

**Dicas de Equilíbrio Energético**

A seguir estão algumas sugestões para que permaneçam em equilíbrio energético durante estes tempos caóticos. Analisem esta lista quando cometerem a se sentirem oprimidos, quando compreenderem que têm múltiplas escolhas a fazer, e quando estiverem ou ansiosos ou deprimidos.

1. Afastem-se do modo pensar e fazer, e entrem em sintonia com o seu coração. Seu coração ajudará guilhos para as próximas etapas. Às vezes, este primeiro passo é ficar quieto. Na quietude, vocês podem ouvir melhor a sua sabedoria interior e podem ser reabastecidos para maior criatividade.

2. Se estiverem vendo problemas a cada momento, considerem falar menos sobre isto. Dêem menos energia ao dilema, concentrando-se menos nisto. Isto significa reduzir a quantidade de tempo que pensam sobre isto, que falam e que se preocupam. Definam a sua intenção de dar a sua energia para mudanças positivas e para perceber coisas as quais serem gratos.

4. Até nos seus piores momentos, vocês podem cultivar um sentimento de gratidão. Quando fizerem isto, elevar a sua frequência vibratória. Como um tônico energético. Quando estiverem se sentindo expansivos ao expressarem a gratidão, vocês gerarão naturalmente a positividade. Um ponto de vista mais positivo pode abrir a porta para novas possibilidades e soluções inovadoras para a sua vida.

5. Em alguns dias, quando a sua vida se tornou complexa e estressante, pode ser desafiador acessar o seu centro. Pode ser difícil compreender as suas circunstâncias, ou sentir uma conexão real com o mundo. Nestes momentos, pensem em algo maior do que vocês, que lhes inspire algo que lhes lembre da interligação de toda a vida.

Pensem em algo que seja mais belo do que vocês estão vendo em sua vida. Exemplos incluem um duplo arco-íris, uma árvore pau-brasil majestosa, e o sol se pondo sobre um resplandecente mar azul.

0cm 10pt;"><span style="line-height: 115%; font-size: 12pt;"><span style="font-family: Calibri;"><span style="color: #000000;">6 ♦ Deixem de tentar se adequar ou <strong>de</strong> terem o que os outros t♦. Quando v♦ ♦ natureza, a flor ou a ♦vore que chama a sua aten♦o n♦ ♦ uma c♦ia carbono das outras. Ela se destaca por causa da sua originalidade. H♦algo diferente sobre como ela reflete a<strong> luz</strong>, a sua cor, ou a sua sensa♦o geral. </span></span></span></p> <p class="MsoNormal" style="text-align: justify; margin: 0cm 0cm 10pt;"><span style="line-height: 115%; font-size: 12pt;"><span style="font-family: Calibri;"><span style="color: #000000;">Saibam que voc♦ s♦ como a flor ou a ♦vore. Est♦bem ser diferente. Voc♦ n♦ precisam parecer com os outros, ou ser como eles tamb♦. Voc♦ brilham muito mais quando s♦ genu♦os e n♦ pretendem ser como a multid♦.</span></span></span></p> <p class="MsoNormal" style="text-align: justify; margin: 0cm 0cm 10pt;"><span style="line-height: 115%; font-size: 12pt;"><span style="font-family: Calibri;"><span style="color: #000000;">7 ♦ Voc♦ querem ter mais <strong>alegria</strong> em sua vida? Considerem se despreocupar quando se aproximam do seu trabalho, dos seus relacionamentos e <strong>de </strong>voc♦ mesmos. Quando voc♦ levam a vida muito seriamente, se tornam muito ligados aos resultados e s♦ menos capazes de aceitar o que h♦ </span></span></span></p> <p class="MsoNormal" style="text-align: justify; margin: 0cm 0cm 10pt;"><span style="line-height: 115%; font-size: 12pt;"><span style="font-family: Calibri;"><span style="color: #000000;">Uma abordagem muito s♦ia acabar♦com a sua <strong>alegria</strong> porque voc♦ estar♦ agindo com muita severidade. Entusiasmem-se hoje, ent♦, e descubram a alegria que est♦naturalmente a♦</span></span></span></p> <p class="MsoNormal" style="text-align: justify; margin: 0cm 0cm 10pt;"><span style="line-height: 115%; font-size: 12pt;"><span style="font-family: Calibri;"><span style="color: #000000;">8 ♦ Quando quiserem se sentir mais em <strong>paz,</strong> pensem em uma cena maravilhosa da natureza com ♦ua, ou se dirijam at♦l♦se puderem. Imaginem a ♦ua calma e revigorante. Convidem ao seu campo de <strong>energia</strong>, o elemento ♦ua. </span></span></span></p> <p class="MsoNormal" style="text-align: justify; margin: 0cm 0cm 10pt;"><span style="line-height: 115%; font-size: 12pt;"><span style="font-family: Calibri;"><span style="color: #000000;">Tenham a inten♦o de que isto lhes abra para um fluxo de bondade e <strong>de</strong> <strong>amor</strong>. Este fluxo de <strong>energia</strong> ♦ilimitado. Voc♦ t♦ uma abund♦cia para si mesmos, e muito a dar aos outros. </span></span></span></p> <p class="MsoNormal" style="text-align: justify; margin: 0cm 0cm 10pt;"><span style="line-height: 115%; font-size: 12pt;"><span style="font-family: Calibri;"><span style="color: #000000;">Concedam algo! Voc♦ ent♦ expandem o fluxo da bondade e do amor no mundo!</span></span></span></p> <p class="MsoNormal" style="text-align: justify; margin: 0cm 0cm 10pt;"><span style="line-height: 115%; font-size: 12pt;"><span style="font-family: Calibri;"><span style="color: #000000;">Enquanto continuam a jornada da descoberta da sua natureza divina, n♦ os envolvemos com o nosso amor e b♦♦os.</span></span></span></p> <h2 class="MsoNormal" style="text-align: justify; margin: 0cm 0cm 10pt;"><span style="line-height: 115%; font-size: 12pt;"><span style="font-family: Calibri;"><span style="color: #000000;">N♦ somos O Conselho dos 12.</span></span></span><span style="line-height: 115%; font-size: 12pt;"><span style="font-family: Calibri; color: #000000;"></span></span></h2> <h3 class="MsoNormal" style="text-align: justify; margin: 0cm 0cm 0pt;"><span style="line-height: 115%; font-family: "><span style="color: #000000;">Tradu♦o: Regina Drumond ♦ </span></span><span style="line-height: 115%; font-size: 10pt;"><a

[reginamadrumond@yahoo.com.br](mailto:reginamadrumond@yahoo.com.br)

### fonte da matéria: www.luzdegaia.com/Selacia.com

fonte da matéria:  
www.luzdegaia.com/Selacia.com