

Libertação das Cordas com os Anjos



Introdução à Meditação

A meditação é um estado de plena atenção, permite-nos conectar a tudo o que existe rumo a um encontro com o divino em nós. Corrigindo os nossos defeitos podemos alcançar a paz, eliminando os conflitos naturalmente a consciência adormecida desperta.

Somos uma extensão daquilo que pensamos, seja consciente ou inconsciente, assim sendo somos consequência dos nossos pensamentos e como tal permite-se que assim a nossa realidade se construa.

Não existirá evolução e transformação sem o autoestudo e observação através da prática da meditação. É na prática da meditação que a mente serena, e podemos desenvolver um estado de clareza que nos permitirá olhar sem julgamento para a causa/intenção dos nossos atos, pensamentos, palavras, emoções ou sentimentos.

Se há dúvidas em relação à necessidade de praticar a meditação ou a sua autodescoberta vejamos estas 3 questões:

- 1. É capaz de prever quais os tipos de pensamentos que vão chegar à mente nos próximos segundos ou minutos?
- 2. Por vontade interior, consegue colocar na sua mente este ou aquele tipo de pensamento sem que haja interferências de outros?
- 3. Pode esvaziar a sua mente por completo a sua mente durante horas?

Se realmente formos honestos conosco facilmente compreendemos que esta realidade está longe de ser alcançada mas que só com a prática da meditação podemos realmente começar a ter poder sobre os pensamentos desgovernados que nos colocam ao sabor das emoções de ira, impaciência, stress, tristeza, carências, apegos ou desejos...

O poder da concentração é a grande chave para a prática da meditação já que a grande tónica da mente é a distração e dispersão. A meditação fornece compreensão sobre todas as manifestações inconscientes ou mecânicas. A meditação permite desenvolver as virtudes e bençãos presentes no interior do coração. Exp.: sensação de liberdade, gratidão, aceitação, alegria...

A meditação praticada com regularidade, cria e regenera canais de energia, ativa correntes nervosas, faz emergir novos sentimentos, pensamentos e ações criadoras e conscientes.



Respiração

Consciência da respiração é fundamental para o processo de auto-observação e transformação. Ao estarmos focados na respiração conseguimos manter em foco o nosso centro bem como o meio envolvente. Se perdemos o foco de nós (pensamentos, palavras, sentimentos, emoções e ações) largamos o leme e ficamos como folhas ao vento. Se perdemos o foco no meio envolvente em que estamos também perdemos oportunidades de reflexão, fechamo-nos para o que nos envolve e perdendo a noção do Lugar que nos envolve não nos perguntamos "Porque estou Aqui?".

Os Chakras Símbolos e Significados:



Chakra Base ou Raiz (1º Chakra):

Designação em Sânscrito: Muladhara (Raiz / Base).

Localização: Base da coluna vertebral, na zona entre os órgãos

genitais e o cóccix.

Sistema Endócrino: Glândulas Supra-renais. Relação Física: Rins, bexiga e espinal-medula.

Sentido Físico: Olfacto.

Cor: Vermelho.

Elemento: Terra.

Função: Território e emoções primárias, instinto de sobrevivência, níveis de vitalidade, Consciência da Unidade, Interação em Grupo, Família, Segurança, Ligação à abundância de recursos, Ligação à Mãe Terra e Capacidade de estar no momento Presente. No seu desequilíbrio causa aprisionamento, medo de assumir responsabilidade, presença, incapacidade de materializar ou dificuldade em caminhar na vida.







Chakra Sacral, Emocional (2ºChakra):

Designação em Sânscrito: Swadhisthlana (o nosso próprio lugar).

Localização: Entre o Umbigo e o osso púbico.

Sistema Endócrino: Gónadas.

Relação Física: Órgãos sexuais, útero, ovários, testículos, próstata.

Sentido Físico: Paladar, apetite.

Cor: Cor-de-laranja. Elemento: Água.

Função: Energia Materna e Feminina, Energia Sexual, Energia Criativa, Temporal, Relacional e Emocional. O Fluir da Vida, a Nutrição Emocional e Física, as memórias de vivência emocional, contratos relacionais, música, artes e abertura ao receber, respeito pela energia do Ser, Amor pela vida. No seu desequilíbrio causa problemas emocionais, órgãos sexuais, dependências ou carências, dificuldade em amar-se ou dar a si mesmo o mimo necessário para um bem-estar pessoal.







Chakra Plexo Solar (3º Chakra):

Designação em Sânscrito: Manipura (Cidade das Jóias).

Localização: Zona do estômago.

Sistema Endócrino: Glândulas do Baço e Pâncreas.

Relação Física: Baço, fígado, estômago, vesícula biliar, intestino

delgado.

Sentido físico: Visão.

Cor: Amarelo. Elemento: Fogo.

Função: Energia Paterna, Masculina, Ação, Afirmação Pessoal, Exteriorização, Irradiar a Luz interna, atingir a Paz Interior, vivência como um Ser individual (indivisível na dualidade), assumir a presença. Capacidade Prática e de Foco. Energia Trabalhadora e de Suporte, Cognição. No seu desequilíbrio causa anulação, falta de confiança e períodos de ausência do aqui e agora.







Chakra do Coração ou Cardíaco (4º Chakra):

Designação em Sânscrito: Anahata (Som silencioso).

Localização: Zona central do esterno. Sistema Endócrino. Glândula Timo.

Relação física: Coração, pulmões, esófago, fígado e sistema

circulatório.

Sentido Físico: Tacto.

Cor: Verde. Elemento: Ar.

Função: Dar e Receber Amor, Sentimentos, ligação ao Amor pela vida, união e reconhecimento da luz em cada Ser, Ponto de equilíbrio energético de todos os chakras, vivências profundas, Amor Incondicional, Verdade. No seu desequilíbrio pode causar mágoa e separação e fecho sobre si mesmo, falta de alegria ou amor pela vida, aventura e entrega.







Chakra da Garganta ou Laríngeo (5º Chakra):

Designação em Sânscrito: Vishuddha (Com pureza).

Localização: Base do pescoço.

Sistema Endócrino: Glândulas tiróide e paratiróide. **Relação Física:** Pescoço, garganta, ouvidos e pulmões.

Sentido Físico: Audição.

Cor: Azul. Elemento: Éter.

Função: Poder Pessoal, Livre Expressão do Ser, Comunicação Verbal e corporal, remoção de limitações, conexão com a Vontade Divina de Coração, Força, Coragem, Fé, Liberdade. No seu desequilíbrio pode causar medo de agir ou comunicar, sensação de incapacidade de libertar medos, isolamento, controlo, proteção.







Chakra Frontal ou 3ª Visão (6º Chakra):

Designação em Sânscrito: Ajña (Centro de Controlo).

Localização: Testa, acima dos olhos físicos. Sistema Endócrino. Glândula pituitária.

Relação Física. Sistema nervoso autónomo, hipotálamo. **Sentido (extra) Físico:** Percepções Extra-Sensoriais.

Cor: Anil (Índigo).

Função: Conexão com a Unidade, abertura para a Visão do Amor Interior e Exterior, Capacidade Intuitiva de ligar ao Divino, Libertação da dor da separação, perdão, aumento das capacidades extrasensoriais, Alegria e Sentido de Vida. No seu desequilíbrio pode causar visão de sofrimento, fecho das capacidades intuitivas e medos de conectar ao interior, ficar na ilusão do mundo dos corpos.





Chakra da Coroa ou Coronário (7º Chakra):

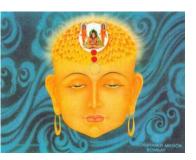
Designação em Sânscrito: Sahashara (Lótus das mil pétalas).

Sistema Endócrino: Glândula Pineal. Relação Física: Cérebro superior. Sentido (extra) Físico: Empatia. Cor: Violeta, Branca ou Dourada.

Função: Capacidade de experienciar o caminho em entendimento, conhecimento da Verdade do Espírito, o caminho ou via de encontro com a essência, ligação ao todo e à criação, capacidade de fluir e receber a voz do Guia interno, capacidade de entender e conhecer o sagrado em tudo, contacto com a Sabedoria e alegria pura. Ligação è energia da Fonte. O seu desequilíbrio cria preguiça, separação, abandono, esquecimento das verdades espirituais e do encontro da sua própria essência, falta de caminho ou muita ligação ao mundo material ou ceticismo.

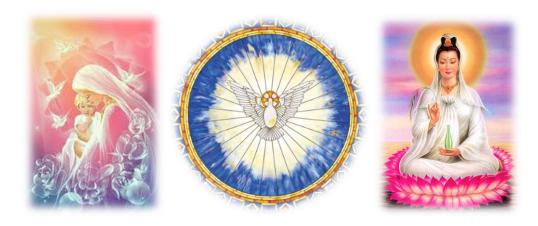








Mãe Divina e Espirito Santo



"És tão grande senhora e tanto vales que todo aquele que deseja alcançar uma graça e a ti não recorra, quer que seu desejo voe sem alma.

Tua bondade não só socorre ao que te implora, como muitas vezes se antecipa espontaneamente à súplica.

Em ti se reúnem a misericórdia, a piedade, a magnificência e tudo quanto de bom existe nas criaturas."

SAW

A Mãe Divina e o Espirito Santo são o aspeto da Consciência, Sabedoria e Amor em nós.

Compreendemos por isso, que o trabalho interno e profundo com a nossa Mãe Interna é fundamental. Sem Consciência não existe a eliminação dos nossos medos, apegos, dúvidas, bloqueios...

A Consciência é o principal veículo para a Mudança. A compreensão leva-nos a entrar em contato com as regiões Subconscientes onde necessitamos pedir auxílio à Mãe Divina, a essa consciência Interna. Só ela pode extrair dentre as profundidades subconscientes os nossos defeitos psicológicos. Ela nos auxilia incansavelmente e continuamente. Sem princípio nem fim.

"Para aqueles que não sejam muito versados em teosofia, diremos que na Mãe Divina particular de cada um encontram—se os poderes de nosso próprio Espírito."

SAW

A planta Lótus

Lótus também conhecida como, Lótus Indiana, Lótus Sagrada, uma planta que pode sobre condições favoráveis viver mais de 2 anos e onde as suas sementes podem ficar em bom estado por muitos anos, as mais antigas sementes de lótus germinadas tinham cerca de 1300 anos de idade.



A Flor de Lótus

Esta flor sagrada, permite-nos aceder ao coração eterno ou também designado de coração dentro do coração.

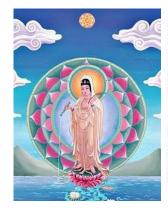
Ao escolhermos aceder a este templo sagrado simbolizado pela Lótus, ela transmite informação ao mostrar os padrões de medo, crenças ou memórias que necessitam de libertação. Sendo assim, gradualmente é possível aceder à nossa essência.

No Budismo a flor de Lótus simboliza a Fé e a lealdade para com o Espírito que é Luz Pura. Mesmo nascendo e crescendo em terrenos pantanosos, a flor de Lótus mantém sempre a sua pureza e estado límpido. O seu símbolo permite-nos abrir para a Luz, Pureza e florescimento das acções que nos libertam e encaminham para a felicidade.

A Lótus Sagrada *Nelumbo nucifera*, representa pureza, sabedoria e o progresso individual de ascensão.

O conhecido Mantra da compaixão "Om Mani Padme Hum" significa "Recebemos a Jóia da consciência no coração do Lótus" encarna a compaixão e bênção de todos os budas, invoca especialmente a atenção de Avalokiteshvara, Buda da Compaixão¹, utilizado em meditação e oração pelos Hindus e Budistas, refere-se ao Buddha ou à união mística da energia feminina e masculina.

Para esta partilha de conhecimento por parte da Libertação das cordas, a flor de lótus e o contacto com a sua energia cada vez mais presente e activa no planeta, através dela podemos encontrar e ser guiados no caminho da libertação.





Meditação de Lótus:

Início, Enraizamento e Protecção

- 1. Num local confortável, focar a atenção na respiração e para o momento presente, Relaxar todo o Corpo.
- 2. Focar a atenção no Cardíaco e através dele expandir uma Luz Divina de Amor Proteção e Paz por todo o corpo interno e pela aura envolvente concentrando uma esfera de Luz ao seu redor.
- 3. Invocar ao seu Sagrado Coração/Ser a presença dos 7 Arcanjos e Mestres Guias e peça-lhe proteção, suporte e orientação. Permita-se visualizar a intensidade de luz dentro e fora de si.
- 4. Invocar o Apoio e Suporte da Mãe Natureza, Devas e Seres Sagrados. Foque-se em todo o suporte e apoio da Mãe Natureza.
- 5. Focar na energia Divina do cardíaco integrando a geometria de Luz na Aura.
- 6. Fica em Observação Serena, deixando os pensamentos, emoções e vontades fluírem como nuvens.

Energia Regeneradora da Mãe Natureza (Lava ou Magma)

- 7. Centrados no Ser invocar a energia da Mãe Natureza e Regeneradora, Invocamos ao nosso Ser a Deusa Pele, uma energia dos vulcões irá subir pelo interior de um tubo de luz com uma intenção de purificação e regeneração, pelo interior das pernas, ancas até ao estômago (plexo solar), mãos até aos cotovelos inclusive. Nesse momento irá regenerar a fundo todas as energias que necessitem de renovação ou de regressar ao seu estado natural. A energia continua a fluir e expandido até à envolvência da aura. Ao receber esta cura observe-se serenamente.
- 8. Naturalmente a energia irá retornar ao centro da Terra ou transformar-se em energia luminosa e tubo de luz ficará ainda mais intenso.

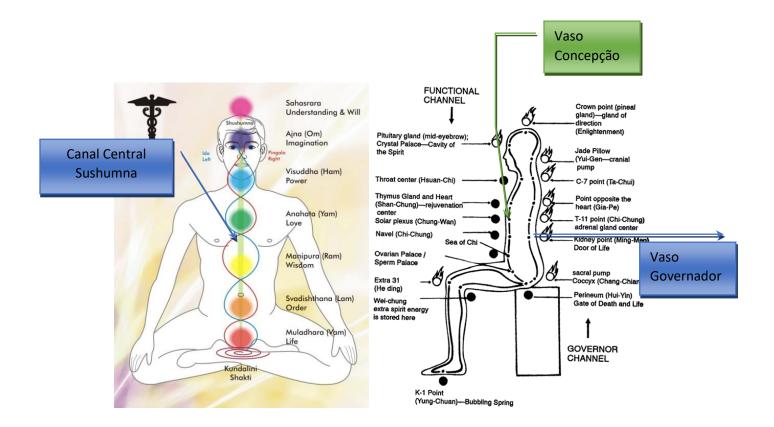
Circulação de Energia nos canais Masculino (Vaso Governador), Feminino (Vaso de Concepção) e braços.

- 9. Focar a atenção na superfície de contacto com a Mãe Terra e invocar à Mãe Divina uma flor de lótus branca que irá envolver as pernas pedindo que a sua energia se expanda pelos nossos corpos subtis.
- 10. Visualizar/Imaginar a circulação de energia através da lótus pedindo à Mãe Divina que traga a sua energia Medicinal e Espiritual. A energia irá iniciar na base da coluna e subir lentamente ao longo da coluna, dividir-se em dois canais num ponto à altura dos ombros, fluir pela parte interna dos braços, palmas das mãos e aqui abrir um lótus branca com a intenção de criar conexão e harmonia com o exterior, depois continua a fluir pelos dedos médios, costas das mãos, e parte exterior dos braços até se unir de novo entre os ombros e continuar a fluir pela cervical até ao topo da cabeça (entrando em contacto com a energia do cosmos por uns momentos). Abrir uma Lótus Branca no topo da cabeça como símbolo de conexão e abertura ao Amor Universal / Pai-Mãe Cósmicos.
- 11. Colocar a língua no palato e a energia irá fluir pela testa, interior da boca, garganta, deixe que essa energia preencha o coração e expanda em Luz Solar.
- 12. Repetir a circulação no mínimo 10 ciclos e no máximo 36 ciclos de energia.

Canal Central e Alinhamento/abertura dos chakras

- 13. Do centro da flor de lótus, irá emergir, uma luz branca-dourada (energia de União Neutra) que irá subir pela coluna vertebral e um a um no centro/núcleo do chakra dar a imaginar a abertura de uma **lótus branca** para libertar, purificar e conectar o chakra na sua vibração divina, 1º Chakra vermelho, 2º Chakra laranja, 3º Chakra amarelo, cardíaco Verde Esmeralda e/ou Rosa, 5º Chakra Azul-Céu, 6º Chakra Azul-Índigo, 7º Chakra violeta).
- 14. Dê atenção de entregar todos os pensamentos, memórias, emoções, sentimentos à Mãe Divina, fiquemos atentos e observadores do que é mostrado em cada chakra entregando-os posteriormente à Mãe Divina para cura.
- 15. A energia branca-dourada de união irá continuar a subida e criar uma ponte com a energia cósmica.
- 16. Quando a ponte estiver realizada a energia do espírito santo irá expandir-se do cardíaco para todo o ser. Permita que a energia da Mãe Divina/Espírito Santo lhe traga tudo o que necessita para guiar no caminho e no encontro com o coração sagrado. Neste momento pode invocar os seus, mestres, guias e anjos para que suportem para o dia ou para qualquer situação específica. Fique num processo de observação serena da respiração e escuta descontraida durante um tempo.
- 17. Utilize a Técnica do Loop Infinito para alinhamento e encerramento da meditação.
- 18. Agradeça e gentilmente regresse a atenção para uma leve massagem e cuidado do corpo que esteve algum tempo numa determinada posição.

Os Canais de Circulação de Energia:



O loop infinito na protecção e alinhamento



Este exercício permite que a estrutura de luz divina seja de novo evidenciada e reforçada, libertando aglomerados de energia densa que mais tarde criem padrões de desequilíbrio pois o simbolo do infinito é um simbolo sagrado de imenso poder, ele simboliza também o Cerebro, o Coração e o Sexo.

- A partir do centro do coração estender um loop (símbolo do infinito deitado) em dourado dando a intenção de ser ligar à malha de luz que nos envolve como um ovo dourado.
- 2. Como uma hélice rodar (iniciar com o sentido anti-horário) e passar esse loop desde o ponto superior (acima da cabeça) e o ponto inferior (abaixo dos pés base da flor de lótus) 3 vezes.
- 3. Por fim levar de novo o loop ao coração e terminar o exercício agradecendo.

Recomendado para qualquer situação onde necessite reforçar a conexão com a sua essência, libertar energia de pessoas ligadas na nossa energia, elevar o estado de consciência no momento presente, intuição e centro de si mesmo não permitindo que cordas o tentem desviar para escolhas ou comportamentos reactivos mas sim conectar cada vez mais a escolha do coração.

Cordas, Ilusões ou Ego

Todo e qualquer Ser presente neste plano físico tem vivências diárias. Vivências que em que algumas são orientadas pelo seu coração, pela sua essência e conexão com o divino, outras são baseadas em ego - apego, medos, identificações com um falso eu, memórias de dor, sofrimento, vitimização, controlo, etc.

Tudo o que são vivências de medo ou ego são experiências desconectadas e que intensificam cada vez mais a realidade e a crença de que estamos Separados dos outros, da nossa Paz Interior, dos Anjos, da Mãe Divina e sobretudo de Deus/Fonte - Luz, Amor, Sabedoria, Verdade, Paz, Segurança, Fé...

Esse sentimento de Separação traz a necessidade de nos preenchermos com algo que venha do exterior tentando criar mecanismos de segurança temporários e falsos que mais tarde ou mais cedo acabam por nos trazer dor e sofrimento como efeito do que já lá estava anteriormente. Devido a estes mecanismos geram-se na nossa vida aquilo que chamamos de Crenças, Padrões e Cordas de Medo ou Ego que necessitam de ser libertadas com a Ajuda dos Amados Anjos e Mãe Divina/Espírito Santo.

As Crenças e Cordas de Medo ou Separação contaminam a mente criam obstruções no fluxo de energia que crescem e intensificam-se até que um trabalho diário de perdão, libertação e uma rectificação na mente seja realizada. Estas cordas podem causar vários tipos de sintomas físicos, emocionais e mentais que perturbam a sensação de harmonia e paz.

Como exemplos de cordas ou medos temos:

Cordas de Ego •Insegurança •Orgulho

- Ira
- •Medo Dor
- Sofrimento
- Incapacidade
- Confusão
- Culpa
- Julgamento
- Humilhação
- Vinculos Energéticos

•...

