que tenho que centrar a minha energia. Já dei o passo. Dei luz verde para ser retirado da minha vida tudo o que já não serve para este novo Eu... o que implica abrir mão de tudo, mesmo tudo, a que ainda esteja apegada e que não servirá mais aos meus propósitos. Só assim saberei que estou livre!

#### **Sábado, 12 de Agosto de 2006 (14º dia)**

Acordei bem disposta. Não me lembro do que sonhei mas acordei com uma sensação boa! A dor de cabeça persistiu durante o dia mas, ainda assim, não se apresentou de forma tão intensa como nos dias anteriores. Foi um dia de trabalho complicado mas devo acrescentar que a alegria me visitou por várias vezes. Apesar de sobrecarga laboral consegui manter o coração aberto e isso também ajudou. Tenho sentido enjoos mas nada muito complicado. Senti-me melhor do que nos dias anteriores. A alegria está a voltar a pouco e pouco, o que é muito positivo. Senti-me equilibrada apesar do stresse. Já consigo brincar, mas continuo cansada e muitas vezes nem consigo pensar. Esqueço-me das coisas e isso, no meu trabalho, pode ser bastante desastroso. Tentarei não pensar muito no assunto.

#### **Domingo, 13 de Agosto de 2006 (15º dia)**

Acordei bem disposta, descansada e relaxada. É Domingo e, como já é hábito, foi também dia de trabalho. Sonhei a noite inteira, ainda que me recorde muito pouco do conteúdo desse sonho. Acordei com a sensação de ter despertado de uma outra realidade paralela a esta. Curiosamente, muitas das pessoas com quem tenho sonhado são as mesmas que convivem comigo nesta realidade, enquanto desperta no presente. A diferença é que ocupam papéis diferentes, em locais distintos, desta mesma vida mas de há um tempo atrás. Sempre sonhei muito com o bairro onde cresci e onde morei até aos meus treze anos. (Actualmente tenho o

dobro dessa idade). Fui muito feliz nesse espaço e, talvez por isso, em sonhos, a minha vida continue lá. É muito estranho porque no sonho convivo com pessoas que não conhecia nessa altura. Seja como for, deixa-me sempre uma sensação maravilhosa quando acordo.

O dia correu muito bem. Bastante calmo, eu diria. A alegria parece despontar agora com maior intensidade. Os raios da luz começam a intensificar-se, tornando-se mais calorosos e aconchegantes. A paz de espírito e a confiança mantêm-se. Sinto-me feliz por me conhecer verdadeiramente e por saber que depois da escuridão o sol voltará para iluminar os meus dias... desta vez para ficar.

Para o fim da tarde, planeei fazer limpezas. Ainda comecei mas, de repente, senti-me soterrar por um agonizante mal-estar, semelhante a sobrecarga energética densa. Deitei-me um pouco e, enquanto ouvia algumas canalizações do Kryon (gosto de o ouvir, relaxa-me devido à paz que me transmite a sua vibração), relaxei tanto ou tão pouco que a dada altura adormeci. O mais estranho de tudo é que estava parcialmente consciente. O meu corpo repousava mas tudo o resto estava desperto. Cheguei a ouvir o meu próprio ressonar como se estivesse fora do corpo. Não me via mas sentia-me totalmente separada dele. Nunca senti algo parecido. Depois de uns minutos de repouso, senti-me novamente com forças. Como já era tarde fiz o jantar e aproveitei para me deitar mais cedo. Cansada, adormeci rapidamente.

### **Segunda-feira, 14 de Agosto de 2006 (16º dia)**

Dormi quase treze horas seguidas! Não me lembro de ter acordado. Há muito tempo que não dormia tantas horas sem, pelo menos, despertar no horário habitual de levantar nos dias de trabalho. Hoje estive de folga. Sonhei toda a noite e, mais uma vez, acordei com a sensação de ter despertado de uma outra realidade. Tenho a sensação de estar a viver em mais do que uma realidade em simultâneo, com as mesmas pessoas mas em interações diferentes, em locais idênticos mas caracterizados de forma distinta. Tenho-me, igualmente, apercebido que mesmo que durma apenas três minutos, sonho como se tivesse dormido horas a fio. Melhor dizendo, durmo 3 minutos mas tenho a sensação de ter experimentado muito mais do que poderia caber nesse curto espaço de tempo.

A alegria acompanhou-me no dia de hoje. Algo bem parecido com o Estado de Graça, porém ainda por um curto espaço de tempo. Sinto-a a emergir de dia para dia. Sinto-me mais eu, mais segura, mais AMOR. Agora, enquanto escrevo as sensações de mais um dia, sinto-me um pouco carregada como que precisando descansar bastante. Sinto-me enjoada e com uma ligeira dor de cabeça, que foi desvanecendo à medida que ia escrevendo. Foi um dia bastante positivo e produtivo. Senti-me bem e em paz. Só agora, no fim do dia, começo a sentir algum cansaço e falta de energia. A minha fé mantém-se e sinto-me cada dia mais feliz e segura de ter dado o passo certo.

### **Terça-feira, 15 de Agosto de 2006 (17º dia)**

Acordei bem disposta, alegre e feliz! Tinha combinado ir passar a minha folga com os meus pais, que estão de férias na nossa casa na Costa da Caparica. Fiquei feliz por saber que poderia ver os meus sobrinhos, já que, o meu irmão também iria almoçar com eles. Senti-me muito bem com a minha família, com os meus pais. Começo agora a vê-los sob uma nova perspectiva, mais amorosa do que nunca. Sinto-me cada vez mais próxima deles e isso deixa-me deveras feliz. Ao fim da tarde senti alguma pressão na zona da nuca, algumas oscilações de humor. À noite a energia diminuiu bastante. No geral senti-me muito bem. Nada que se assemelhe a um estado depressivo.

### **Quarta-feira, 16 de Agosto de 2006 (18º dia)**

Acordei relativamente bem. Não me sentia particularmente cansada mas os enjoos incomodaram mais do que nos dias anteriores. Tive um sonho deveras estranho. Sonhei que estava deitada numa cama que não era a minha e que estava praticamente imobilizada, devido a fortes descargas energéticas aplicadas a partir do topo da coluna vertebral, muitas delas bastante dolorosas. A minha mãe aproximou-se, preocupada, e eu tranquilizei-a dizendo: "Não se preocupe, faz parte do processo do Implante, a minha parte genética está a ser ajustada e alterada". Depois disto, não me lembro de mais nada. Dormi a noite toda. Não me senti cansada e as dores de cabeça abrandaram bastante. O mesmo não posso dizer dos enjoos que aumentaram significativamente. Durante o dia senti-me algo desconfortável devido excesso de trabalho, porém a tranquilidade reinou, motivada por uma nova perspectiva. Agora tenho

consciência de quem sou de verdade. No fim da tarde, fui ao ginásio, apesar do cansaço que começava agora a acumular-se, como tem sido hábito no fim de cada dia. Tentei manter-me firme no propósito de cuidar um pouco do corpo e lá fui.

Com o Diogo as coisas mudaram um pouco. Quando o vi descer a escada a emoção que senti foi bem menor do que nos dias anteriores. Dei por mim mais fria e distante... quase indiferente. Já me senti assim outras vezes e acredito que tenha a ver com a decisão que tomei de me desprender das ilusões e das fantasias. Fez-me muito bem a aula. Senti-me bem melhor. Depois de jantar, o cansaço voltou a bater-me à porta e a impaciência acabou por me vencer. Caí na cama completamente chumbada e não tardei a adormecer. (Padrão este que tem vindo a manter-se desde o início do processo).

#### **Nota de revisão a 31 de Outubro de 2006 - Rubrica: A hora do humor:**

"Agora tenho consciência de quem sou de verdade". Que frase bonita! Que segurança, não acha? Não é que eu já me achava dona da verdade? Nesta altura, estava racionalmente consciente da minha verdadeira identidade, porém, ainda estava longe de senti-la. Entre o saber e o sentir vai uma grande distância. Ainda vai rolar muita água por baixo desta ponte.

#### **Quinta-feira, 17 de Agosto de 2006 (19º dia)**

Dormi a noite inteira e acordei descansada. Os enjoos deram uma trégua pela manhã mas, logo que entrei na sala da assistência, devido à tensão que flutuava no ar, voltaram a bater-me à porta, numa versão bem mais suave. Lembro-me de ter sonhado com um velho amigo de infância. Um amigo muito querido que infelizmente nos deixou muito cedo. Vi-o envolto num ambiente muito puro e branco. Sorria para mim e, apesar de não ter pronunciado uma só palavra, a presença dele fez-me muito bem. No sonho, tinha plena consciência de que ele já tinha desencarnado e estava feliz por ter vindo ao meu encontro. Lembro-me apenas de pronunciar emocionada: "Meu querido amigo". Sempre gostei muito dele. Fomos grandes companheiros. Não pensava nele há bastante tempo. Foi muito bom voltar a encontrá-lo.

As dores de cabeça voltaram à carga! Senti algum desconforto ao longo do dia mas nada de grave. A impaciência e a irritação acentuaram-se no fim do dia, tal como o habitual cansaço. No geral o dia correu relativamente bem. Não senti nenhum tipo de desorientação ou descontrolo, apenas uma falta de energia misturada com cansaço.

#### **Sexta-feira, 18 de Agosto de 2006 (20º dia)**

Acordei bem disposta. Os enjoos persistem. Não fosse estar 100% segura, a esta altura poderia achar que estou grávida. Desde o início do processo têm sido padrão. Nada de especial em termos de intensidade, porém, persistentes. Noto na minha família uma postura bastante diferente, mais amável, mais amorosa e fico muito feliz por isso. Acho que porque também eu mudei. Tudo tem mudado à minha volta. Não falo apenas da forma como passei a encarar as pessoas ou da forma como interagem comigo, falo também de mudança de comportamento dos outros para comigo. De longe, posso dizer que tudo se modificou. É curioso encarar o mundo pelo lado de fora. Parece que já não estamos nele e ao mesmo tempo não deixamos de estar presentes, agora mais do que nunca. O que pareciam problemas difíceis de ultrapassar, de um momento para o outro, parecem tão pequenos. A partir do momento que nos encontramos, de verdade, no momento que reconhecemos quem somos tudo muda. A dada altura percebo inclusivamente o que é o "JOGO". É libertador, em muitos aspectos, ajuda-nos a ver tudo com os olhos da perfeição.

Sinto-me bem, apesar de uma ligeira indisposição. Não me dói a cabeça, sinto apenas uma espécie de pressão.

#### **Sábado, 19 de Agosto de 2006 (21º dia)**

Hoje acordei diferente... demasiado diferente. Como é hábito, preparei-me para ir trabalhar, tomei o meu banho e arranjei o almoço. Por momentos, sentei-me em silêncio comigo mesma. Sentia-me cansada, sem forças para ir trabalhar. Aquele lugar... porque é que volto sempre a infringir esta tortura ao meu coração? Há quanto tempo aquele lugar perdeu o encanto? Há quanto tempo desejo romper as barreiras que ainda me prendem ali? Já não me prende o coração, isso é mais do que certo. A estabilidade financeira? A que preço quero manter-me segura, se para isso tenho que sacrificar o meu coração? Fechei os olhos e, empurrada por uma força que emergiu dentro de mim, peguei no telefone e liguei para o

trabalho. Em pranto, disse-lhes que não ia trabalhar porque não me sentia bem. Aleguei cansaço físico e psicológico. Quando desliguei o telefone surgiu em mim uma vontade imensa de deixar tudo aquilo para trás e de começar uma vida nova. Esperarei que passe o período dos 90 dias e depois disso volto à carga. Vou seguir o que me ditar o meu coração e não mais o que me dita o medo (perda da estabilidade financeira). Preciso de tempo para mim, preciso de estar comigo, livre e sem compromissos que me aprisionem durante este período de transformação. Quero poder ser eu mesma, sem ter que estar sistematicamente a conter os impulsos do meu coração. Sinto que está na altura de deixar para trás este trabalho. Já me deu tudo o que podia dar. Eu também dei o melhor de mim e nisso estou plenamente tranquila. Há muito tempo que vinha a perceber que aquele trabalho já se tornara apenas um hábito que havia deixado, há muito, de ir de encontro às minhas mais profundas aspirações. Permaneci nele, inicialmente, presa pelo coração, logo em seguida pela ilusão de estabilidade e por fim... não sobrou mais nada. Estava a tornar-se um sacrifício de dia para dia. Ceguei perante os factos, durante muito tempo, pelo medo que sentia de perder a minha segurança financeira. Não percebia que isso me estava a afastar cada vez mais dos meus ideais. Quero fazer outras coisas! Quero virar a minha vida de cabeça para baixo. Quero começar de novo, procurar novas formas de felicidade. Quero libertar-me das correntes do "normal". Quero ser feliz e para isso o meu coração tem que estar feliz. Tenho ido trabalhar unicamente por obrigação, achando que me sinto mal por causa do processo do Implante! Quero enganar a quem? Não quero envelhecer a enviar reboques. Quero ter a liberdade de criar, de fazer crescer, de me sentir orgulhosa do que faço. Não que não o sentisse, mas já não estava fazê-lo com amor! Já não estava a ser Eu. Quero ser Eu, alegre, feliz, ou triste, seja lá o que for. Quero ser verdadeira comigo mesma e com os outros sem medo de perder o que quer que seja.

Dói-me um pouco a cabeça, acho que devido a esta decisão que tomei! Sinto que dei o passo certo mas a dúvida e o medo de estar a precipitar-me ainda me assombra. Quero contar aos meus pais. Acho que depois disso ficarei mais tranquila. Vou ficar quieta e esperar que o processo se desenrole, depois logo verei o que faço da minha vida. Darei espaço ao meu coração para se exprimir livremente. Nunca tive medo de trabalhar no que quer que fosse, sou adaptável. Faço o que for preciso, só não abro mão de algumas condições: da minha felicidade, do poder de livre expressão e da minha paz de espírito. Acho que, dentro em breve, perceberei que não preciso de tanto como sempre julguei que precisava. Em tudo isto fica apenas uma certeza: não quero voltar para aquele emprego. Já tive a minha quota-parte de assistência em viagem. Já não me oferece nenhum desafio. Já não me alegra e apenas me oprime, causando-me frustração. Eu posso mudar a minha vida em segundos, basta que o decida! Nunca me faltará nada que seja essencial ao meu caminho e disso tenho total certeza. Confio muito nos meus amigos do outro lado do véu mas, sobretudo, confio que tenho em mim o poder e força para começar de novo. É isso que me pede o coração: que rompa com tudo aquilo que não serve mais e sem medo me entregue à vida, confiante de que tudo o que estiver no meu caminho virá ao meu encontro. Vou esperar que passe este período. Vou estabilizar as minhas emoções e depois logo se vê. Sou uma mulher de acção. Sei que não vou estar parada muito tempo. Precisava cortar estes laços para que poder dar espaço ao novo. Logo que o decidi, a paz e uma alegria súbita inundaram o meu coração. Essa era a confirmação que precisava! Daqui para a frente quero viver! Quero começar do zero. Quero Ser Eu.

O fim da tarde revelou-se bem mais complicado, depressivo, inconstante, inquietante. Oscilei rapidamente (em minutos) da alegria à tristeza, da satisfação à insatisfação, do desespero às lágrimas, da pressão ao alívio. Estava ansiosa por falar com os meus pais. Não sabia qual seria a reacção deles e isso deixava-me ainda mais nervosa. Obviamente, eles apoiaram a minha decisão, ainda que sentisse neles uma espécie de preocupação com o meu futuro. Não os censuro, vivem apegados às ilusões da necessidade material e isso torna este "pequeno problema" num enorme problema. É assim mesmo! Cada um vivência os factos com a consciência que possui. Eles não sabem do Implante. Não teria como lhes explicar. Foi melhor assim; sofrerão menos. O grau de consciência que possuem não lhes permite avaliar a minha escolha no mesmo ângulo de visão e, por isso mesmo, prefiro que não saibam de nada por enquanto. Quando tudo estiver terminado e a minha vida virar ao contrário, tudo mudará! Não me arrependo da minha escolha. Mas percebo-me a cair numa profunda depressão. Sabia que ia passar por isso e como tal estou preparada para acolher a "escuridão"!

### **Nota de revisão a 31 de Outubro de 2006:**

Nesta altura, apesar da minha intuição me dizer o contrário, tive muitas dúvidas. O medo exerceu o seu papel brilhantemente. Achava que podia ter-me precipitado ou ter querido simplesmente fugir da tempestade. Sentia-me culpada. Sentia que tinha abandonado o meu posto de farol. Não se espera que o farol trema de medo da tempestade e se escape na primeira oportunidade. Eu achava que era um farol e até podia ser mas, naquele momento, estava mais do que apagado; logo não faria diferença estar lá ou não. Este foi o meu pensamento nos dias seguintes: oscilou entre a dúvida e a certeza de ter feito a coisa certa. Se agora, terminado o processo, voltaria para lá? Nem pensar! Só de equacionar essa hipótese o meu coração entra em curto-circuito. Tenho mantido contacto com os amigos que deixei por lá e dizem-me que o ambiente está cada vez pior. Piorou muito depois de eu ter saído e felicitam-me pela coragem de deixar tudo para trás. Eu dou graças por não me ter deixado bloquear pelo medo. Hoje sei que fiz a coisa certa. O que não falta por toda a Terra são locais onde possa dar uso à minha Luz e ao amor que carrego no peito. Já me disponibilizei para ser colocada num local onde possa explorar ao máximo o meu potencial. Estou muito confiante que assim será. A minha "malta" não brinca em serviço!

### **Domingo, 20 de Agosto de 2006 (22º dia)**

Dormi bem esta noite, ainda que tenha demorado para adormecer. Sentia-me extremamente ansiosa e com o coração a bater mais acelerado que o normal, sem razão aparente. Agora mesmo, enquanto dígito, por segundos vi uma luzinha branca piscar diante de mim. Tem acontecido com alguma frequência.

Tive um sonho interessante. Estava num tanque gigante dentro de uma espécie de cápsula móvel e brincava com as baleias (orcas). Sentia-me feliz como uma criança, fazia-lhes festas e em momento algum senti medo. Na verdade, sentia-me muito bem por poder desfrutar da companhia de um ser tão especial. Acordei bem disposta mas foi sol de pouca dura. Sentia-me ansiosa e cheia de dúvidas em relação à decisão tomada. Acho que me estava a deixar levar pelo medo. A seu tempo disse-lhe: "Chega! A minha decisão está tomada. A hora é de procurar outro caminho". Senti-me triste nalguns momentos do dia e cheguei mesmo a chorar, tentando libertar a tensão que sinto dentro de mim. Aos olhos dos outros deve-se ao stresse do trabalho, mas eu sei que se deve à transformação que estou a atravessar. Por isso, estou confiante. Tudo corre como era de esperar. Só tenho que ser paciente e tentar ocupar a minha cabeça com coisas que me ajudem a passar melhor por esta fase "ausência da Luz". Sei que já começou a fase de declínio! É uma sensação muito difícil e complicada de vivenciar. A diferença é que agora sei a razão pela qual passo por este momento de "escuridão". Antes, quando vivia apenas o ciclo de polaridade negativa, não sabia a razão que se escondia por trás de toda a tristeza e desencanto pela vida. Vou procurar permanecer bastante tempo junto da natureza para acalmar as oscilações que ocorrerão agora com uma frequência muito maior. A fé continua a liderar esta jornada de "escuridão".

Foi um dia particularmente difícil, alguns enjoos, dores de cabeça, mas principalmente a sensação de instabilidade. O que quero agora, já não quero daqui a dois minutos. Tenho bocejado bastante e, quando isso ocorre, especialmente à noite, sinto-me um pouco mais aliviada. Tenho sentido, apesar da indisposição, uma vontade grande de me aproximar da minha família, especialmente dos meus pais. Ocorrem-me agora as palavras do Kryon: "Nesse período (escuridão, ausência de luz) ficará apenas tudo aquilo que nunca tiveram". Talvez por isso sinta esta necessidade de estar perto dos meus pais, afinal, nunca antes tinha sentido essa vontade. Chegava a sentir-me mal porque era incapaz de estar muito tempo perto deles. Até hoje não sei porquê! Acredito que esteja relacionado com questões cármicas. Eis um dos muitos pontos positivos do Implante até à presente data.

Já passaram 22 dias. Sei que não é fácil o que me espera mas estou muito confiante em mim mesma, naquilo que aspiro e principalmente no amor incondicional dos meus queridos irmãos do outro lado do véu.

### **Segunda-feira, 21 de Agosto de 2006 (23º dia)**

Acordei um pouco cansada e ansiosa. Dormi mal. Não me lembro do que sonhei. Sentia-me inquieta. A ansiedade e os enjoos persistiram ao longo do dia. Foi um dia tenso e complicado. Sinto-me a mergulhar na escuridão... Não me preocupa a tristeza, mas entro em pânico com a

ansiedade. Sinto o coração apertar de tal maneira que parece que vou parar de respirar. Nesses momentos, tento acalmar-me e penso: “Estou preocupada com o quê? Não vou morrer durante o processo porque isso não é permitido, logo não tenho com que me preocupar.”

Sinto-me cada vez mais próxima da minha mãe e isso deixa-me muito feliz. Sinto que o gelo de antes começa agora a desfazer-se! Sei que ela também está a esforçar-se, tal como eu. Quando eu mudei a minha atitude para com ela, percebi que também ela começou a mudar comigo. Estamos mais unidas do que nunca. Isso é maravilhoso. Eis um laço cármico negativo a desfazer-se.

O fim do dia, porém, revelou-se um pouco mais doce e leve. Fui ao ginásio e conversei bastante com uma amiga muito querida (sensitiva). Falei-lhe dos meus sentimentos pelo Diogo, ao que ela me respondeu: “Mereces mais do que ele. Muito mais! Vai aparecer uma pessoa que vai encher o teu coração. Alguém muito especial e que te mereça. És muito doce, meiga e dás-te por completo no sorriso, no olhar brilhante. O teu príncipe está a chegar e quando o vires perceberás que não tem nada a ver com o Diogo. As palavras delas encheram de luz e esperança o meu coração. Quero muito realizar-me como mulher e mãe. Já esperei tanto tempo, espero mais um pouco! Prefiro que ele chegue quando eu for EU de verdade.”

Os enjos acalmaram e a ansiedade também. Logo que cheguei a casa, contei aos meus pais o que me tinha dito esta amiga e eles ficaram muito felizes por mim. A minha mãe não esconde o desejo de me ver casada e feliz. O meu pai também, embora não seja tão expansivo nesses assuntos. Sinto-me muito melhor agora.

### **Terça-feira, 22 de Agosto de 2006 (24º dia)**

Acordei relativamente bem. Os enjos persistem. Sentia-me um pouco nervosa por não me ter libertado por completo do meu emprego. Decidida, peguei no telefone e marquei uma reunião com o Director Geral. Precisava pôr um ponto final em tudo isto; quanto mais tempo esperasse mais atormentada andaria. Foi bem mais rápido do que esperava. Ele marcou a reunião para esta tarde. Lembro-me de ter pensado: “Bolas, já? Por que é que não marcou para amanhã?” Isto apenas porque queria despedir-me de um amigo! Ele só regressa de férias amanhã. Pelo menos fiquei mais aliviada! Para quê protelar uma situação que, há muito, já está resolvida dentro de mim? Fui falar com o Director que me recebeu muito bem. Fui totalmente clara e verdadeira e ele aceitou a minha escolha, apesar da surpresa. Não estou arrependida, pelo contrário, sinto-me muito mais leve. Até os enjos desapareceram logo que tudo se resolveu. De alguma forma, ao deixar aquele lugar, senti que não era mais a mesma. Senti-me tão feliz que todos os sintomas de depressão desapareceram. A paz e alegria que se instalaram no meu coração são a prova de que dei o passo certo. Sinto-me bem e leve como uma pena! Em suma, de alma nova.

### **Quarta-feira, 23 de Agosto de 2006 (25º dia)**

Os enjos e as dores de cabeça desapareceram por completo. Sinto-me bem. Desta vez, lembro-me vagamente do que sonhei, especialmente, de dois dos sonhos que tive. No primeiro, sonhei com o Diogo. Estávamos na casa da minha avó, no bairro onde morei em menina e do qual guardo uma grande saudade. Notei que ele estava triste. Coloquei a mão na perna dele, tentando animá-lo mas ele não reagiu. Limitou-se a olhar-me em silêncio. Não me lembro de mais nada. Fiquei triste por não ter sido capaz de amenizar a tristeza dele. Tinha pedido que fosse afastado do meu caminho, caso não houvesse um motivo para permanecer nele, e já começou a acontecer. Ele tem ido cada vez menos ao ginásio. O meu amor por ele arrefeceu bastante. Acho que comeci a “desencantar”, especialmente, quando a minha amiga me disse que ele não era o tal, e que me aguardava alguém muito melhor! O Diogo é o melhor homem que conheci até hoje! Melhor do que ele só um mestre. Na verdade, acho que quando disse: “muito melhor”, estava apenas a referir-se a alguém que me ame de verdade, facto que não se verifica com o Diogo.

O segundo sonho foi com um amigo muito especial (um grande amor), a pessoa que ainda falta despedir-me no trabalho. Na verdade, vou apenas explicar-lhe o que se passou. Não quero que sintam que me vim embora sem me despedir dele. No sonho, ele veio ter comigo e disse: “Sei que fizeste o que era melhor para ti e por isso fico feliz”. Sorri para mim como que dizendo: “Está tudo bem. Não te preocupes”. Lembro-me de ter deitado a cabeça no ombro dele e de lhe ter feito um carinho, dizendo que gostava muito dele e que não era o fim da nossa amizade. Disse-lhe que o levaria no coração para onde quer que fosse. E assim será.

O dia correu normalmente. Não tive qualquer tipo de ansiedade ou sintoma depressivo. À tarde fui ao ginásio e encontrei a minha querida amiga. Fizemos a aula e depois fomos jantar todos a um restaurante. Foi bastante divertido. Todos eles são maravilhosos. O curioso é que pensei desistir do jantar mas reflecti e achei que seria uma boa oportunidade, até porque iria um colega que quero conhecer melhor. Durante o jantar, percebi que não era ele a pessoa por quem o meu coração espera. Por outro lado, sentei-me ao lado de um colega do ginásio com quem nunca falei, porque não faz a nossa aula, e gostei muito dele. É um tipo fechado, calmo, tímido, porém, de olhos transparentes. Isso agrada-me muito. A dada altura, cheguei a sentir-me entusiasmada com ele, ainda assim, não quero ir com muita sede ao pote. Apesar de frequentarmos o mesmo ginásio, temos actividades diferentes e não me parece que cruzemos assim com tanta frequência. Sem stresses! Se for ele, os nossos caminhos cruzar-se-ão. Não me parece comprometido, pelo menos, não tem aliança em nenhuma das mãos. Pelo que soube é um excelente cozinheiro. Vamos esperar para ver.

Contrariamente ao que poderia pensar, o facto de estar desempregada não me preocupa minimamente. Sinto que algo está por vir, ainda que não saiba muito bem o que é.

#### **Nota de revisão a 31 de Outubro de 2006 - Rubrica: A hora do humor:**

Este rapaz que conheci no jantar, não é o "tal". Cruzámos algumas vezes mas não senti nada. O que é pena! Ouvi dizer que é um óptimo cozinheiro. "Só por isso?", pergunta você, meu querido leitor (vá lá, colabore e faça a perguntita). Bom, pelo menos já tinha um talento extra àquele que é comum à maioria dos homens (abrem latas na perfeição! Ah sim, já me esquecia da água. A maior parte dos homens também sabe cozinhar uma água a ferver, que é um espectáculo). Nem sequer trocámos duas palavras. Há três dias soube que ele vai deixar o ginásio. Como vê, ainda não foi desta! Pela demora, deve vir a cavalo da Austrália! Seja como for, actualmente, já não me sinto tão ansiosa em relação a esta situação.

#### **Quinta-feira, 24 de Agosto de 2006 (26º dia)**

Os enjoos desapareceram desde que deixei o meu emprego e as dores de cabeça fizeram-lhes companhia. Acredito que foram apenas o caminho para eu perceber que estava na hora de me soltar e deixar ir.

Esta manhã fui caminhar com a minha mãe no parque. A natureza é sempre uma belíssima companhia, renovadora e energizante. Começámos a falar do meu irmão, dos seus comportamentos pouco generosos, e acabámos a falar sobre espiritualidade. Quando dei por mim estava a explicar-lhe que não devemos julgar, porque cada um está no seu processo de aprendizado, e é normal que aja com a consciência que possui. Certo é que falei sem parar durante quase 2 horas. Sem ter planeado ou esquematizado o que quer que fosse, senti-me como se o meu espírito (meu verdadeiro eu) tivesse tomado a frente no comando. Acho que a minha mãe está muito mais aberta para a espiritualidade. Felizmente!

Não sonhei com nada em particular, pelo menos, que me lembre. Sei que sonhei e tenho noção que sonho muito todas as noites mas logo me esqueço ao acordar.

O dia correu bastante bem. Senti-me leve e descontraída! O futuro não me causa qualquer tipo de preocupação. Estranhamente!

#### **Sexta-feira, 25 de Agosto de 2006 (27º dia)**

Hoje acordei bem disposta, relaxada e feliz! Não me lembro do que sonhei mas sei que sonhei a noite toda como habitualmente. Pela hora do almoço, comecei a sentir um certo mal-estar, um misto de nervosismo e inquietação. Os enjoos, aproveitando a brecha, ganharam terreno. Tinha combinado ir ao meu ex-emprego, despedir-me daquele que foi o meu grande amor. Não sabia muito bem o que iria encontrar mas sentia o coração apertado. Ele já sabia que eu tinha deixado a empresa, mas ainda não tínhamos falado porque ele estava de férias. Temia que se sentisse excluído da minha decisão. O que não deixa de ser verdade; afinal não pensei em ninguém quando resolvi deixar tudo para trás. Quando o vi, o meu coração apertou. Ele não pareceu muito entusiasmado. Manteve-se sereno na maior parte do tempo. Notei que me olhou muitas vezes, tentando descortinar o que eu estava verdadeiramente a sentir. Tal como os outros, ele pensava que eu estava a fingir um contentamento que não sentia. Entreguei-lhe uma longa carta onde lhe expliquei os verdadeiros motivos da mudança e, a esta hora, se já a leu estará a pensar que sou doida. A espiritualidade não é o forte dele (é bastante céptico) mas mesmo assim resolvi tentar explicar para que pudesse entender. Seja como for, já

não importa o que ele vai pensar. Disse-lhe a verdade! Ele que a interprete como entender... Depois de o deixar senti-me aliviada e os enjos passaram.

Começo a chegar à conclusão que os enjos são provocados por situações em que não me sinto confortável, uma vez que, logo que encaro e resolvo desaparecem de imediato, deixando em mim uma sensação de alegria e libertação.

No começo da noite, a minha energia voltou a falhar. Mas tudo voltou ao normal duas a três horas mais tarde.

### **Sábado, 26 de Agosto de 2006 (28º dia)**

Acordei bem disposta, mas cansada por ter dormido pouco. Não me recordo do que sonhei mas sei que sonhei a noite inteira. A paz tem sido constante nestes últimos dias. Sinto-me cada dia mais serena e tranquila, exceptuando as alturas em que me sinto densamente carregada. Acontece quando me exponho a ambientes onde, no mesmo recinto, se encontram várias pessoas, como foi o caso de hoje. Sinto-me cada vez mais leve e segura de mim mesma. Menos tímida, mais presente e afável. Sinto uma grande confiança em relação à Vida. Tenho notado um constante e gradual aumento de consciência, que me permite uma visão mais ampla de tudo o que me rodeia. Noto também a diminuição significativa dos julgamentos inconscientes em que muitas vezes me apanhava, mas que logo em seguida me arrependia.

No fim da tarde fui começando a sentir um cansaço que se reflectiu na zona lombar, (um dos sintomas frequentes quando sou bombardeada por uma carga energética bastante densa), bem como um decréscimo significativo da minha energia. Comecei a sentir-me inquieta e irritada, sem paciência, desejosa por regressar a casa. Demasiado tempo de convívio. Muitas energias, algumas delas bastante pesadas, circulavam à minha volta e acabaram por me afectar (fui a uma festa de família).

A companhia dos meus pais continua a fazer-me muito bem. Sinto-me cada vez mais próxima deles, especialmente, da minha mãe que percebo que tem vindo a evoluir de dia para dia. Tem, inclusivamente, aceite muito bem a livre expressão de quem sou, e acho que de certa forma é isso que tem vindo a aproximar-nos mais. Sinto-a mais amorosa e compreensiva para comigo. Também me sinto cada vez melhor quando estou com ela, percebendo que aquele receio de rejeição tem vindo a diminuir gradualmente. Abençoado Implante!

### **Domingo, 27 de Agosto de 2006 (29º dia)**

Sinto-me mais alegre, com mais vontade de viver que nos dias anteriores. O simples facto de saber que não terei mais que me sacrificar ao stresse da assistência tirou de cima de mim um peso difícil de suportar. Acordei cedo, comparativamente aos últimos dias. Sei que sonhei bastante e a noite inteira mas, uma vez mais, a lembrança dessa mesma vivência onírica se esfumou logo que despertei.

Hoje recebemos uns amigos para almoçar. Foi um dia divertido e bem passado. Pela manhã fomos à feira. (Eu não devo bater com a bola toda! Oh mania de me meter em sítios povoados de energias distintas!) Como seria de esperar, no fim do dia comecei a sentir cansaço, provocado uma vez mais pelo facto de ter estado sujeita, voluntariamente é certo, a um local energeticamente bastante heterogéneo. A dor na zona lombar mantém-se, tornando-se mais intensa à medida que a sobrecarga vai aumentando. Vou descansar que bem preciso!

### **Segunda-feira, 28 de Agosto de 2006 (30º dia)**

Acordei um tanto ou quanto agitada. A segunda-feira costuma ser um dia energeticamente muito complicado. Sonhei a noite inteira! Ainda que me recorde vagamente de alguns trechos, fiquei com a certeza de estar numa espécie de realidade paralela, muito semelhante à que vivo agora, com as mesmas pessoas mas em circunstâncias e locais diferentes. Nessa realidade (ou sonho) ainda estou no meu emprego, o que deixei na semana passada, e as coisas não correm pelo melhor.

Despertei com um assobio! (som de mensagem no telemóvel). Era uma mensagem daquele que mais amei, respondendo à carta que lhe escrevi, explicando as razões (conscientes) da minha saída abrupta da empresa. A mensagem dizia o seguinte: "Amiga, o que escreveste faz todo o sentido. Poderão haver pessoas que não o façam, ou por estarem acomodadas ou por falta de coragem. Embora haja a possibilidade de ter havido alguma precipitação. Neste momento, é importante que recuperes a tua alegria e que sejas feliz. Quanto ao teu estado de espírito, parece que crescestes e que já não és aquela menina que

chegou à empresa, há sete anos. Conclusão, não importa o que os outros achem e sim o que sentes, e que procures que mais desejas. Vemo-nos por aí. Beijos.” Pelo menos agora fico mais tranquila por saber que ele entendeu os meus motivos. Pelo visto, reagiu relativamente bem! Nem sequer me apelidou de “Louca”. Ao final da manhã fui caminhar no parque! Sentia-me de certa forma “carregada”. A energia estava muito pesada!

O dia correu relativamente bem, apesar de não me ter apetecido ir ao ginásio. Faltou-me paciência. Preferi ficar em casa a descansar e a fazer algumas pesquisas, em sites espirituais bastante mais aliciantes, do que suar até cair para o lado. A minha mãe agradeceu até porque, assim sendo, lhe fiz companhia no passeio pelo parque no fim do dia.

O dia foi energeticamente difícil mas, como mantive a cabeça ocupada, acabou por passar rapidamente. Senti alguns enjoos mas nada relevante.

### **Terça-feira, 29 de Agosto de 2006 (31º dia)**

Caí da cama às 7h30! Foi duro, confesso... mas tinha que ser. Sei que sonhei toda a noite mas não me recordo do conteúdo desses sonhos. Acho que nas primeiras horas nem me dei conta do meu verdadeiro estado. Foi um dia difícil! Senti muitos enjoos e uma pressão na zona da nuca, pescoço e ombros. Senti-me ansiosa e inquieta... sem vontade para fazer o que quer que fosse. Senti também como se interiormente tudo estivesse a ser alterado. Algo a nível da genética. Não sei explicar muito bem porque era apenas uma sensação e nada mais. Sentia uma espécie de formigueiro a circular pelo corpo todo. Sinto-me, igualmente, como se estivesse carregada (densidade energética), ou por outras palavras, sinto-me energeticamente enfraquecida. Nada incapacitante, é certo, mas desconfortável. Sinto que a energia está a mudar tudo dentro de mim. Engraçado, agora, percebo por que dizem que durante este tempo (90 dias) sobrarão apenas aquilo que nunca tivemos. Vejamos, comecei por sentir necessidade de me libertar do emprego em que me encontrava há já 7 anos e fi-lo. Senti, igualmente, necessidade de me afastar de alguns amigos, que até então me eram queridos, e de uma maneira ou de outra assim aconteceu. Por fim, começo a perceber que as relações cármicas complicadas (família) ganham, a cada dia que passa, novos contornos. Pelo fim do dia, a ansiedade tomou a frente de comando e o cansaço convidou-me a permanecer quieta, deitada e em silêncio.

### **Quarta-feira, 30 de Agosto de 2006 (32º dia)**

Acordei mais ou menos bem. Continuo a sentir muitos enjoos, o que me causa algum desconforto. A pressão na zona da nuca, pescoço e ombros permanece activa e em funções, agravando-se pelo final do dia quando uma forte pressão se instala na região lombar.

Tive um sonho particularmente interessante esta noite. Sonhei que estava no parque (espaço verde), acompanhada por três amigos, quando nos apercebemos de uma situação pouco clara por parte de um grupo de homens que pareciam bastante suspeitos. Apercebendo-se da nossa presença, trataram de nos capturar, levando-nos para uma casa (era a minha casa, mas no sonho não me pertencia), com o intuito de nos trancar até que o negócio estivesse concluído. Aproveitando uma distração, eu fugi mas um dos membros do *gang* apercebeu-se. Corri velozmente em direcção à casa da minha tia (que já faleceu e morava a cerca de 100 metros da minha casa) na tentativa de me refugiar e chamar a polícia. Porém, não tinha a chave da porta de acesso ao prédio e nem conseguia recordar-me do andar em que ela morava. Ninguém abriu a porta e o meu “carrasco” conseguiu alcançar-me, sem muito esforço. Encurralada, senti-me desfalecer. O meu coração batia numa ansiedade/pânico tal que me impedia de respirar. Caída no chão, debatendo-me com um coração fraco e apavorado, ouvi o meu raptor (fisicamente bastante atraente, na casa dos 30 anos) dizer: “Não preciso de te fazer mal! O teu coração é tão fraco que não resistirá”. Naquele momento, sentindo a vida a escorrer-me por entre os dedos, olhei-o e disse: “Gabriel, por favor, não deixes que me vá sem saber qual é a sensação de ser beijada”. Eu sabia o nome dele! Naquele momento, a sensação de pânico deu lugar a uma tristeza grande por ter de partir sem nunca ter sido escolhida. Ele olhou para mim, comovido com o meu pedido, pegou-me ao colo e beijou-me apaixonadamente. Posto isto, todo o tormento teve fim. Ergui-me renovada e caminhei de mão dada com o “príncipe” até à casa onde estavam os meus amigos, bem como os restantes membros do grupo do Gabriel que, como seria de esperar, ficaram de queixo caído. Logo em seguida despertei. Foi um sonho de tal forma real que ainda podia sentir o gosto do beijo dele na minha boca! Como era cedo, virei-me para o outro lado e não tardei a adormecer. Num

estágio semiconsciente, entre o despertar e o voltar a adormecer, recordei aquele beijo e lembro-me de ter questionado o significado de tudo aquilo. Qual seria o propósito daquela situação? Por que razão teria passado do pânico à necessidade de cair nos braços daquele homem de quem, minutos antes, fugira apavorada? Na minha cabeça surgiu o seguinte: “Carma limpo. O medo que sentias deu lugar ao amor. Aproveitaste a janela de oportunidade que te surgia quando sentiste necessidade de lhe pedir que te beijasse, e ele aceitou. Foi retirado então o medo, sendo substituído por amor. Ofereceste perdão, e amor foi o que recebeste de volta”. Não sei muito bem o que tudo isto significa, no entanto, pareceu-me bastante real. Seria uma realidade paralela? Seja como for, despertou em mim uma ferida ainda aberta, aguardando cura. Há muito espero por um amor puro e verdadeiro, que me arrebatasse mas que não me prenda, nem me sufoque! Um amor sem necessidades de parte a parte. Até hoje nunca fui correspondida. Nunca tive um namorado, uma experiência fugaz, nada. Talvez seja o meu subconsciente a trazer à tona a minha carência.

O dia correu mais ou menos bem. Os sintomas dos dias anteriores mantiveram-se.

Fui ao ginásio no fim do dia e vi o Diogo. Ao contrário do que poderia supor, não causou em mim qualquer tipo de efeito. Parece que o Implante está, de facto, a arrefecer os sentimentos fortes que nutria por algumas pessoas, levando-me a sentir uma certa indiferença e desconforto na presença das mesmas. Pode ser que passe, ou não! Provavelmente é só uma maneira de eu perceber que aquelas pessoas já não caminharão comigo nesta nova fase. Não deixa, no entanto, de ser uma sensação estranha até porque, de repente, parecem ter perdido o seu cunho de “essenciais”. Estou mesmo mudada...

#### **Nota de revisão a 31 de Outubro de 2006 – Rubrica: A hora do humor:**

Que bonito! Até nos sonhos estou enalhada. Lembro-me muito bem deste sonho e ainda me causa emoções fortes. O meu amor pelo Diogo começava, por esta altura, a perder a intensidade. Sentia-me indiferente para com ele. Compreenda, o Diogo foi muito importante na minha vida apesar deste amor que senti por ele ter durado pouco menos de um ano. Foi graças a ele que fui capaz de me declarar, perdendo o medo de que me rejeitasse (atributo cármico que trouxe para esta vida).

#### **Quinta-feira, 31 de Agosto de 2006 (33º dia)**

Acordei enjoada, sentindo uma espécie de pressão na cabeça. Para mal dos meus pecados foi dia de limpezas e não tive como escapar. Vejamos o menu que me reservou este dia:

Não senti tristeza mas senti-me extremamente inquieta, ansiosa, com o coração acelerado e muito enjoada, o que me obrigou a inventar mil e uma coisas para fazer. De tarde, fui passear com uma amiga ao parque. Estranhamente, ela foi das pessoas por quem senti sempre um amor muito grande (fomos irmãs numa encarnação anterior), mas que, de um momento para o outro, arrefeceu bastante. Por outro lado, as pessoas com quem tinha uma relação cármica mais complicada, de repente, aproximaram-se mais, tal como cresceu a minha vontade de estar com elas. Começo, igualmente, a perceber que sempre que tento cultivar algo que já não faz parte do novo caminho, os sintomas indesejáveis agravam e muito, especialmente, os enjoos. Foi um dia difícil mas não me impediu de fazer tudo aquilo que tinha planeado. O cansaço instalou-se no começo da noite e arrastou-me para a cama mais cedo que o habitual.

#### **Sexta-feira, 1 de Setembro de 2006 (34º dia)**

Acordei mais cedo que o habitual. A minha mãe está em casa e acordou-me para o nosso passeio/treino matinal no parque. Aceitei o convite e rapidamente me preparei para tal, coisa que não acontecia há uns tempos atrás. Estar em contacto com a natureza tem-me ajudado a aliviar os sintomas. Os enjoos continuam, à semelhança do dia de ontem, tal como a pressão na cabeça, a ansiedade e a sensação de ar preso no peito. Continuo a bocejar bastante, o que muitas vezes me alivia. Pela primeira vez, durante o processo, sinto que devo deixar de lado os assuntos espirituais porque estão a aumentar o meu grau de ansiedade (tal como Kryon alertou). Sinto-me incapaz de criar o que quer que seja. O fim do dia revelou-se algo complicado. Fui ao ginásio mas senti-me de tal forma sem energia que fui incapaz de cumprir o programa. A minha relação com o Diogo passou de uma lareira acesa a um congelador a precisar de limpeza (excesso de gelo acumulado). No começo da noite, já na casa de praia,

senti-me bastante mal, enjoada, irritada e bastante desconfortável. A minha salvação foi o chá de ervas que a minha mãe me preparou.

### **Sábado, 2 de Setembro de 2006 (35º dia)**

Acordei bastante enjoada! Os sintomas agravaram bastante. Hoje tudo me pareceu cinzento, apesar de ser o mesmo mundo de sempre. A paciência, essa, parece ter ido de férias sem data prevista de regresso. Senti uma pressão intensa na cabeça durante grande parte do dia. Sonhei a noite toda mas recordo-me apenas de uma parte: sonhei que o editor a quem enviei o meu livro (registo do meu processo de transformação, medos, dúvidas... antes do início do Implante) me tinha enviado uma carta, demonstrando interesse em publicá-lo.

De manhã, fomos caminhar à praia. Ajudou-me a aliviar um pouco os sintomas, porém, tudo me parecia demasiado agressivo epositor, excepção feita ao olhar doce das crianças que brincavam na areia. Tudo o resto parecia sem graça, sem cor... sem sentido. Depois do almoço, senti um cansaço muito grande que me obrigou a repousar algumas horas. Acordei um pouco melhor, felizmente, já que tínhamos visitas para o jantar e seria indelicado passar toda a refeição de cara amarrada, num silêncio perturbador. Contrariamente ao que tinha pensado, os sintomas voltaram e achei por bem, logo depois de jantar, sentar-me no sofá da sala, evitando o confronto. Quando estou assim, cortante, não é saudável tentar manter uma conversa com quem quer que seja, uma vez que me sinto incapaz de refrear os meus instintos mais sombrios, acabando por tecer comentários muito pouco delicados. A doçura, há já uns dias, deixou o meu porto. No seu lugar permanece uma espécie de vazio, indiferença e até mesmo agrura.

### **Domingo, 3 de Setembro de 2006 (36º dia)**

Dormi mal esta noite. Acordei inúmeras vezes e tive alguns sonhos bastante estranhos. Malditas almofadas! Uma demasiado baixa, outra demasiado alta. Acabaram com as minhas costas. Acordei bastante enjoada, muito mais do que nos dias anteriores. Lembro-me com bastante clareza de dois dos sonhos que tive. Num deles estava numa sala com uma amiga minha, que já não vejo há algum tempo, que trazia uma serpente enrolada no braço e aproximou-se de mim. Eu tremia de pavor... as cobras sempre me assustaram, não sei bem porquê. A minha amiga, porém, com boas intenções, queria libertar-me desse medo e deixou que a serpente se enrolasse nas minhas pernas. Ao senti-la deslizar no meu corpo, senti-me, de minuto para minuto, a perder as forças e a ficar pálida. Tentava controlar o medo mas não conseguia. Desesperada, pedi: "Por favor, tira-a de cima de mim! Vou desmaiar..." Ela tirou a serpente e, de repente, só tive tempo de correr para a casa de banho. Tomada por uma tosse intensa, vomitei sangue, muito sangue. Logo em seguida acordei. Não posso imaginar o significado de tudo isto mas impressionou-me bastante. Acalmei-me e poucos minutos depois voltei a adormecer.

Voltei a sonhar com essa mesma amiga. Tínhamos ido passear juntas numa carrinha, que ela não tem na realidade. Além de nós as duas, viajava também o marido dela e um outro rapaz que não reconheço. Esse mesmo rapaz viajava ao meu lado no banco de trás. Percebi que se tinha interessado por mim, chegando a dada altura a deitar a cabeça no meu colo. Perguntei-lhe: "Como te chamas?". Ele respondeu: "David, chamo-me David", e sorriu. Devo confessar que fiquei um tanto ou quanto encantada com a forma carinhosa como me tratou. Foi bastante meigo. Estranhamente, tudo isto se passava no dia de amanhã. Lembro-me perfeitamente de ter dito: "Desculpem mas não posso acompanhar-vos. Combinei com a Sandra irmos hoje ao ginásio". Recordo-me claramente do tempo físico em que decorria a acção. O David pareceu desapontado por não ter aceite, o que me levou a acariciar-lhe o rosto. Logo em seguida acordei. Este último sonho deixou-me uma sensação bastante agradável. Despertou em mim os sonhos de amor que muitas vezes tento esquecer para não obscurecer os meus dias.

A manhã passou rapidamente apesar da indisposição e dos fortes enjoos. A paciência continua sem dar notícias. Passei muito mal durante a curta viagem de regresso a Lisboa. Cheguei a pensar que teria que parar para vomitar durante o caminho, tamanho era o mal-estar que sentia. Felizmente não foi preciso. Não podia sequer pensar em comida. Tomei um banho e, no auge dos enjoos, reclamei o meu poder criador, dizendo: "Não vou sentir mais enjoos, nem agora nem daqui para a frente". Lembro-me de também ter proferido as seguintes

palavras logo após a co-criação: “Se for possível, é claro, uma vez que, isto faz parte do processo e aceitei as condições”. Certo é que, resultou e os enjoos acalmaram. Graças ao sucesso da minha co-criação pude almoçar tranquilamente. Durante a tarde ainda voltaram a ameaçar mas voltei a afirmar a minha posição: “Não sentirei mais enjoos”. Não é que os enjoos voltaram a recuar?

Preciso ler um pouco mais sobre co-criação. Preciso de saber até que ponto é lícito utilizá-la no decorrer do processo. Aceitei as regras e sabia que poderia passar um mau bocado, no entanto, se puder co-criar o fim dos enjoos, que têm afastado de mim as sensações de prazer, fá-lo-ei. Ocorrem-me agora as palavras de Jesus: “Há pessoas que precisam chegar ao cúmulo do sofrimento para se libertarem dele”. Quererá isto dizer que posso usufruir do meu poder de co-criação, amenizando assim os efeitos da sombra? Não sei, ainda assim, reafirmo aqui: Não me arrependo de ter pedido o Implante, independentemente do mal-estar que me possa causar. Reclamarei o meu poder criador sempre que achar justo, porém, dou total liberdade aos meus guias e amigos que cuidam no sentido de me devolver a quem sou de verdade, para anularem o efeito da minha co-criação se de alguma forma prejudicar o processo. Não pretendo inconscientemente alterar os efeitos deste último, provocando assim algum tipo de atraso.

Depois do almoço o cansaço voltou a instalar-se. Deitei-me e dormi cerca de duas horas. Acordei um pouco melhor, no entanto, continuo a sentir um ligeiro desconforto na cabeça. Perfeitamente suportável, devo acrescentar.

#### **Nota de revisão a 01 de Novembro de 2006 – Rubrica: A hora do humor:**

Costumo ter este tipo de sonhos. Sonhos onde sou cortejada por um estranho. (Que coisa aborrecida e desagradável, não é?). Acontecem geralmente nos períodos em que me sinto mais carente. Coincidência? Não me parece! Aqui, teve início um novo ciclo. A co-criação passou a desempenhar um papel vital!

#### **Segunda-feira, 4 de Setembro de 2006 (37º dia)**

Os enjoos parecem ter dado tréguas. Sinto alguma pressão na cabeça mas é perfeitamente suportável. Por outro lado, estou bastante inquieta e um pouco ansiosa, sem razão alguma que o justifique. A minha fé persiste apesar de tudo. Foi uma semana particularmente difícil, principalmente, no que toca aos enjoos. Tenho sentido, igualmente, algum cansaço e falta de energia. Noto em mim uma certa apatia. Sinto necessidade de me isolar e ao mesmo tempo algum nervosismo pelo facto de temer que isso possa agravar o meu estado de ansiedade.

Estou para ficar menstruada! Espero que estes sintomas melhorem quando chegar essa altura. Procurarei distrair-me, na medida do possível, com coisas que me dão prazer. Passei grande parte do dia em casa, tentando dar mais atenção aos programas da TV. Sentia-me demasiado ansiosa e temia agravar ainda mais o meu estado de espírito ao insistir em certos assuntos. Como já é hábito, pelo final do dia, fui ao ginásio. Revi amigos muito queridos, com os quais aproveitei para conversar um pouco. Não me acalmou muito, uma vez que continuo a sentir o coração acelerado. O dia foi difícil, especialmente, devido à dose extra de ansiedade que fez questão de marcar presença. Ficarei por aqui! Estou demasiado inquieta, até mesmo para tocar neste assunto.

#### **Terça-feira, 5 de Setembro de 2006 (38º dia)**

Acordei bem disposta, algo ansiosa e inquieta, é certo, mas os enjoos não voltaram a bater-me à porta no dia de hoje. Para ser franca, o dia foi relativamente calmo, sem grandes turbulências emocionais ou sintomas físicos. Sei que sonhei a noite inteira mas não recordo em absoluto de uma só imagem. Acontece-me sempre recordar algumas imagens quando acordo, porém, dois minutos mais tarde, tudo se esfuma como pó ao vento. Fiquei em casa praticamente todo o dia, à excepção da habitual caminhada pelo parque ao fim da tarde na companhia, hoje algo agitada, dos meus pais. O fim do dia revelou-se mais complicado, ainda assim, bastante mais proveitoso, pelo menos, assim espero. Como costumo fazer de tempo a tempo, resolvi consultar um *site* de autoconhecimento que contém vários oráculos interactivos que, por norma, me dão excelentes conselhos. Na verdade, nunca coloco qualquer tipo de questão, peço apenas que me seja mostrado o que preciso saber. Ao contrário das vezes anteriores, os resultados foram um tanto ou quanto castradores. Eu diria mesmo, difíceis de digerir. Percebo, após leitura atenta dos resultados, que tenho vindo a errar, voltando a cair na mesma armadilha de sempre: a constante necessidade de ajudar os outros. Por que é que não

meto na cabeça, de uma vez por todas, que tudo no Universo é perfeito? Por que é que continuo a achar que as pessoas precisam de mim? Pensando bem, acho que na verdade sou eu quem precisa de ajuda.

Outro dos erros crassos que observo na minha postura, diga-se espontânea, é a vaidade... (mais uma das armadilhas no caminho do chamado Trabalhador da Luz). Continuo envaidecida com esta abertura de consciência que elevou de tal forma a minha auto-estima, que me fez bater com a cabeça no tecto. Na verdade, acho que o Ego é quem está a comandar, por hora, este novo Poder. Digo isto, porque continuo a gritá-lo aos quatro ventos. Esta postura só demonstra que não sou, de todo, liderada pelo coração. As cartas falam, também, de tudo o que desejo alcançar! De facto, corresponde à realidade dos anseios do meu coração, porém, não deixam de me alertar para estes pequenos, mas perigosos, obstáculos no caminho da ascensão. Continuo, em suma, a "pecar" por extremismo. Antes pecava por falta de amor-próprio, gerando um comportamento que visava aceitação exterior, agora por excesso de poder que me deixa, de certa forma, uma sensação de superioridade em relação aos demais. Prova disso é que continuo com esta sede de ajudar os outros, achando que precisam de mim para serem felizes. Vem comprovar o velho ditado: "O que não gosto nos outros é algo que, na verdade, não gosto ou não aceito em mim".

Eis algo a ter em conta daqui para a frente. Sempre que algum comportamento alheio me desagradar procurarei encontrar, em mim, a razão que se esconde por trás desse mesmo sentimento. Sinto que o caminho passa, antes de mais, por reconhecer a falha para poder corrigi-la. Esse passo acho que já dei. Neste momento, deixei de saber o que é certo ou errado. O que não é errado de todo, uma vez que impede que estagne. Estou muito confusa. Acho que estava um pouco agarrada à ideia de que já conhecia tudo o que havia para conhecer na espiritualidade (resultado de uma abertura de consciência) e por isso tratava de soprá-lo aos quatro ventos. Foi justamente aí que pequei por falta de humildade, achando-me desde logo um mensageiro da Nova Era que tudo conhece sobre a matéria. Não deixa de provar a minha ingenuidade. Ainda agora comecei a caminhar e desde logo achei que já tinha chegado à meta. Como em tudo na vida, tenho de encontrar o equilíbrio e deixar, de uma vez por todas, de achar que estarei a falhar na minha missão se não ajudar os outros. Quem me garante que a minha missão é ajudar os outros? O que sei, neste momento, é que quem precisa da minha ajuda sou eu mesma. Tenho feridas interiores a curar e enquanto não for capaz de as fechar não poderei curar quem quer que seja. Mais uma vez, espero que tudo isto não morra nas palavras, mas que possa viver dentro do meu coração como sabedoria e não apenas como meros raciocínios lançados ao vento. Espero que reflecta apenas uma tomada de consciência e não mais uma forma de auto-afirmação perante os outros.

#### **Nota de revisão a 01 de Novembro de 2006 – Rubrica: A hora do humor:**

Acabou de conhecer o meu lado auto crítico. Quando resolvo procurar o problema sou totalmente rigorosa. Lembro-me que este dia foi muito difícil para mim. As cartas mostraram-me a verdade mas foi duro de engolir. Se continuo a sentir-me da mesma maneira? Vai percebê-lo se continuar a ler.

#### **Quarta-feira, 06 de Setembro de 2006 (39º dia)**

Sei que sonhei a noite toda mas, para não variar, não me recordo de absolutamente nada. Os enjoo têm dado tréguas, tal como as dores de cabeça. Não sinto alegria mas também não sinto tristeza. Estou, por assim dizer, meio a meio. Será equilíbrio? Certo é que esta sensação está bem longe do chamado Estado de Graça em que me encontrei nos primeiros dias. Ainda assim, já é uma luzinha no meio da escuridão. Tenho sentido alguma ansiedade. Não tenho vontade de sair de casa, mas também não me sinto deprimida. Na verdade, prefiro ficar por cá, uma vez que na rua as únicas distrações que posso usufruir são pagas. Estou desempregada! Sei que nada me faltará mas também não é preciso desperdiçar com coisas meramente supérfluas. Foi dia de ginásio mas optei por ir ao parque caminhar com os meus pais. Precisava respirar e no ginásio (numa cave) torna-se bem mais complicado. Sinto-me mais ou menos bem, apesar da ansiedade. Estou para ficar menstruada e nesse período normalmente o comboio descarrila um pouco (sinto-me energeticamente de rastos). Tenho notado, igualmente, uma crescente dificuldade em adormecer mas, à parte disso, tudo corre conforme o previsto.

#### **Quinta-feira, 07 de Setembro de 2006 (40º dia)**

Acordei um pouco cansada, preguiçosa... (sintoma típico de quem se levanta às 11 horas! Não me recordo dos sonhos de hoje, para não variar. Ao longo do dia senti um misto de inquietação interior e cansaço. Finalmente, fiquei menstruada mas devo acrescentar que os sintomas, desta vez, foram bem leves. Não tive dores, nem enjoos. Não aconteceu nada relevante no dia de hoje, por isso, pode pousar os óculos, apagar a luz e dormir descansado.

#### **Sexta-feira, 08 de Setembro de 2006 (41º dia)**

Acordei cansada mas foi sol de pouca dura! Sacudi a poeira e vesti o papel de dona de casa. Confesso que não é tarefa que me agrada particularmente, mas alguém tem de a fazer. Como estou em casa sobra para mim. Acho que já tive a minha quota-parte nessa função em outras vidas mas, às vezes, até me divirto. Coloco música e danço à medida que vou limpando.

Pelo final da tarde pude perceber algum entusiasmo na minha postura. Eu diria mesmo que o sol voltou a brilhar. Parece que as coisas melhoraram com o Diogo, pelo menos já consigo falar com ele como amigo. Não que isso não tenha acontecido sempre, a diferença é que nesta última semana, devido às nuvens que cobriram tudo à minha volta, mal podia estar perto dele. Era-me completamente indiferente e mal lhe falei. Acredito que ele tenha percebido, uma vez que hoje se desfez em atenções para comigo. Fico feliz por perceber que a frieza que senti em relação a certas pessoas foi motivada, apenas, por um período onde imperou o meu lado menos iluminado. As aulas de ginástica fizeram-me muito bem. Conversar com pessoas bem dispostas é sempre um prazer e uma ótima terapia. Foi um bom dia, o de hoje...

#### **Sábado, 09 de Setembro de 2006 (42º dia)**

Acordei mais cedo que o previsto. Na verdade, dormi bastante mal esta noite porque me sentia demasiado ansiosa. Ontem, "por acaso", percebi quem no ginásio que frequento, precisavam de uma recepcionista. Fiquei super animada mas, ao mesmo tempo, com a sensação que não chegaria a tempo. Pelo sim pelo não, hoje resolvi ir ao ginásio falar com o gerente e saber se já tinham alguém. A resposta não tardou: "Acabei mesmo agora de chamar uma das entrevistadas para começar na 2ª feira". Já não havia nada a fazer! Confesso que fiquei triste. Era uma boa oportunidade, uma vez que conheço toda a gente, é perto de casa e de 2ª a 6ª feira das 8h às 16h. Paciência! Ainda não foi desta... Vamos esperar para ver.

O dia correu mais ou menos bem. Confesso que isto me abalou um pouco, mas também sei que daqui a uns dias já não terá qualquer significado. Foi um dia calmo, mais triste do que o habitual, mas sem outros sintomas de maior.

#### **Nota de revisão a 03 de Novembro de 2006 – Rubrica: A hora do humor:**

Por esta altura, ainda não tinha tomado verdadeira consciência que, ao pedir o Implante, havia cancelado o contrato que trouxe para esta vida. Eu escolhi pôr um ponto final no contrato inicial e daqui para a frente: co-criação para que te quero!

#### **Domingo, 10 de Setembro de 2006 (43º dia)**

Acordei bem disposta apesar de ter dormido muito pouco. Os enjoos parecem ter dado tréguas. Na verdade, desde que co-criei que os mesmos não voltassem a ocorrer isso, de facto, tem vindo a verificar-se. Sonhei a noite toda, embora não me lembre particularmente do tema.

Hoje foi um dia especial. Foi o dia da Reunião da Família Kryon. Estive tranquila na maior parte do tempo, embora, tenha sentido algumas oscilações de humor no decorrer da mesma. Foram feitas imensas perguntas. Só eu fiz 2. A primeira foi: "Em que consiste especificamente o ajuste que ocorre durante os 90 dias que se seguem ao pedido do Implante Neutralizador?" Bom, não me lembro de toda a resposta porque foi bastante extensa. Dentro de uns dias estará disponível no *site* e por essa altura farei a transcrição para contextualizar, uma vez que é importante em todo este processo. Pelo que entendi, trata-se de um processo de purificação. A transformação é similar ao que acontece quando a larva rompe o casulo, dando origem à borboleta. Perguntei também se é frequente começarem a ocorrer impulsos fortes de mudança ainda durante o período dos 90 dias. Resposta: "A resposta a essa pergunta é um redondo Sim. A partir do momento que manifesta a intenção de se libertar do "velho", começarão a surgir impulsos fortes de mudança. Convém que seja coerente e não contradiga o que acabou de co-

criar." A resposta foi igualmente extensa. Repassarei em concreto quando estiver disponível no *site* do Vitorino de Sousa.

Este último pediu, durante a reunião, voluntários para ajudar a transcrever as gravações. Confesso que na altura não respondi porque reparei que várias pessoas se tinham oferecido. Insatisfeita, no intervalo fui ter com ele e coloquei-me à disposição. Ele agradeceu mas, como outra pessoa já se tinha oferecido, disse-me que eu ficaria de reserva. Despedi-me com um: "Ok, eu fico no banco".

Não pude deixar de incluir este excerto porque o meu objectivo era justamente o de mostrar o que, de facto, ocorreu comigo. Note-se, há um tempo atrás, eu jamais me atreveria a ir falar com ele. Não porque o tenha colocado num pedestal, nada disso, apenas porque ele é a figura central da reunião e um desconhecido (no bom sentido! O que quis dizer é que nunca tínhamos falado antes). Falar com estranhos foi sempre uma tarefa complicada para mim. Sou tímida e não o nego! Porém, hoje foi diferente, estava calma, muito calma e a situação não me assustou de forma alguma. Isto mostra uma vez mais que o Implante está a libertar-me, de dia para dia, dos medos que me ensombavam. Aquele (EU) que foi oferecer-se para ajudar era uma mulher segura de si, não o meu velho Eu amedrontado e receoso de que me achassem ridícula.

Durante toda a reunião uma frase dos Arcturianos bateu muito na minha cabeça: "É você que está no comando". Acho que, de alguma forma, serviu para me despertar nesse sentido. Para me incitar a co-criar mais, a fazer uso do meu poder criador. Bateu-me igualmente uma outra frase: "A ascensão é uma montanha íngreme, mas não precisa de esfolar os joelhos para chegar lá... vá de teleférico! O caminho será aquele que escolher seguir. Se escolher ir a pé será mais complicado, mas tem sempre outras alternativas, basta que as escolha."

Referindo, igualmente, uma parábola em que um humano, chegando ao topo da montanha todo esfolado, reparou que outros tinham chegado de teleférico e reclamou com os seus guias, dizendo: "Por que é que não me disseste que havia outro caminho?" Resposta: "Porque não perguntaste! Assumiste desde logo o caminho que querias trilhar e meteste na cabeça que tinha que ser sofrido porque, de outra forma, não seria meritório".

Isto fez-me pensar na questão do Implante. Por que é que a passagem e a transformação têm que ser dolorosas? Será porque achamos que tem que ser assim? Por que partimos do princípio que toda a mudança é complicada e dolorosa? Então, e se puder ser de outra maneira? Eu co-criei deixar de sentir enjoos e, de facto, não voltei a senti-los. Será que não poderei co-criar igualmente um caminho sem desconforto durante estes 90 dias? Vou pelo menos manifestar a minha intenção nesse sentido. Não tenho nada a perder. O que vier é lucro. Ao pedir o Implante, manifestei a intenção de abandonar o "jogo", mas em momento algum pedi que fosse de forma dolorosa. Entenda-se que abandonar o jogo não significa, neste contexto, desencarnar. Significa apenas o desejo de me reconhecer e Ser quem Eu Sou de verdade. Kryon alertou que poderia ser bastante complicado nalguns casos, dependendo bagagem (carma pendente) de cada um. Alertou igualmente que teríamos sonhos mais vívidos e até mesmo períodos de depressão profunda. É certo que em momento algum ele mencionou que seria possível co-criar o cessar desses efeitos e continuar o processo. Quanto a mim, isso cabe a cada um de nós discernir... A mim ocorreu-me. Não sei se resultará, mas não me parece que fará mal algum tentar. Escolhi ir de teleférico, se é que me faço entender. Kryon também não disse que ficaríamos privados da nossa capacidade criativa durante esses 90 dias. Tentar não custa! O máximo que pode acontecer é não acontecer nada. Certo é que resultou com os enjoos.

Já me esquecia, ontem voltei a co-criar. Como não sabia muito bem como envolver toda a questão, exprimi-me da seguinte forma: "Manifesto a minha intenção de equilibrar todos os níveis do meu Ser", tentando ser o mais abrangente possível. Coincidência ou não, depois de eu ter feito essa co-criação, durante a tarde na reunião, numa das canalizações, creio que de Yasmin, ela aconselhou-nos nesse sentido, repetindo quase as minhas palavras quando fiz a co-criação. Será por isso que nos dizem que não temos mais de sofrer, a menos que escolhamos esse caminho? Não será que sofremos apenas porque achamos que assim é que está certo, quando na verdade poderíamos simplesmente dizer: "Basta! Não quero sofrer mais?"

Percebi igualmente o quanto estou longe da mestria. Ainda me sinto envaidecida com este conhecimento, ainda não consigo sentir os outros como iguais, achando sempre que sei mais do que eles. Não consigo olhar para alguém e vê-lo como Deus. Não consigo sentir indiferença em relação a certos conflitos terrenos. Ainda necessito que me vejam, que me reconheçam e

me digam quem sou. Muitas vezes apanho-me em julgamentos, embora já tenha tendência a guardar a minha opinião no mais profundo silêncio. Seja como for continuo a classificar: isto é certo e isto é errado... entre muitas outras coisas. Eu chego lá, ah se chego!

Foi um dia diferente e bastante produtivo.

### **Segunda-feira, 11 de Setembro de 2006 (44º dia)**

Como dormi muito pouco nas noites anteriores, esta noite manifestei a vontade de descansar. (Devido às transformações energéticas que têm vindo a ocorrer é normal que me sinta agitada, tendo por isso dificuldade em adormecer). Resultado: dormi quase 10 horas, sem acordar uma única vez. Durante o dia senti-me bastante densa energeticamente, irritada e mal-humorada. Cheguei à conclusão que se devia ao facto de ser segunda-feira. As segundas-feiras, por norma, são dias energeticamente mais complicados. A dada altura, veio à minha mente uma carta que me tinha saído no Tarot, creio que há dois dias atrás, que dizia que eu atribuía aos outros a culpa do mal me acontecia. Intrigada, analisei na medida que a minha consciência permitiu e achei que não fazia qualquer sentido! Sei perfeitamente que a minha vida é o que é por minha única e exclusiva responsabilidade. Ainda assim, hoje resolvi ir um pouco mais além, questionando o seguinte: "Em que situações me sinto vítima dos outros?" Uma vez feita a pergunta, a resposta não tardou: a sensação de carga energética densa! Acho sempre que esse estado se deve ao facto de alguém me ter olhado com demasiada atenção. Posto isto, cheguei à seguinte conclusão: "Estou a culpar os outros pelo meu estado. Eis uma lacuna". Não precisei pensar muito para compreender que, na verdade, aquela energia densa era minha e, como tal, não provinha de factores exteriores a mim como pensara até então. Concluí que era eu que estava a vibrar num nível mais baixo e, por isso, sentia esse desconforto. Revi alguns dias do passado e muitos foram os que me senti nesse estado, mesmo não tendo sequer saído de casa. Se não estive exposta a olhares negativos, como poderia estar densamente carregada?

Fase dois: Ok. O problema é meu. Sou Eu. Não tem nada a ver com os outros. Se assim é, eu posso solucioná-lo? Como dizem os nossos amigos do outro lado do véu: "Se queres a resposta, faz a pergunta. Decidida a solucionar a questão, manifestei a intenção de vibrar num nível mais elevado. Se resultou? A resposta é totalmente afirmativa! Em poucos minutos comecei a bocejar, sem parar, sentindo o tão ansiado alívio. Posto isto, pensei: "Será que é isto mesmo? Será lícito manifestar a intenção de vibrar num nível mais elevado? Será possível?" Não demorei muito a chegar a uma conclusão: "Que disparate! Eu não me sinto sempre carregada, e se assim é, não será porque estou a vibrar num nível acima dessa densidade? As peças do puzzle começavam a encaixar-se..."

Compreendi, posto isto, que culpava os outros por esse estado e nem sequer me dava ao trabalho de procurar a verdadeira causa do problema. A partir de agora, sempre que sentir algum desconforto procurarei pôr em prática esta minha mais recente teoria, para ver até que ponto poderá ser vivida na prática. Vamos às experiências! Afinal, a Terra é um laboratório ou não?

Terminado o capítulo de hoje devo acrescentar que sinto alegria no meu coração. Terá algum significado? Quem sabe? Vou tentar e logo verei. Vou experimentar tudo o que me mandar o coração até que por fim alcance a paz a serenidade inalteráveis...

### **Nota de revisão a 04 de Novembro de 2006 - Rubrica: A hora do humor:**

Eu bem o avisei, lembra-se? "Não estranhe se tropeçar no meu lado racional!" Foi um bom aperitivo, não foi? Arrisca ficar para jantar?

### **Terça-feira, 12 de Setembro de 2006 (45º dia)**

Acordei bem disposta, descansada e preguiçosa. Foi complicado deixar o conforto das minhas almofadas que continuavam a gritar: "Abraça-me, abraça-me! Fica mais um pouco". Não consegui resistir. Não tinha planeado nada para hoje e, para não variar, a vida colocou-me diante de uma nova situação tensa. Pois bem, estava eu a colocar as minhas lentes de contacto (sou míope desde os 6 anos e num grau acentuado) quando, de repente, uma delas caiu. Procurei-a por toda a área onde tinha caído, revirei tudo e nada da lente aparecer. Confesso que entrei em pânico nos primeiros minutos, afinal, como faria eu sem uma lente? (Sem lentes não vejo nada além de um amontoado de nuvens e imagens imperceptíveis). Esta situação, há algum tempo atrás, ter-me-ia desequilibrado bastante. Porém, hoje tudo foi diferente. Rapidamente (ao fim de 10 minutos) me recompus, partindo do princípio que o problema teria

apenas a dimensão que eu lhe atribuisse. (chamo a isto: colocar a teoria em prática) Pensei: "Em vez de entrar em histeria, que tal pensar em soluções?" Ainda tinha as minhas lentes antigas, guardadas desde a última vez que as substituí. Por isso, tratei de colocar uma delas e ligar para o oculista, a fim de encomendar uma nova. Todo este processo correu com alguma tranquilidade, coisa que não teria acontecido há algum tempo atrás. Abençoado Implante!

Para que se entenda, não uso lentes descartáveis, uso lentes de longa duração que são, por isso, bem mais caras. Daí o drama a que poderia ter dado asas se me tivesse deixado levar pelo desespero, ao invés de procurar soluções. O que tornou tudo mais simples foi a perspectiva com que encarei o sucedido. Ocorreu-me, igualmente - e talvez essa seja a verdadeira razão de tudo isto ter acontecido - de marcar consulta no oftalmologista a fim de saber se a miopia já estagnou para poder, se se confirmar, fazer a operação (colocação de lente intra-ocular devido ao elevado grau de miopia). Posto isto, abençoei a situação mesmo tendo sido muito estranha. Diga-se de passagem, a lente parece ter sido engolida pela terra. Seja como for, pode dar-se o caso de tudo isto estar relacionado com as mudanças que solicitei aquando do Implante.

Estou tranquila e mantive a tranquilidade durante todo o dia. Nas alturas em que me senti menos bem (dor de cabeça), tratei de co-criar a cura da mesma e resultou. Cada vez mais, tenho a sensação que, de facto, nada do que me acontece, acontece por motivos exteriores a mim. Foi mais um pequeno passo! Vou devagar mas chego lá. Sinto-me muito bem, alegre, feliz... Não tenho sentido enjoos, e mesmo quando me apercebo que eles estão a tentar emergir, trato de lhes pôr um ponto final, manifestando a minha vontade. Aplico o mesmo método aos sintomas de sobrecarga energética. Na verdade, não estou a fugir da situação, estou a co-criar a mudança ou a maneira como a encaro. Se continuará a resultar? Para já é impossível dizer.

#### **Quarta-feira, 13 de Setembro de 2006 (46º dia)**

Acordei bem disposta apesar de ter dormido poucas horas. Sonhei bastante mas, uma vez mais, não me recordo de absolutamente nenhuma imagem precisa. Não senti enjoos nem qualquer outro tipo de sintoma depressivo. Foi um dia particularmente especial. Fui com uma amiga, muito querida, fazer um passeio pela serra de Sintra. Lembro-me de ter tido por várias vezes a sensação de estar num outro mundo, numa outra realidade! Sentia-me como se tivesse feito uma viagem no tempo. Mesmo sem que possa explicar, a sensação era a de que estava a viver uma outra realidade que já foi a minha. Foi arrebatador. Parecia ter entrado numa outra vida... Foi mágico. O fim do dia revelou-se calmo e tranquilo. A dada altura, senti algumas oscilações de vibração, mas logo tratei de manifestar a minha intenção no sentido de voltar a elevá-la. Posto isto, as sensações de densidade, palpitações e ansiedade passaram em menos de dois a três minutos, tal como aconteceu ao longo desta semana. A serenidade tem sido, cada dia mais, constante no meu coração e isso deixa-me bastante feliz.

#### **Quinta-feira, 14 de Setembro de 2006 (47º dia)**

Sonhei a noite inteira e, apesar de ter acordado algumas vezes, despertei sempre com a sensação de continuação. A sensação era a de que, independentemente de ter rompido a linha de acção decorrente no sonho, logo que voltava a adormecer estava novamente no ponto onde tinha parado. Normalmente, os meus sonhos são uma espécie de várias acções diferentes, em pontos geográficos distintos, todas misturadas, confusas e difíceis de explicar. Sonhei com o meu irmão, esta noite. Nunca nos demos muito bem. Desde crianças que andamos à bulha. Agora que somos adultos praticamente nem falamos um com o outro. Não que estejamos chateados, nada disso. Simplesmente não temos assunto, nem qualquer tipo de intimidade. Sempre tive muitos ciúmes dele com a minha mãe. Ela sempre foi mais carinhosa com ele do que comigo. Estou apenas a contextualizar, uma vez que, nesta altura do "campeonato" a forma como encaro tudo isso mudou consideravelmente. Nos dias de hoje, devido aos conflitos presentes entre os dois, na verdade, torço para que consigam voltar a entender-se e amar-se como antes. Ontem, porém, enquanto falavam ao telefone, comecei sentir uma irritação, um mal-estar esquisito, sem sentido. Mais um dos problemas se iluminava na minha consciência no sentido de solicitar resolução. Na altura, não percebi muito bem o que tudo isso significava, mas depois do sonho desta noite, tudo fez sentido. Inesperadamente, dei-me conta que ele estava demasiado presente num curto espaço de tempo, e intuí que isso se devia ao facto de me estar a ser mostrado mais um problema, do qual até aqui ainda não tinha tomado

verdadeira consciência. Num estágio entre a hora que despertei e voltei a adormecer, lembrome de ter perguntado: “Mas como é que eu posso acabar com este mal-estar entre nós?” Já tinha manifestado a intenção de sanar todas as relações e situações desequilibradas ou indiferentes (a tombar para a dificuldade de convivência), actualmente presentes na minha vida, mas continuava sem saber como fazê-lo. Quando naquele estágio (antes do sono profundo) me perguntei qual seria a solução para aquela situação, eis que ouvi dentro de mim: “Perdoa e perdoa-te”. Nessa mesma altura ocorreu-me o título do livro 3 do Kryon (pelo Vitorino de Sousa), intitulado: “Sem perdão, não há serenidade!” Entretanto, voltei a adormecer e quando despertei, de novo se fez luz na minha consciência. Embora, não percebesse de imediato o que significava: “Perdoa e perdoa-te”. Meditei alguns segundos e tudo se tornou claro na minha mente. A minha consciência superior estava a responder-me. Eu co-criei a sanção do “conflito” mas tinha que participar e não apenas esperar pelo milagre. A isso se chama co-criar, isto é, “criar em colaboração com”.

Disposta a participar activamente no processo, visualizei-me diante de todas as pessoas com as quais tenho dificuldade de convivência e, simplesmente, ofereci perdão por toda a dor que me tinham causado. Mesmo àquelas que a minha consciência não podia percepção, no momento. Pedi perdão pelos momentos de indiferença e sofrimento que lhes possa ter causado e perdoei-me por não ter sido capaz de agir de uma forma mais fraterna e amorosa com todos eles. Enquanto visualizava toda aquela situação, e após o perdão, abracei cada uma dessas pessoas, precisando sentir até que ponto o conflito estava sanado. A verdade é que as lágrimas escorriam no meu rosto, como se estivesse a libertar toda a mágoa causada de parte a parte. Acredito ter perdoado tudo aquilo que a minha consciência me permitiu alcançar. Não sei se isso os libertou, mas, da minha parte, voltarei a repetir o perdão até que me sinta “ao vivo e a cores” em harmonia na convivência com essas pessoas. Desde que eu esteja em harmonia, tudo estará em paz, dado que, sem opositor não existe conflito. Se uma das partes abandonar o campo de batalha a guerra cessa. Ainda me resta ver como tudo corre cara a cara, fora da visualização. Mais importante que tudo foi o facto de deixar de me sentir culpada pela dor que lhes causei. Hoje tenho consciência de que o que fiz não é correcto, mas naquela altura foi o melhor, dado que agi de acordo com aquilo que a minha consciência me permitia alcançar. Acredito que, primeiramente, precisava perdoar-me, depois pedir perdão e perdoar porque, da mesma forma que eu agi de acordo com a minha consciência, também eles o fizeram. Por isso, tudo está certo.

Hoje fui beber café com uma amiga do trabalho (ex-trabalho). Reagi bastante bem ao ambiente, até mesmo, ao reencontrar os colegas. Tinha consciência de que me encheriam de perguntas, para as quais não teria uma resposta minimamente satisfatória, no seu ponto de vista, o que me deixava inquieta. Todos perceberam a mudança em mim, dizendo, que estava mais fresca, alegre e sorridente. Graças à minha nova vibração, e tal como Sananda alertou, todos perceberam a mudança mas, desta vez, sem que me esforçasse nesse sentido. Até aqui, eu agia ansiosa, para que os outros notassem que estava diferente. Eu sabia que estava a mudar, mas ainda precisava que eles mo confirmassem. Continuo a precisar mas, hoje, não precisei tanto. Foi um passito. De tarde, porém, enquanto observava as crianças a brincar no parque, mesmo sem estar a pensar em nada, uma das crianças olhou para mim. A minha primeira resposta para justificar a forma insistente como me encarava foi: “Está a ver-me como Anjo”. Voltei a espalhar-me! Como se fosse, de facto, algo de especial ele ver-me assim! Não é nada de especial, afinal, não o somos todos? Sei isso, mas não o senti naquele momento. Porém, nem tudo estava perdido, uma vez que percebi de imediato que tinha chumbado na segunda pergunta do teste: “Necessidade de reconhecimento”. Seja como for, hoje senti as duas coisas: a ausência e a presença da necessidade de reconhecimento, o que já é mais um passinho em direcção ao meu Mestre interior. Não posso deixar de referir que encarei tudo isto como um teste, podendo assim apreciar os seus resultados. Mais do que o resultado, serviu para avaliar o meu grau de mestria em manifestação (baixo). Serviu para saber até que ponto a informação já se transformou em sabedoria, uma vez que co-criei nesse sentido.

Acha que parou por aqui? Nada disso... Ainda no parque infantil, sentada num baloiço, aproveitando para fazer a vontade à minha criança interior, deparei-me como mais um pequeno teste. No baloiço ao lado estava uma avozinha que empurrava o neto, de dois ou três anos, com todo o amor. A dada altura, quando outra criança se aproximou e lhe pediu que a deixasse andar de baloiço, ela confrontou-me, de forma arrogante, com o seguinte argumento: “Essa senhora que saia, porque os baloiços são para as crianças”. Eu nem me tinha apercebido que a

pequena se tinha aproximado e pedido para andar, de tão extasiada que estava a balançar para lá e para cá, de contrário teria saído de imediato, como é óbvio. A senhora, porém, lançou-me aquelas palavras agressivas, partindo do princípio que eu estava de má vontade. Confesso que a minha primeira reacção foi um aperto no peito e uma necessidade de lhe dizer que não lhe tinha dado o lugar porque, na realidade, não me tinha apercebido da sua presença (estava de costas para a criança). Porém, a tempo, consegui controlar o impulso, deixando que afluísse à minha mente uma nova perspectiva do que estava a acontecer. Encarei-o como mais um teste. Afastei-me em silêncio e analisei a questão a fundo, ao invés de me limitar a olhar para a velha senhora como alguém de comportamento precipitado e injusto. Permiti-me vê-la como uma personagem integrante do teste, que se apresentou para que pudesse testar o meu grau de transcendência ao conflito. Até lhe agradeço, porque foi um bom teste. Ela foi a peça chave, sem a qual não teria possibilidade de avaliar o que quer que fosse. Consegui ver numa outra perspectiva mas senti, igualmente, a necessidade de me defender o que manifesta um resultado fracamente positivo, ou que apenas parte do problema foi sanado. Apesar do dia não ter tido aparentemente grandes acontecimentos foi, de facto, muito produtivo em vários aspectos. Por hora, estou muitíssimo satisfeita.

Sinto-me em paz! Tive algumas oscilações vibracionais mas, logo que solicitei (co-criei) voltar a elevar a minha vibração, o mal-estar (pouco acentuado) evaporou por completo.

#### **Nota de revisão a 05 de Novembro de 2006 – Rubrica: A hora do humor.**

Estou estafada! Deve ter percebido que o tipo de registo está a mudar de dia para dia. À medida que for lendo irá perceber que comecei, de um momento para o outro, a analisar ao mínimo pormenor tudo quanto se passava comigo, o que tinha sentido, os progressos... Devo confessar que ler tudo isto é, para mim, muitíssimo cansativo. Porquê? Por uma razão muito simples: estou numa fase de simplificação. Quando escrevi este registo, compartimentei tudo e mais alguma coisa! Típico de quem é excessivamente racional e analítico (desequilibrado). Felizmente, esse tempo já lá vai. Neste momento, sinto-me equilibrada e isso tem-me ajudado muito em todos os sentidos, na forma de ver a vida, os problemas, as pessoas... tudo mudou. Estou na chamada: "Santa Paz do Senhor"!

#### **Sexta-feira, 15 de Setembro de 2006 (48º dia)**

Hoje é dia de vestir a pele de gata borralheira (limpezas!). Será que encontrarei o meu príncipe no fim do dia?

Sonhei a noite inteira, embora tudo se tenha evaporado logo que despertei. A energia, hoje, está um pouco mais densa, mas tenho co-criado a elevação do meu grau vibratório e tem resultado bastante bem, embora sinta necessidade fazê-lo mais vezes do que precisei nos dias anteriores. Ainda não percebi se são as "emanações terrenas" que me provocam este desconforto, se o mesmo se deve ao facto de estarem a trabalhar a minha energia e, por isso, ocorrem mais oscilações. Certo é que, logo que solicito a sanção dos sintomas de densidade energética, através da manifestação da minha intenção de vibrar num nível acima, isso, de facto, ocorre. A alegria tem sido uma constante nestes últimos dias. Há muita coisa a mudar dentro de mim. Consigo senti-lo, percepcioná-lo. Ontem, por exemplo, verificou-se na zona abaixo das costelas do lado esquerdo. Era uma dor, mas diferente das dores habituais. Foi muito estranho! Era uma espécie de sensação a nível celular...

Seja como for, continuo bem disposta e determinada a permanecer neste planeta. O fim da tarde foi agradável e surpreendente. Fui como habitualmente lanchar com a minha amiga e de seguida fomos para o ginásio. Só não esperava encontrar o Diogo no mesmo café. Foi uma agradável surpresa, ainda que os meus sentimentos por ele não sejam os mesmos de há uns meses atrás. Actualmente, encaro-o apenas como um bom amigo e divertimo-nos bastante.

Foi um dia tranquilo, embora energeticamente mais complicado. Abençoada ferramenta (co-criação). Que seria de mim sem ti?

#### **Nota de revisão a 05 de Novembro de 2006:**

A propósito da permanência no planeta, não deixo de estar curiosa e ansiosa em relação à transição planetária. Sei que não é algo que se vá notar de um dia para o outro, aliás a mudança tem vindo a ocorrer gradualmente, mas tenho uma pulguinha atrás da orelha no que toca ao chamado "Relógio de Gaia". Cá estarei para ver! Terei, em 2012, apenas 32 primaveras! Ainda serei uma *teenager*. Também sinto que esta curiosidade se deve ao facto de

já ter experimentado mudanças, semelhantes a esta, em outros universos. Não me pergunte porquê, mas tenho a certeza de que não é a primeira vez que participo numa mudança deste género. Sinto, igualmente, que sou uma alma caquética, que já anda nestas lides há muito, muito tempo. Sinto-me como um cientista que aguarda pacientemente para ver de perto os resultados da sua experiência. Se acredito que chegaremos à tão ansiada Paz? Nunca duvidei disso, nem mesmo antes do Implante. Dentro de mim sempre visualizei Gaia muitíssimo sorridente, nos tempos que se avizinham. Essa imagem veio comigo, acompanhou-me ao longo dos meus 26 anos, no entanto, só agora percebo porquê!

#### **Sábado, 16 de Setembro de 2006 (49º dia)**

Dormi a noite inteira, como não acontecia há já algum tempo. Sonhei bastante, o que é comum, mas não me lembro em absoluto do ambiente. Pela manhã, ao levantar, sinto sempre um pequeno enjoo mas passa rapidamente. Hoje, porém, meditei sobre o assunto e cheguei à conclusão que talvez esteja relacionado com o facto de me estar a ajustar novamente ao corpo físico. Digo isto, porque normalmente sinto muitos enjoos quando a minha energia está a ser reajustada, creio que parcialmente a nível celular (ADN), e por isso se verifica este tipo de sintoma. Devo, no entanto, acrescentar que logo que solicito à minha equipa espiritual (co-crio) que sejam anuladas essas sensações físicas desconfortáveis, elas cessam no mesmo instante. Digo apenas: "Meus queridos, está na altura de regular o meu nível vibratório, elevando-o no sentido de cessar os enjoos ou as dores de cabeça", por exemplo. E puff, como num truque de magia, os sintomas desaparecem. No meu caso, basta que solicite o ajuste vibratório para que os efeitos indesejáveis cessem. Ainda assim, tem sido importante especificar o sintoma que pretendo anular no acto da co-criação. Acho que é a única forma do Espírito (equipa espiritual) saber a que tipo de sintomas me refiro para que, de imediato e apenas mediante a minha solicitação, possam anulá-los. "Eles" fazem o ajuste, mediante a minha manifestação nesse sentido. De alguma maneira, a minha forma de colaborar no processo, para que seja mais suave, é dar-lhes o *feedback*, no sentido de tornar tudo o mais simples possível, sem grande desgaste a nível físico, para mim, aqui na Terra. Até agora tem resultado! Não sei se é, de facto, assim que as coisas funcionam mas, pelo menos, é a forma como as percepciono.

Pelo fim do dia, fomos à praia ver o pôr-do-sol. Foi lindo! As gaivotas pousaram na areia, a menos de dois metros de mim, e sobrevoaram-me várias vezes emitindo sons. Foi uma sensação magnífica. Os meus pais foram caminhar e eu fiquei a contemplar o sol descer sobre a água, apreciando o quão bela é a Terra. Tenho sempre a sensação de que participei na criação de tudo o que forma este planeta. Não sei explicar, mas olho cada vez mais para as coisas, analisando-as do ponto de vista da criação. Nessas alturas, quase sempre me surge uma frase na cabeça: " Fizemos um bom trabalho. Isto é maravilhoso!". Pode ser sugestão mas, na verdade, o sentimento de criador é muito forte em mim. Nenhum sentimento, para além do amor, me eleva mais do que a sensação posterior à criação de algo, através das minhas próprias mãos. É uma sensação maravilhosa e incomparável.

Foi um dia calmo, com bastantes oscilações de humor que felizmente foram anuladas logo que solicitei ajuste.

#### **Nota de revisão a 05 de Novembro de 2006 – Rubrica: A hora do humor:**

Outra questão interessante é esta de eu achar que, para que a co-criação resulte, tenho que especificar o sintoma que pretendo anular. Deve estar a pensar: "Que tonta! Então, eles não sabem tudo?". E eu respondo: "Isso também é verdade, mas será que percepcionam (sentem) os efeitos que o ajuste provoca no corpo físico, de forma tão pormenorizada?" Por outro lado, o meu querido Kryon, poderá estar a rir à gargalhada com esta minha observação e a comentar algo como: "Essa observação não é descabida, é apenas humana!" Seja como for, já serviu para alguma coisa!

#### **Domingo, 17 de Setembro de 2006 (50º dia)**

Era dia de regresso a Lisboa, felizmente. Sonhei muito, esta noite, e tenho uma vaga ideia de algumas imagens. Acrescente-se que são de tal forma complexas que ainda que quisesse seria impossível registá-las. Não consigo entendê-las, logo torna-se impossível passá-las para o papel. Lembro-me do último sonho com alguma clareza, porém, não tem sentido algum.

Ainda durante a manhã, senti-me irritada e ansiosa, desejando sair daquele lugar o quanto antes! Os meus pais, para variar, faziam tudo devagar... devagarinho. Desisti de esperar e fui

para o carro ler o livro I de Kryon, que tinha levado comigo. Continuava instável mas acalmei um pouco logo que comecei a ler. Sofri um pouco durante a viagem, já que senti alguns enjoos (frequente desde o início do Implante). Tratei de solicitar o ajuste e correu bem, porém, só recuperei totalmente quando saí do carro. Depois do almoço, como me acontece sempre que vou para a Caparica, senti uma necessidade imensa de me deitar e descansar. Sentia-me esgotada e muito cansada, ainda que não tivesse feito nada de especial. Sentia uma dor de cabeça localizada ao nível dos chacras da coroa e frontal. Resolvi deitar-me e dormir um pouco! Quando acordei ainda sentia alguma dor de cabeça. Solicitei novamente o cessar desses sintomas e logo melhorei. Mais tarde, fui consultar o *site* do Vitorino de Sousa e já continha as minhas respostas acerca do Implante, aqui ficam:

Pergunta: "Em que consiste, especificamente, o ajuste que ocorre durante os 90 dias após o pedido do Implante Neutralizador?"

Resposta: "Evidentemente que não se pode dar uma resposta com princípio, meio e fim porque esse processo de ajustamento varia de pessoa para pessoa. O que se pode dizer, de uma forma genérica, é que esse "ajuste" consiste num processo de purificação até onde for possível e lícito. Quando alguém faz um pedido do Implante Neutralizador através de uma co-criação - portanto, através de uma declaração verbal em voz alta - é como se essa declaração seguisse para apreciação. Reparem, estamos aqui a utilizar o comportamento humano como termo de comparação, porque seria isso que qualquer humano faria se recebesse um pedido de alguém: analisaria o pedido para ver como o satisfaria. Claro que do nosso lado do véu não é assim que as coisas se passam. Mas temos de falar em termos de comportamento humano porque se não dificilmente conseguem entender. Então, você faz a verbalização, e, deste lado, as entidades que têm essa função avaliam o seu caso, não para ver se é merecedora ou não do que pede - essa questão não se põe, evidentemente, pois a Fonte não escolhe - mas para ver qual a melhor maneira de a servir em função do pedido que fez, qual é a estratégia a adoptar, qual deve ser o primeiro passo e o segundo... embora só na terceira dimensão é que as coisas são numeráveis. Portanto, é sempre um processo de purificação de limpeza cármica, de simplificação, que pode não afectar directamente a sua vida tridimensional. Na sua conjuntura de vida tudo se mantém. Mas poderá ser, por exemplo, uma transformação que afecta o plano emocional, ou afecta o plano psíquico, ou nem um, nem outro, mas afecta o plano afectivo ou o profissional. Não se pode dar uma resposta concreta. É o mesmo que você perguntar o que é que se passa com a lagarta, enquanto está dentro do casulo para se transformar em borboleta. Claro que, neste exemplo, todos vocês sabem que o processo está codificado no ADN da lagarta e, portanto, ocorre sempre da mesma forma, tanto assim que as borboletas, que saem do casulo, são todas iguais. Embora não seja o que se passa com o Ser Humano, podemos utilizar esta analogia: quem pede o Implante Neutralizador vai entrar, metaforicamente, dentro do casulo de onde sairá feito um Ser de Luz. Mas é apenas metaforicamente, porque pode não haver qualquer casulo, uma vez que a pessoa já é uma borboleta... mas ainda não percebeu! Nesse caso, o que acontece é que as cores das suas asas se tornam ainda mais brilhantes!"

Pergunta: "Sobre os 90 dias que se seguem ao pedido do Implante Neutralizador: É frequente surgir necessidade súbita e incontrolável de libertação de algum padrão, por exemplo, do emprego? "

Resposta: "A resposta é um gigantesco sim. Quando um Ser Humano pede o Implante está implicitamente a dizer que quer sair da bolha conjectural onde vive, o que poderá envolver (não é obrigatório) aspectos sociais, profissionais, afectivos, familiares, etc., que têm um determinado contexto e vibração. Enfim, é um filme com um determinado enredo. Assim, pedir o Implante Neutralizador significa sair desse filme e passar para outro. Ou seja, pôr um ponto final naquela tragédia e passar para uma comédia, onde os actores, eventualmente, poderão ser outros, o enredo é outro, a música de fundo é outra, etc. O que talvez possa acontecer durante esses 90 dias é, exactamente, o ganho da percepção do que está podre ou gasto, ou é antigo na vida da pessoa, e está pronto para ser abandonado tranquilamente. Pode acontecer que a pessoa ganhe consciência das contrariedades que anda a viver. Então, como o pedido do Implante Neutralizador significa um processo de purificação e simplificação, um caminho incontornável em direcção à verdade e à transparência da vida, é natural que sinta o impulso de alterar algumas coisas. Mas não é obrigatório, evidentemente. As situações ou pessoas do velho filme que podem ser mudadas para o novo filme, irão passar, porque não estão a mais. Mas é bem provável que em tudo o resto lhe apeteça introduzir modificações. Então, se perante a percepção de que algo tem de sair ou mudar na sua vida, seja uma profissão, um casamento

ou o que for, você contraria ou impede essa mudança, está a contradizer o seu próprio pedido. Não pode pedir para mudar a decoração da sua casa e, depois, não deixar sair os móveis velhos! Não faz sentido. Talvez seja exactamente nessa altura que vai ganhar noção do quanto está apegada aos móveis velhos. E se não gostar dos móveis novos, perguntará? Mas não pode deixar o medo introduzir-se no processo. O pedido Implante Neutralizador significa a activação consciente do seu Grupo de Apoio Interdimensional. Assim, se, através do trabalho desenvolvido, ganha consciência de que alguma coisa tem de sair da sua vida, evidentemente que não é para a prejudicar. Eis o velho mecanismo negativo dos Humanos: se têm de mudar... a primeira sensação é que vão ficar pior! Não há sintoma mais clássico da Velha Energia do que este. A Velha Energia deixa pouco espaço para a esperança e o optimismo, para não falar da certeza, que, naturalmente, são atributos da Luz. Que você se sinta um pouco abatida e triste durante o período de encasulamento, é compreensível. Mas é para se habituar a viver na alegria e na abundância, que, se calhar, você não sabe o que é, excepto em situações pontuais. Tem aí os exemplos daqueles que fizeram o processo e que demonstram claramente o que resultou dessas modificações. Por que é que consigo haveria de ser diferente? Acha que, para o Céu, uns são filhos e outros são enteados? Acha que não é merecedora? Acha que tem assim tantos "pecados" que vai ficar no fim da fila? O Implante Neutralizador serve, precisamente, para retirar estes aspectos do velho programa."

#### **Nota de revisão a 06 de Novembro de 2006. Rubrica – A hora do Humor:**

A propósito de pessoas, cujo rosto não consigo definir, embora me pareçam familiares, esta noite voltei a ter a mesma sensação. A única imagem que vislumbro é a de um rapaz, na casa dos 28 a 30 anos a olhar para mim e a sorrir. Este jovem tinha cabelo escuro, curto, e uns bonitos olhos azuis. Tive uma sensação de familiaridade indescritível. Acordei logo em seguida com uma sensação maravilhosa. Semiconsciente, vi-me rodeada por um vazio de luz branca, como se naquele lugar não houvesse espaço, tempo ou qualquer espécie de forma. Era tudo branco, pacífico e envolvente. Por fim, já consciente, lembro-me de ter a nítida sensação de que conhecia aquele rapaz mas não sei de onde. (não estive presente nesta vida, isso tenho certeza! Tenho uma memória muito boa, jamais me esqueceria, se fosse o caso). Embora não me recorde da sua identidade, sei que é alguém importante para mim, uma vez que senti muita vontade de voltar a estar com ele. É como se diz: "A felicidade do pobre dura pouco!" Não me sinto triste, de forma alguma, só tenho saudades daquele sorriso encantador. Quem sabe não é ele o meu príncipe? Já deve estar cansado, por esta altura. Sim, porque deve vir de longe e a pé... pelo tempo que demora! Sou paciente! Quem já esperou uma eternidade, espera mais duas ou três semanas. Seja como for, a ansiedade e eu temos tido uma relação muito equilibrada nos últimos dias. Dei-lhe umas férias e acredito que não volte tão cedo.

#### **Segunda-feira, 18 de Setembro de 2006 (51º dia)**

Continuo a sentir um ligeiro enjoo logo que desperto, mas poucos minutos depois fico bem. Sonhei bastante esta noite e o conteúdo de um dos sonhos relacionava-se com uma co-criação que fiz recentemente. Co-criei a cura do meu problema de miopia. Tenho miopia desde os seis anos, sempre usei óculos, que substituí por lentes de contacto há mais ou menos oito anos. Tenho uma graduação bastante elevada (treze dioptrias e sem lentes não vejo nada, além de um emaranhado de coisas desfocadas e sem definição alguma). O sonho foi bastante intenso. Sonhei que acordava curada. Durante o sonho eram-me colocados vários textos, diante dos olhos, e eu sem lentes lia-os todos. Lembro-me de ter corrido para contar à minha mãe mas não me recorde, em absoluto, da sua reacção. Despertei e logo em seguida voltei a adormecer. Novamente sonhei com a mesma situação. De manhã, quando acordei pude perceber que tudo estava na mesma. No fundo, acho que se deve um pouco ao facto de não acreditar que posso curar-me, assim de um dia para o outro, apenas pela co-criação. Seja como for, tudo está bem. Não posso fingir que acredito. Ou acredito ou tenho dúvidas. Pode ser que tudo mude daqui a uns tempos.

Foi um dia relativamente calmo e tranquilo. Tive algumas oscilações de energia mas nada de especial. Fui ao ginásio esta tarde e até estava bem disposta, ainda assim, notei um decréscimo acentuado de energia. Queria fazer os exercícios mas não tinha forças. Foi muito estranho. Era como se o meu corpo me pedisse: "Descansa". Sei que a minha energia está a ser alterada devido ao Implante, e talvez por isso sinta um cansaço extra. Seja como for, o dia foi bastante tranquilo.

### **Nota de revisão a 06 de Novembro de 2006. Rubrica – A hora do humor:**

Que achava eu que ia acontecer? Que de um momento para o outro acordaria curada? A co-criação tem como base a ausência de tempo. Isto é, não é suposto eu determinar um prazo para que se cumpra. Tipo patrão que diz ao empregado: “Quero tudo pronto para ontem!”. As coisas chegam no momento apropriado e não me posso esquecer que uma co-criação promove muita energia à minha volta. Não sou só eu que mudo, tudo o que estiver directamente ligado a mim muda. Se a cura não me foi concedida de imediato, é porque decerto há uma razão maior para tal. Vou esperar para ver. Eu sei que a minha “malta” não brinca em serviço! É como diz o meu amigo Kryon: “O ser humano é muito pouco paciente”. Eu que o diga! A paciência fazia-me, por esta altura, algumas visitas esporádicas, e olhe lá!

### **Terça-feira, 19 de Setembro de 2006 (52º dia)**

Não posso deixar de referenciar uma “coincidência” que me tem ocorrido, várias vezes, ao despertar: o numero 11:11. Na verdade, não ocorre neste formato, hoje, por exemplo eram  $11:47 = 11:4+7=11 = 11:11$ .

O dia foi particularmente calmo com algumas surpresas à mistura. Pude participar num projecto espiritual, que merece todo o meu amor, e sinto-me muito feliz por isso. Senti uma grande paz, durante todo o dia, excepção feita de quando tive que ir ao Centro Comercial Colombo, local que não me agrada particularmente por ter muitas energias diferentes a flutuar no ar. Senti-me bastante mal (sobrecarga energética) mas logo co-criei no sentido de elevar a minha frequência vibratória, e resultou. Sinto-me cada vez mais sensível às energias que me envolvem, porém, com esta ferramenta maravilhosa que é a co-criação, num minuto acaba-se o suplício. Foi um bom dia, recheado de paz e tranquilidade, sem sobressaltos de maior.

### **Quarta-feira, 20 de Setembro de 2006 (53º dia)**

Acordei bem disposta, embora cansada. Dormi pouco esta noite. Tinha um compromisso pela manhã, como tal tive que acordar mais cedo. Adormeci era quase 02h30. Como acontece sempre, levei uns trinta minutos a adaptar-me à realidade desperta. Sonhei a noite toda! Foi tão real que parecia ter acordado de outra realidade. Ainda assim, não me lembro ao certo do sonho que, para não variar, foi bastante confuso. Fui almoçar com uma amiga, muito querida, e ex-colega de trabalho. Demos um passeio pelo Centro Comercial em Almada mas, felizmente, não senti enjoos, algo que é bastante frequente sempre que circulo em locais fechados, com muitas energias misturadas, como é o caso dos centros comerciais. Oscilei ligeiramente mas nada de significativo. Ao chegar a casa, senti-me impaciente e cansada, mas não associei a nenhum factor em particular. Só mais tarde percebi que se tratava dos mesmos sintomas que tenho quando venho da Costa da Caparica. Pelo visto a energia da margem Sul tem o poder de me deixar de rastos e esfomeada! Vá-se lá saber porquê! O resto da tarde correu sem grandes agitações. Não tive coragem de ir caminhar ao parque (estava de rastos).

Foi um dia normal. Continuo a sentir-me em paz e sossego. Nem sequer me preocupa a questão de estar desempregada. Algo me diz que logo que co-crie nesse sentido tudo se resolverá. Vou esperar pelo fim dos 90 dias para fazer a minha parte.

### **Quinta-feira, 21 de Setembro de 2006 (54º dia)**

Acordei muito bem disposta. Um dos meus sonhos foi simplesmente maravilhoso! Creio que ainda sob a influência de Kryon. Ontem descobri no *site* Velatropa.com, do Vitorino de Sousa, as canalizações em Áudio de Lee Carroll (em Inglês). Dado que o *download* era gratuito, descarreguei-as no meu computador e passei todas para CD's. Não fazia ideia do que encontraria. Foi muito mais do que alguma vez sonhei sentir. Logo que Kryon se apresentou, iniciando a canalização, o simples som daquela voz... ah, aquela voz! Nunca, antes, tinha experimentado tanta doçura na voz de alguém. Sei que a voz é a do Lee Carroll (puro mel para os meus ouvidos), porém a vibração que emanava daquela voz... era tão forte e intensa que chorei como um bebé durante toda a canalização. Nunca tinha sentido uma energia tão forte! Ao longo da canalização tive a sensação de “estar em casa”. Não voltarei a ser a mesma depois de ter sido tocada por tamanho amor. Foi muito mais do que uma canalização, foi um banho de amor puro, doçura, foi uma autêntica cura. Adormeci como um bebé embalada naquela doce vibração.

Sonhei que estava numa espécie de café e falava com o Vitorino sobre canalização. Perguntava-lhe como era canalizar, qual era a sensação. Então ele levantou-se, pegou na minha mão, convidou-me a aninhar a cabeça no seu ombro e a dançar com ele. Não havia música mas ambos ouvíamos a música... uma vibração de amor, de doçura envolveu-nos naquele momento. Entrámos ambos em Estado de Graça... Foi maravilhoso. Envolveu-nos um sentimento maior do que qualquer coisa que possa escolher para adjectivá-lo. Tal vibração não cabe nas palavras. Tenho estado em Graça desde então.

Não senti enjoos nem dores de cabeça por mais de dois segundos! A vibração do Kryon, através do Lee Carroll, é puro mel que tempera os meus sentidos. Quando o ouço sinto-me em casa, sinto-me parte do Todo... é uma sensação difícil de traduzir. Ler as mensagens de Kryon já era maravilhoso, mas senti-lo através da sua vibração é simplesmente incomparável. Como é divertido! Aquela risada é tão familiar! Esperei ouvi-la tantas vezes! A vibração daquela risada faz rejubilar o meu coração. Foi um dia maravilhoso, pleno de alegria, graça... paz... e Amor Verdadeiro.

#### **Nota de revisão a 06 de Novembro de 2006. Rubrica – A hora do humor:**

Este foi um dia muito especial, o dia em que ouvi, pela primeira vez, a vibração do Kryon, através de Lee Carroll. Que sensação! Chorei tanto e de tal forma, que quase afoguei a almofada. Foi uma sensação muito forte. Acredito, ao ouvir o Kryon (pelo Lee Carroll), ter reconhecido a vibração de um amigo de longa data. Não se iluda com o facto de eu ter apenas 26 anos. A cada dia que passa sinto, cada vez mais, os anos de experiência de vidas passadas. Acredite em mim, eu sou um desses "fósseis" que anda nestas lides há muitos milhares de anos. Das duas uma, ou eu gosto mais disto do que chocolate ou sou mais burra que uma porta!

#### **Sexta-feira, 22 de Setembro de 2006 (55º dia)**

Não me lembro muito bem do que sonhei. Foi tão confuso que mal consigo alinhá-lo de forma a fazer sentido. Hoje é sexta-feira e dia de deixar fluir o meu lado "gata borralheira". Senti-me bem, muito alegre e feliz. Ouvir as canalizações do Kryon tem sido uma autêntica cura para mim.

Hoje fui ao meu antigo emprego e felizmente encontrei alguns amigos. Rejubei com a forma como me receberam, especialmente um deles que, por norma, é pouco expansivo. Ao fim da tarde fui ao ginásio. Senti-me muito feliz a pairar por lá. Senti-me muito bem durante todo o dia, sem qualquer tipo de enjoo ou dor de cabeça. Continuo em Estado de Graça. A propósito, agora há pouco apercebi-me que iniciei o processo do Implante numa data que até agora não tinha prestado atenção. Comecei a 30 de Julho de 2006 (foi como identifiquei o ficheiro). Somando a data dá = 9 ( $30+07+2006 = 3+7+2+6=18= 1+8= 9$ ). Coincidência? Hum, não me parece. Ainda a propósito o 9 é de facto o meu número (Numerologia), dia, ano de nascimento e soma de todas as letras que compõem o meu nome. Bom, seja como for, não me parece que nada disto seja ao acaso. Também acordei hoje às 10:55=  $1+5+5= 11...$  tal como nos dias anteriores.

#### **Sábado, 23 de Setembro de 2006 (56º dia)**

Acordei entusiasmada. Chegara finalmente o dia do *workshop* de canalização. Bom, a verdade é que eu queria ir mas não sabia muito bem porquê (ainda agora não faço ideia). Foi um dia maravilhoso! Entrámos na sala e, poucos minutos depois, comecei a sentir uma energia de amor muito forte, que se espalhava por todo o recinto. Era de tal forma esmagador que muitas vezes estive a ponto de chorar. Quando entraram os orientadores do curso, a Hélène e o João Carlos, fiquei bastante surpreendida. Tanto um como o outro têm uma presença maravilhosa, energeticamente, falando. Conheci muitas pessoas e senti-me muito bem ao longo de todo o dia. No meu coração pairava uma paz e uma alegria tão grande que era impossível que os meus olhos não estivessem a brilhar. Nem sinal dos sintomas indesejáveis... Foi um dia memorável!

#### **Domingo, 24 de Setembro de 2006 (57º dia)**

Foi o 2º dia do *workshop*. Voltei a encontrar rostos amigos. Sentia-me em paz. Não senti enjoos nem dor de cabeça durante todo o fim-de-semana. Ao contrário, sentia-me em paz e plena de alegria. A energia na sala estava carregada de amor, como no dia anterior. A Hélène e

o João continuavam super animados, como seria de esperar. Ainda de manhã, fizemos um exercício de preparação para a canalização mas, mesmo antes de o mesmo ter início, eu já sentia uma dor na região do chacra cardíaco, tal como, na zona da garganta. Fiz o exercício mas não observei nenhum tipo de ligação, ou mesmo activação do ouvido interior (o que se verificou com o resto do grupo). Quando chegou a hora da canalização é que foi... Eu sentia o coração a doer, a garganta a doer... mas não conseguia falar. As palavras não saíam. Só ouvia uma voz dentro de mim que me dizia: "Anjo, anjo, tens tudo o que é preciso. Abre o coração e deixa fluir". Eu tentava e dizia: "Se é para canalizar eu disponho-me a tal". Mas, na verdade, eu não queria fazê-lo. Estava na luta entre "será que devo, será que não". O meu coração batia descompassado e continuava a ouvir: "Anjo, serena o teu coração, serena o teu coração". Por mais que me esforçasse não conseguia, e estava a entrar em desespero. Respondia-lhes (às vozes que ouvia) dizendo: "Isto não é para mim! Eu não sei verbalizar oralmente. Essa não é a minha maneira de expressar amor. Eu sou livre quando escrevo. É essa a minha maneira de expressar amor. Eu não estou preparada para isto, ainda não!" No pico do desespero vi Jesus, que abriu os braços e disse apenas: "Vem cá, meu bichinho acuado". Para não variar, lá vieram as lágrimas enquanto me abraçava. De repente, senti um calor muito grande nas duas mãos, como se tivessem colocado as mãos em cima das minhas. Perdi o contacto com Jesus e vi nitidamente o rosto de Paolo Veneziano. Nunca antes tinha falado com ele, nem visualizado a sua imagem, como visualizava a de Jesus, Seraphis Bey, ou outros. Ele sorria para mim. Que sorriso lindo! Eu sabia quem ele era porque já conhecia por foto... sempre o achei lindíssimo! Ainda assim, nunca senti com ele qualquer tipo de afinidade. Paolo sorria para mim e disse: "Anjo, não tens que o fazer se não é a tua vontade. Tu ditas o momento! Foi um bom teste ao teu livre arbítrio". Quando ele começou a falar comigo o meu coração batia tanto que quase me saía pela boca, mas foi serenando a pouco e pouco. Ainda assim, continuava a chorar porque a energia de amor que me rodeava era tão forte que mal podia controlar. Reparei que ele estava todo vestido de verde, e na minha cabeça surgiu a palavra cura. Ele estava a curar-me, estava a sanar a tempestade... e talvez a curar qualquer outra coisa da qual eu não estava consciente. Apenas sinto que estava a ser curada. Depois ouvi: "Anjo, não te amamos menos por isso. Sentes o nosso amor?" Apesar de ser uma só voz, aquela voz era um grupo. Não me perguntem como eu sei, apenas sei.

Maria também me disse: "Por que choras, pequena?" Foi muito forte! Foi uma luta comigo mesma entre: "uso o meu livre arbítrio e digo-lhes que não é minha vontade fazê-lo ou colocome à disposição, porque talvez haja algo que me queiram mostrar?" Que situação! Foi complicado. Agora eu sinto que, de facto, aquela era apenas mais uma situação onde deveria usar o meu livre arbítrio. Acredito que a questão nunca foi canalizar ou não. Mas a parte melhor ainda estava por vir. Estava sentada na cadeira, enquanto a Hélène e o João se despediam e pensava: "Eu gostava de lhes dar um abraço, será que devo?" Depois pensei: "Pensar bloqueia. Vou seguir o meu coração e pronto". E assim foi, sem pensar, saltei da cadeira, quase que anestesiada, e fui dar um beijo e um abraço na Hélène. Queria apenas agradecer-lhe pela oportunidade. Nunca pensei sentir o que senti. Quando a abracei tive uma sensação de amor tão profunda, como que um reconhecimento. A energia dela provocou um impacto tão forte que as lágrimas me vieram aos olhos. Para piorar, quando abracei o João foi a gota de água. A energia dele é mais serena, pacífica, doce, meiga. Senti um amor puro, durante o tempo em que estivemos abraçados (10 ou 15 segundos). Mais um reconhecimento. Nunca me tinha sentido tão amada como me senti nos braços dele. Em jeito de despedida, dei-lhe um beijo no rosto e afastei-me. Ele segurou a minha mão e carinhosamente, sorrindo disse: "Até breve". Quem diz que depois daquilo eu consegui conter a emoção? Qual quê? Chorei sem parar durante um bom pedaço de tempo, ainda na sala. Eles despertaram qualquer coisa em mim. Não sei o quê, mas foi muito forte. Fiquei de tal forma alienada que resolvi ir a pé do Saldanha até Alvalade e, ainda por cima, estava a chover! Nem sequer me dei ao trabalho de abrir o guarda-chuva. Caminhei anestesiada, sentindo-me tocada pelo amor daqueles dois quando me abraçaram. Ao mesmo tempo, sentia a dor de não poder estar mais tempo perto deles. Como se tivesse que os deixar ir, que deixar ir aquela energia maravilhosa que me envolveu. Cheguei a casa e não me apetecia falar com ninguém, apenas ficar em silêncio e foi o que fiz.

### **Segunda-feira, 25 de Setembro de 2006 (58º dia)**

Acordei bastante triste e com os olhos inchados. Ontem à noite chorei muito, mesmo muito. Sentia uma dor profunda na alma, uma dor de dimensão intraduzível. Sempre que me lembrava do abraço do João Carlos a dor crescia, mais e mais, acompanhada pelas lágrimas incessantes que teimavam em marcar presença. Acredito que o João tenha despertado em mim uma velha ferida. Senti-me tão amada quando ele me abraçou! Talvez isso explique a minha presença naquele *workshop*. Era esperado ele activar uma memória dolorosa para que pudesse ser limpa? Terá ele servido para despertar (iluminar) em mim a velha dor da solidão amorosa? E como é profunda! Nunca fui correspondida no amor. Dá para avaliar o tamanho da carência? Do rombo emocional? Há muito tempo que essa questão não vinha ao de cima, mas eu sabia que ela estava lá. Sabia que, tarde ou cedo, ela viria à tona de água. E assim foi. O João, inconscientemente, acabou por trazê-la à superfície. Ali eu percebi o quanto me dói não ter um companheiro. O quanto me dói estar sozinha, até hoje. Por tudo isto, hoje, continuei a sentir-me triste, e acredito que ainda há muita dor para chorar. Seja como for, não pretendo voltar a reprimir as lágrimas.

Durante o dia, não senti enjoos, apenas alguma dor de cabeça devido ao facto de ter chorado muito, tal como me acontecia sempre que essa situação se repetia. Continuo a chorar, nos dias que correm, mas já não me sinto vítima das circunstâncias. Agora choro, consciente de que é preciso curar a ferida. A tristeza e a mágoa não me definem mais... são apenas uma parte das experiências que vivi. Já não preciso delas! Foi um dia triste, muito triste... A noite anuncia lágrimas. Está na hora de chorar as perdas, as dores... enfim, de me libertar do que já não serve.

### **Nota de revisão a 06 de Novembro de 2006. Rubrica – A hora do Humor:**

Muitos baldes (de lágrimas) enchi eu naquela noite! Já me doíam os ossos das mãos de tanto torcer os lenços. Ainda hoje, o meu coração aperta quando me recordo daquele abraço. Não sei explicar, mas há qualquer coisa no João que me é familiar. Senti-o ao longo de todo o *workshop* mas, verdade seja dita, a catarse foi durante o abraço. Ver-nos-emos por aí, tenho a certeza!

### **Terça-feira, 26 de Setembro de 2006 (59º dia)**

Acordei descansada. Sei que sonhei toda a noite mas não me lembro de nada, para não variar muito. Hoje não me senti tão triste como nos dias anteriores. Já me sinto um pouco mais animada. Não senti enjoos nem dor de cabeça, durante todo o dia. Sinto-me cada vez mais próxima da minha verdadeira identidade e isso deixa-me muito, muito feliz. Foi um bom dia!~

### **Quarta-feira, 27 de Setembro de 2006 (60º dia)**

Foi um dia um pouco mais complicado. Senti-me um pouco ansiosa, mas nada de especial. Não me lembro do que sonhei hoje, embora tenha absoluta certeza de que sonhei toda a noite, como sempre. Hoje é dia 27 do mês 9 ou seja,  $2+7 = 9$  e mais um 9, correspondente ao mês. Para fechar em beleza, o meu pai acordou-me eram precisamente 09:09. Coincidência? Não me parece. Foi um dia com muito pouco para contar. Não aconteceu nada de relevante, pelo menos que eu tenha consciência. Digo isto porque a minha maravilhosa equipa espiritual de apoio deve estar a dar no duro, já que, os sintomas hoje agravaram um pouco. De qualquer forma, logo que me senti incomodada, tratei de solicitar que elevassem o meu nível vibratório (sentia-me bastante desconfortável) e tal acabou por se verificar. Provavelmente, os ajustes que estão a ser feitos fazem oscilar a minha energia, provocando a descida do nível vibratório e em consequência algum desconforto. Ainda assim, confio muito neles. São uns amores e temos trabalhado (mais eles, que eu) numa parceria de coração.

### **Quinta-feira, 28 de Setembro de 2006 (61º dia)**

Sonhei bastante esta noite, embora não me lembre exactamente o quê. Durante o dia senti-me um pouco ansiosa, não porque estivesse preocupada com o facto de estar desempregada ou com qualquer outro assunto; estava simplesmente inquieta. Não aconteceu nada de especial durante o dia. Fiquei em casa. Não me apetecia sair. Tenho dias que não me apetece, de todo, colocar o pé na rua. Noutros, porém, a simples ideia de estar em casa me deixa desorientada. Estranhamente, e ao contrário do que possa pensar, não me sinto nem um

pouco preocupada com o facto de estar desempregada. Tem sido uma pausa agradável, com alguns momentos mais complicados. Ainda assim, nada que me tenha dado muita dor de cabeça.

**Nota de revisão a 06 de Novembro de 2006. Rubrica – A hora do Humor:**

Devia estar mesmo bem-humorada no dia que registei isto. Que coisa pobre! Onde é que já se viu passar dois dias sem dar uma para a caixa? Detesto mastigar texto, mas foi o que fiz nestes dois dias. Perdão, meu querido leitor, mas não estava, seguramente, nos meus melhores dias.

**Sexta-feira, 29 de Setembro de 2006 (62º dia)**

Sonhei bastante, como nas noites anteriores, sonhos vívidos, reais. Por vezes, tenho a sensação de estar a viver em realidades paralelas. Tenho-o sentido várias vezes no decorrer do processo, e esta noite voltou a acontecer. Não tenho tido enjoos nem dores de cabeça, facto que tem contribuído bastante para manter o meu sorriso no rosto. É engraçado observar como a minha perspectiva das coisas muda a olhos vistos. Há dias em que estou parada a olhar o céu e, de repente, é como se não existisse mais nada à minha volta e fosse parte daquele imenso azul. Por vezes, tenho a sensação que me misturo com a natureza. Não é uma sensação fácil de explicar. Sinto-me como se não estivesse separada de nada. É uma sensação maravilhosa. Também tenho conseguido controlar melhor este meu impulso de dar palpites, e isso deixa-me verdadeiramente satisfeita. Noto, também, que já não levo as coisas tão a peito, chegando até a sentir-me, por vezes, inserida num jogo que já consigo observar como mero espectador. É certo que ocorre apenas em alguns momentos mas, seja como for, é um bom começo. A minha confiança aumenta a olhos vistos. Quando olho para algo que, até então, era completamente impossível, de repente, percebo que não há nada que me impeça de alcançá-lo. É uma sensação estranha, mas algo semelhante ao facto de deixar de sentir limitação.

Fui ao ginásio ao fim da tarde. Estive a conversar com um amigo, que já passou pelo Implante Neutralizador, que me disse que se sente cada vez melhor. Diz que já não se preocupa tanto com coisas que antes lhe tiravam o sono e que tem tido uma dificuldade maior de concentração, especialmente, na meditação. Fiquei um pouco mais tranquila.

Curiosamente, esta manhã, quando olhei para o telemóvel e vi a data de hoje apercebi-me que era 29 de Setembro (mês 9) =  $29 = 2+9=11 = 11/09$  e logo me ocorreu: "Hoje vai acontecer qualquer coisa. A numeração de Kryon". (Acção espiritual apropriada). Esperemos para ver.

**Nota de revisão a 06 de Novembro de 2006. Rubrica – A hora do Humor:**

Como vê tenho ido às aulas! Kryon é um bom professor, meiguinho, divertido e acima de tudo verdadeiro.

**Sábado, 30 de Setembro de 2006 (63º dia)**

Tive um dia bastante calmo. Não senti nenhuma oscilação de energia. Sinto-me serena. No fim do dia, porém, senti-me irritada, nervosa mas passou rapidamente, logo que solicitei elevação da minha vibração. Ainda não consigo harmonizar-me totalmente com os meus pais. Não que discuta com eles, mas irritam-me. Não percebo porquê! Tenho de perdoá-los mas, por muito que pense, não encontro nenhuma situação que requisite perdão. Acredito que todo este conflito já venha de outras vidas. Não sei explicar, mas o meu pai tem o dom de me tirar do sério, especialmente quando começa a barafustar. Quando altera a voz ou começa a gritar, desequilibra-me em segundos. Por norma, ele é bastante calmo e doce mas, quando se enerva, devido ao problema de tensão elevada, tem o poder de me virar de cabeça para baixo. Será uma questão de energia? Será que a minha energia entra em conflito com a dele? O que sei é que tudo isto me faz sentir muito mal. O desconforto é de tal ordem que chego a evitar chegar perto. Tenho que resolver isto! Não sei como fazê-lo, mas mantenho a minha vontade de sanar este conflito com ambos.

A propósito do que falei ontem, relativamente à data, estava a jantar quando vi a notícia da queda do avião no Brasil. Ontem não vi notícias mas apressei-me a perguntar quando tinha caído e os meus pais confirmaram ter sido sexta-feira, dia  $29 = 2+9=11$  do mês 9. Alguém percebeu que o avião transportava 155 pessoas? Coincidência?  $1+5+5=11$ . Eu sabia que ia acontecer qualquer coisa, e aqui está a prova! Caiu um avião com 155 ( $1+5+5=11$ ) pessoas a

bordo, dia 29 (2+9=11) no mês 9 (Setembro). Eis a numeração de Kryon = Acção espiritual apropriada. Dá que pensar, não dá?

**Nota de revisão a 06 de Novembro de 2006. Rubrica – A hora do Humor:**

Sou tão inteligente que às vezes até me espanto! Não é que a minha intuição estava certa? É pena que seja tão pouco esperta no que toca à confiança na pobre coitada (intuição). Ela bem se esforça mas a malta é jovem, não liga...

**Domingo, 1 de Outubro de 2006 (64º dia)**

Fui à feira esta manhã. Muita gente, muita energia diferente. Não é um ambiente fácil. Senti-me muito bem durante o tempo que lá estive, porém, logo que abandonei o recinto tive uma certa dificuldade em voltar a equilibrar a minha energia.

Hoje fiquei muito satisfeita porque o meu pai entrou em stresse, o que já é hábito, mas desta vez não me afectou. Desta vez até achei graça. Este, sim, foi um passo importante para mim. Ontem co-criei, uma vez mais, no sentido de equilibrar todos os níveis do meu ser e de me harmonizar com tudo o que me rodeia, especialmente, a minha família directa, pai, mãe e irmão. O dia foi bastante calmo. Estou muito confiante no que vem por aí. Sinto-me cada vez melhor, embora com algumas oscilações. Devo acrescentar, no entanto, que a sua intensidade tem diminuído, bem como, o grau de frequência com que sucede.

**Segunda-feira, 2 de Outubro de 2006 (65º dia)**

O meu pai chegou mais cedo hoje. Disse-me que tinha pedido baixa médica. Tem um tendão da mão atrofiado. Foi um choque para mim: "Acabou-se o sossego" - lembro-me de ter pensado. Aquela situação descontrolou-me de tal maneira que comecei a sentir-me extremamente mal-humorada, irritada e ansiosa. Só de pensar que teria que conviver o dia todo com ele, fiquei com os nervos em franja. O meu pai sempre foi carinhoso e atencioso comigo, mas de há uns cinco anos para cá, sem razão que o justifique, comecei a sentir-me mal sempre que estava perto dele. A sensação que tenho é a de que ele me desequilibra, me irrita-me e me faz perder o controlo, muitas vezes. Não que ele faça algo nesse sentido. O simples facto de falar mais alto, ou de estar deitado no sofá à espera que tudo lhe venha parar às mãos, tira-me do sério. Ele sempre foi assim, por isso, não percebo a razão de, há um tempo para cá, isso mexer tanto com o meu sistema nervoso. Encarei tudo isto como mais um problema que estava a chamar a minha atenção. Respirei fundo e fui passear o cão. Precisava analisar e resolver a situação. Mais um lado negro e difícil em que a luz começava a incidir. Pensei: "Como posso eu estar em harmonia com o mundo, se não consigo sequer estar em harmonia com os meus pais e com minha família (irmão e cunhada)? Que tipo de amor é esse que eu apregoo e que não consigo sequer partilhar em casa? Algo aqui não está certo". No caso da minha mãe, eu até entendo a mágoa que sentia, e por vezes ainda sinto. Afinal, nunca tivemos propriamente uma relação carinhosa de parte a parte. Quanto ao meu pai, não entendo o porquê de tanta raiva, tanto rancor. Ele sempre foi um pai maravilhoso, sempre carinhoso e nunca negou nenhum pedido meu. No entanto, de há quatro ou cinco anos para cá, sinto-lhe uma raiva tão grande, que chega a incomodar-me. Desde o falecimento da minha tia (há cinco anos), a minha relação com a minha mãe tem melhorado de dia para dia. Agora sinto que somos mãe e filha. Estranhamente, quanto mais me aproximava da minha mãe, mais dificuldade tinha em conviver com o meu pai. Seja como for, cármico ou não, eu voltei a manifestar a minha intenção de sanar este conflito com ele. Não posso continuar a fugir! Percebo claramente que esta baixa é uma oportunidade para sanar o conflito entre nós, uma vez que há pouco tempo havia manifestado essa intenção, co-criando com o espírito. Eis a oportunidade de ultrapassar a questão. Percebi-a claramente quando senti o desequilíbrio que me causou o simples facto de pensar que ia ter que passar o dia todo com ele. Recordei as palavras de um amigo "lá de cima": "Quando algo te tirar a paz, fica atenta, já que, é um problema a manifestar-se que requer solução". Assim sendo, voltei a co-criar com espírito: "Bem sei que manifestei a intenção de sanar todos os conflitos entre mim e a minha família directa e quero fazer a minha parte... mas como posso fazê-lo se mal suporto a sua presença? Se a sua simples presença me faz mal e me faz sentir em total desequilíbrio? Como posso amar alguém se esse alguém me irrita profundamente? Não imagino o que proporcionou tudo isto, mas, seja o que for, não faz mais sentido. Quero colocar-lhe um ponto final. Eu perdoe se ele

em algum momento me ofendeu, mesmo não tendo consciência da ofensa, e peço perdão por toda a dor que lhe possa ter causado. Perdoo também a mim por isso. Quero harmonizar-me com ele. Esse é o desejo do meu coração. Quero amá-los como eles merecem e aceitá-los como são. Mas não é possível se continuar a sentir este tipo de reacção (raiva) sempre que estiver na sua presença". Logo me lembrei de co-criar algo mais preciso. "Manifesto a minha intenção pura de sanar este sentimento de raiva, desconforto e desequilíbrio que sinto quando estou perto do meu pai. Quero amá-lo, aceitá-lo e respeitá-lo como ele merece". Como que por magia, quando regresssei a casa, já me sentia bem com o facto de ele estar de baixa e comecei inclusivamente a pensar num programa para fazermos juntos amanhã. Convidei-o para uma tarde de cinema, como nos bons velhos tempos. Sentia-me bem perto dele e aquele sentimento de raiva e rancor desapareceu. Estou muito feliz e alegre.

Cada vez mais, chego à conclusão que este ajuste, na verdade, se trata de atrair, com maior rapidez, situações cármicas pendentes para que se solucionem. Não há, a meu ver, uma cura do carma; há sim uma consciência maior sobre o mesmo e, como tal, uma necessidade crescente de lhe colocar um ponto final. É como se colocassem diante de mim todas as oportunidades para transcender esse carma, uma de cada vez, é claro.

Fui ao ginásio e lembro-me de ter comentado com uma amiga, espiritualizada, sobre o incidente do avião que caiu no Brasil com 155 passageiros (11) no dia 29 (11) do mês de Novembro. O 9 e o 11, a numeração de Kryon – o que indica acção espiritual apropriada. Ela não conhece a Numerologia de Kryon e por isso não ligou a nada do que eu disse. De repente, olhei para a televisão que estava a emitir um anúncio e vi 11:11 aparecer no centro do ecrã. Sugestão? Não me parece!

#### **Nota de revisão a 07 de Novembro de 2006. Rubrica – A hora do Humor:**

Como estava inspirada neste dia, reparou? Finalmente um texto coerente e pouco confuso, ao contrário de muitos que escrevi nos dias anteriores. Sim, senhor! Assim já estamos a falar outra língua!

#### **Terça-feira, 3 de Outubro de 2006 (66º dia)**

O meu pai ficou em casa, está de baixa. Correu tudo muito bem. Em momento algum me irritei com a sua presença e chegámos a ir ao cinema de tarde, como nos velhos tempos. Ali estava a imagem de uma relação feliz entre pai e filha. Fiquei muito satisfeita. Se foi o resultado da co-criação? Claro que sim... não tenho dúvidas. Foi um bom dia.

#### **Quarta-feira, 4 de Outubro de 2006 (67º dia)**

Acordei um pouco zozna. Sonhei a noite toda, mas desta vez lembro-me de uma ou outra imagem. Num dos sonhos, sonhei que estava numa festa e que tinha vindo à rua apanhar um pouco de ar fresco. Era noite e quando olhei para o céu para contemplar as estrelas, de repente, vi uma nave gigante com várias naves mais pequenas em volta. Estava tão perto que, se estendesse a mão, poderia tocá-las. Fiquei apavorada e lembro-me de ter pensado: "Será que isto é o que significa estar consciente de tudo? Ser capaz de ver as naves e tudo o resto que engloba o Universo?" Aquilo assustou-me, não sei muito bem porquê! Eu nem tenho medo de naves, sei que são irmãos de outras dimensões. Que significado terá este sonho? Pela manhã, ainda me senti um pouco inquieta e irritada, mas acho que não tinha a ver com a presença do meu pai, uma vez que me senti melhor quando co-criei a elevação da minha vibração. Foi um dia agradável apesar de uma ou outra indisposição.

#### **Quinta-feira, 5 de Outubro de 2006 (68º dia)**

Acordei desta vez com horário "6". Das três vezes que vi as horas a numerologia era 6. Acredito que tenha algo a ver com a co-criação de ontem, no sentido de activar as camadas de ADN lemurianas. A camada 6 do ADN é a camada referente à comunicação. Sabe-se lá o que vem por aí. Vamos esperar para ver.

Esta noite sonhei que fazia parte da equipa Kryon. Provavelmente, este sonho deve-se ao facto de ter estado a ver fotos dos eventos no *site* do Lee Carroll. Não me imagino a fazer canalizações, nem nada que se pareça. Nunca tive talento para falar em público (na escola todos se queixavam que eu falava muito baixo). Também não digo: "desta água não beberei". Nunca se sabe. Seja como for, não é algo que me deixe particularmente à vontade. Há pouco

tempo manifestei a intenção de ser encaminhada para um emprego que me permita sustento, numa área em que possa, simultaneamente, explorar ao máximo o meu potencial. Vou esperar para ver. Foi uma tarde bastante calma sem muito para contar. Senti-me bem, alegre e entusiasmada. Nem sinal da dor de cabeça ou enjoos. Foi um bom dia, sereno e tranquilo.

#### **Sexta-feira, 6 de Outubro de 2006 (69º dia)**

Acordei bastante preguiçosa. Foi uma luta para deixar a cama. Cada vez que me tentava levantar ela implorava: "Por favor, fica mais um pouco!" Bem sei que sou uma alma caridosa mas, no dia de hoje, valores mais altos se levantam. Quais? Reparou na data? É sexta-feira: Dia da Gata Borracheira. Sim, é dia de limpezas. Sonhei novamente com o Kryon, mas não me lembro muito bem sobre o quê. Recordo-me porque despertei, logo após esse sonho, por voltas das 6h30 da manhã. Como voltei a adormecer acabei por esquecer. Aqui há gato! Há dois dias que sonho com ele, não com a figura é claro, mas com algo relacionado com ele. Lá vem vendaval!

Foi um dia calmo e alegre. Não senti qualquer tipo de desconforto, enjoos ou dores de cabeça. O dia correu normalmente, tirando o facto de me ter baldado ao ginásio. Costumo ir à sexta-feira mas hoje não tinha vontade alguma de ir. Para ser franca, já estou um pouco farta daquelas aulas... É sempre a mesma coisa! Tudo o que é rotina parece estar a pedir algum tipo de mudança. Veremos o que resulta. Será Sol de pouca dura? Será que já me desencantei com o ginásio? Quando paro para pensar (o que acontece com bastante frequência, por incrível que pareça) tenho a sensação de que nada do que fazia parte da minha vida antes do Implante se mantém. Sinto que quase tudo me pede: recomeço. Seja como for, se tiver que deixar o ginásio não há problema. A verdade é que já nada me prende àquele lugar. Foi um bom dia! Foi calmo, tranquilo e alegre.

#### **Sábado, 7 de Outubro de 2006 (70º dia)**

Acordei um pouco zozna. Voltei a ter a sensação de ter acabado de sair de uma realidade com uma vibração diferente, embora não seja capaz de explicar. Co-criei algo como: "Meus queridos, vamos elevar o nível vibratório eliminando a dor de cabeça, localizada ligeiramente à direita do chacra frontal", e assim foi: dois segundos depois estava ok. Passado um tempo, voltou a doer-me novamente. Mais uma vez, tive a sensação de estar a ser trabalhada a nível energético. Não me doía, propriamente, mas sentia uma espécie de moinha.

Hoje fiquei menstruada. Pela primeira vez não tive os sintomas que costumam ocorrer, sempre, na semana que a antecede. Sintomas tais como; inquietação, nervosismo, ansiedade, irritação, inconstância, desequilíbrio emocional (fico muito chorona nestas alturas). Um cenário bastante cinzento, pisco/emocionalmente, mas sem dores a nível físico. A chamada TPM. As mulheres entender-me-ão... e os homens estarão neste momento a deitar as mãos à cabeça! Eram muito complicados os dias que antecediavam a minha menstruação e felizmente, desta vez, não tive nenhum desses sintomas, ou pelo menos nenhum que não pudesse anular co-criando. A semana foi bastante calma, agradável e não tenho do que me queixar.

#### **Nota de revisão a 08 de Novembro de 2006. Rubrica - A hora do Humor:**

Que co-criação magnífica! "Meus queridos, vamos elevar o nível vibratório, eliminando a dor de cabeça, localizada ligeiramente à direita do chacra frontal ". A isto eu chamo: poupar trabalhito à minha equipa espiritual de apoio. Pobres coitados, nunca mais param de tomar nota! Sim, porque eu co-criei com todos os detalhes, não sei se reparou? Não se ria! Ninguém é perfeito!

#### **Domingo, 8 de Outubro de 2006 (71º dia)**

Ontem, já depois do habitual registo diário, resolvi pegar nos livros do Kryon. Olhei para todos eles e foi o livro 5 que se destacou, prendendo a minha atenção. Mal podia imaginar o porquê. Esta maravilha tem por título "A Viagem para Casa". Alertou-me para o facto de a maioria das pessoas, que estão na nossa vida, terem um contrato cármico connosco. (Já sabia que assim era mas não de forma tão clara). Ajudou-me a ver um pouco melhor a relação difícil que tenho com os meus pais e irmão. De um momento para o outro, foi como se deixasse de sentir os meus pais como pais e passasse a senti-los, agora, como irmãos que se juntaram a mim, e eu a eles, com um propósito. É uma sensação estranha mas ao mesmo tempo libertadora. Ler aquele texto fez com que, de repente, todas as "ofensas" deixassem de ter um

significado negativo e passassem a fazer com que me sinta grata pela presença deles na minha vida, como dádiva ao meu crescimento espiritual. Tudo isto é muito estranho mas é, ao mesmo tempo, uma deliciosa e refrescante perspectiva.

Voltemos ao dia de hoje. Acordei duas ou três vezes esta noite. De duas delas, tenho a nítida sensação de ter estado numa espécie de transe onde conversei comigo mesma. Foi muito estranho! Parecia debater-me com as minhas dúvidas. “Não importa que tentem perturbar-me; não vos darei a atenção que costumava dar”. Esta foi a única frase que consegui reter. Tenho percebido que a minha consciência vem sendo ampliada, de há um tempo para cá, porém, não deixa de ser, até à data, uma consciência puramente racional. Ainda não consigo sentir toda a informação que acolhi no intelecto. Por exemplo: ainda não consigo ficar serena diante de uma situação de conflito; ainda não consigo deixar de me defender perante outros quando me apontam o dedo, enfim. Um passo de cada vez!

Durante a noite, senti-me novamente a ser trabalhada. É uma sensação impossível de explicar. Quando despertei pela última vez, altura em que teria que me levantar, eram precisamente 11h11. Coincidência? Não me parece! Sentia-me bem disposta e alegre.

Ontem, a minha cunhada convidou-nos para ir almoçar, hoje, a casa dela. Confesso, que a ideia não me agradou particularmente. Mais tarde, percebi que talvez fosse a oportunidade de cumprir a tal co-criação, de me harmonizar com ela e com o meu irmão. Este almoço em família foi muito importante. Permitiu-me olhá-los, pela primeira vez, como peças chave para o meu desenvolvimento. Senti-me verdadeiramente orgulhosa por ter escolhido esta família que, de forma brilhante, tem desempenhado o seu papel. A dualidade, porém, continua a marcar presença assídua no nosso relacionamento. Encarei esta experiência como mais um raio de sol por entre um céu coberto de nuvens. Foi uma tarde bastante agradável e familiar. Desta vez, nem me senti incomodada com mania que o meu irmão tem de achar que só ele tem razão. Não senti sequer vontade de argumentar. Que progresso! Pelo menos, desta vez, não discutimos. Há um tempo atrás, tinha manifestado a intenção de me harmonizar com todos os membros da minha família e parece estar a resultar. Ao ler o livro V de Kryon (a respeito da dificuldade de Michael Thomas se adaptar a uma energia superior à sua) dei-me conta de um outro factor que até aqui não tinha entendido como sintoma inerente ao processo: a dificuldade em respirar. Há períodos em que tenho a sensação de ter ar preso no peito. Noto, igualmente, a crescente necessidade de respirar fundo. Será que isto ocorre devido à mudança de padrão vibracional? Acontece-me o mesmo quando co-crio o cessar de algum sintoma: sinto necessidade de respirar fundo e, logo em seguida, o mesmo desaparece. Acho que nunca terei a certeza. Seja como for, não é uma questão relevante, é apenas curiosa. Foi um dia agradável e produtivo.

#### **Nota de revisão a 09 de Novembro de 2006. Rubrica - A hora do Humor:**

Que tortura, meu Deus! Parece que a informação está aos saltos! Não consigo concentrar-me. Duas horas para rever três páginas, são um pouco demais! Não me imagino, nos dias que correm, a escrever qualquer tipo de texto que pressuponha análise racional. Eu não me reconheço mais! De um momento para o outro, deixei de sentir necessidade de questionar tudo. O que não faz de mim um cão feliz, apenas, por estar por aqui! A diferença é que agora entendo o mundo com o coração, alegrando-me sempre que observo algum tipo de acção, seja qual for, percebendo como o mais simples gesto é grandioso e arrebatador. É uma sensação maravilhosa mas impossível explicar. Lamento informar, mas a verdade é que o meu lado lógico e racional foi de férias! Hiupi!

#### **Segunda-feira, 9 de Outubro de 2006 (72º dia)**

Acordei alegre e sorridente. Sonhei muito esta noite e vi cumprida a minha co-criação da noite passada. Tinha pedido ao espírito que me mostrasse o meu potencial em sonho e foi o que, de facto, aconteceu. Estava sentada numa mesa, e uma mulher, que não faço ideia quem seja, perguntou-me: “O que é que mais desejas no teu coração?” Eu pensei um pouco e respondi: “Ser mãe!” Depois, despertei.

Ontem à noite estive a ouvir a canalização de Kryon e Kirael e, tal como esperava, foi a galhofa geral. À parte das graçolas destes dois amigos, aconteceu algo que me emocionou muito. O seminário foi feito a bordo de um navio com destino ao Havai (Lemúria) e, por isso, Kryon lembrou as cerimónias de casamento lemúrianas. Contou que, durante o casamento, os noivos cantavam o nome um do outro. Chegou a exemplificar! Foi maravilhoso, apesar de ter

sido só um pedacinho. Não é que, de repente, dei comigo cantar num dialecto (se assim se pode chamar?) incompreensível? Acreditaria se lhe dissesse que, à medida que ia cantando, as lágrimas escorriam pelo meu rosto? Nunca tinha sentido nada parecido. Foi mágico do ponto de vista do coração, mas incompreensível do ponto de vista da lógica.

Mais tarde, aconteceu-me outra coisa interessante. Estava a falar com os meus guias sobre abundância e, como estávamos a comunicar em inglês (desde adolescente que comunico em inglês), fiquei bloqueada na palavra "alimentada". Não conseguia chegar à sua designação em inglês e pedi-lhes que me ajudassem. Faço isto com frequência quando quero encontrar uma palavra que está "debaixo da língua" e resulta sempre. Ontem, porém, fez-se um longo silêncio. Voltei a pedir que me ajudassem e nada. Achei estranho, mas logo se fez luz: "Espera aí! Estou a pedir-lhes ajuda para algo que está no meu registo akáshico. Eu vivi na América, na minha vida anterior, como tal terei esse dicionário disponível". Posto isto, co-criei com o espírito: "Solicito a activação da camada 8 do meu ADN, correspondente ao registo de memórias de vidas passadas. Preciso do equivalente da palavra "alimentada" em inglês. Nem um segundo depois a palavra surgiu. Não é fantástico? Mais uma descoberta.

#### **Nota de revisão a 09 de Novembro de 2006. Rubrica - A hora do Humor:**

Eu não lhe disse que já sou uma alma caquética? Sempre que ouço falar na Lemúria, sinto um aperto no peito e uma emoção inexplicável. Não me pergunte como sei... mas tenho a certeza que vivi nessa civilização. Não admira que me sinta cansada!

#### **Terça-feira, 10 de Outubro de 2006 (73º dia)**

Dormi bastante. Uma vez mais, acordei a meio da noite e voltei a ter aquela mesma sensação de conseguir ver tudo nitidamente sem as lentes. Vi-me novamente a ler uma revista, sem precisar de óculos ou lentes, estando as letras perfeitamente definidas, tal como sonhei quando co-criei a cura do meu problema de visão. De manhã, porém, acordei cegueta, como sempre! Seja como for, não é à toa que tenho sonhado sempre com a mesma imagem. Sinto que algo se aproxima!

Ao fim da tarde fui caminhar pelo parque, na companhia dos meus pais, e percepcionei algo que me alegrou particularmente; o meu pai e a minha mãe estão muito mais carinhosos e alegres do que alguma vez foram. Tem vindo a gerar-se um clima muito agradável e realmente familiar. Não é maravilhoso? Enquanto escrevia estas palavras o meu olfacto detectou um perfume especial. O perfume que me visita, há muito tempo, e que está presente agora mesmo enquanto escrevo, lembrando-me que não estou sozinha... Foi um bom dia!

#### **Quarta-feira, 11 de Outubro de 2006 (74º dia)**

Sonhei que tinha voltado a estudar, agora com 26 anos, no liceu que frequentei há oito anos atrás! Não sei para quê, afinal, eu tenho o 12º ano completo. Imagine só que sonhei que o meu professor de História era o Vitorino de Sousa, que tinha acabado de voltar da *tournee* de palestras pelo Brasil (algo que ainda não aconteceu, uma vez que ele só regressa em Novembro), e que estava completamente deslocado, sem saber o que fazer porque cada um falava para seu lado e ninguém lhe prestava atenção. A dada altura, ele desistiu e cruzou os braços, pacientemente, à espera que todos se apercebessem do circo que estava a acontecer. Lembro-me de lhe ter dito: "Não stresses, isto já lhes passa". (Será impressão minha ou, neste sonho, misturei passado, presente e futuro como potencial? Vá-se lá perceber o que flutua nesta cabecinha confusa!). Logo em seguida saltei para outro sonho. Estava no mar e, de repente, veio uma onda gigantesca. Ao contrário do que provavelmente faria na realidade (tentar fugir), respirei fundo e resolvi deixar-me ir, segura que teria ar suficiente e que seria arrastada até à praia. Foi o que aconteceu! Já a salvo, não me recordo de mais nada.

Nunca gostei tanto de estar em casa! Continuo sem me preocupar em procurar trabalho. A verdade é que não faço ideia do que quero fazer daqui para a frente. Aqueles empregos onde se faz sempre a mesma coisa (quase todos) parecem demasiado apertados para o meu novo Eu. Estou a gostar tanto de não ter horários fixos que acredito que sentirei uma certa dificuldade em acostumar-me ao sistema. Estou a tornar-me no que os meus pais chamam de: "encostada". Não que lhes tenha pedido o que quer que seja, mas percebo a preocupação deles. A propósito, continuam amorosos e bem dispostos, tal como eu.

Hoje dei-me conta de que uma das minhas muitas co-criações mais recentes está a resultar perfeitamente. Já não sinto necessidade de comer a toda hora. Não me sentia bem

com o facto de estar sempre a comer, por isso, há três ou quatro dias co-criei o seguinte: "Quero que o meu corpo físico esteja saudável, mas não consigo controlar a compulsão de comer. E pior, só como porcarias. Dado que não consigo parar de comer, quero que seja desactivada em mim esta compulsão que me faz comer sem ter vontade. Que, de hoje em diante, eu sinta apenas vontade de comer coisas saudáveis para o meu organismo e na altura em que o mesmo sinta essa necessidade". Está a funcionar. Isso é muito positivo. A minha equipa espiritual de apoio deve estar atarefadíssima! Não imagina a quantidade de co-criações que faço. É claro que co-crio apenas quando não consigo ver a solução ou uma forma de cessar o problema. O rodopio não é só para mim. Eu decido e, em seguida, todos nós entramos ao "barulho": eu, equipa, guias e todos aqueles que estiverem directamente incluídos na minha co-criação. Haja saúde para aguentar tanta actividade!

#### **Nota de revisão a 09 de Novembro de 2006. Rubrica - A hora do Humor:**

Tenho sonhos muito interessantes, não haja dúvida! Por que iria o Vitorino dar aulas de História numa escola secundária? Bem diz a minha mãe: "Esta rapariga tem uma imaginação muito fértil".

#### **Quinta-feira, 12 de Outubro de 2006 (75º dia)**

Hoje não sai nem para o habitual passeio pelo parque. Estou de quarentena. Não podia pôr as lentes porque amanhã tenho consulta no oftalmologista para saber se a miopia já estagnou. Para falar a verdade, não estou nem um pouco ansiosa com isso. Há um tempo atrás, estaria no mínimo com o estômago contorcido, de tanto nervosismo. É uma questão muito sensível para mim... talvez fale dela um pouco mais adiante.

Hoje senti-me um pouco mole, talvez, pelo facto de não ter podido sair de casa. Aproveitei, no entanto, para ler um pouco (Kryon – A percepção do Mestre I, II, III) mas, devo confessar que, por mais que tentasse não conseguia reter nada. Estava serena, nem sequer me sentia inquieta com as revelações sobre o que é ser um Mestre. Ando muito longe disso, ao que me parece, mas nem isso não me perturbou. Estou meia anestesiada. Hoje nem o meu juiz interno me massacrava com a dúvida. Às tantas, eu já dizia para os meus guias: "Meus queridos, eu acredito que tudo o que li seja verdade, mas há muita coisa que a minha visão linear não consegue absorver das palavras do Kryon. De qualquer maneira, também não me fazem duvidar da sua veracidade... apenas não consigo integrá-las, para já".

Sinto-me mais carente que o habitual. Sinto falta de um abraço. Não de um abraço qualquer, mas do abraço de um companheiro. Não desisti de encontrar o meu príncipe. Sei que ele está perto, mas tenho que acalmar o coração. A paciência, no entanto, não é de todo uma das minhas virtudes.

Os meus pais continuam alegres e bem dispostos!

Foi um dia calmo e tranquilo, porém, sem a componente: Alegria!

#### **Sexta-feira, 13 de Outubro de 2006 (76º dia)**

Apesar do dia de hoje ser especialmente importante para mim, ao contrário das outras vezes, estive bastante calma e tranquila. Falaremos disso mais adiante. Queria começar, seguindo a sequência temporal dos acontecimentos. Ontem à noite, já depois do habitual registo diário, aconteceu-me algo deveras estranho. Com a força que chegou, rapidamente foi embora. Nunca tinha experimentado tristeza por um período tão curto de tempo. Já estou habituada às limpezas do coração, mas nunca foram tão rápidas como ontem. Devido à carência que sentia, lembro-me de, a dada altura, relembrar uma parábola do Kryon (no texto que estivera a ler) sobre uma mulher que, tal como eu, ansiava por um companheiro que tardava em chegar. Cansada de esperar, resolveu co-criar o seguinte: "Usarei o que sei para construir o meu próprio companheiro. Farei de mim o meu companheiro! Kryon disse que eu sou um grupo, então, usarei o meu lado masculino/feminino, farei de mim o meu próprio companheiro e serei feliz comigo mesma!" E assim fez.

Pois é, meu querido leitor, escusado será dizer-lhe que a luz voltou a iluminar a minha consciência. Acabei por chegar à conclusão de que continuo a precisar de um companheiro para ser feliz. Então, como não podia deixar de ser, disse para a minha equipa espiritual de apoio: "Meus queridos, peguem no bloco de notas que lá vai co-criação... (costumo usar este argumento sempre que co-crio. É uma forma de acordar a malta!): É minha intenção pura bastar-me a mim mesma para ser feliz. Não quero mais sentir-me dependente seja do que for,

nem mesmo de um possível desfecho. Se eu, de facto, atrair um companheiro será maravilhoso... se não, tudo ficará igualmente bem, uma vez que a ocorrência de tal evento deixará de ser necessária”.

Deixe-me adivinhar, está a perguntar-se se desapareceu a carência que sentia antes desta co-criação? A resposta é sim. Se é definitiva? Não sei! Isso é algo que, para já, não posso afirmar... talvez mais para a frente.

Sanada esta questão, uma outra perturbou o meu descanso. À minha memória voltaram as palavras do Kryon, quando mencionou a existência de um contrato maior, o nosso contrato com o universo. Optei por transcrever o texto para que possa entender o motivo da minha agitação ao deparar com algo tão importante, a propósito de uns serem curados através das suas co-criações e outros não:

“Querido humano, quantos Guerreiros da Luz vemos nós percorrendo os seus caminhos, portando doenças? Vários deles. Quantos estão em cadeiras de rodas? Vários deles. Isto significa que eles, simplesmente, não se comunicam bem com Deus... ou será que é exactamente o oposto? Quantos bebés morreram para que os seus pais pudessem encontrar a iluminação? Vários deles. Tem a ver com o Acordo. E aqui está um aviso: não pense excessivamente sobre este atributo. Você não pode saber o que é apropriado perante Deus enquanto não estiver a percorrer realmente o caminho. Não tente encontrar na sua mente, agora, o que deveria fazer, ou o que qualquer outro, na Terra, deveria fazer. Esta não é uma mensagem que convida os Trabalhadores da Luz da Terra para sofrer. Cada caminho é único, e cada um é grandioso”.

A verdade, meu querido leitor, é que apesar da recomendação de Kryon, para não me envolver demasiado a pensar nisto, eu não consegui deixar de mergulhar dentro de mim e perceber do que eu seria capaz por um bem maior. De repente, dei por mim a chorar compulsivamente como se estivesse a atrair uma memória dolorosa. Senti uma tristeza muito grande, mas não entendia de onde provinha. Entre uma e outra lágrima, resolvi ser honesta comigo mesma e com a minha equipa espiritual. Se me perguntassem agora: “Se te déssemos a oportunidade de contribuir para um bem maior, aceitarías? Mesmo que para isso tivesses de ficar imóvel numa cama o resto da tua vida?” Sabe qual foi a minha resposta? “Nem pensar. Eu não aceitaria!” Mal sabia eu o que vinha por aí! Depois de ter sido completamente honesta comigo mesma, alegando que, neste momento, jamais escolheria uma vida de sofrimento, ainda que por um bem maior, comecei a sentir um grande alívio e ouvi interiormente: “Achas mesmo que não sofrerias por um bem maior? Já o fizeste e nesta mesma vida”. Fiquei confusa mas, de repente, a infância voltou à minha memória, recordando-me o que a minha mãe me contara:

Eu nasci saudável com 3.250 kg. Quando completei oito dias de vida, adoeci com uma otite interior, que nenhum médico conseguia detectar. Segundo a minha mãe, sofri muito com as dores e com os exames que me fizeram para tentar encontrar o problema. Hoje compreendo que a situação se agravou (o meu organismo rejeitava os alimentos) para que os meus avós, paterno e materno (naquela altura já tinham desencarnado há mais de cinco anos), pudessem através de mim chamar a atenção dos meus pais, levando-os, depois de várias tentativas mal sucedidas (medicina tradicional), a procurar ajuda espiritual. Foi através de uma médium que descobriram que os meus avós estavam presos na Terra, um deles ansiando cumprir uma promessa que ficara pendente (os meus pais cumpriram-na) e o outro porque queria tocar no meu pai (fê-lo através da médium) para se certificar, antes de partir, que o mesmo chegara ileso da guerra do Ultramar. Sinto que escolhi, antes de encarnar, ser o meio através do qual os meus avós poderiam por fim descansar. Imagino que tenha sido um período difícil para os meus pais e também para mim, a avaliar pela dor que senti ontem à noite.

Resumindo, acredito que ler aquele texto do Kryon serviu para despertar em mim uma memória dolorosa (sofrimento físico) que de outra forma jamais eclodiria. Porquê? Porque eu era só um bebé e não me recordo de absolutamente nada. Como se pode curar uma ferida da qual não se tem consciência? Ela está lá guardada no ADN, tal como todas as experiências conscientes. Pode ter sido por isso que eu li aquele texto. O certo é que havia algo respeitante a isso para ser chorado e foi o que fiz, inconscientemente.

Bem sei que estas coisas são difíceis de provar... mas para mim não há o que provar. Eu não me lembrei da minha infância à toa, naquele momento! E prova de que pode estar correcta a minha interpretação é que, à medida que imaginava o sofrimento que posso ter passado as

lágrimas caíam, como que libertando uma dor imensa. Depois de ter revivido essa situação, a tristeza passou por completo e voltei a sentir alegria novamente.

Bom, voltando ao dia de hoje. Chegara o grande dia da consulta no oftalmologista. Ficaria decidido, caso a miopia tivesse estagnado, se poderia avançar com a operação para colocação de uma lente intra-ocular definitiva. Dado que tenho uma graduação muito elevada (cerca de treze a catorze dioptrias) a operação a laser estava completamente excluída. Lembra-se que havia co-criado a cura do meu problema de visão? Pois bem, aí tem a resposta! E foi positiva! Vou poder fazer a operação porque a miopia já está estabilizada e os meus olhos reúnem condições para tal (tensão ocular, etc.). Era mais um problema a resolver, e estou certa que foi esse o principal motivo de ter perdido a lente de contacto. Graças a esse obstáculo eu compreendi que já era tempo de voltar a tentar. Depois do primeiro Não (testes para a operação) foram precisos seis anos para que eu me sentisse, emocionalmente, capaz de tentar de novo. O que diferenciou esta consulta das anteriores foi a serenidade com que encarei mais este desafio. Intuitivamente, eu sabia que a minha co-criação resultaria. Se não fosse através da operação, seria através da minha autocura. Posto isto, qualquer que fosse a resposta seria positivo para mim.

Foi um dia muito feliz... o dia de Nossa Senhora de Fátima e dia de falecimento da minha querida tia, há cinco anos atrás.

#### **Sábado, 14 de Outubro de 2006 (77º dia)**

Não me lembro em absoluto do que sonhei, embora tenha plena consciência de que sonhei a noite toda. Foi um dia bastante calmo, sem nada de relevante que mereça relato. É para compensar o dia de ontem que foi recheado de emoções fortes! Não senti nenhum tipo de sintoma estranho. As dores de cabeça e os enjoos devem ter ido de férias. Está tudo na santa paz do Senhor! Vou beber café a casa de uns amigos. Talvez volte de lá com algo que mereça referência. Se assim for, conforme o adiantado da hora, registarei no dia de amanhã.

#### **Nota de revisão a 12 de Novembro de 2006. Rubrica - A hora do Humor:**

Finalmente começo a perceber um ou outro rasgo de humor. O que não deixa de ser um sintoma muito saudável! O sol tomou a linha da frente na corrida... Será que vai conseguir manter-se na dianteira? Resposta a esta e outras questões nos próximos capítulos da sua novela: Implante Neutralizador – A Cruzada da Luz!

#### **Domingo, 15 de Outubro de 2006 (78º dia)**

Acordei um pouco enjoada e com dor de cabeça. Pudera, depois da limpeza de ontem! Acho melhor começar por aí, antes de qualquer outra coisa:

Como tinha registado, ontem à noite fui a casa de uns amigos. Reunimos o grupinho do costume, umas nove pessoas, muita fofoca e castanhas podres à mistura. Ontem, porém, contámos com a presença de um rapaz que eu tinha visto, apenas uma vez, no casamento do casal que organizou a reunião. Estava sozinho, o que pode indicar que está solteiro e procura.... Gostei dos olhos dele... tinha um olhar meigo. Este jovem formava, sem dúvida, um conjunto harmonioso e muitíssimo interessante. Como poderá imaginar, a dada altura, eu já estava perdida em pensamentos românticos mas, para não variar, não aconteceu nada. A verdade é que cheguei a casa triste, muito triste e chorei umas duas horas, revivendo mágoas passadas e todos os fracassos amorosos ao longo dos anos.

O resultado da co-criação está à vista! Continuo ansiosa por encontrar um companheiro, de contrário não teria entrado naquela crise de choro por não ter acontecido nada. Sejam realistas: dificilmente aconteceria algo, uma vez que era apenas a segunda vez que nos víamos! Seja como for, por aí já vê o tamanho da carência. Há-de passar um dia, tudo a seu tempo. Só preciso ser um pouco mais paciente! Mais?... Resultado, acordei com dor de cabeça, acredito que condicionada pela limpeza emocional de ontem. Sem perder mais tempo, co-criei a sanção da dor e dos enjoos, e verdade seja dita: fizeram as malas e seguiram viagem.

Não estou propriamente alegre, mas também não estou triste. Não me apetece chorar mais. Estou meia anestesiada.

Não aconteceu mais nada de relevante que mereça destaque para além do que já registei.

### **Segunda-feira, 16 de Outubro de 2006 (79º dia)**

O dia amanheceu bastante cinzento. Nestes dias, fico mais quieta, neutra. De vez em quando ainda sinto uma espécie de pressão no peito que me obriga a respirar fundo, muitas vezes, de forma a libertar o ar. Acredito que tenha a ver com os ajustes que estão a ser feitos. Respirar fundo ajuda-me a integrar as mudanças vibratórias... ou pode não ser nada disto. Que diferença faz se é ou não? Cada um que lhe atribua o propósito que achar adequado.

Algo de que me apercebi ontem é que os períodos de tristeza ocorrem em menor número, bem como num espaço de tempo muito mais curto. Antes, sempre que estava triste passava a semana ou semanas melancólica e sem alegria. Agora, não dura mais que um ou, no máximo, dois dias. Além disso, depois dessas vivências mais tristes, passo por um período neutro em que simplesmente não me sinto alegre nem triste. Afinal o que é a intuição? Não é sensação, mais do que qualquer outra coisa? Não preciso dela para este novo caminho?

Hoje sinto-me, por assim dizer, neutra. Aproveitarei este estado para frisar algumas questões que me tenho apercebido e com as quais tenho tido alguma dificuldade em lidar. Tentarei tirar o melhor partido do facto de o juiz interno (razão) estar, neste momento, meio anestesiado ou equilibrado. Não que seja importante para si, querido leitor, mas porque é a forma de eu me aperceber de certas coisas que me aconteceram e das transformações que tenho vindo a passar:

Não sinto que tenha transcendido a dualidade (atributo do mestre) nem o processo me tem tornado mais sábia no que toca a verdades absolutas, ao contrário do que eu pensava até aqui. Cada vez menos procuro verdades absolutas até porque elas, de certa forma, representam bloqueio e estagnação. Continuo a sentir que há muito mais para ver, sentir e experimentar. Até quando? Não lho posso dizer, simplesmente porque não sei. Se preferir esta é a minha forma de deixar todos os caminhos em aberto enquanto continuar a sentir que ainda tenho algo para aprender. Sempre fui muito racional. Para mim, tudo tinha que ter uma lógica de contrário não funcionava. Este foi o meu padrão de pensamento ao longo da presente existência. Não imagina a ansiedade que isto me causou e continua a causar, embora cada vez menos. Não seria honesta, se não lhe dissesse que, muitas vezes, tendo a racionalizar e a encontrar lógica em tudo o que se passa comigo e à minha volta. Tenho vindo a fazê-lo até hoje. Isto diz-lhe a si, meu querido leitor, que sou uma pessoa racional. Acha que ser racional é ser equilibrado? Não me parece! A verdade é que a Razão sempre foi, por excelência, o que me permitiu conhecer e me providenciou a segurança que eu precisava para mais um passo. Agora, sinto que a razão, por si só, já não chega, parece-me limitada. Da mesma maneira que somente a intuição também o é. Quando estiverem equilibradas, acredito que passem a ser ilimitadas. Eu não sabia que podia viver sem certezas, da mesma maneira que posso viver com certezas. Digamos que o que diferencia ambas é a qualidade de vida que proporcionam, pelo que tenho sentido. A vida com certezas inquestionáveis parece-me insuficiente, enquanto se vive numa experiência dual evolutiva. Por me encontrar num processo evolutivo, agarrar-me às certezas não me parece que seja a melhor opção. Se o meu objectivo é crescer (evoluir) terei que aceitar que a roupa vai deixar de servir (certezas) à medida que os dias vão passando.

O melhor de tudo? Noto que estou a mudar a pouco e pouco. É como se à minha racionalidade estivessem a ser adicionadas, lentamente, doses muito pequenas de intuição, para que seja suportável do ponto de vista energético. Acredito que, a dada altura, estarão equilibradas. Acho que é uma questão de tempo e paciência até que a minha equipa espiritual acabe de ajustar aquilo que falta, de acordo com o meu pedido! O item "Razão" está a ser para mim o maior de todos os desafios que já enfrentei. Pode não ser o seu e, por isso, é aconselhável que não se agarre a nada do que leu. A minha receita pode não servir para o bolo que você quer fazer.

### **Nota de revisão a 13 de Novembro de 2006. Rubrica - A hora do Humor:**

Que texto bonito e organizadinho! Não contém qualquer tipo de análise, pois não? Que ideia! Seja como for, com ou sem análise, desta vez pelo menos, o texto está articulado de forma clara.

### **Terça-feira, 17 de Outubro de 2006 (80º dia)**

Acordei bem disposta. Pudera! O meu último sonho foi muito relaxante. Sonhei que me tinham oferecido uma relaxante massagem pela compra de uma viagem. Quando dei por mim, estava deitada numa marquesa e o massagista dizia o seguinte: "Agora, chegou a vez desta

jovem alegre e de bem com a vida". Massajou-me o corpo inteiro... e que mãos! Foi uma sensação maravilhosa. Já estava a precisar de cuidados! Este sonho veio mesmo a calhar. Lembro-me de estar a ser massajada por um homem que, embora não reconheça desta vida, me deixou uma sensação familiar. Tenho certeza que o conheço, mas não consigo precisar de onde.

Hoje não senti nenhum sintoma estranho, enjoos ou dor de cabeça. O mais interessante é que andei de metro. Normalmente, quando ando de metro, sinto-me mais pesada energeticamente, o que me causa muito desconforto. Hoje correu tudo às mil maravilhas.

Já me esquecia, tropecei num livro de símbolos e aproveitei para procurar o significado da Estrela de David que apareceu em sonhos um tempo antes do início do processo. Esta estrela de seis pontas significa: Princípio da multiplicidade: harmonia, equilíbrio, luz sobre as sombras, ordem divina, destino. É um símbolo de harmonia e unificação: possui 2 triângulos, um voltado para cima que significa a triade Pai, Filho e Espírito Santo, outro voltado para baixo, representando a presença divina voltada para a Terra. Eleva a consciência, harmoniza os chacras, unifica os corpos subtis, harmoniza o ambiente, auxilia em estudos profundos, aguça a intuição, busca o contacto com o eu interior. De certa forma tem a ver com o que tenho estado a tentar alcançar, embora não entenda muito bem o que significa "ordem divina e destino" neste contexto. Hoje não há muito mais para contar. Foi um bom dia, calmo e tranquilo.

#### **Quarta-feira, 18 de Outubro de 2006 (81º dia)**

Esta noite tive sonhos muito estranhos. Retive apenas alguns flashes. Não fiz muito esforço para tentar lembrar-me do resto, porque daquilo que me recordava foi bastante bizarro e perturbador. Sonhei que era um homem e estava no quarto de uma mulher, a tentar descobrir algo que me andava a esconder... minutos depois, ela entrou, apanhando-me em flagrante. Trazia uma enorme serpente ao pescoço e ria-se de mim. Não era, certamente, uma memória passada porque todo o ambiente em volta era bastante actual. Noutro sonho lembro-me de ter estado com o Lee Carroll. Imagine só! O curioso é que ele era muito mais velho do que é na actualidade. Tinha mais uns 10 anos, pelo menos, e usava um grande bigode. Não me recordo em absoluto do teor da conversa mas sei que conversámos por um bom tempo. Posto isto, não me recordo de mais nada. Já desisti de tentar entender os meus sonhos. São demasiado confusos e sem sentido. O dia correu muito bem. Não fiz nada de especial mas senti-me bem, sem qualquer tipo de desconforto.

#### **Quinta-feira, 19 de Outubro de 2006 (82º dia)**

Sonhei bastante, embora me sinta incapaz de estruturar 90% dos sonhos que tive. Sonhei que tinha ido a uma festa e que estava num espaço reservado à dança, juntamente com outra rapariga que apesar de estar a falar comigo, não poderei considerar como amiga. A dada altura, um dos empregados do restaurante, situado em volta da pista de dança, veio ter connosco e convidou-nos para dançar... os três ao mesmo tempo, dá para imaginar? Dançámos uma espécie de *twist*. Enquanto registava este sonho, lembrei-me de uma co-criação que fiz há uns dias atrás, em que pedi que me mostrassem a razão por detrás de toda a dor e tristeza que sentia em relação ao amor, que me mostrassem o motivo que se esconde atrás da sensação que tinha de que nunca seria escolhida, de que seria sempre preterida. Bem sei que, desta vida, já levo uma boa bagagem no que se refere a este tipo de sensação, porém, algo me diz que esta dor imensa vem de muito antes. A minha postura actual, em relação a um possível relacionamento, tem vindo a mudar gradualmente. Antes, achava que nunca ninguém olharia para mim porque não era minimamente interessante (não me amava e não percebia que esse era o principal obstáculo) mas isso começou a mudar um pouco antes do Implante e continuou no decorrer dele. Estou bem comigo e, na maior parte do tempo, nem sequer penso nisso.

Tenho-me sentido um pouco mais ansiosa do que o habitual. Optei por não voltar a ler nada sobre espiritualidade, enquanto me sentir assim. Sempre que tento fazê-lo a ansiedade triplica. Estou na recta final e não quero meter a carroça à frente dos bois. Kryon disse que era possível que, a dada altura, o sentisse e que, se assim fosse, deveria ocupar-me com as minhas tarefas terrenas, com algo que me desse prazer. Foi o que fiz.

Foi um bom dia. Senti-me um pouco ansiosa mas nada que não possa ultrapassar.

### **Sexta-feira, 20 de Outubro de 2006 (83º dia)**

Antes do registo dos acontecimentos de hoje, não posso deixar de referenciar algo que se passou bem tarde, já depois do habitual registo. Com o avançar da noite, foi-se instalando em mim uma ansiedade complicada de gerir. Não estava bem a fazer nada, especialmente se implicasse algum tipo de análise. Ler, por exemplo! Peguei em mil e uma coisas para me distrair mas logo deixava porque me gerava ainda mais ansiedade. Acabei por ver um filme na televisão, aguardando impacientemente a chegada do tão esperado sono. Terminado o filme, apaguei a televisão e tentei dormir. De repente, comecei a sentir uma tristeza muito grande, uma espécie de solidão mas, por muito que pensasse, não conseguia encontrar uma razão para tal estado. As lágrimas caíam pelo rosto e não tentei evitá-las. Simplesmente chorei até passar. A dada altura, lembro-me de ter perguntado a que se devia aquela tristeza, mas a resposta tardava em chegar. Continuei a chorar até que me ocorreu o seguinte: “É estranho! Parece uma tristeza relacionada com abandono”. E logo em seguida sobressaltei-me: “Será que estou a mudar de guias? Será por isso que sinto esta tristeza profunda e sem razão de ser?” Acredite se quiser, posto isto o meu coração serenou.

### **Sábado, 21 de Outubro de 2006 (84º dia)**

Acordei muito mais tarde do que o habitual, eram 14 horas! Dormi muito mal esta noite. Estava agitada e inquieta. Tenho a sensação de ter sido acordada a meio da noite. Antes de adormecer estive a ouvir uma canalização áudio de Sananda, (canal: Vitorino de Sousa). Fala sobre o regresso a casa. É mais ou menos o mesmo que o Implante, embora tenha sido denominado de outra forma. Sananda, quase no fim, e depois de explicar como tudo se processa, diz: “Não quiseram toda a vida ter paz, uma consciência mais ampla, uma vida de abundância? (mais ou menos este tipo de discurso). Então do que estão à espera?” Eu sei que a minha posição em relação a tudo isto é diferente porque já estou no processo e na recta final, porém, também eu passei pelo dilema: “Peço ou não peço? E se for incapaz de suportar a mudança?” Todas estas questões passam pela nossa cabeça. Para não falar da fé que é imprescindível, quanto a mim, nesta tomada de decisão. Eu entendo muito bem aqueles que hesitam dar este passo. Não os censuro! Para mim, foi complicado e, na altura, eu não tinha nada a perder. Talvez por isso entenda a dúvida daqueles que têm uma família que amam mais do que qualquer coisa e que temem perder ao pedir o Implante. É um salto muito grande e requer muita fé em todos os sentidos. No meu caso, acho que não custou assim tanto porque, naquele momento, não havia nada na minha vida que temesse perder. Eu não estava apegada a nada, nem a ninguém e isso por si só pode fazer a diferença. Obviamente, a maioria não está nesta situação. Tendo isto em conta, eu gostaria de partilhar o que aconteceu comigo, no que toca à perda de pessoas e situações que, entretanto, já não estão na minha vida. Queria explicar-lhe como saíram da minha vida, para que compreenda que não é o bicho-de-sete-cabeças que acreditamos ser. Não foi dramático como se possa pensar. A transformação foi progressiva e natural.

O emprego foi a primeira situação que ficou para trás e talvez a única mudança complicada de digerir. Senti, subitamente, um impulso incontável de me libertar daquele lugar... como se deixasse de encaixar naquele ambiente. Só fiquei em paz depois de cessar o contrato. Fiquei confusa no início, porque achava que talvez estivesse apenas a passar uma fase mais negra. No entanto, se me perguntasse agora se estou arrependida, a minha resposta seria um redondo não! Ainda assim, não seria honesta se não lhe dissesse que houve momentos em que duvidei se teria feito a coisa certa. Com o passar do tempo percebi que não havia outra coisa a fazer. Aquele já não era o meu lugar.

No que toca a relacionamentos, a única pessoa que saiu da minha vida, repentinamente, foi a amiga de quem falei ontem. Em relação ao rapaz que eu gostava na altura, confesso que tive receio do que poderia acontecer. Cheguei a temer que ele saísse da minha vida, mas a verdade é que não foi ele que se afastou, fui eu que gradualmente fui perdendo o interesse. A dada altura, a presença dele deixou de me afectar por completo. Não foi doloroso nem dramático; foi natural. Bem vistas as coisas, não foram as pessoas que saíram da minha vida sem que eu pudesse detê-las, fui eu que senti necessidade de me afastar. A pouco e pouco, deixei de ter vontade de estar com elas. No princípio foi complicado lidar com isso porque as pessoas que eram vitais para mim, de repente, deixaram de o ser. Passei de um sentimento de “necessidade de ter por perto” a um sentimento de “necessidade de afastamento gradual ou mesmo total e abrupto”. Senti-me muitas vezes culpada por deixar de me importar com essas

peessoas, que até então eram essenciais à minha felicidade. Cheguei, inclusivamente, a recear que se sentissem rejeitadas por minha causa. Sempre que tentava procurá-las, simplesmente não conseguia. Sentia-me de tal forma enjoada que perdia a vontade do que quer que fosse. Como se me estivessem a dizer: “Pára de insistir! Aceita que o teu caminho e o dessas pessoas não se voltará a cruzar com um propósito cármico. O teu contrato com elas está cancelado”.

Mas nem todas foram mudanças complicadas. As relações cármicas difíceis (minha família directa) melhoraram muito de um momento para o outro. Também o futuro deixou de me preocupar como preocupava antes. Sinto-me cada vez mais confiante, mais sensível, mais carinhosa, mais alegre, mais feliz, em suma, VIVA.

Não me vou estender muito mais neste assunto. O meu objectivo era mostrar de que forma as coisas saíram da minha vida, para que entendesse que não é nenhuma catástrofe. É importante que perceba, igualmente, que cada um tem o seu processo e não significa que os ajustes que me foram feitos, sejam os que lhe serão feitos a si. Esta foi a minha experiência, e poderá ser totalmente distinta da sua. Se me permite um conselho, não se stresse demasiado a pensar nisto! Confie! Quando o momento chegar, se chegar, sabê-lo-á intuitivamente tal como aconteceu comigo.

Voltando ao registo de hoje, a meio da noite, eram mais ou menos 5 horas da manhã, despertei com a seguinte frase a sair pela minha boca sem que tivesse sequer pensado nela ou co-criado o que quer que fosse: “Ok, estou pronta. Está na altura de deixar ir quem eu costumava ser e de assumir a minha verdadeira identidade”. Quando tomei consciência do que estava a dizer, lembro-me de ter sentido uma espécie de energia a subir dos pés até à cabeça. Foi uma sensação agradável, mas fiquei um pouco assustada por não entender o que se estava a passar. A sensação que tenho é que estava noutra dimensão (não sei explicar), juntamente com a minha equipa espiritual de apoio e que estava a trabalhar directamente a minha mudança aqui na Terra, a partir dessa dimensão. Foi uma sensação muito estranha e impossível de racionalizar. Acho que me acordaram de propósito para que eu tivesse consciência das decisões que estava a tomar num nível superior. Não consigo explicar melhor do que isto! Certo é que tive muita dificuldade em voltar a adormecer, estava agitada, ansiosa. Talvez estivesse a integrar a mudança.

Hoje durante o dia senti, de vez em quando, alguns enjoos e ansiedade mas nada de significativo. O dia foi bastante calmo! A ansiedade tem dificultado um pouco, mas vai passar.

### **Domingo, 22 de Outubro de 2006 (85º dia)**

A noite de ontem reservou-me uma surpresa: mais uma limpeza. Muita lágrima tenho eu! Tinha estado a ver um filme, que nem era nada lamecha mas, a dada altura, dois dos protagonistas acabam por se apaixonar. Sim, sim mexeu muito comigo. O meu coração continua à espera de alguém que o conquiste, que me emocione quando mergulhar nos meus olhos. Nunca fui capaz de estar com um rapaz pelo qual não me sentisse apaixonada, mas verdade seja dita, também nunca fui escolhida por aqueles que amei. Não pense que foi por ser exigente que os meus relacionamentos não deram certo. A verdade é que nunca tive relacionamento algum. Durante muitos anos sofri por não entender o porquê de as coisas nunca darem certo comigo no amor. Achei que talvez estivesse a pagar pelo que fiz noutras vidas... Enfim. Felizmente já não penso dessa forma, na maior parte das vezes! Tudo isto para lhe dizer que chorei bastante ontem à noite. Se escolhi passar por este período prolongado de solidão, por certo não imaginava o quanto isso seria difícil. É, de facto, difícil! Ainda assim, sei que vou superar. O primeiro passo era recuperar a auto-estima e nisso estou a trabalhar dia após dia. Todo o trabalho dá frutos, cedo ou tarde.

Esta noite tive um sonho estranho! Todos os habitantes do meu bairro e eu inclusive estávamos a tentar sobreviver a um bicho que nos perseguia com a intenção de nos aniquilar. Foi de suar frio! A mim não me apanhou! Eh, eh!

Sinto-me bem. Não estou triste nem cansada. Não senti enjoos nem dores de cabeça. Pelo que me é dado a compreender, as limpezas emocionais duram cada vez menos e não deixam sequelas. Já não fico presa àquele sentimento de autocomiseração. Aceito que há lágrimas por chorar, choro-as e pronto. Isto está a melhorar...

### **Segunda-feira, 23 de Outubro de 2006 (86º dia)**

A noite de ontem foi muito agradável e, surpreendentemente, preenchida por uma alegria e um amor inexplicável. Estive a ouvir o Kryon (canalizado por Lee Carroll) no Monte Shasta.

Que voz! Que vibração maravilhosa. Choro sempre porque me toca bem fundo. Terminada a canalização, quando deitei a cabeça na almofada para dormir, senti-me tomada por uma onda de amor imenso que quase me fez explodir de felicidade. É impossível de explicar!

Passando ao registo diário, estou muito bem disposta. Sinto-me fisicamente muito bem. Cada vez mais confiante! A ansiedade começou a abrandar. Sinto o coração a transbordar de amor e vontade de deitar mãos à obra! Não sei como, nem quando, mas a vontade está a emergir dentro de mim, como uma força crescente, a cada dia que passa.

#### **Nota de revisão a 14 de Novembro de 2006. Rubrica - A hora do Humor:**

Todas as noites ouço as canalizações do Kryon e ainda hoje choro. Não posso negar que me faz sentir como se estivesse em casa, rodeada de amigos de longa data. É uma emoção inexplicável. Ao mesmo tempo, sinto que estou fisicamente presente naquele local, e a sensação é a mesma que tem um peixe dentro de água. Até me imagino a rolar no chão do palco, absorvendo toda aquela energia maravilhosa, como se me banhasse nela. Não ligue, eu nunca joguei com o baralho todo! Por falar nos meus pais... Até o meu pai se está a virar, a pouco e pouco, para a espiritualidade. Já é o segundo livro que compra no espaço de um mês. O mais interessante é que ultimamente não tenho falado com eles a respeito. Será que a minha mudança está a afectá-los?

#### **Terça-feira, 24 de Outubro de 2006 (87º dia)**

Acordei bem disposta, mais cedo que o habitual. Sei que sonhei mas não consigo recordar-me. A noite passada chorei um pouco. Acredito que mais por impaciência do que propriamente por mágoas amorosas. Estou numa fase de carência emocional. Parece cada vez maior a minha vontade de encontrar um companheiro. Estou impaciente em relação a este assunto. Talvez por isso chore sempre que vejo um filme mais romântico ou algo semelhante. Não sei se esta impaciência me conduzirá a bom porto.

Esta é semana da liquidação total. Estamos nos últimos dias. O que houver para limpar ficará despachado. Hoje não me sinto alegre nem triste, apenas impaciente. Estou cinzenta como o tempo. Nem sequer me apetece escrever. Foi um dia normal. Não tive enjoos nem dores de cabeça. Não aconteceu nada que mereça ser comentado. Hoje não estou nos meus dias. Não tenho paciência para nada. Não estou irritada, coisa que costumava acontecer sempre que estava impaciente mas, ainda assim, tenho tido dificuldade em arranjar algo que me dê prazer realizar. É um sentimento complicado de lidar. Acredito que se deva ao encerramento dos trabalhos!

#### **Quarta-feira, 25 de Outubro de 2006 (88º dia)**

Sonhei que estava na minha casa na Costa da Caparica e que estava a decorrer uma festa. Estavam muitas pessoas reunidas e eu estava despedir-me de três delas, que iriam embora. Iam partir para um lugar distante, por algum tempo, mas não sei para onde. Uma dessas pessoas era a minha mãe. Lembro-me que não consegui despedir-me dela porque sempre que tentava alguém se metia à frente e, no meio da confusão, deixei de a ver. Posto isto, recordo-me de estar a observar um amigo (não reconheço) sentado a conversar com outras pessoas. Resolvi aproximar-me e sentei-me no colo dele, afagando-lhe o cabelo e a cabeça, que aninhou carinhosamente no meu peito. A dada altura, ele olhou para mim e disse, colocando a mão no meu coração: "Andava à procura do amor da minha vida e agora encontrei-o. "Acredite ou não, o meu pai acordou-me, precisamente, na melhor parte. Não se ria que isto não tem graça nenhuma!

Sinto-me bem, embora sinta dor no ouvido esquerdo, coisa que nunca aconteceu. (fui operada ao ouvido direito) De vez em quando, no espaço de três ou quatro segundos, sinto como se estivesse a ser pressionado (semelhante às picadas na cabeça).

Sinto-me diferente. Parece que a minha percepção do mundo espiritual está a ser alterada, como se a pouco e pouco me sentisse misturada com ele. Não sei explicar muito bem! Esta sensação não cabe nas palavras, mas digamos que se trata de sentir aquilo que intuitivamente sabemos. Sei que sou parte do Todo mas nunca me tinha sentido como tal. Entre saber e sentir vai uma boa distância. O saber é razão (conceito) e o sentir é coração (emoção).

Se transcendi a dualidade? Não! Mas sinto-me muito mais equilibrada. Por exemplo: Sempre que estou na presença de alguma situação que me provoca medo limito-me a dizer: "Medo, aceito que fazes parte de mim e que és importante ao meu equilíbrio, mas desce do

palco que o teu tempo em cena acabou; chegou a vez da tranquilidade". Se resulta? Claro que sim, desde que a intenção seja pura.

**Nota de revisão a 14 de Novembro de 2006. Rubrica - A hora do Humor:**

É impressionante, nem nos sonhos a coisa desenvolve. Na melhor parte... Oh, meu Jesus cristinho, assim também não dá! Vou começar a achar que é perseguição! Que triste fado o meu! Nem nos sonhos me safo!

**Quinta-feira, 26 de Outubro de 2006 (89º dia)**

Eram precisamente 8:10 (9) acordei por impulso! Esta noite tive uma espécie de experiência semelhante àquela quando vi a imagem de uma pomba a enviar luz branca para o meu chakra frontal, e também àquela em que vi a figura de um corpo, irradiando luz amarela e alaranjada. Não foi um sonho! Eu sei que não foi! É-me impossível explicar em que condições isto ocorre. Sei que não estou acordada mas, ao mesmo tempo, é consciente.

Esta noite olhei para um marcador que estava a contar. Quando apareceu 09:09 eu parei-o e disse: "Ok, está concluído". Estranho foi ter visto 09:09. Intuitivamente, sabia que se referia à data de conclusão, no entanto, pelas minhas contas, e conforme havia registado no nome de ficheiro (30/07/2006) o processo completaria os 90 dias no sábado 28/10/2006. Logo não poderia ser na data: 09:09! Refiz as contas... e não é que me tinha enganado? O 90º dia é amanhã, 27/10/2006. Quando vi no calendário devo ter saltado um dia.

Se fizermos a numerologia temos o primeiro 9 através do dia 27; o segundo 9 surge de da soma de 10+2006. Aqui temos o 09:09 que vi no marcador. Além de o processo ocorrer em 90 dias (9) a numerologia da data de início do processo (30.07.2006), temos novamente 09:09. O dia que fiz o pedido do Implante não foi premeditado. Apenas senti vontade de ouvir a canalização do Kryon, pelo Vitorino de Sousa, a propósito do Implante, e logo em seguida um forte impulso de pedir o mesmo. Foi o que fiz! Só muitos dias depois me apercebi da numerologia.

O melhor de tudo? Eu nasci a dia 09 do ano de 1980 (9). Uma vez mais temos 09:09. O total da numerologia do meu nome também é 9. (Claro que terá que confiar em mim, uma vez que desconhece a minha identidade!) Não acha demasiada coincidência? Agora, mais do que nunca, sinto que o pedido do Implante foi feito no momento certo. Talvez eu tivesse estipulado essa data antes de vir e, por isso, quando li sobre este tema a primeira vez não me chamou a atenção. Ainda não era o momento!

Hoje foi o dia do 9. Quando vi a horas ao acordar eram 8:10 (9), quando voltei a ver antes de sair de casa eram 8:55 (9). E imagine só, a minha senha no posto de análises foi a numero 45 (9). Coincidência? Não me parece! Era como se estivessem a recordar-me que os nove que sonhei eram, de facto, a data de conclusão e que deveria refazer as contas. Foi o que fiz!

O dia de hoje não me reservou nada de especial. Quando penso que amanhã tudo estará terminado o meu coração enche-se de júbilo!

**Nota de revisão a 14 de Novembro de 2006. Rubrica - A hora do Humor:**

Vá lá, confesse! Não ficou baralhado com tanto número? Não acha que é coincidência, pois não? A propósito de cansaço, a verdade é que, desde que terminou o processo, esse tipo de cansaço não voltou a ocorrer, além de que, nunca mais me senti densa energeticamente, mesmo depois de ter estado no meio de uma multidão (na feira). Não imagina como é maravilhoso!

**Sexta-feira, 27 de Outubro de 2006 (90º dia)**

Para não variar, sonhei a noite toda mas não me lembro de nada! Foi um dia agradável, alegre e surpreendente. Sem qualquer tipo de sintoma indesejável.

Um balanço? Para já, não é possível fazer um balanço. Depois de ler tudo isto que escrevi, dia após dia, talvez seja capaz de perceber melhor em que consistiu esta transformação. Posso adiantar, ainda assim, que passei de um nível baixo de auto-estima a um nível muito elevado. Neste momento estou equilibrada ou pelo menos mais equilibrada do que alguma vez estive. Já não sinto necessidade de dar opinião, achando que sou dona da verdade como acontecia antes.

Hoje fui ao ginásio e foi muito divertido. É muito bom juntar-me àquele grupo de pessoas, de bem com a vida. Sentia-me alegre e carinhosa, muito mais do que o habitual. Convidaram-me para jantar com eles e aceitei. Foi muito divertido, como sempre. Sentia-me muito bem e

acho que isso também contribuiu. Fiquei ao lado de dois cavalheiros um espiritualmente evoluído e outro demasiado racional e inflexível. Que melhor poderia querer? A isto chamo, qualidade na diversidade! Os dois disputavam a minha atenção, ambos com uma sede enorme de falar. A dada altura, eu já não sabia para onde me virar. Foi complicado, devo confessar! Foi, igualmente, uma bela experiência. De um lado a chuva e do outro o sol! Eu quase nem falei. Limitei-me a ouvir. Já não senti necessidade de partilhar a minha perspectiva. Cada um vendia o seu peixe e em momento algum, apesar de obviamente me sentir mais identificada com o espiritualista, optei por qualquer um dos dois. Pela primeira vez, não me senti tentada a mudar a maneira deles de ver as coisas, expondo-lhes a minha perspectiva, coisa que acontecia com bastante frequência. Sim, porque me achava detentora da verdade. Agora, entendo por que é que andava marreca o tempo todo... era o excesso de peso! Desta vez, limitei-me a observar a perspectiva de cada um, sem sentir necessidade de opinar ou de optar. O silêncio começa a ganhar espaço nesta nova fase da minha vida. Já era tempo... o coitado ficava sempre em segundo plano! Foi um aprendizado interessante para mim! Foi um dia maravilhoso e bastante revelador.

Foi o 90º e último dia do Implante.

#### **Nota de revisão a 14 de Novembro de 2006. Rubrica - A hora do Humor:**

Finalmente vou poupar um dinheirito nas chamadas internacionais e deixar a lógica descansar por um longooooooooooooooooo período de tempo. Estou ansiosa por aproveitar a vida! Chegou a minha hora de desfrutar deste planeta maravilhoso que é a Terra. Se aguardava por um sem fim de páginas, fazendo um balanço do que retirei desta experiência, pode pousar os óculos e apagar a luz... a tortura acabou! Que lhe fique apenas a certeza de que me sinto verdadeiramente feliz por fazer parte da sua família\*. Vemo-nos por aí.

\* Se, neste momento, não consegue sentir o que o termo "família" significa de verdade, deixe que lhe diga que esta é a chave que abre a porta que dá acesso ao maior de todos os tesouros. Não espera que lhe diga qual é o tesouro, pois não? Procure-o no seu coração e encontrá-lo-á.

\* \* \* \* \*

#### **30 de Dezembro de 2006**

Passaram dois meses e a minha vida melhorou muito! Bom, a verdade é que continuo desempregada mas por vontade minha, uma vez que fiz a operação à miopia e tive que esperar mais um pouco. Correu maravilhosamente bem, não senti dor alguma e, no dia seguinte à operação, a minha visão estava transparente, o que por norma acontece dois a três dias depois. Eis o resultado da minha co-criação. É uma sensação maravilhosa acordar e ser capaz de ver os móveis da casa perfeitamente definidos. Lembra-se do sonho que tive de estar a ler uma revista sem precisar de óculos ou lentes, estando as letras perfeitamente definidas? Foi precisamente o que aconteceu e acontece todos os dias. A paz e a alegria têm sido uma constante! Sinto-me tão feliz! Uma semana depois do Implante entrei em Estado de Graça e nele tenho permanecido desde então. A dualidade ainda marca presença aqui e ali, mas logo que tomo a frente de comando, co-criando, altero a minha realidade. O drama desapareceu por completo da minha vida. Continuo a enfrentar desafios, mas a forma como reajo aos mesmos em nada se compara ao passado.

O meu príncipe ainda não apareceu! Já não espero por ele. Estou tão bem assim, para quê estragar? Se aparecer logo se vê!

Não voltei a chorar de tristeza terminado o período do Implante e isso é muito bom sinal. Mudei muito, mesmo muito, e continuo a mudar de dia para dia. Tudo corre sobre rodas e sinto que o ano que se aproxima será grandioso!

Bem-vindo 2007!