

Oferta para os leitores

**COMPLEMENTO OFERECIDO
AOS LEITORES DO LIVRO
AS CHAMAS GÊMEAS: O CAMINHO DA TRANSFORMAÇÃO
ATRAVÉS DE UMA NOVA DIMENSÃO DE AMOR.**

EXERCÍCIOS COM O SELO CLE

Módulo 1: Ver e Compreender através do Simbolismo	3
Módulo 2: O Significado do exercício.....	8
Amor pelo completo, Amor pelo vazio	9
A Energia CLE	10
Módulo 3: Os Princípios do exercício	12
CONTRIBUIR PARA A UNIFICAÇÃO DAS 2 ENERGIAS DO AMOR.....	12
VAZIO COMPLETO.....	13
O ESPELHO	14
AUTENTICIDADE	14
EXPRESSAR O AMOR A DIFERENTES NÍVEIS.....	15
IMPRESSÕES E TOMADAS DE CONSCIÊNCIA	16
A AÇÃO DO SELO CLE	19
A AÇÃO DO EU.....	20
BENEVOLÊNCIA E AMOR	21
RECOMEÇAR SUCESSIVAMENTE ATÉ CONSTRUIR A PONTE.....	22
ÚLTIMO CONSELHO.....	23
Módulo 4: Modo de funcionamento	25
Download das ferramentas	26
Instruções para o funcionamento do exercício com o Selo CLE	27
1 - Preparação.....	27
2 - Conecte-se.....	27
3 - Conecte-se com o Selo CLE.....	27
4 - Preencha o Selo CLE com a representação da relação de amor.....	28
5- Impressões e tomadas de consciência	28
6 - A ação do Selo CLE.....	29
7 - As suas ações enquanto coator.....	30
8 - Os dias seguintes.....	30

Módulo 1: Ver e Compreender através do Simbolismo



Não é este o objeto que desejamos oferecer aqui, embora vá certamente ser o objeto de um trabalho muito enriquecedor no futuro, mas gostaríamos de vos convidar a observar atentamente a capa do livro. É um presente que oferecem a vocês mesmos.

A capa do livro é uma pintura que pedimos especificamente à artista Lucie Yonnet para pintar e cujo website é: <https://www.lucieyonnet.com/>

Trata-se de uma pintura “conectiva” no sentido em que Lucie foi buscar inspiração interior através do contacto com o nosso casal e da energia sentida durante as partilhas. Aliás, ela recorda o nosso encontro e o seu trabalho no prefácio do livro.

Gostaríamos de vos convidar a observar atentamente esta capa, porque é a ilustração simbólica das Chamas Gêmeas reunidas e de todo os procedimentos da jornada.

Existe um “antes” e um “depois” deste reencontro.

Dediquem algum tempo a observar a imagem de uma maneira geral, a conectarem-se com ela, a sentir o que dela emana, o que vos inspira. Depois observem detalhadamente de baixo para cima.

O símbolo representa uma ponte entre o visível e o invisível, entre o consciente e o subconsciente.

O símbolo revela-se na sua forma visível, que conseguimos ver.

Para atravessar a ponte e estabelecer ligação com a essência daquilo que o símbolo pretende revelar, é necessário uma busca interior, questionando o que estes símbolos despertam dentro de nós e o que nos ensinam.

Eis algumas das questões que devem colocar sobre os detalhes da pintura da capa do livro:

- Que forma tem este símbolo diante dos meus olhos?
- Que significado tem em determinado contexto?
- O que significa para mim?
- O que este simbolo evoca em mim?
- O que o torna presente aqui e agora?
- Qual o seu significado no contexto do Amor e das Chamas Gêmeas?
- Como parte do processo, o que me convida a fazer?
- ...

Existem múltiplas questões semelhantes.

Na realidade, colocar esta pintura na capa foi uma forma de questionar o como, o porquê, o para quê, o para quem, do caminho a seguir...

Para isso, convidamos e encorajamos a realizar este exercício não apenas uma, duas ou até três vezes... mas várias vezes, em

alturas diferentes, deixando decorrer algum tempo antes de repetir.

Cada vez que realizarem este exercício, irão sem dúvida descobrir novos símbolos que pareciam não estar presentes durante as primeiras observações.

Claro que esses símbolos já estavam presentes na tela. Contudo, os vossos olhos não conseguirão visualizá-los de imediato na forma com que irão aparecer mais tarde.

Os conhecimentos e interpretações sobre esses símbolos também irão evoluir através de novos exercícios. Porque vocês irão evoluir e o processo de questionamento é constituído por etapas.

A cada nova etapa de conhecimento interior, irão visitar os conhecimentos anteriores sob a luz de novas revelações.

À medida que o forem fazendo e compreendendo, vão ganhando consciência da imensidão do percurso, acreditar que o completaram não passa de uma ilusão e basta que uma nova porta se abra para vislumbrarem um novo caminho.

Compreendemos que este exercício não é fácil para todos. Analisem onde estão com vocês próprios (vocês “amo-me”).

Algumas pessoas sentem-se confortáveis ao lidar com símbolos e são capazes de escrever páginas inteiras.

Não é esse o objetivo. Na nossa abordagem de vida e na abordagem que ensinamos, o mais importante é manifestar o que é revelado.

Repito: o mais importante é manifestar o que é revelado.

É através da manifestação que a transformação acontece. E no que diz respeito ao Amor Divino, é igual e totalmente o caso.

Compreender a interpretação dos símbolos sem o manifestar não serve de nada para o vosso percurso.

Ver apenas 1 ou 2 símbolos, mas possuir a habilidade de manifestar na vossa vida o que esses símbolos revelaram, é muito mais valioso.

A relação com o Amor Divino e as Chamas Gémeas é subtil, e por subtil entenda-se os níveis subtis de energia e consciência.

Assim, se não estiverem habituados aos mundos subtis, ao mundo dos símbolos, à magia e ao poder do Ser, então pratiquem, seguindo o próprio ritmo, com esta tela inspiradora e conectiva, manifestando o que vos é revelado.

CONSELHOS para a prática:

Peço-vos que não guardem o livro na vossa biblioteca, onde apenas a lombada ficará visível. Coloquem o livro, e principalmente a capa, numa posição visível para que os vossos olhos se cruzem com ela regularmente.

De seguida, anotem todo o trabalho de pesquisa, compreensão, interpretação e questionamento num caderno ou bloco de notas.

Antes de começarem, apontem a data em que vão realizar o exercício. Ao datarem o vosso trabalho, poderão, por um lado, verificar o vosso progresso e, por outro lado, recordar o que anotaram em ocasiões anteriores.

Não é só na altura do exercício que devem anotar informações. É bastante comum que o vosso subconsciente crie imagens, interpretações, indicações relacionadas com a capa durante o dia enquanto fazem algo completamente diferente ou durante o sono.

Anotem essa informação num post-it, num pedaço de papel ou no vosso telemóvel.

Em conclusão:

Se se deixarem envolver pelo jogo do visível e invisível através desta capa, garantimos que vos serão feitas muitas revelações.

Por isso, demorem o tempo que for preciso! Não tenham pressa!

Apenas com perseverança, regularidade, uma abordagem autêntica e sincera, benevolência e Amor por vós próprios conseguirão aceder a essas revelações.

Passemos aos próximos módulos relativos aos exercícios que vos oferecemos. Cliquem no botão “Marcar como concluído” abaixo.

Módulo 2: O Significado do exercício



É possível trabalhar com o selo CLE do Amor e das Chamas Gêmeas de diversas maneiras.

Para prolongar o livro e ajudar aqueles que desejam ir mais longe, decidimos oferecer como presente um exercício com o selo CLE.

Relembro que CLE significa ChristAll Love Energy.

É um exercício simples, acessível e poderoso. Mistura criatividade, cores, emoções, sensações, energias e AMOR.

Antes de fazerem o exercício, é importante que compreendam o significado daquilo que vos será pedido para fazer com este símbolo.

Amor pelo completo, Amor pelo vazio

Antes de mais, gostava de retomar a noção de Amor pelo COMPLETO e Amor pelo VAZIO.

Não se trata de repetir o que escrevi no livro, embora o processo de repetição possibilite que a noção fique bem enraizada.

É preciso lembrar que a natureza abomina o vazio. E, por esta razão, todo o vazio é preenchido.

O Amor não é uma exceção à regra.

Isto significa que todo o vazio em nós é preenchido. Se não for preenchido por nós, será por outro ou outros.

Ao deixar que outros preencham o nosso vazio para obter a sensação ilusória de estar pleno e completo, estamos ao mesmo tempo a dar-lhes o poder de quebrar este equilíbrio ilusório. Eles podem nos fazer felizes ou infelizes ao retirar, consciente ou inconscientemente, aquilo que nos deram para preencher o nosso vazio.

Costumamos responsabilizar a outra pessoa pela nossa felicidade ou infelicidade, considerando que na maioria das vezes somos nós que lhe concedemos esse poder ao permitir que preencham o vazio que não fomos capazes de preencher sozinhos.

Trata-se do conceito de equilíbrio de desequilíbrios que expliquei no livro.

A compreensão de pleno e completo através do “amo-me” a mim mesmo é um dos aspetos primordiais do acesso ao Amor pelo completo e equilíbrio da relação entre Chamas Gémeas.

É, portanto, sobre os aspetos de vazio e de completo que decidimos que devem trabalhar com o selo CLE do Amor e das Chamas Gémeas.

Este exercício vai facilitar a conexão com o selo CLE. E vai, sobretudo, criar uma ponte entre vocês e o selo.

Recordem a noção de ponte evocada no exercício da capa. Este exercício juntamente com o simbolismo da tela na capa do livro não é insignificante.

Com este exercício, vão passar de 2 elementos, que são vocês e o selo, para a reunião entre vocês e o selo para formar apenas UM. Vão misturar a vossa energia com a energia CLE do Selo.

A Energia CLE

Antes de começarmos este exercício, vamos analisar o que é a energia CLE.

A energia CLE é a energia do Amor puro a que tive acesso em determinado momento da minha vida, a que tenho acesso atualmente e que trabalhamos com regularidade.

Surge como a energia associada ao Amor enquanto estado de consciência.

Recordo que o Amor enquanto estado de consciência não tem nada a ver com o Amor enquanto sentimento. Este ponto foi explicado pelo Ludovic na conferência dada na Cimeira da Consciência em 2017.

Quando falamos em energia CLE, imaginamos uma energia exterior a nós transportada e transmitida pelo selo. Isto é parcialmente verdade.

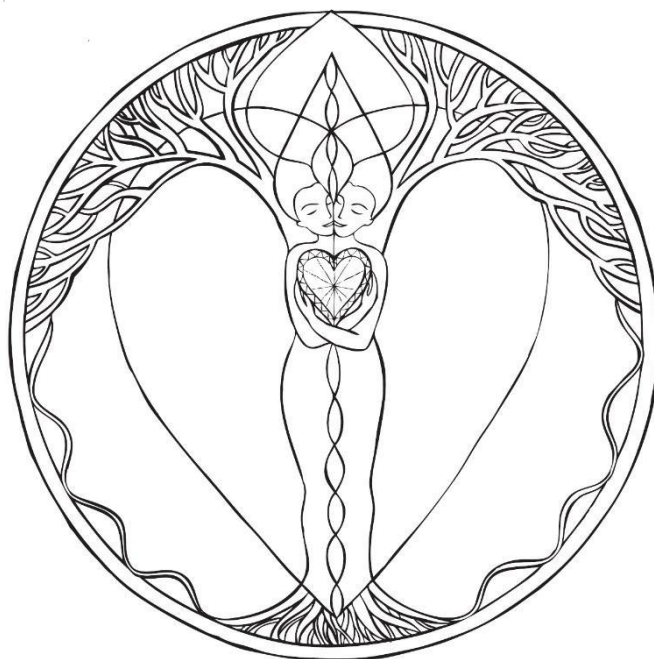
O selo é, de facto, a via e o veículo da energia. O selo é a ponte que vai nos (re)conectar com a energia CLE.

Com base neste princípio, podemos realmente considera-la uma energia exterior.

Na realidade, para se reconectarem com o Amor enquanto estado de consciência e assim viver e manifestar o Ser neste estado de consciência na vida quotidiana, esta energia não deve ser exterior. Deve encontrar o seu lugar como nascente dentro de vocês, no vosso coração, para assim dar vida ao Ser por inteiro a partir de dentro e irradiar este estado de consciência do Amor para o exterior.

Esta busca e este caminho consistem em formar apenas UM com a energia CLE.

Módulo 3: Os Princípios do exercício



Para este exercício, vão ter à disposição o Selo CLE do Amor e das Chamas Gémeas incolor. A tarefa consiste em colorir ou pintar o selo como desejarem.

Não se trata de pegar no modelo do site e colorir o selo de forma idêntica. Trata-se de o colorir de acordo com a vossa inspiração. Ou melhor, de acordo com as vossas aspirações.

Leiam as indicações que se seguem para compreenderem o trabalho que podem realizar com o selo CLE.

CONTRIBUIR PARA A UNIFICAÇÃO DAS 2 ENERGIAS DO AMOR

O Selo possui a sua própria energia, mesmo quando não está preenchido com cor.

Ao colorir o Selo CLE com a expressão do amor que têm dentro de vocês, vão unir a energia ligada a este aspeto do amor que têm dentro de vocês e a energia do Selo para se tornarem finalmente UM.

Se forem sensitivos e estiverem à vontade com energias, quando o desenho estiver completo, convido-vos a sentir o que acontece em termos de mistura e unificação das energias de amor: a vossa com a expressão do amor e a do Selo com a energia CLE.

A ideia que importa reter aqui é que o Selo CLE vai acolher o que transportam dentro de vocês em termos de amor.

VAZIO | COMPLETO

Através deste exercício, vão trabalhar os conceitos de VAZIO e COMPLETO que revimos anteriormente.

O Selo CLE sem cor está VAZIO. Vão-se conectar com este vazio para que se torne o vosso plano de expressão.

Como a natureza abomina o vazio, vão encher o Selo CLE de cor, com as vossas cores.

O objetivo é expressar o que sentem em termos de amor através dessas cores, das vossas cores. E, se desejarem, o que sentem relativamente à representação da relação entre as Chamas Gémeas.

Não se preocupem com o significado das cores. Não é disso que se trata. Principalmente porque, se trabalharem seguindo o significado das cores, o trabalho não será autêntico e justo. O que será inútil no âmbito deste exercício.

Não se preocupem em desenhar com a intenção de obter um resultado bonito. Não é um exercício de estilo.

Trata-se de preencher o vazio do Selo CLE de acordo com a vossa sensibilidade, autenticidade, emoções, sensações... sem se preocuparem com a forma final.

O ESPELHO

É muito difícil olhar para dentro de nós quando existem tantas barreiras, conscientes ou inconscientes, feridas que não queremos ver ou que já não queremos mais olhar, padrões internos limitados que nos distraem do caminho certo, zonas de sombra que ocultam a luz.

O objetivo deste exercício não é olhar para dentro, mas olhar para fora da expressão “para dentro”.

Ao preencher o Selo CLE com as cores associadas aos sentimentos mais íntimos, vão revelar a face do amor em vocês, o que sentem.

A coloração corresponde à expressão do que têm dentro de vocês, que poderão finalmente ver. Olhar para este espelho vai facilitar a consciencialização.

AUTENTICIDADE

Para que este exercício seja relevante e eficaz, devem colorir de acordo com o que sentem e querem expressar acerca do amor no momento em que realizam o exercício e não de acordo com o que gostariam que fosse.

Não duvido que gostariam de colorir de forma a obter um Selo muito bonito. Mas permitam-me recordar que esse não é o principal objetivo.

Pintem conforme o que sai de vocês, conforme o que sentem dentro de vocês.

Transmitam cá para fora o que está dentro de vocês. Não se trata de alcançar um feito artístico (podem fazê-lo se é o que vos apetece, mas está à margem deste exercício).

Se se sentem atormentados, tristes, frustrados, zangados, perdidos, oprimidos, aprisionados, traídos, sozinhos, em sofrimento, assustados... expressem-no através das cores, preenchendo o Selo CLE.

Se se sentem cheios de alegria, felicidade, serenidade, benevolência, paz, amor... expressem-no através das cores escolhidas para preencher o Selo CLE em branco.

De facto, sejam o mais autênticos que conseguirem, expressando o que sentem dentro de vocês, seja negativo e/ou positivo.

A autenticidade não vai surgir espontaneamente. Vai ser precisa uma dose de desapego e de apropriação do exercício.

Para tal, repitam o exercício várias vezes até conseguirem expressar no Selo CLE a vossa representação interior da vossa relação com o amor.

EXPRESSAR O AMOR A DIFERENTES NÍVEIS

Propomos que se conectem com o amor dentro de vocês e o expressem através do Selo CLE.

Mas de que tipo de amor estamos a falar?

De facto, para que os resultados do exercício vos sejam revelados, é necessário trabalhar a diferentes níveis.

A perceção que temos do amor não é a mesma. Consoante se fale do amor pelos amigos, pelos pais, pelos filhos ou pelo cônjuge, do amor pela Chama Gémea... ou do amor próprio. Lembrem-se do famoso “amo-me” a mim.

Isto significa que, quando fizerem o exercício, vão focar a vossa intenção na relação de amor que desejam trabalhar.

Vão trabalhar em conjunto com o Selo na relação de amor que têm com os vossos pais, com o vosso companheiro ou na relação de amor que vos une à vossa Chama Gémea?

Têm de escolher antes de começarem o exercício e focar a vossa intenção e a vossa consciência na relação de amor escolhida previamente.

Assim sendo, convido-vos a incluir no exercício as seguintes relações:

- A relação de amor com vocês mesmos
- A relação de amor com a criança que foram (a criança interior).

Eu sei que o principal, e quase exclusivo, objetivo das pessoas que estão numa relação com a respectiva Chama Gémea é trabalhar principalmente, e quase exclusivamente, na relação com a pessoa identificada como Chama Gémea.

Eu compreendo esta vontade e este desejo.

Contudo, creio que insistimos exaustivamente ao longo do livro, e repito-o aqui, que CLE é, acima de tudo, a relação de Amor que têm com vocês mesmos, pois é preenchendo os vazios com o vosso amor que se tornarão plenos e completos.

Só assim vão ser capazes de aceitar e viver a relação com a Chama Gémea de uma forma equilibrada, justa e iluminada, no poder do Amor como um estado de consciência.

Ao convidar para trabalhar na relação de amor que têm com vocês mesmos e com a criança que foram, não estou a dizer para não trabalharem a relação com a Chama Gémea.

Pelo contrário, é precisamente o interesse do Selo CLE.

E se estiverem a passar por um momento difícil nessa relação, é importante e proveitoso expressar isso mesmo, conjugando a energia do amor atormentado que transportam dentro de vocês com a energia do Selo CLE.

O meu conselho é que incluam no vosso trabalho com o selo as duas relações de amor que transportam dentro de vocês - “amo-me” agora e enquanto criança.

IMPRESSÕES E TOMADAS DE CONSCIÊNCIA

Após completarem o exercício de expressar a relação de amor na qual focaram a vossa intenção, preenchendo o Selo CLE, pousem os lápis e recuem um pouco.

Acabaram de expressar para fora o que sentem por dentro. Agora é altura de observar o que aparece.

Para que o trabalho seja mais enriquecedor, convido-vos a pegar num caderno ou bloco de apontamentos, no qual anotarão um determinado número de elementos em cada exercício.

Antes de continuar o exercício, dediquem uns minutos a reorientarem-se e a cortarem com o exercício de pintura que acabaram de fazer.

Durante o exercício, estavam conectados com vocês mesmos. Criaram uma ponte entre o vosso eu interior e o Selo com o intuito de transferir o que continham em vocês para o interior do Selo CLE.

Agora precisam de desligar a ligação com o Selo CLE para terem uma visão distanciada do que conseguiram alcançar.

Esta postura desapegada é o que chamamos de meta-posição no livro. Permite que se observem como se fossem outra pessoa para que consigam perceber a situação e as energias a partir de outro ângulo.

Quando se sentirem preparados, observem o Selo CLE preenchido com a vossa expressão.

Olhando para o Selo assim desenhado, sugiro que continuem o exercício, respondendo a algumas perguntas que acrescento a seguir.

Claro que podem responder a outras questões que vos pareçam legítimas e apropriadas para o exercício.

Algumas das perguntas são colocadas como se não fossem vocês os artistas que pintaram o Selo CLE de modo intencional. Recordo que se encontram em meta-posição, o que permite apreender a situação e o exercício sem estarem diretamente envolvidos.

Aqui está uma lista não exaustiva das perguntas que convido a seguir por ordem:

- O que aconteceu dentro de si durante o processo de coloração?

- O que vê?
- Como descreve o que vê?
- Que história contaria se tivesse de descrever o Selo CLE a outra pessoa tal como está desenhado à sua frente?
- O que gosta no desenho?
- O que faz com que goste?
- O que não gosta?
- O que faz com que não goste?
- O que sente sobre o que não gosta no desenho?
- O que falta expressar no desenho para que goste dele?
- O que acha que faltou dentro do artista para expressar o que gostaria?
- O que acha que devia mudar por dentro para expressar o que gostaria de uma maneira autêntica?

Como expliquei anteriormente, podem realizar este exercício concentrando a vossa intenção e consciência em diferentes tipos de relação de amor.

Para completar o exercício, convido a compararem os desenhos consoante a relação de amor que tem estado a trabalhar.

Através dessa comparação, determinem:

- O que parece idêntico;
- O que parece diferente;
- O que faz com que seja idêntico;
- O que o torna diferente;
- E se tudo fosse unificado, o que devia ser?

Os exercícios pós-coloração são importantes porque ajudam a trazer à consciência determinados elementos, determinados padrões, determinadas feridas e alguns medos escondidos.

Esta leitura também demonstra como a relação com o amor pode assumir rostos por vezes muito diferentes e por vezes muito semelhantes, dependendo do tipo de relação de amor que está a tratar.

O que pode acontecer ao olharem para o trabalho de pintura e o comentarem é sentirem que o que desenharam e expressaram não é verdadeiramente honesto sobre o que realmente sentem.

Podem efetivamente sentir que desenharam o que desejam e não o que realmente sentem.

Não faz mal. Faz parte do mecanismo de defesa interno, que não quer que consigam ver o que se encontra no interior.

O simples ato de sentir que o que desenharam não é verdadeiro e autêntico já é um passo.

Trabalhem nisso, procurando inconsistências entre o que fizeram e o que sentem que deviam ter feito. Anotem estes pontos e procurem perceber o que fez com que uma parte de vocês evitasse com que fosse trazido à consciência.

Assim que acharem que já escreveram tudo, parem.

Porém, isto não significa que o trabalho que começaram tenha sido interrompido. Vai continuar a operar dentro de vocês. Para isso, podem continuar a escrever o que vos vier à cabeça mais tarde e nos dias seguintes.

A AÇÃO DO SELO CLE

Uma vez terminada esta parte do exercício e registadas todas as informações no vosso caderno, convido-vos a concentrarem a vossa atenção no Selo e na Energia CLE.

O Selo CLE está preenchido com a expressão da relação de amor que mantêm numa determinada relação.

Como expliquei anteriormente, ao preencher o Selo CLE desta forma, estão a conjugar as energias.

Vão transmitir a vossa intenção ao Selo e à Energia CLE e vão dizer em voz alta essa intenção.

«Que a Energia ChristAll do Amor restabeleça o Amor Divino nesta relação com o amor que confio ao Selo CLE, no meu Ser e na minha vida, para aceder ao Amor como estado de Consciência com todo o meu Ser».

Repitam a intenção 3 vezes, sentindo-a ecoar dentro de vocês e sentindo a energia do Selo CLE a ativar-se.

Podem colocar o Selo CLE sob a capa durante alguns dias. Depois podem colá-lo na página onde escreveram os comentários.

Não se esqueçam de colocar a data do exercício na página dos comentários e do Selo desenhado.

A AÇÃO DO EU

Creio que já o disse antes e até o repeti frequentemente, não esperem encontrar uma varinha mágica que permita realizar toda a jornada de uma só vez.

Como já disse, esta jornada é uma parte fundamental e indissociável do processo.

Além disso, ao procurar uma varinha de condão através de um método, uma técnica, uma pessoa ou o que quer que seja, estariam a dar poder ao outro, a esse método, a essa pessoa. E uma das chaves para aceder ao Amor é a recuperação do poder, a construção do COMPLETO através do Amor-próprio.

Para isso, não devem contentar-se em trazer a intenção para o nível do Selo CLE e esperar que os efeitos se manifestem.

Devem desempenhar um papel ativo e atuante. Devem abandonar o estado de vitimização e perceber que detêm o poder e a autoridade para retomar as rédeas da vossa pessoa e da vossa vida.

Não vai acontecer nada se permitirem que todos os mecanismos internos sejam postos em prática de modo a que nada se altere e continuem a viver a vida tal como ela é e as relações de amor tal como estão.

Embora o Selo CLE atue nos níveis subtis e energéticos, cabe a vocês trabalharem no vosso nível na manifestação a nível da pessoa e da vida.

Retornem às perguntas que devem colocar na parte sobre impressões e tomadas de consciência.

Relativamente às respostas que possam ter dado, encontram aqui dicas sobre as transformações interiores que podem realizar.

Devem compreender que estas transformações não podem acontecer se não possuírem uma vontade forte e autêntica de trabalhar nesse sentido.

Sigam o trabalho energético do Selo CLE, cumprindo a parte que vos compete na jornada e na transformação.

BENEVOLÊNCIA E AMOR

No livro, insistimos no longo caminho a percorrer para o regresso ao Amor. Também insistimos no trabalho de transmutação necessário das zonas de sombras em Luz e Amor.

Com este exercício, como com os outros que certamente serão levados a fazer, se a abordagem for autêntica e se avançarem com força e coragem, vão ser regularmente confrontados pelas zonas de sombra.

Lembrem-se da importância do Amor-próprio.

É fundamental que consigam acolher com bondade e amor tudo o que se apresentar a vocês sobre vocês.

Não se julguem. E não caiam em “vitimizações”.

Sejam gentis com vocês mesmos e aceitem-se com amor.

Só assim vão conseguir ultrapassar esta etapa e transmutar cada zona de sombra em Luz e Amor. Pois não se trata de ocultar ou de assumir responsabilidades e culpas adicionais.

Se o fizerem, vão continuar a construir um fosso entre vocês e o Amor e a alimentar energeticamente o bloqueio e a pressão que se tornariam outro obstáculo invisível.

A jornada é difícil, os obstáculos e o sofrimento fazem parte de um percurso que permitirá curar, libertar-se de todos os pesos e elevar o grau de consciência.

Acima de tudo, este percurso permitirá amar-se plena e completamente.

RECOMEÇAR SUCESSIVAMENTE ATÉ CONSTRUIR A PONTE

A caminhada é feita ao longo do tempo, pois implica um lento processo de integração.

Compromisso, consistência, força de vontade e coragem são qualidades essenciais quando se envereda por tal caminho.

É aconselhável fazer este exercício com frequência e regularidade, concentrando a intenção nos diferentes tipos de relação de amor.

E é necessário fazer este exercício várias vezes para a mesma relação de amor.

É interessante fazê-lo em diferentes condições, por exemplo, quando se sentem tristes, zangados, a sofrer com esta ou aquela relação e depois quando se sentem mais calmos.

Deixem que essas emoções se expressem dentro de vocês. Expressem-nas. Confiem-nas ao Selo CLE em branco, preenchendo-o com as cores que expressam o vosso estado de espírito naquele exato momento no que diz respeito à relação de amor envolvida naquele estado de espírito.

Será interessante anotar a evolução da expressão da relação de amor de acordo com o vosso estado de espírito e com o passar do tempo.

Ao fazer este exercício regularmente, vão fortalecer o poder da ponte construída entre vocês e o Selo CLE.

ÚLTIMO CONSELHO

Repito: só porque leram tudo o que foi escrito anteriormente e concordaram no momento, não significa que vão aplicar o que é necessário.

Consistência, coragem, disciplina, ação (as vossas ações enquanto atuantes) e benevolência ao longo da caminhada e para convosco são fatores essenciais.

Vão encontrar muitas oportunidades para desistir e seguir para outras coisas, preferindo o efêmero e o superficial às profundezas de uma jornada e de um compromisso sério e voluntário consigo mesmo e com a alma, que vos impede de caminhar em direção às portas do Amor enquanto estado de consciência e conseqüentemente aspirar a manifestar uma vida e viver uma relação com a Chama Gémea nesta energia.

Assim, convido-vos a recuperarem o controlo sobre vós próprios e a não cederem às trombetas do ego confortavelmente instalado num sistema que aprendeu a dirigir e a gerir.

Convido-vos a trabalhar incansavelmente para avançar neste caminho em direção à porta do Amor enquanto estado de consciência e em direção ao equilíbrio na relação com a Chama Gémea.

Não parem para pensar: «Isto é demasiado difícil». A dificuldade é apenas uma ilusão que vocês alimentam com frequência.

Continuem porque vale a pena, porque a cada etapa ultrapassada é o vosso estado de consciência que evolui, porque a cada etapa ultrapassada sentir-se-ão mais livres e mais próximos do eu interior.

Gostaria de lembrar que este exercício que complementa o livro é apenas uma demonstração do que pode ser empreendido. É claro que não é suficiente por si só.

Este presente é apenas um exemplo do que pode ser feito com o Selo CLE específico do Amor e das Chamas Gémeas. E se trabalharem de forma consciente como indicado, então vão sentir

a energia do mesmo e as perspectivas de trabalho que podem ser realizadas.

Que este exercício vos convide a prosseguir na procura pelo eu interior – eu “amo-me”.

Que esta procura permita recuperar todo o poder e força.

Que contribua para a vossa evolução na direção deste estado de consciência de Amor.

Que as vossas ações contribuam para o restabelecimento do Amor na Terra.

Do fundo do coração, nós vos amamos.

Do fundo do coração, nós estamos presentes.

Com Gratidão.

Catherine e Ludovic

Módulo 4: Modo de funcionamento

É tempo de passar à prática.

Consigo ouvir algumas pessoas a dizer FINALMENTE!

Aaaah, que pressa!

O problema é que também encontramos esta precipitação durante o percurso para alcançar o Amor como Estado de Consciência, bem como na procura da Chama Gémea ou na recuperação do equilíbrio da relação.

Esta precipitação é tão forte como a ilusão e o aspeto superficial de qualquer trabalho empreendido.

Como explicamos no livro, na maioria das vezes, as pessoas concentram-se no resultado que pretendem alcançar com o objetivo de o conseguirem o mais depressa possível, sem muito esforço e, principalmente, evitando sofrer tanto quanto possível.

Tantos fatores alimentados e mantidos pela própria pessoa para que o objetivo não seja alcançado, a não ser na ilusão do equilíbrio dos desequilíbrios.

O percurso é mais importante do que o objetivo, porque vão descobrir que o objetivo inicial pode assumir uma forma muito diferente à medida que progridem na vossa jornada.

Isto acontece pois, à medida que vão removendo gradualmente os véus da ilusão, vão iluminando o vosso objetivo, revelando aspetos de vocês e da vossa vida que anteriormente não eram visíveis na sombra das vossas ilusões e trazendo-os à consciência.

Portanto, apelamos a que sigam este conselho que damos e repetimos vezes sem conta às pessoas que iniciam o processo de acompanhamento connosco: demorem o tempo necessário e não sacrifiquem a jornada em detrimento de um resultado ilusório e

de um objetivo distorcido pelas vossas zonas de sombra que acabarão por mudar assim que reencontrarem a luz.

Download das ferramentas

Para praticar o exercício, faça o download do Selo CLE em branco.

De seguida, imprima-o.

Instruções para o funcionamento do exercício com o Selo CLE

1 - Preparação

- Faça o download do Selo em branco e imprima-o. Eis o link: <http://bit.ly/2vNtB7a>
- Disponha os lápis, marcadores e tintas à sua frente.
- Coloque a folha impressa com o Selo CLE em branco à sua frente.
- Acenda uma vela, ponha uma música calma e acenda incenso se desejar.
- Desligue os telefones e remova todas as distrações.
- Com tudo pronto, instale-se confortavelmente para poder colorir o Selo.

2 - Conecte-se

- Feche os olhos e respire profundamente três vezes.
- Depois respire lentamente.
- Conecte-se com a relação de amor que deseja tratar neste exercício. Se desejar tratar a relação com a criança que foi, visualize a criança e conecte-se com a relação que tem com a criança que foi. Se desejar tratar a relação com a Chama Gémea, visualize a outra pessoa e conecte-se com a relação que tem com ela.
- Demore o tempo necessário para permitir que as emoções e os sentimentos que acompanham a relação venham à superfície.
- Não bloqueie nada. Deixe surgir tudo.

3 - Conecte-se com o Selo CLE

- Quando se sentir conectado consigo e com a relação de amor que deseja trabalhar, abra os olhos.

- Olhe para o Selo à sua frente.
- Visualize um túnel que vai desde o coração até ao Selo CLE em branco à sua frente.

4 - Preencha o Selo CLE com a representação da relação de amor

- Assim que sentir a conexão entre si e o Selo CLE, comece a colorir o selo com os lápis, canetas de feltro ou tintas à sua frente.
- Para isso, tem de sentir e visualizar as emoções e os sentimentos enquanto atravessa o túnel que criou, dando forma e cor ao interior do Selo CLE.
- Pinte na energia que sente e quer expressar sem se preocupar com o resultado.
- Demore o tempo que for preciso.
- Quando achar que conseguiu transmitir no Selo CLE o que queria expressar sobre a relação de amor que está a tratar, pare de colorir.

5- Impressões e tomadas de consciência

- Feche novamente os olhos e respire profundamente 3 vezes.
- Quebre a ponte entre si e o Selo CLE que visualizou antes de começar a colorir.
- Abra os olhos e observe o Selo CLE colorido à sua frente.
- Anote no caderno o que vê, sente e compreende através da personalização do Selo CLE.

Como ajuda, pode colocar-se as seguintes perguntas:

- O que aconteceu dentro de si durante o processo de coloração?
- O que vê?
- Como classifica o que vê?

- Que história contaria se tivesse de descrever o Selo CLE a outra pessoa tal como está desenhado à sua frente?
 - O que gosta no desenho?
 - O que faz com que goste?
 - O que não gosta?
 - O que faz com que não goste?
 - O que sente sobre o que não gosta no desenho?
 - O que falta expressar no desenho para que goste dele?
 - O que acha que faltou dentro do artista para expressar o que gostaria?
 - O que devia mudar dentro dele ou dela para expressar de forma autêntica o que gostaria?
- Depois de ter expressado tudo o que queria expressar, pare de escrever.

6 - A ação do Selo CLE

- Feche os olhos novamente e respire profundamente três vezes.
- Abra os olhos.
- Observe o Selo CLE à sua frente e diga em voz alta a seguinte intenção 3 vezes seguidas:

«Que a Energia ChristAll do Amor restabeleça o Amor Divino nesta relação com o amor que confio ao Selo CLE, no meu Ser e na minha vida, para aceder ao Amor como estado de Consciência com todo o meu Ser.»
- Feche novamente os olhos.
- Respire profundamente 3 vezes enquanto visualiza a energia do Selo CLE entrar no seu coração.

- Sinta a energia CLE espalhar-se pelo corpo.
- Guarde o desenho durante 3 dias ou mais num lugar seguro.
- Depois, cole-o no caderno junto das suas anotações, acrescentando a data em que realizou o exercício.

7 - As suas ações enquanto coator

- Releia as suas anotações sobre o Selo CLE que desenhou.
- Selecione 2 ou 3 ações que pode pôr em prática dentro de si, para si e por si para trabalhar no sentido das transformações necessárias.
- Aplique-as regularmente com consciência e mestria.

8 - Os dias seguintes

- Continue a observar o que está a acontecer consigo e a sua volta, na sua vida quotidiana e nos seus sonhos, relacionado com este exercício e a relação de amor que está a ser tratada.
- Anote os elementos adicionais de que se aperceber no seu caderno.