

SILCA MALUTTA

Palavras que libertam
e despertam a cura

170 TEMAS

para facilitar
consultas de
constelação

Com 1000 falas sistêmicas!

Abuso	Imóveis
Adoção	Justiça
Animais	Nomes
Autismo	Obesidade
Transição de carreira	Pedagogia
Dinheiro	Órgãos
Doadores de óvulos e embriões	Depressão
Doenças	Divórcio
Empresarial	energético
Gêmeos	Família
evanascentes	Narcisismo
Origens indígenas ou europeias	Dentes
	Fertilidade
	E mais...





Professora Silca Malutta é diretora do Instituto Profª Silca Malutta – Terapias Sistêmicas.

Já lecionou no curso de Parapsicologia e Ciências Mentais de Joinville e na pós-graduação em Psicologia Transpessoal em Florianópolis. Registro como pedagoga, MEC 1953, de 1984.

Hoje, atua como:

Pedagoga, especialista em Metodologia de Ensino, parapsicóloga clínica e hipnóloga Clássica, Ericksoniana, Condicionativa e Sistêmica. Atua em Apometria Pleiadiana, Apometria Magnética, Neurociência aplicada às terapias, Terapeuta Neurolinguística (PNL). Consteladora com o curso Cosmic Power. Pós-graduação (lato sensu) em Constelação Familiar Sistêmica. Atua como carismática (RCC-Renovação Carismática Católica).

Facilitadora do Curso Constelação Sistêmica Familiar, empresarial, pedagógica, constelando na água e em grupo. Na área da Constelação Familiar, é autora do livro "*Pensamento Sistêmico para a Humanidade*" e do e-book "*1000 Falas Sistêmicas*".

Facilitadora do Curso Hipnose Sistêmica, Parapsicologia e fenomenologia em Ciências Mentais. É autora também do livro "*Hipnose Clínica Associada ao Campo Mórfico*" e do e-book "*53 temas de Reprogramação Mental*".

Silca Malutta é uma cientista mental, supervisora de casos clínicos e orientadora em parapsicologia e fenomenologia. Sempre em constantes atualizações em conferências de parapsicologia científica e congressos de constelações.

Terapeuta clínica desde 1981, Pesquisadora em Física Quântica. Possui vários artigos publicados em colunas de jornais e revistas. Atendendo individual e em grupos, em empresas tendo atuado no Brasil, França, Noruega, Portugal e em diversas cidades dos EUA e Europa.



Pedindo aos ancestrais a benção para ter acesso a novos conhecimentos.

Queridos ancestrais,

Sei que tiveram um destino difícil para ter o acesso ao conhecimento, era algo perigoso saber um pouco a mais na época em que viveram. Muitos pagaram com a própria vida, outros tiveram que se calar para ficar na vida.

Sinto que esses fatos chegaram de certa forma até mim e a muitos dos meus familiares.

Tivemos medo de avançar na vida, mas agora fico consciente de que tudo se passou no seu tempo e que posso fazer diferente agora com a permissão de vocês e bênção.

Eu tomo a vida de vocês, tudo, a totalidade, pelo preço que lhes custou e a mim. Independentemente do que aconteceu no passado, a vida foi preservada.

Agora são outros tempos, é seguro ter conhecimento. Agora é permitido o acesso a outros conhecimentos.

Eu agradeço pela vida. Eu sigo a vida e nela vou fazer algo de bom para honrá-los. Agora eu sigo em direção ao futuro.

Honro a vida e a força que vêm dos meus ancestrais.

Eu amplio minha percepção de mundo, agora consigo crescer, avançar nos meus propósitos e expressar minha forma de ser.

Silca Malutta



O que são as Falas Sistêmicas?

As falas sistêmicas devem respeitar as Ordens do Amor, de Bert Hellinger.

As falas de cura, assertivas, sistêmicas ou de solução são muito importantes nas constelações e nas reprogramações mentais sistêmicas, pois completam e trazem a nova consciência ou um novo código para o cliente, ajudando na construção de uma nova imagem e resolução. Servem de apoio no processo de auto transformação.

São frases que ajudam o cliente a restabelecer o respeito às leis sistêmicas: do pertencimento, da hierarquia e do equilíbrio entre o dar e receber.

Por meio da repetição das falas que reorganizam as dinâmicas inconscientes de conflitos e emaranhamentos revelados na constelação, o consulente vai sendo tocado na alma enquanto toma consciência do seu lugar no sistema. Assim, tem a oportunidade de incluir a tudo e a todos, do forma como tudo aconteceu... dando um lugar no coração para todas as experiências pelas quais passaram seus antepassados para que a vida chegasse até ele.

Neste ebook, você encontrará falas profundas para serem aplicadas na abordagem dos mais variados temas.

As falas são numeradas por temas para facilitar a localização de cada assunto. Dessa maneira, este ebook é um material prático para ocupar um lugar especial na sua mesa de trabalho, estando sempre à mão para ser consultado sempre que preciso, a cada cliente.

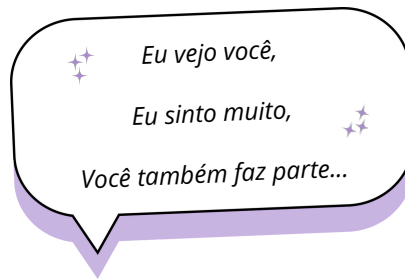
Índice:

- 1 - Relacionamentos sociais
- 2 - Cura para ancestralidade
- 3 - Sinto muito se te fizemos mal
- 4 - Reconciliação em relacionamento de homem e mulher
- 5 - Rompimento na relação
- 6 - Sogra
- 7 - Fico com 50% do que deu certo e errado.
- 8 - Desavenças
- 9 - Sentimentos ocultos
- 10 - Parentificação
- 11 - Intrincamentos familiares
- 12 - Conflitos de gerações passadas
- 13 - Soluções para a mãe
- 14 - Da criança interior para a mãe
- 15 - Mãe narcisista
- 16 - Soluções para o pai
- 17 - De mãe para filha
- 18 - Relacionamentos com os pais
- 19 - Dos filhos para os pais - sobre escolhas
- 20 - Do homem para seu sistema
- 21 - Dos pais para o filho(a)
- 22 - O casamento dos pais
- 23 - O feminino
- 24 - Irmão deficiente
- 25 - Acidentes de veículos
- 26 - Se desligar de uma pessoa
- 27 - Perdas ou falecimento
- 28 - Mulheres que desejam engravidar
- 29 - Aborto
- 30 - Inclusão de abortos
- 31 - Dificuldades para engravidar novamente após aborto
- 32 - Dificuldade de engravidar
- 33 - Libertar (descartar) embriões
- 34 - Gêmeo não-nascido
- 35 - Fumantes/vícios
- 36 - Vício em cigarro
- 37 - Do abusador para o abusado
- 38 - Para o abusador
- 39 - Decreto para abuso sexual
- 40 - Abuso Sexual - sigo livre
- 41 - Do abusado para o abusador
- 42 - Do abusador para o abusado

- 43 - Para o abusador
- 44 - Para o abusador(a)
- 45 - Abuso sexual (ocorrido na infância)
- 46 - Do abusado para o abusador
- 47 - Para o abusador (com raízes em Vidas Passadas)
- 48 - Do cliente para os pais - sobre abuso na infância
- 49 - Abuso e a culpa - não acreditaram na criança abusada
- 50 - A dor do abuso em segredo
- 51 - Coragem para olhar para o abuso
- 52 - Abuso sexual
- 53 - Adoção
- 54 - Dos pais adotivos para os biológicos
- 55 - Os pais biológicos
- 56 - Ser pai e mãe adotivos
- 57 - Pais biológicos que doaram os filhos
- 58 - Doadores de óvulos - pais biológicos
- 59 - Criança interior
- 60 - Criança interior ferida
- 61 - Criança interior
- 62 - A criança ferida
- 63 - Carta à minha criança interior
- 64 - Honrando os ancestrais na saúde
- 65 - Órgão doente
- 66 - Seguir livre na vida
- 67 - 100% responsável pelas minhas escolhas
- 68 - Seguindo para a vida
- 69 - Transição de carreira
- 70 - Transição de carreira - desligar-se do emprego anterior
- 71 - Transição de carreira
- 72 - Curar o medo de ser terapeuta
- 73 - Rasgar contratos e maldições
- 74 - Intrincamentos Familiares
- 75 - Casais
- 76 - Eu pedo de volga o que é meu
- 77 - Estou a serviço de quem
- 78 - Pertencimento
- 79 - Seguir adiante
- 80 - Pais adotivos homoafetivos
- 81 - Cura para vidas passadas
- 82 - Reconexão de vidas passadas
- 83 - Amores de vidas passadas
- 84 - Fragmento de alma em vidas passadas
- 85 - Reconhecer fragmentos de memórias de vidas passadas
- 86 - Personalidades de vidas passadas

- 87 - Às minhas vidas: passadas, atual e futuras
- 88 - Honrando todas as minhas vidas
- 89 - Personalidades de vidas passadas
- 90 - Vidas passadas - múltiplas personalidades
- 91 - Suicidas/Assassinados
- 92 - Dinheiro
- 93 - Repetição de escassez
- 94 - O sucesso tem a face da mãe
- 95 - Empresas dos ancestrais
- 96 - Dispensa de funcionário
- 97 - Empresa comprada de outro proprietário
- 98 - Trabalho em equipe - o crescimento individual para o coletivo
- 99 - Demissão, injustiça - encerrando o ciclo com a empresa
- 100 - Dinheiro chega até mim
- 101 - Devedores e cobradores
- 102 - Liberdade financeira - pertencimento cego
- 103 - Liberdade financeira para o filho(a)
- 104 - Venda de imóveis
- 105 - Sempre cancelavam a compra do imóvel
- 106 - Desapegar da casa
- 107 - Desconforto com nome ou a história dele
- 108 - Nomes em homenagem
- 109 - Cartório - foi colocado outro nome
- 110 - Apelidos ou nomes ruins
- 111 - Pedagogia - alunos x conteúdos escolares
- 112 - Pedagogia - professores x reconhecimento
- 113 - Pedagogia - do professor para os alunos
- 114 - Pedagogia - diretores escolares x equipe de funcionário
- 115 - Pedagogia - alunos x pais
- 116 - Pedagogia - aluno x pai
- 117 - Pedagogia - o que diria um professor(a)
- 118 - Soluções pedagógicas aos pais
- 119 - Soluções pedagógicas aos avós
- 120 - Pedagogia - Aluno para o professor
- 121 - Pedagogia - funcionários que já passaram pela escola
- 122 - Divórcio energético sistêmico
- 123 - Animais
- 124 - Autismo - mãe para filhos
- 125 - Criança com autismo
- 126 - Autismo falando para si mesmo
- 127 - Excesso de peso
- 128 - Obesidade
- 129 - Olhando para a obesidade

- 130 - Órgão transplantado
- 131 - Sistemas estelares
- 132 - Sementes estelares
- 133 - Sistema Estelar
- 134 - Andarilhos com origem estelar
- 135 - Ativando a energia de cura dos arcturianos
- 136 - Origem estelar
- 137 - Comando de Santa Esmeralda - cura e regeneração
- 138 - Comando de Santa Ametista - transmutação e libertação
- 139 - Libertação de acordos com frequências negativas
- 140 - Reptiliano
- 141 - Energia Reptiliana no campo
- 142 - Psicopatia
- 143 - Dinâmica Sistêmica: curar a relação com os filhos
- 144 - Dinâmica Sistêmica de Prosperidade
- 145 - Reprogramando o futuro com abundância
- 146 - Depressão
- 147 - Dentistas
- 148 - Tratamentos que não deram certo
- 149 - Dentes prejudicados por intervenções
- 150 - Reparando a relação com o profissional
- 151 - Do profissional dentista para o cliente
- 152 - Quando o insucesso é recorrente
- 153 - Área da saúde
- 154 - Para os dentes
- 155 - Reconhecendo todos os dentistas
- 156 - A boca
- 157 - Dentistas conhecidos ou desconhecidos
- 158 - Dentes de criança
- 159 - Dentes doloridos
- 160 - Dentes quebrados
- 161 - Dentes extraídos
- 162 - Dentes com cárie
- 163 - Honrando os avós através da dor de dente
- 164 - Bruxismo
- 165 - Impacto da raiva nos dentes
- 166 - Claustrofobia
- 167 - Aceitação do avanço tecnológico humano
- 168 - Origens indígenas
- 169 - Origem européia
- 170 - Guerras que marcaram nossos antepassados



Falas Sistêmicas:

01 - Relacionamentos sociais

Eu te libero.
Eu respeito as suas escolhas.
Me libere, por favor.
Muito obrigado/a por tudo.
Por favor, deixe meu destino comigo.
Eu agradeço por tudo, como foi.
São outros tempos.
Podemos fazer diferente agora.
Tudo isso pode ter um fim agora.
Se eu, ou meus ancestrais te causamos algum mal, eu sinto muito, por favor,
podemos fazer diferente agora.
São outros tempos.

02 - Cura para ancestralidade

Eu aceito as escolhas e circunstâncias do meu campo familiar. Digo sim.
Eu tomo a vida de você(s), tudo, a totalidade, pelo preço que lhe custou e a mim.
Muito obrigado(a) por tudo.
Agora escolho olhar a vida e seguir meu destino, as minhas escolhas com a bênção dos meus ancestrais.
Reconheço tudo que deram.
Foi muito e foi suficiente.
O que mais eu precisar, ganharei por mim mesmo ou de outros.
Recebo o que ganhei e, se deixo meus pais, continuo possuindo-os, e eles a mim.

03 - Sinto muito se te fizemos mal

Sinto muito se eu e meus antepassados fizemos mal a você e a seus ancestrais, se consciente ou inconscientemente perturbamos vossos desenvolvimentos. Eu sinto muito.

Outras falas:
Me libere, por favor.
Eu agradeço por tudo, como foi.
Muito obrigado/a por tudo.
Você veio antes.
Por favor, deixe meu destino comigo.
Você vive em meu coração.

04 - Reconciliação em relacionamento de homem e mulher

Eu me senti sozinho(a).
Eu não consegui lidar com tudo que aconteceu.
Eu tive raiva, eu tive medo.
Com amor, eu aceito, agradecidamente, tudo o que você me deu.
Eu faço algo bom com isso.
Lamento muito o mal que lhe causei.
Eu não sabia que era assim.
Agora eu vejo.
Tudo bem, sei que você me dá mais do que posso retribuir e aceito isso como um presente especial.

05 - Rompimento na relação

Eu sinto muito por tudo que aconteceu.
Você foi muito importante para mim, eu era muito nova, não entendia direito as coisas, eu tinha raiva e medo.
Eu não consegui lidar com o que aconteceu.
Hoje são outros tempos.
Fico com 50% do que deu certo e errado e deixo você com 50% do que deu certo e errado no nosso relacionamento.
Eu te libero para viver sua vida plenamente feliz e te peço que me libere também.
Eu fico com minhas questões e deixo você livre para seguir a sua vida e seus próprios aprendizados.

06 - Sogra

Contribuição: Gê Freitas / terapeuta Vibracional. @gefreatas_terapeutavibracional

Querida sogra, eu vejo a sua dor e a sua história, mas hoje escolho deixar o que é seu com você.
Eu te honro como mãe do meu marido, mas me liberto da expectativa de te agradar a qualquer custo.

Reconheço que você veio antes, mas eu também tenho um lugar ao lado do seu filho.

Com respeito, devolvo a você tudo o que não me pertence nesse relacionamento.

Eu reconheço o seu esforço em criar o homem que hoje está ao meu lado.

Querido marido, a sua mãe é a sua mãe. Eu sou a sua parceira. Somos diferentes, e isso é bom.

Honro o sistema da sua família, mas me posiciono no meu lugar de mulher adulta, livre para amar com leveza.

Deixo no passado as dores que vieram dos dois sistemas. Escolho agora o presente com mais consciência.

Agradeço a vida que veio até mim por meio da minha família e reconheço que você também é fruto da sua.

Querido, que você possa ser livre para honrar seus pais sendo feliz, seguindo seu próprio caminho."

Que você receba a força deles para tomar suas decisões com clareza e liberdade.

Querida sogra, eu não sou sua rival. Não estou aqui para tirar o seu lugar, mas para construir o meu.

Com respeito, solto os julgamentos e as feridas. Não quero carregar ressentimentos que não me pertencem.

Eu aceito o que foi, e me abro para o que pode ser diferente a partir de agora."

Com amor, libero meu coração para viver relacionamentos saudáveis, com respeito mútuo.

Eu me permito ser feliz, com ou sem a aprovação do seu sistema.

Querido marido, se for para seguirmos juntos, que seja com verdade, amor e responsabilidade.

Se for para seguirmos caminhos diferentes, que seja com gratidão e paz nos nossos corações.

Recebo a força dos meus ancestrais para seguir meu destino com esperança.

Eu escolho a vida. Eu escolho a leveza. Eu escolho a minha felicidade.

Hoje eu sigo, mais inteira, mais forte e mais livre, respeitando tudo o que foi, mas sem me aprisionar a isso.

07 - Fico com 50% do que deu certo e errado

Eu sinto muito se causei alguma mágoa.

Você foi muito importante para mim, eu te amei muito.

Sou muito grato(a) por tudo que vivemos até hoje.

Sou grato(a) também por ser o pai (mãe) certo para nossos filhos.

Eu era muito novo(a), não entendia direito as coisas, eu tive medo.

Eu não consegui lidar com o que aconteceu.

Hoje são outros tempos.

Fico com 50% do que deu certo e errado e deixo você com 50% do que deu certo e errado no nosso relacionamento.

Frases complementares:

Aceito as boas coisas que você me deu. Isso representa muitas coisas e eu as conservarei cuidadosamente. Aquilo que dei a você, dei com alegria, e isso lhe pertence.

Assumo a minha parte de responsabilidade pela nossa separação e deixo para você a sua parte de responsabilidade. Eu o deixo em paz agora.

Eu fico com as minhas questões e deixo você livre para seguir a sua vida e seus próprios aprendizados.

08 - Desavenças

Se eu ou meus ancestrais te causamos algum mal, eu sinto muito, não sabíamos que era assim.

Eu vejo você.

Deixo com você o que é seu, fico com o que é meu.

Vamos fazer o que é melhor para o nosso tempo.

Deixamos com os ancestrais o que é deles com amor.

E assim seguimos em paz.

09 - Sentimentos Ocultos

Eu sinto muito por tudo que aconteceu.

Eu aceito as escolhas e circunstâncias do meu campo familiar como foram.

Agora posso fazer um pouco diferente com a vossa bênção.

Posso fazer o que é melhor para o meu tempo.

Deixo com os ancestrais o que é deles com amor.

E assim sigo em paz.

Sigo as minhas escolhas agora.

Sigo uma nova proposta de vida agora.

Eu sigo para a vida.

10 - Parentificação

Mãe/Pai, você é grande e eu sou pequena(o).

Eu deixo com você o que é seu, eu deixo com você o seu destino.

Mãe/Pai, você é grande e você dá conta.

Eu devolvo para você o que é seu, pois eu dou conta apenas do meu destino.

Agora eu devolvo a sua força, pois você é grande, e eu sou a pequena.

Eu sigo para a vida. Eu faço algo bom com isso.

Eu me alegro e agradeço pela minha vida. Você é a mãe/pai certa(o) para mim.
Eu deixo o casamento de vocês com vocês e recebo a vida de cada um de vocês.
Liberte-me do peso do papel que não é meu... Eu sou apenas o seu filho/filha.
Deixo com você, mãe/pai, o que é seu e fico com o que é meu, para assim tomar o meu lugar e seguir minha vida.

Frases complementares:

Carregar você, papai/mamãe, me é muito pesado.
Carregamos a dor de várias mulheres (vários homens) do nosso sistema.
Sou pequena(o) para vocês, mas grande para o mundo.
Vovô, você cuida da mamãe. Vovô, você cuida do papai.

11 - Intrincamentos sistêmicos

Eu por mim, vocês por vocês, mas estamos todos juntos.
Eu sou dono do meu destino agora.
Sigo as minhas escolhas. São as minhas escolhas agora.
Sigo uma nova proposta de vida.
Eu aceito as escolhas e circunstâncias do meu campo familiar como foram.
Agora posso fazer um pouco diferente com a vossa bênção.

12 - Conflitos de gerações passadas

Contribuição: @gefreitas_terapeutavibracional

Eu libero meu sistema de carregar a guerra dos outros. Eu aceito a paz que é minha por direito.
Aceito meu destino, sem lutar contra ele, e deixo para trás os conflitos que me mantêm preso.
Deixo de lado as brigas que não me pertencem. Eu sou digno de viver em paz e harmonia.
Eu honro meu sistema familiar, mas não preciso repetir os erros de gerações passadas.
Eu vejo a dor do meu sistema, mas escolho a paz em vez da luta. Eu me liberto do gene da guerra.
Recebo a força da paz e deixo de lado a necessidade de criar conflitos para me sentir vivo.
Eu honro aqueles que vieram antes de mim, mas não preciso carregar suas batalhas.
Eu olho para os conflitos passados com respeito, mas escolho a reconciliação e a paz no meu coração.
Eu sou livre para deixar a violência no passado. Aceito a tranquilidade como parte do meu destino.
Deixo que os ciclos de guerra e luta se rompam e aceito um futuro de equilíbrio e harmonia.

13 - Solução para a mãe

Querida mãe: muito grato pela vida que me deste; aceito-a com todas as suas limitações e forças; pois sei que é a vida ideal para o meu crescimento; assim como tu e o pai, são os pais ideais para mim.

Gratidão, mamãe, por você ser como é.

Você é perfeita para mim.

Você é grande, eu sou pequeno(a).

Recebo a vida através de você.

E tenho tudo o que necessito.

Agora vou fazer algo bom com a vida que você me deu.

Sei que você me deu mais do que posso retribuir e aceito isso como um presente especial.

Frases complementares:

Mamãe, não preciso mais cuidar de você. Eu te entrego para sua mãe. Você vai conseguir fazer suas próprias curas. Você consegue, porque você é grande.

14 - Da criança interior para a mãe

Querida mamãe, sinto muito, eu te vejo, você faz parte, eu te amo, é seguro você ser quem quer ser agora, por favor, me libere para eu fazer diferente e me sentir segura sendo quem eu sou e fazendo do meu jeito agora.

Peço que me olhe com carinho e me abençoe.

Frases complementares:

Deixo com você, mamãe, sua relação com a sua mãe. Eu sou apenas sua filha. Vou para meu lugar. Desse lugar dou conta.

15 - Mãe narcisista

(Autor desconhecido)

Minha mãe eu vejo as suas dores. Eu vejo as suas dores, as dores da sua alma.

Eu vejo tudo que a senhora carrega. O que aprendeu com seus pais e avós.

Sei que você é fiel ao sistema da nossa família por amor cego a ela.

Tenho gratidão porque sem a senhora eu não existiria, eu não teria filhos, não quem sou.

Sinto muito por todas as vezes em que te julguei. Eu não tinha consciência e maturidade para entender...

A partir de agora, eu escolho fazer diferente. Olhe para mim e eu olho para a senhora de forma mais saudável, leve e feliz.

Me permita deixar com a senhora todos os pesos que eram seus e que eu carreguei até hoje... levo comigo somente o que é meu. Posso fazer diferente sem deixar de amar a senhora e meu pai... exatamente do jeito que são.

Vocês são os pais certos para mim.

Sigo meu destino, meu caminho, do meu jeito, sem julgamentos e com gratidão a vocês meus pais.

16 - Soluções para o pai

Eu te vejo, querido papai!

Você me faz muita falta, querido papai.

Sei que carrego você dentro de mim.

Hoje sinto que é possível tal coisa.

Não importa mais se você deu a vida a esse filho e partiu.

Hoje eu sei que, na época, estavas preocupado com as tuas coisas e entendo.

Hoje sou grato por você ter dado um lugar em seu coração e em todo nosso clã.

Vou fazer algo bem maior com a vida que chegou até a mim por você.

Eu honro você, querido papai.

Pai, por favor, seja também compreensivo se eu sou como sou.

Você tem agora um lugar em meu coração.

Não o julgo, respeito-o, inclino-me diante do que não pode ser mudado para você e para mim!

Eu tomo a vida de você, tudo, a totalidade, pelo preço que lhe custou e a mim.

17 - De mãe para filha

Eu sou maior, você é menor.

Eu cuido das minhas coisas, eu dou conta.

Fica no lugar de filha e deixa o lugar de mãe comigo.

Vamos continuar unidas.

Você é minha filha. Eu sou sua mãe.

Como foi difícil criar uma família. Hoje eu vejo o sucesso de vocês. Eu e meus irmãos somos o vosso sucesso.

O maior sucesso é passar o fluxo da vida para frente.

18 - Relacionamento com os pais

Você é o pai/mãe certo(a) para mim. Sinto muito, eu fui muito arrogante.

Querida mãe/pai, agora eu concordo.

Foi difícil para mim, mas agora aceito como foi.
Agora deixo isso com você, com amor.
Eu agradeço pelo que você veio me ensinar.
Eu agradeço por tudo, como foi.
Agora eu estou a serviço do amor e da paz.
Agora você pode confiar em mim.
Eu sou pequeno, você é grande.
Sim, pai, sim, mãe.
Eu recebi o suficiente.
Vocês são os pais certos para mim.
Tudo bem, sei que vocês me deram mais do que posso retribuir e aceito isso como um presente especial

Frases complementares:

Eu deixo o casamento de vocês com vocês.
Quando a mãe pede muito: Mamãe, isso é muito pesado para mim.

19 - Dos filhos para os pais - sobre escolhas

Querido papai e querida mamãe!
Sou grato pela vida que recebi de vocês.
Por favor, olhem-me com carinho se eu fizer minhas próprias escolhas, mesmo que elas sejam diferentes do que vocês imaginaram para mim.
Através delas, eu posso acertar e errar para conquistar meus próprios aprendizados com minhas próprias experiências.

20 - Do homem para seu sistema

Hoje os tempos mudaram.
Não precisa ter várias mulheres para provar a masculinidade.
Hoje, na nossa sociedade, já é permitido escolher uma esposa por amor.
Ter um relacionamento de equilíbrio no dar e receber.
Hoje é permitido abraçar seus filhos, dar amor, dar presença na vida deles.
Hoje é permitido o homem expressar suas emoções, é permitido chorar, é permitido ser gentil, é permitido ser homem da forma que escolher ser.
Sinto muito pelo destino de vocês. Gratidão pela vida que chegou até mim.

21 - Dos pais para o filho(a)

Eu e seu pai (sua mãe) temos problemas, mas isso não tem nada a ver com você, você é nosso filho.

Eu gostei muito do seu pai/sua mãe e você nasceu de um momento de amor que tivemos.

Eu e seu pai /sua mãe estaremos para sempre juntos de você.

Tudo bem, sei que vocês me dão mais do que posso retribuir e aceito isso como um presente especial.

Frases complementares:

Eu e seu pai/mãe somos seus pais para sempre, você veio com muito amor.

Você pode continuar amando a mim e a seu pai.

(a criança se agita e sofre acreditando que está traindo os pais. Ele pode continuar amando os dois.)

22 - O casamento dos pais

Contribuição: Guilherme Fernandes

Eu desisto de querer que seu casamento fosse melhor com o papai.

Eu desisto de tentar curar a sua depressão (adaptar para a realidade do cliente: câncer/fibromialgia/Alzheimer/esquizofrenia/etc.).

Eu desisto de sentir pena pelas suas dificuldades financeiras.

Eu desisto de insistir para você buscar tratamento para o seu transtorno narcisista.

Eu desisto de indicar terapias para te ajudar a fazer as pazes com a vovó e/ou o vovô.

Eu desisto, eu desisto e eu desisto!

Eu quero muito te ver bem, alegre, saudável, próspera e satisfeita, mas os seus emaranhados são só seus e eu não posso fazer nada para te tirar deles, a não ser olhar para mim mesmo(a) e desfazer os meus próprios.

Afinal, muitas das minhas questões decorrem da minha postura inadequada de julgamento, queixa, reclamação ou pena ante as suas mazelas ou comportamentos.

Por isso, te peço de todo coração: me olhe com carinho e me abençoe se eu sigo na vida olhando para frente, só com o que é meu.

Essa é a melhor maneira de te honrar e te mostrar o tamanho do meu amor, do meu respeito e da minha gratidão para com você.

23 - Feminino

Contribuição: @viviane_356

Eu recebo em minha mente e, sobretudo, em meu coração, a permissão de minhas ancestrais para fazer minha vida de maneira diferente.

Agora olho para minha essência feminina dentro de mim, reconheço todos os laços familiares e reconheço a importância de minhas raízes. Abro espaço para que o amor e a cura fluam de geração em geração.

Amadas mães, avós, irmãs... Hoje e para sempre.

Soltamos as recordações dolorosas que nos unem àqueles atos, pensamentos e sentimentos presentes na nossa linhagem feminina.

Hoje e para sempre nos liberamos, nos amamos no respeito absoluto da nossa Essência Divina Feminina, para ser fonte viva de amor ilimitado.

24 - Irmão deficiente

A solução é que digam ao irmão deficiente:

Eu me curvo perante o seu destino e perante o que você carrega.

E eu me curvo perante o meu destino. Respeito o seu e o meu.

Tomo a minha vida como ela me foi dada e deixo a sua como lhe foi dada.

Mas sempre serei seu irmão ou sempre serei sua irmã.

Pode contar comigo sempre que precisar.

Então a criança deficiente fica livre para se desenvolver.

A criança saudável também pode fazer do seguinte modo, desenvolver-se, ao mesmo tempo, com o irmão deficiente ao seu lado.

Faz isso, por assim dizer, conectado com esse irmão e tira o peso dessa ligação.

A criança deficiente tem então participação na boa vida de seu irmão saudável e em seus bons atos.

25 - Acidentes de veículos

(Incluir no sentido de que, por alguma razão, foi assim)

Eu os incluo no meu coração. Só hoje tenho essa força para fazer esse movimento.

Eu aceito o destino da minha família nesse acidente e de todos os envolvidos.

Assim foi. Vou para meu lugar de pequena diante de tudo que aconteceu e deixo o passado em paz no meu coração finalmente.

26 - Se desligar de uma pessoa

Jakob Schneider

Você é você, eu sou eu. Você tem o seu destino, eu tenho o meu.

Permaneço sempre unido a você no amor, embora meu destino seja diferente do seu.

Seja amável se me afasto do seu destino, da sua necessidade, da sua culpa, para viver minha própria vida.

Estou ao seu lado e ao lado de nossa família, com tudo o que aconteceu.

O que aconteceu, da forma como aconteceu está certo para mim.

Você está certo para mim, da forma como você é.

Por favor, seja também compreensivo se eu sou como sou.

Você tem agora um lugar em meu coração.

Não o julgo, respeito-o, inclino-me diante do que não pode ser mudado para você e para mim.

27 - Para perdas ou falecimento

Bert Hellinger

Você me fez muita falta na minha infância, pai/mãe. E ainda me faz.

No campo mórfico estamos todos juntos.

Estamos em dimensões diferentes, mas estamos todos juntos. Sempre estaremos juntos. Carrego você pai/mãe em meu coração agora!

Eu fico mais um pouco, Eu viverei um pouco mais.

“Quem tem dó julga a Deus! [O julgador daria um destino melhor.]”

28 - Mulheres que desejam engravidar

Contribuição: lorençasoares@hotmail.com

Antigamente as mulheres não tinham escolhas sobre a maternidade. Mas agora, no meu tempo, eu reivindico o meu direito de ser mãe.

Revogo todos os contratos, votos, pactos realizados pelos meus antepassados à respeito da maternidade e do amor que devem prevalecer agora nesse sistema.

Dissolvo toda a praga e a maldição que possam me atingir e atingir as minhas descendentes que desejam ser mães...

Era muito doloroso ser mãe, muitas nem sobreviveram ao parto. Eu entendo os seus medos. Mas, não posso seguir adiante carregando esses medos. Me olhem com carinho porque desejo ser mãe e trazer muito amor para o materno.

29 - Aborto

Eu era muito jovem e inconsequente.

Tive medo de assumir tamanha responsabilidade. Sinto muito como foi.

Minhas células são de mãe, devido a você minha criança.

Não sou mais uma menina. A vida seguiu depois que você foi.

Às vezes, procuro por você inconscientemente. Eu me acolho e digo sim para tudo como foi. Permito me perdoar pelas minhas loucuras. Já não sou mais a mesma. Mas sei uma coisa, querida mulher em mim. Eu sou uma pessoa inteira.

Meu corpo é mãe. Você vai ter um lugar para sempre no meu coração.

Você, minha criança, segue energeticamente comigo.

Um dia, se assim for, nos encontraremos.

30 - Inclusão de abortos

Contribuição: Leide Vilela Moraes - Consteladora - @lady_vilela_moraes

Eu te vejo agora. Você faz parte.
Você conta.
Você é o meu (1º ou 2º) filho.
Eu era muito jovem. Tive medo.
Agora eu te incluo, você pertence.
Sinto muito do jeito que foi, você faz parte.
Todos os filhos, vivos e mortos, tem um lugar no meu coração.
Eu (nós) reconhecemos como nossos filhos. Nós ficamos mais um pouco na vida.
Logo vamos até vocês.

31 - Dificuldades para engravidar novamente após aborto

Contribuição: Tarso B. Firace - Co-fundador Imensa Vida - @tarsofirace

Falando para o bebê que partiu:
Querido bebê, que honra você ter vindo em mim. Você mudou a minha vida.
Minhas células são de mãe, devido a você.
Você mudou a minha estrutura, não sou mais a menina.
Sabe, a vida seguiu depois que você foi.
Novo parceiro, novo contexto, e continuo buscando você.
Você como vida em mim.
Você como sentido.
E agora me dou conta que seu lugar ainda é dentro de mim.
No meu coração, para sempre.
Sinto você.
Vida em mim.
Vou te chamar Davi. Da vida.
Meu querido filho. Amo você.
Não preciso mais procurar você. Você está aqui.
Eu paguei caro, uma trompa, um longo tratamento para engravidar, para aprender,
que você está aqui comigo.”
Pode ser que siga na fertilização, pode ser que venha cuidar de uma criança adotiva.
Mas sei uma coisa, querida mulher em mim. Eu sou uma pessoa inteira. Meu corpo é mãe.

32 - Dificuldade de engravidar

Contribuição: @gefrentas_terapiavibracional

Eu sinto muito por todas as dores e sofrimentos que eu carrego e que não me pertencem.

Eu deixo essas dores no passado para que a vida possa fluir livremente em mim.
Eu honro a força da vida que existe em mim e reconheço que o amor está além da concepção. Que a paz e a confiança possam abrir caminhos que ainda não vejo.
Eu recebo a permissão para ser filha e mãe ao mesmo tempo, reconhecendo o lugar de todos na minha família. E deixo ir o que não me pertence.
Deixo ir as lealdades invisíveis que mantêm o ciclo da dificuldade, acolhendo a vida que quer chegar até mim, no tempo certo do meu sistema.
Eu aceito o que é, acolho o que foi e confio que a vida sabe onde e quando florescer.
Eu me permito estar inteira, mesmo antes de gerar. E libero a necessidade de carregar dores que não são minhas. Que agora haja espaço para a renovação e o novo.

33 - Liberar (descartar) embriões.

Contribuição: Tarso B. Firace - Co-fundador Imensa Vida - @tarsofirace

Queridos embriões:

Que maravilha, vocês são sementes de humanidade! Vida! Vida humana.

Toda potencialidade está aí em vocês! Um gênio da música, um cientista fabuloso...

Todas as possibilidades estão inscritas aí em vocês, meus queridos.

Mas, de acordo com nossa possibilidade de crescer a família, só pudemos implantar uma pequena parte de vocês. Esses que chegam, trazem notícias de todos, e como é linda a ligação entre vocês. Me emociono ao ver que quando canto, falo para a minha filhinha sobre vocês, ela fica bem, volta a comer, fica rosada, que amor!

Pois bem, queridos, vamos seguir em frente e descontinuar a ideia de aumentar a família.

Os médicos me pedem que tome uma decisão tão difícil, desconsiderar vocês.

Meu coração aperta.

Vocês são muito importantes para mim.

E só o amor me liga a vocês.

Eu amo profundamente cada um de vocês.

E sou imensamente grato por tudo o que vocês representam.

Vocês vão ter um lugar para sempre no coração dessa família.

E o nosso encontro, bem, nosso encontro será mais adiante, quando todos nos reuniremos na nossa casa, no nosso corpo definitivo, daquela vida definitiva da qual nascemos quando morremos.

Amados, todo carinho que dedicamos aos filhos nascidos, o faço também em homenagem a vocês e tomo para mim a determinação de fazer uma vida, boa, leve, criativa e próspera como forma de trazer vocês presentes no coração dessa família.

Amanhã ligarei para o médico, e liberarei o fluxo da vida, e vocês, amadinhos, seguem energeticamente conosco.

34 - Gêmeo não-nascido

Falas do gêmeo sobrevivente:

Eu te vejo agora. Você faz parte.

Você conta.

Você é o meu irmão.

Agora, eu te incluo, você pertence.

Sinto muito do jeito que foi.

Agora eu entendo, pelo lado espiritual, que você veio me acompanhar nesta dimensão.

Ficou o tempo necessário para o meu bem estar e depois seguiu o seu caminho em outra dimensão.

Eu acolho e digo sim para tudo como foi.

Vou te honrar na alegria do tempo que passamos juntos.

Agora vou ficar bem, meu querido(a) irmão(a)

35 - Fumantes/Vícios

Tomo você em minha vida e em meu coração, Agora estou consciente que fumo (ou outros vícios) para sentir você pai/mãe dentro de mim. Agora carrego você na saúde.

Te aceito por inteiro. Farei diferente a partir de agora.

Eu disse ao medo: agora eu vejo você e dou para você um lugar no meu coração.

36 - Vício em cigarro

Contribuição: @fabiolafigueiredoterapia

(Adaptar para outros vícios: drogas, comida, sexo, compras, jogo, etc.)

Eu tanto rejeitei que fiz igualzinho. Só agora vejo que, por trás de cada crítica, de cada julgamento, sempre existiu um amor profundo e cego que te buscou o tempo todo... inclusive através de cada cigarro.

Foi muito difícil para mim, pai/mãe (ou o ancestral honrado no vício). Eu senti muito sua falta. Buscava você mas não te encontrava disponível. E isso foi muito duro para minha criança, que seguiu ferida, até hoje, tentando acalantar aquela dor através do cigarro.

Só agora eu vejo que também não foi fácil para você. Assim como eu tentei preencher esse vazio com o cigarro, você também carrega dentro de si o seu próprio vazio. Eu sinto muito pelas dores não curadas, pelas carências arrastadas e pelas expectativas não atendidas. Foram realmente tempos difíceis... para mim, e ainda mais para vocês.

Mas eu olho para minha criança agora e a acolho em meu coração. Se cheguei aqui é porque vocês me deram o suficiente. E vocês também receberam o suficiente. Mas eu deixo a sua relação com seus pais com você. Sou pequena diante disso tudo.

37 - Do Abusador para o abusado

Eu vejo sua dor e o grande mal que lhe causei. Dói em mim também.
Você não teve culpa. Estava emaranhado no teu sistema e repetição de padrões.
Agora deixo você livre para ter uma vida sexual saudável.
Fico com meu destino e deixo o seu destino contigo. Fica claro agora que nossos descendentes já estão libertos desse padrão.

38 - Para o abusador

Contribuição: Wilson Galvão Junior - Constelador

Olhe para mim.
Eu era só uma criança.
Fique com o que é seu e eu fico com que é meu.
Entrego você à justiça Divina para que você se acerte com o Criador.
E siga seu caminho.
Nesse instante eu me desconecto de você para viver minha vida em paz Eu honro e respeito minha história.
No veneno sempre estará o antídoto.
Vou usar meu caso para ajudar outras mulheres a ressignificarem suas histórias também.
Na minha sombra, na minha escuridão, na minha caverna mais profunda, está minha luz, minha redenção, minha vitória e minha transcendência.
Assim foi. Assim é. Assim será.

39 - Decreto para abuso sexual

Contribuição: Rosana Patrícia Haubert

Eu sinto muito por todos os abusos que sofrestes!
Naquele momento, você estava indefeso(a).
Agora eu te acolho, eu te resgato, eu cuido de você.
- Longa pausa -
Agora eu te falo algo muito importante - Não foi sua culpa.
Eu olho nos teus olhos e digo que agora é permitido ter alegrias, é permitido ser livre, é permitido ter prazer!
Não foi sua responsabilidade!
Eu digo sim, para o que foi!
E faço diferente agora.
Para que os meus, os seus, e os nossos, estejam livres de todos os abusos, todos os toques sem permissão, todas as agressões, todas as chantagens, todas as culpas e bloqueios eles poderiam lhe causar.

Eu digo sim, e ao dizer sim, eu dou um passo à frente, para um mundo de amor, e respeito, livre de todos os abusos.

Eu digo sim, e ao dizer sim, faço parte de uma nova era, mais justa, fraterna e iluminada.

Eu acredito na humanidade.

Assim, esse sistema fica livre. Isso acaba aqui! Fica decretado que esse padrão de repetição acaba aqui.

40 - Abuso sexual - sigo livre

Contribuição: Sabrina Gelhorn

Eu guardei segredo acreditando que a culpa era minha.

Hoje sei que não existem inocentes ou culpados, existe somente a ressonância.

Se de alguma forma meus antepassados tiveram algum vínculo perigoso com os seus, sinto muito.

Deixo com vocês o que é de vocês e que fique comigo só o que é meu.

A justiça dos homens jamais prevalece na justiça divina.

Sofri porque muitos não respeitaram a minha dor e nem me acreditaram.

Hoje sei que tudo tem uma razão e eu posso acolher minha criança e protegê-la.

Sigo livre para o meu destino.

41 - Do abusado para o abusador

Contribuição: @viviane_356

Caro abusador, eu era somente uma criança, não tinha noção do que estava acontecendo.

Me senti muito perdida, sozinha, insegura. Senti muita raiva, medo e desespero.

Eu não sabia lidar com o que acontecia e assim guardei dentro de mim tudo isso, e isso tudo me fez muito mal, cresci com muito medo das pessoas, me gerou muitas dificuldades nos meus relacionamentos e trabalhos.

Mas hoje estou crescida, estou na minha adulta agora.

Solto e desprendo de dentro de mim todo e qualquer sentimento que ainda exista.

Eu olho pra você agora e te digo, eu sinto muito por tudo o que aconteceu.

A partir de agora te libero dos meus julgamentos e peço que você também me libere de tudo que ainda possa me prender a você.

Sinto muito se eu ou o meu clã fizemos algum mal ao seu sistema, eu sinto muito.

Agora sigo a minha vida com as minhas escolhas e decisões pois agora são outros tempos.

Vou deixar com você tudo o que é seu e vou ficar comigo somente o que é meu.

O que dou conta de carregar.

42 - Do abusador para o abusado

Contribuição: Leila Balogh

Sinto muito pelo mal e dor que te causei, sinto muito por ter travado sua vida. Deixo você em paz, para seguir uma vida saudável. Eu estava trazendo o emaranhado de meus ancestrais, padrões repetidos. Hoje eu entendo o porquê de tudo isto, agora libero-me deste padrão, deixo você seguir seu caminho e eu sigo o meu.

Naquele momento, as dores físicas e psicológicas foram inevitáveis. Eu vejo você, sinto muito pelo que causei.

Nada justifica tal ato, porém estava emaranhado com padrões de minha ancestralidade. Eu vejo você, sinto muito por tudo. Quero que siga em paz, e eu também vou seguir em paz.

43 - Para o abusador

Eu tão pequena, não fazia idéia que isto pudesse acontecer comigo.

Doeu muito, minha alma naquele instante saiu do meu corpo, sumiu de mim. Dores físicas e psicológicas, trauma tão profundo, porém tudo tem uma razão de ser. Coloque o que aconteceu, nas mãos do divino.

Minha maior dor, transformei em força. Levo este episódio para ajudar outras pessoas.

Você segue seu destino e eu sigo o meu. Assim é.

Por muito tempo carreguei culpa, mas, hoje, entendo que não existe culpado, nem inocente, existem ajustes de contas e resoluções de emaranhados.

Por algum motivo, nossos destinos se cruzaram. E por mais que tenha doído em mim toda esta situação, hoje compreendo.

Sinto muito por nós dois. As coisas são como são.

Siga livre, porque eu me libertei.

44 - Para o abusador(a)

Contribuição: Lilian Cirano

Pedir para o cliente fechar os olhos e repetir:

Você me causou uma ferida na minha alma e só eu sei a dor que ela causa.

Hoje começo o tratamento dessa dor, inicio a cicatrização desta ferida.

Recolho os fragmentos da minha alma que ainda estão com você e devolvo os fragmentos da tua alma que ainda estão comigo.

(Aguardar alguns instantes e perguntar para o cliente se já devolveu e recolheu todos os fragmentos de alma).

Sigo na vida carregando apenas o que me pertence.

Sou livre! Sou livre!

Sou livre!

45 - Abuso sexual (ocorrido na infância)

Contribuição: Fabíola Figueiredo - terapeuta - @fabiolafigueiredoterapia

Falas da(o) cliente para a criança interior ferida:

Eu vejo você e posso sentir o quanto está assustada. Eu sinto muito. E eu estou aqui com você agora.

Sinto muito se te deixei tanto tempo aí sozinha. Tudo isso aconteceu há muito tempo, muito tempo já passou e agora você pode vir para o momento presente.

Agora você não precisa mais se sentir sozinha. Eu estou aqui com você e ninguém mais vai fazer isso com você porque eu sou a adulta que vai te proteger agora.

Você era só uma criança. Eu sinto muito por tudo isso. Sinto muito que tenha sido assim.

Tudo isso vem de longe e, por alguma razão, chegou até você.

Ele(a) - abusador(a) - estava preso(a) em algumas memórias e te confundiu com uma mulher (ou com um homem quando o cliente é um homem).

Você era só uma criança e pode deixar com ele(a) o que pertence a ele(a).

Foi uma repetição de padrão. Mas tudo isso pode ter um fim agora.

Entregue-o à justiça divina com os 50% de responsabilidade que cabe a ele.

No campo morfogenético, não há culpados e nem inocentes, tudo é ressonância.

Os meus 50%, deixe comigo. Eu, adulto(a), já estou cuidando disso.

Olhe para mim, já sou adulta(o). E levo você no meu coração agora. Hoje sou eu quem vai te proteger e impor limites em quem quer que seja.

E eu e você somos a mesma pessoa. E em mim você estará segura agora.

46 - Do abusado para o abusador

Contribuição: Fabíola Figueiredo - terapeuta - @fabiolafigueiredoterapia

Eu sinto muito por tudo o que aconteceu naquele tempo.

Eu senti muito medo, muito nojo e muita raiva.

Foi muito doloroso e muito difícil para mim, eu era apenas uma criança e não sabia lidar com aquelas emoções.

E ainda me senti culpada(o) por tudo como foi.

Agora eu vejo, tudo isso vem de longe, para mim e para você.

Não existem culpados e nem inocentes. Nos encontramos por ressonância.

Eu deixo com você a sua responsabilidade sobre o que aconteceu e o(a) entrego à justiça divina.

Eu te libero para que você siga os seus aprendizados e os seus passos de evolução.

Eu me desprendo de toda e qualquer energia que um dia me prendeu a você.

Eu vejo você. E você tem um lugar no meu sistema, pois estive a serviço de algo maior.

O abuso fez parte do meu sistema e, através de você, agora eu olho para tudo isso.

Peço que me libere para que eu siga minha caminhada em paz.
Eu me liberto agora. Está decretado que tudo isso termina aqui.
Assim foi. Eu sinto muito. Está tudo bem agora.
(Fabiola Figueiredo - Consteladora Familiar e Hipnoterapeuta Sistêmica).

47 - Para o abusador (com raízes em Vidas Passadas)

Contribuição: Fabiola Figueiredo - terapeuta - @fabiolafigueiredoterapia

Agora eu vejo, nós já estivemos juntos antes e nos reencontramos aqui da forma como foi.

Não sabíamos, mas estávamos presos em algumas memórias. Tudo isso vem de longe. Foram tempos difíceis.

Eu sinto muito se te causei algum mal em qualquer um de nossos encontros em qualquer existência anterior. Eu não sabia que era assim.

Hoje são outros tempos e podemos deixar lá atrás, no passado, o que aconteceu e seguirmos apenas com o aprendizado que tudo isso proporcionou a mim e a você.

Eu aqui sou (peça para a(o) cliente dizer o nome dela(e)) e você é (dizer o nome do abusador).

Eu fico com o que é meu, deixo você com o que é seu.

Vivemos uma nova oportunidade aqui nesta vida e tudo isso pode ter um fim agora.

Eu te libero para que siga sua própria caminhada de evolução. E sigo minha vida em paz agora, apenas com o que é meu.

Eu vejo você, você também tem um lugar.

Para o meu bem e para o seu bem, nos mantemos distantes agora.

48 - Do cliente para os pais - sobre abuso na infância

Contribuição: Fabiola Figueiredo - terapeuta - @fabiolafigueiredoterapia

Querido papai, querida mamãe.

Eu senti muito medo e muita raiva também. Eu te procurava e não te encontrava.

Eu era só uma criança e me senti muito sozinha e desprotegida. Eu não sabia lidar com as minhas emoções diante de tudo aquilo. Foi pesado demais para mim. Eu era só uma criança pequena.

Quando eu mais precisei, você não estava por perto. E eu ainda me culpei por isso.

Foi muito doloroso. Eu sinto muito que tudo isso tenha acontecido. Mas agora eu vejo. Você estava preso(a) às suas próprias dores... e não soube como me proteger.

Você também foi criança um dia, também sentiu medo e também se sentiu desprotegido(a). Não soube me proteger porque também não foi protegido(a).

Foi uma repetição de padrão.

Você apenas passou adiante o que recebeu dos seus pais.

Se eu cheguei até aqui, é porque recebi o suficiente para mim.

Agora eu vejo, o abuso sexual está presente no nosso sistema, e eu agora reconheço e posso dizer sim para tudo isso. Isso faz parte, foi importante para o nosso sistema, mas pode ter um fim agora.

Tudo isso termina aqui.

Aqui, no meu tempo, homem e mulher são donos do próprio corpo.

Fica decretado aqui que estou liberada dessa repetição de padrão.

Vou para a vida agora, com carinho deixo com você o que é de seu. Me olhe com carinho, eu faço um pouco diferente agora.

49 - Abuso e a culpa - não acreditaram na criança abusada

(Contribuição: Fabíola Figueiredo - terapeuta - @fabiolafigueiredoterapia)

Eu busquei ajuda. Eu busquei proteção. Eu busquei acolhimento, mas não encontrei. Foi doloroso quando você não acreditou em mim. Pior que o abuso, foi a culpa depositada em minhas costas. Eu era muito pequena(o). Não sabia como evitar, nem entendia direito o que estava acontecendo. Tive medo. Me senti perdida(o), ainda mais quando você não me acolheu.

Como foi difícil para mim. Ainda hoje eu vinha carregando comigo aquela culpa, ainda hoje eu tinha medo.

Mas, agora eu vejo. Você também não soube lidar diferente com tudo aquilo. Você fez o que sabia fazer.

Lidar com meu grito de socorro foi reviver a sua própria dor. Eu sinto muito se você também não se sentiu protegida(o), sinto muito se o abuso está presente há muito tempo no nosso sistema.

É um padrão repetido há muito tempo no nosso sistema.

Mas agora eu olho para tudo isso e reconheço. Foi como foi.

Mas decido que tudo isso termina aqui. Eu decreto que está encerrado. Eu e meus descendentes estamos liberados e vamos honrar vocês em relações de equilíbrio e respeito mútuo.

50 - A dor do abuso em segredo

(Contribuição: Fabíola Figueiredo - terapeuta - @fabiolafigueiredoterapia)

Eu carreguei comigo aquela dor, sofri em silêncio, daqueles momentos até hoje. E isso tudo foi muito pesado para mim. Pesou nas minhas emoções, pesou no meu corpo e nas minhas relações.

Guardei segredo porque não me senti segura(o) para pedir ajuda.

Guardei segredo porque quis te proteger da dor.

Guardei segredo porque tive medo de ninguém acreditar em mim.

Guardei segredo porque me senti culpada pelas consequências pesadas e desastrosas que essa revelação traria à nossa família.

Eu suportei por muito tempo, achei que daria conta de salvar nossa família. Mas isso é pesado demais para mim. Eu não dou conta.

Mas agora eu decido soltar. Eu coloco para fora. Eu não preciso mais guardar dentro de mim essas memórias. Eu solto. Agora é possível falar sobre tudo isso, como estou fazendo aqui nesta terapia.

E assim eu ponho fim aos segredos dolorosos. Eu encerro esse ciclo. Acabou, acabou, acabou.

Eu me liberto de tudo isso. Eu me desprendo, eu solto a dor. E me desconecto de toda e qualquer energia negativa que um dia chegou até mim em forma de abuso.

Eu sou livre. Eu sou livre. Eu sou livre para ser quem sou.

51 - Com coragem para olhar para o abuso

Contribuição: geane b. - geaneb@gmail.com

Agora que eu cresci, eu tenho força de olhar para isso sem culpa e com o olhar pronto e firme para aceitar que suas ações nada têm a ver comigo, eu fui escolhida pela fragilidade e pelas circunstâncias, eu sigo para a vida somente com o que é meu e todo o peso do que aconteceu vou deixar com você, cada um carregando a sua mochila de penas ou pedras.

Eu vivo a vida paralisada naquele momento, onde eu, tão pequena, não compreendia o que era, que acontecia. De hoje em diante, vou me olhar com mais amor e leveza, na compreensão de que pequenos humanos não têm opção de deter o impulso de um ser humano muito maior. Eu sigo agora e me sinto livre das escolhas que não foram minhas, feitas naquele tempo. Eu agora levo leveza e aceitação da minha criança, e deixo com você tudo o que aconteceu. Cada um carrega consigo o peso das ações, isso não é julgamento, é a lei da vida.

Eu me liberto desse segredo, eu abro mão da dor e do medo de não ser protegida e agora eu sinto que eu posso cuidar dessa criança e acolher ela no meu coração e deixar no passado tudo o que não é meu, agora eu sei que consigo dar conta do que aconteceu comigo, porque eu tenho o dom da vida e sigo sem culpa.

Eu não entendi, eu senti dor, era uma dor de criança assustada e sem ter a quem recorrer, me senti sozinha e abandonada. Hoje, adulta, estou pronta para olhar para tudo o que houve. Eu sigo com passos firmes no caminho da cura e sem esquecer que somos responsáveis pelas nossas atitudes. Criança não tem força e nem experiência. Minha criança, eu vejo você e agora posso garantir que você está protegida. Eu te acolho e te dou paz.

Eu não me senti protegida, não me senti amada e esses sentimentos criaram um vínculo muito forte com a dor, com a culpa e com o passado. Agora eu já cresci, eu dou conta de olhar para o presente e o futuro, levando comigo só o que é meu e deixo a partir dessa compreensão tudo o que não é meu. Adulto entende consequências, criança não tem autonomia. Agora eu consigo ver isso. Eu sigo olhando para a frente com a força dos meus ancestrais.

Eu agora posso sentir a leveza de deixar no passado o que não me leva para a frente. Minha criança, não sinta medo e nem culpa, crianças não têm escolha e nem força diante de um adulto cego pelo ciclo vicioso do pertencimento.

Agora eu entendo que fui vítima das escolhas que não foram minhas, a culpa alheia fica com quem causou a dor numa criança que aprendeu a obedecer.

Eu falava através das mudanças que tive em meu comportamento e atitudes, não tive força de colocar isso em palavras e me senti invisível, agora eu sou vista pelo meu amor próprio e acolho aquela criança que teve medo, numa redoma de segurança e amor, e sei que está no passado a cura do meu presente e aprendo a cada dia, que levo comigo somente o que é meu e deixo o peso das atitudes com a pessoa causadora dessa dor.

Saudade da criança que eu deveria ter sido, um adulto impediu que ela crescesse feliz e segura, e agora eu descobri a cura dessa criança, sabendo que de onde veio o veneno, vem também o antídoto, eu sigo para o futuro na leveza da inocência infantil e tomo a força de quem nutriu essa vida, meus antepassados.

Vejo atrás de mim uma longa fila de mulheres e homens que foram abusados, sofreram a dor da solidão e o medo de expressar o que não entendiam, sinto o frio do medo, o calor da confusão mental e a dureza da alma magoada por um segredo que não causei, eu vou honrar todos esses ancestrais, deixando no passado toda essa escuridão e seguindo com a luz que cura e encerra esse ciclo aqui e agora.

52 - Abuso sexual

Sou muito pequena(o) para isso. Isso tem lugar.

Por alguma razão isso aconteceu.

Tomei o lugar de uma mulher/homem sendo criança.

Tudo isso agora pode ter um fim.

Fica claro agora que nossos descendentes já estão libertos desse padrão.

Olhar para o homem como homem. (Emaranhado nas suas origens)

O pai é pai. (Trindade).

Fica decretado que esse padrão não se repetirá mais em nosso sistema.

53 - Adoção

Contribuição: Leide Vilela Moraes - Consteladora - @lady_vilela_moraes

Queridos pais biológicos, vocês me fizeram muita falta na minha infância e ainda me fazem.

No campo mórfico, estamos todos juntos. Sinto muito se fui arrogante, pois foi muito difícil para mim, mas agora estou começando a entender e aceitar tudo como foi, pois nada acontece por acaso, e isso tudo me ajudou a ser a pessoa que me tornei hoje.

Acolho vocês e meus ancestrais biológicos em meu coração, deixo com vocês o que é de vocês e sigo apenas com o que é meu, e lhes sou grata pela vida que chegou até mim, pois assim tinha que ser, aceito tudo como tem que ser. Digo sim.

Queridos pais adotivos, sinto muito se a dor da rejeição não me deixava vê-los, mas agora compreendo e aceito que tinha que ser assim, para que eu me tornasse a pessoa que sou hoje.

Precisava de estar aqui, estou com a família certa, no lugar certo, aqui pude permanecer na vida. Agora eu vejo vocês. Gratidão por todo amor, não sou filha(o) biológica, mas sou filha espiritual, filha do coração, e vocês são meus pais espirituais, meus pais do coração, e vocês fazem parte. Acolho em meu coração o sistema que me acolheu, minha família adotiva, minha família do coração/espiritual e digo sim para tudo como é. Gratidão!

54 - Dos pais adotivos para os pais biológicos

(Contribuição: Terapeuta Fabíola Figueiredo - @fabiolafigueiredoterapia)

Eu sinto muito se eu julguei vocês.

Hoje eu entendo, existe algo muito maior acima de tudo isso.

Se nossos destinos foram compartilhados através do filho que vocês geraram e que chegou até nossos cuidados, foi por ressonância de cura e aprendizado.

E eu agora recebo esse grande presente.

E agradeço por ter sido escolhida(o), junto de meu(minha) companheiro(a), para viver essa missão.

Obrigada por terem cedido espaço e terem nos permitido exercer a função da maternidade (paternidade) no lugar de vocês.

Mas agora eu vejo e reconheço: vocês são os pais biológicos.

Eu e meu(minha) companheiro(a), somos apenas os pais adotivos.

E este é um bom lugar para cada um de nós. Vocês vieram antes, vocês são maiores no destino desse filho. E nós temos também o nosso bom lugar no destino compartilhado. E isso é muito.

A permissão de receber esse filho adotivo no nosso coração só foi possível porque vocês, da maneira que conseguiram fazer, disseram sim à vida desse filho e disseram sim para que ele chegasse até nós.

Eu sinto muito pelo sofrimento de vocês, sinto muito se, por alguma razão, não foi possível que ficassem juntos. Sinto muito pelo amor interrompido entre vocês.

Eu vou honrar vocês proporcionando bons momentos de conexão e amor ao filho que geraram.

55 - Os pais biológicos

(Contribuição: Terapeuta Fabíola Figueiredo - @fabiolafigueiredoterapia)

Eu sinto muito se eu julguei vocês.

Hoje eu entendo, existe algo muito maior acima de tudo isso.

Se nossos destinos foram compartilhados através do filho que vocês geraram e que chegou até nossos cuidados, foi por ressonância de cura e aprendizado.

E agora eu recebo esse grande presente.

E agradeço por ter sido escolhida(o), junto de meu(minha) companheiro(a), para viver essa missão.

Obrigada por terem cedido espaço e terem nos permitido exercer a função da maternidade (paternidade) no lugar de vocês.

Mas agora eu vejo e reconheço: vocês são os pais biológicos.

Eu e meu(minha) companheiro(a), somos apenas os pais adotivos.

E este é um bom lugar para cada um de nós. Vocês vieram antes, vocês são maiores no destino desse filho. E nós temos também o nosso bom lugar no destino compartilhado. E isso é muito.

A permissão de receber esse filho adotivo no nosso coração só foi possível porque vocês, da maneira que conseguiram fazer, disseram sim à vida desse filho e disseram sim para que ele chegasse até nós.

Eu sinto muito pelo sofrimento de vocês, sinto muito se, por alguma razão, não foi possível que ficassem juntos. Sinto muito pelo amor interrompido entre vocês.

Eu vou honrar vocês proporcionando bons momentos de conexão e amor ao filho que geraram.

56 - Ser pai e mãe adotivos

(Contribuição: Gê Freitas - Terapeuta Vibracional - @gefreitas_terapeutavibracional)

Ser pai e mãe adotivos é assumir a responsabilidade de dar raízes e asas ao ser que, por destino, foi guiado até vocês.

Cada criança traz consigo uma história única, e ao adotá-la, vocês acolhem não apenas um ser, mas todo o seu sistema familiar.

Ao adotar, vocês não substituem uma família, mas fazem parte de um ciclo de transformação e cura que reverbera por gerações.

Pais e mães adotivos são heróis que reconhecem que a verdadeira paternidade e maternidade vão além da biologia, sendo construídas no respeito, no amor e no pertencimento.

57 - Pais biológicos que doaram os filhos

Contribuição: Gê Freitas/ Terapeuta Vibracional @gefreitas_terapeutavibracional

Às vezes, o maior ato de amor é saber que o melhor para a criança pode ser deixá-la seguir outro caminho, onde ela será amada e cuidada.

A doação de um filho é uma entrega profunda, onde o coração entende que, mesmo à distância, o amor verdadeiro é o que mais importa.

Não há vergonha na decisão de doar um filho; ela vem de um lugar de coragem e de entender que o destino, muitas vezes, exige que tomemos caminhos difíceis para o bem de todos.

Ser pai e mãe biológicos é também saber reconhecer os limites do que podemos oferecer, permitindo que outra família dê o que não podemos dar.

A vida é uma rede de destinos entrelaçados. A doação de um filho é uma escolha que, de alguma forma, já está escrita nas estrelas, carregada de sabedoria e força.

Quem doa um filho, não está perdendo uma parte de si, mas ajudando a construir o futuro de uma nova família, com o amor e respeito que essa criança merece.

A verdadeira paternidade e maternidade é muito mais do que o laço biológico; é um ato de dar liberdade e permitir que uma criança viva a sua própria jornada, com amor e cuidado.

58 - Doadores de óvulos – Pais biológicos

Obrigada, vocês me deram a vida e isso me basta.

Sou eternamente grata por essa trindade da vida.

Você é meu pai/mãe que me deu a vida, serei agora cuidada por outra família.

Vocês me deram a vida, queridos pais biológicos, e meus pais adotivos levam para a vida.

Sigo para a vida do jeito que é. Por algum motivo, assim é.

Sigo meu destino, sem julgamentos e com gratidão pela vida que chegou a mim dessa forma. Sou grata(o).

59 - A criança interior

Contribuição: Guilherme Fernandes - Constelador - @guilhermefernandescf

Eu olho para a criança que reside em meu interior e digo:

Agora eu vejo e acolho você. Você e eu somos uma só pessoa.

Eu sinto muito se, por algum momento, eu te esqueci.

Mas agora eu te dou um lugar muito especial na minha vida e em meu coração.

Muito obrigada(o).

60 - A criança interior ferida

Querida criança, agora eu assumo a direção da nossa vida.

Gratidão por ter feito a parte mais difícil. Graças ao seu esforço, eu ando, falo, leio, escrevo e muito mais.

Por favor, confie e deixe comigo a responsabilidade da vida adulta.

Pais, diante de vocês, eu sou pequeno; e diante do mundo, eu sou grande.

61 - Para a criança interior

O eu adulto vai dizer: olha, eu sei que você, criança interior, só quer fazer o que é legal... mas eu, adulto, vou fazer o que precisa ser feito... Vou fazer o que é possível... aquilo que consigo.

O que eu não der conta, contrato uma ajuda.

62 - A criança ferida

Autor desconhecido

Eu cresci fisicamente e ainda estou agindo na minha função de criança... é ela quem carrega as minhas dores e quem controla a minha vida... Eu deveria cuidar da minha criança interior... dar a ela o que ela tem de carência... Eu sou adulto e cuido dela! Ela não precisa mais do pai e da mãe. Eu não tinha consciência e maturidade para entender.

A senhora é minha mãe e eu sou filho(a). A senhora é a grande! Eu sou pequeno(a)

63 - Carta à minha criança interior

Contribuição: Cássia Fernandes

Minha criança interior, eu vejo você.

Hoje, mais do que nunca, eu sinto você em toda sua plenitude, em seu jeito de ser e viver, mesmo quando ainda não sabia da força das feridas que estavam sendo abertas em você.

Sinto muito por todo medo e sentimento de inadequação que você teve um dia.

Sinto muito por toda a tristeza dos momentos em que você foi levada a se sentir inadequada.

Sinto muito por todos os momentos de dor e solidão nos quais você não pôde contar com alguém que pudesse evidenciar o seu brilho, sua luz e singularidade.

Sinto muito por não ter visto o tamanho da sua força e da sua coragem.

Você que, desde menina, conversava com os animais, era meio bruxinha e enxergava um mundo criativo cheio de possibilidades.

Sinto muito por todas as vezes em que você foi tolhida e teve seu potencial criativo inibido.

Sinto muito por todas as vezes que se sentiu excluída e, por isso, não enxergava o seu lugar no mundo.

Sinto muito por essa minha versão adulta não enxergar que os conflitos do ambiente em que você cresceu não permitiram muitas vezes o equilíbrio necessário para que nossa história fosse construída com base no amor e na luz.

Solte essa dor agora. Você tem muita luz e não precisa se apegar ao drama e ao sofrimento para receber atenção.

Aquela necessidade de ser aceita e pertencer a algo só faz sentido agora entre nós, você - minha versão menininha - e eu - sua versão adulta.

Você está em segurança agora. Eu vejo você.

Me perdoe, até hoje eu não sabia que era minha responsabilidade acolher e proteger você. Eu te amo por você ser parte de mim e ter me feito chegar até aqui. Eu honro toda a sua história.

Juntas iremos nos conectar numa só força. Eu te amo e estou pronta hoje e sempre para dar o afeto que você sempre precisou e acolher você em meu coração.

64 - Honrando na saúde os ancestrais

Vou honrá-los na saúde.

O resto eu mesmo faço. Eu sou muito grata a todos.

Deixo com vocês o que é de vocês.

Todo sofrimento pode ter um fim agora.

Agora você tem um bom lugar.

Eu por mim, vocês por vocês, mas estamos todos juntos.

Eu sou dono do meu destino agora. Sigo as minhas escolhas.

São as minhas escolhas agora.

Você está morto. Eu viverei um pouco mais e também morrerei um dia.

Recebi muito e isso basta. Eu o levo comigo em minha vida.

O resto eu mesmo faço.

E agora os deixo em paz.

50% responsável pelo que aconteceu.

Eu te libero.

Eu respeito as suas escolhas pelo preço que lhe custou e também a mim.

Me libere, por favor. Muito obrigado por tudo.

Por favor, deixe meu destino comigo.

Eu agradeço por tudo, como foi.

Você vive em meu coração. Eu sou 50% responsável.

Dou-lhe um bom lugar em meu coração.

65 - Órgão doente

Meu órgão doente, agora eu vejo e acolho você.

Eu sinto muito se por alguns momentos eu te esqueci.

Mas agora eu dou um lugar muito especial na minha vida e em meu coração para essa disfunção.

Não vou mais te maltratar assim. Despertei a tempo para mim mesma. Sinto muito.

Vou corrigir meus sentimentos para ter uma vida melhor, meu querido órgão.

66 - Seguir livre na vida

Contribuição: Guilherme Fernandes - @guilhermefernandescf

Acolho todas as minhas dores, todas as pessoas que passaram por minha vida e me ensinaram, foi só o que eu dei conta. Agora, sigo minha vida buscando novos caminhos e fazendo dela o melhor que eu possa ter.

67 - 100% Responsável pelas minhas escolhas

Eu agradeço por você ter olhado por mim.
Eu sigo para a vida com alegria.
Eu tive medo.
Eu agora deixo você em paz.
Eu sou 100% responsável pelas minhas escolhas agora.
Está tudo bem.
Eu devolvo seu lugar.
Com amor, eu aceito, agradecidamente, tudo o que você me deu.
Eu deixo você com o que é seu.

68 - Seguindo para a vida

Eu sigo para a vida.
Eu faço algo bom com isso.
Eu honro você quando eu vivo plenamente.
Sim, para tudo, como foi.
Tanto quanto é possível agora.
Se eu ou meus ancestrais te causamos algum mal, eu sinto muito, por favor, nos perdoe.
Eu vejo você. Eu olho para a minha vida agora. Eu recebi demais.
Eu respeito o caminho que você seguir.
Eu agradeço pelo que você veio me ensinar.

69 - Transição de carreira

Contribuição: @gefritas_terapeutavibracional

Eu honro tudo o que me trouxe até aqui.
Agradeço aos caminhos que me formaram e agora, com respeito, sigo em direção ao novo.
Eu deixo com gratidão o lugar que me acolheu até aqui e me abro para ocupar um novo espaço com consciência e presença.

Eu reconheço os medos e inseguranças que surgem diante do novo, mas acolho cada um como parte do meu crescimento.

Honro todos os que vieram antes de mim, que trabalharam duro para que eu pudesse ter escolhas. Eu me permito escolher diferente, com respeito e amor.

Eu deixo no passado a necessidade de provar algo. Agora eu sigo movida pela verdade da minha alma.

Tudo tem um tempo. Eu aceito o tempo das coisas como parte da ordem maior. Agora é tempo de transição, de coragem e confiança.

Eu assumo o meu lugar com maturidade. Não preciso mais carregar expectativas que não são minhas. Eu posso ser livre para servir com o meu dom.

Eu agradeço à carreira que me sustentou, às pessoas que me ensinaram, e sigo agora para algo que também me nutre por dentro.

Ao me mover para uma nova carreira, levo comigo apenas o que é meu. Devolvo com amor o que pertence a outros e me alinho ao fluxo da vida.

Eu confio que há um lugar certo para mim no mundo, onde posso contribuir com leveza, amor e verdade.

70 - Transição de carreira - desligar-se de emprego anterior

Contribuição: @daianacruz.oficial

Eu reconheço tudo o que recebi deste trabalho.

Agradeço por tudo que aprendi, pelas pessoas que conheci, pela estabilidade e pelas experiências que me formaram.

Agora posso seguir em paz. Eu deixo com vocês o que é de vocês.

E levo comigo apenas o que me fortalece e me prepara para o próximo passo.

Eu me despeço com gratidão. Eu me abro para o novo com coragem e confiança.

Permito que novas possibilidades cheguem até mim.

Dou um passo adiante com amor e presença.

Eu escolho me posicionar com autonomia e responsabilidade.

Confio na minha capacidade de criar, servir e prosperar.

Estou pronta(o) para trilhar esse caminho com verdade. Meu trabalho é um serviço à vida. Que eu possa servir com o coração aberto, com presença e autenticidade.

Eu me permito ser instrumento do bem, da cura e da transformação.

Eu vejo o medo, mas não me deixo paralisar por ele.

Acolho minha insegurança com amor e sigo mesmo assim.

Um passo de cada vez, com coragem.

71 - Transição de carreira

Contribuição: @viviane_356

Hoje é permitido ter duas ou mais profissões. Agradecendo e honrando a cada um por cada experiência vivida.

Pois só assim se tem o trabalho consigo de forma que o trabalho o ame e possa prosperar.

Agora eu tomo plena consciência de que eu posso conciliar carreira, podendo trocar ou permanecer em duas ou mais profissões.

Agora eu posso escolher a profissão a qual me fará bem e, dessa forma, posso me sentir feliz, completa(o) e realizada(o).

Agradeço a todas as minhas profissões anteriores. Pois, através de vocês, aprendi muitas coisas, as quais levarei para a vida toda.

72 - Curar o medo de ser terapeuta

Contribuição: Gê Freitas - terapeuta Vibracional - @gefreitas_terapeutavibracional

Eu reconheço as memórias do meu sistema, onde o medo de ajudar os outros foi transmitido por gerações. Hoje, libero essa carga para que eu possa atuar com coragem, sabedoria e empatia.

Liberar as sombras do passado, onde a cura foi associada ao sofrimento, é um ato de amor e liberdade para meu sistema e para aqueles que atenderei.

Com respeito aos meus ancestrais, que enfrentaram tanto medo e incompreensão, honro suas histórias e, com coragem, sigo minha missão de cura, sem o peso do julgamento que carregaram.

Eu me permito ser um canal de luz e cura. Que todo o medo ancestral de curar com o que antes era visto como pecado ou maldição seja dissolvido em amor e paz.

Eu sou capaz de curar, e o que antes causava medo e sofrimento em minha linhagem agora será a fonte de minha força e compaixão.

Com humildade e gratidão, libero a dor de gerações passadas para que eu possa trabalhar com a minha verdade, atendendo com o que é positivo e transformador.

Que a memória de todas as antigas crenças que associavam a cura ao mal seja libertada do meu sistema, para que eu possa atuar com minha capacidade divina de ajudar.

Hoje, faço as pazes com minha ancestralidade, curando a tensão entre a antiga dor e o novo propósito de atender com o coração aberto.

Liberar as velhas crenças de que a cura trazia morte e sofrimento é um ato de liberdade para meu ser e para todos os que buscam meu auxílio.

Hoje, libero os medos de minha linhagem e acolho a verdade de que a minha missão como terapeuta é doar amor, sabedoria e cura, sem as amarras do passado.

Eu aceito minha missão com coragem e confiança.

O que antes me causava medo e angústia agora é o espaço onde posso fazer a diferença, trazendo transformação.

Com todo o respeito àqueles que vieram antes de mim, deixo para trás as sombras do passado e permito que minha prática terapêutica seja uma expressão de luz e cura.

Essas falas devem ser feitas com empatia e sem julgamento, buscando a liberação de padrões nocivos e promovendo a cura e o respeito por todas as partes envolvidas.

O trabalho sistêmico sempre se baseia no entendimento de que, mesmo nas adversidades, há sempre a possibilidade de transformação e cura para todos os membros do sistema familiar.

73 - Rasgar contratos e maldições

Assim foi. Eu aceito as escolhas e circunstâncias do meu campo familiar.

Eu sinto muito do jeito que foi. Deixo com você(s) o que é seu.

Agora posso fazer diferente. São outros tempos.

Agora tomo o meu destino. Agora tomo minhas próprias decisões.

Sigo meu caminho, minhas escolhas.

Agora posso fazer diferente. Agora eu posso seguir adiante.

Agora eu me entrego para algo maior. Sigo para a vida.

Obs: durante as falas de liberação, vai rasgando um pedaço de papel e queimando.

74 - Intrincamentos familiares

Agora eu estou a serviço do amor e da paz.

Eu te agradeço pela vida que chegou até mim por você.

Eu respeito o seu destino como foi.

Eu sinto muito.

Agora eu assumo o meu lugar.

Eu sigo para a minha vida com o que é meu.

Você faz parte.

Teve que ser como foi.

Você continua a viver em mim.

Eu olho para a sua essência, o amor.

75 - Falas para casais

Eu vejo você, estamos lado a lado, somos iguais, podemos construir uma vida juntos, cada um fazendo a sua parte.

Assumir todos os compromissos sozinho(a) fica muito pesado, podemos olhar para tudo com igualdade...

Eu escolhi você assim como você me escolheu...

Podemos fazer diferente agora, é outro momento para nós.

76 - Eu pego de volta o que é meu

Agora eu faço diferente.

Eu te agradeço pelo tempo que foi.

Eu te dou um bom lugar.

Eu permito que você me veja!

Eu vejo você, agora eu vejo.

Eu digo sim para tudo que aconteceu.

Eu digo sim para a vida.

A partir de agora, sou 100% responsável pelas minhas escolhas.

77 - Estou a serviço de quem?

Por favor, peço que respeite minhas escolhas.

Agradeço a você por tudo.

Por favor, me olhe com bons olhos.

Exercito olhar para o que aconteceu sem julgamentos.

Independente do que aconteceu no passado, a vida foi preservada.

Dou alguns passos para trás, saio da minha própria perspectiva e vejo o meu sistema como um todo.

Amplio minha percepção de mundo, agora consigo crescer.

78 - Pertencimento

Eu reconheço que você pertence a este lugar.

Reconheço o quanto você foi importante para mim.

Eu agradeço pela vida.

Eu sigo a vida e nela vou fazer algo de bom em sua honra.

Agora eu sigo em direção ao futuro.

Honro a vida e a força que vêm dos meus ancestrais.

Eu mereço ir em direção à minha felicidade.

Você está morto, eu viverei um pouco mais.

Depois, também morrerei.

Eu aceito tudo que recebi, apesar de não concordar.

79 - Seguir adiante

Eu não consegui lidar com tudo que aconteceu.

Eu tive raiva, eu tive medo.

Eu fico com minhas questões e deixo você livre para seguir a sua vida e seus próprios aprendizados.

Agora estou pronto(a) para o sucesso.
Agora eu posso seguir adiante.
Agora eu me entrego para algo maior.
Eu não consegui lidar com isso.
Eu libero você para seguir adiante.
A partir de agora, posso transformar todo meu medo em força.
Eu aceito e agradeço por tudo que aconteceu, pois me trouxe até aqui.
Eu peço que abençoe o meu caminho. Eu abençoo o seu caminho.

80 - Pais adotivos homoafetivos

Nós somos gratos aos seus pais biológicos, agora nós cuidamos de você.
Está tudo certo.
Seus pais biológicos têm coisas para resolver no sistema deles. São coisas do tempo de cada um.
Nós honramos seus ancestrais pela vida que chegou até você. Nós viemos depois e honramos seus pais biológicos.
Ficamos felizes que você esteja aqui. Nós te esperamos por muito tempo.
Você é o bebê mais lindo do mundo.

81 - Cura para vidas passadas

Você fez o que sabia para aquela época.
Toma consciência de que são outros tempos agora.
Você é uma mulher livre agora. Hoje, a sua vida é bem melhor.
A mulher pode casar com quem desejar e ter os filhos que desejar.
A mulher tem liberdade de ir e vir para onde desejar.
Agora, a mulher pode ter sua própria vida.
Ela pode decidir e tomar suas próprias decisões.
Tome consciência do momento presente. São bons tempos.
Hoje é seguro viver na profissão que escolheu.
Hoje, a mulher não precisa ficar presa a um relacionamento que não deseja mais.
Tome consciência do momento presente e deixe o passado em paz, do jeito que pode ser.
Tudo que passei nas minhas vidas passadas foi preciso porque me tornei essa mulher/homem consciente de hoje.
Eu entendo que foi assim. Agora posso fazer diferente nessa época. São outros tempos.
Agora integro as minhas personalidades passadas e me aquieto em harmonia comigo mesmo(a).

Agora posso fazer diferente. Sou uma mulher (homem) livre para ir e vir a qualquer lugar.

Eu sou dono(a) do meu destino agora. Eu decido o que quero fazer e como quero viver. Eu faço as minhas escolhas agora.

82 - Reconexão de Vidas Passadas

A conscientização com vidas passadas pode ser usada nas constelações no atendimento individual e em grupo.

Basta colocar apenas um representante para vidas passadas que o movimento do campo vai se apresentar, indicando esta conexão com o sistema familiar transgeracional ou nas vivências de memórias de uma vida pretérita.

Acreditando ou não, não depende dos conhecimentos pessoais, o campo de informação vai trazer por meio dos representantes onde os emaranhados estão conectados, trazendo assim o que está oculto.

83 - Amores de Vidas Passadas

Contribuição: Gê Freitas -Terapeuta vibracional

Senti uma química imediata por você, sinto muito se confundi essa vivência com outras tantas, eu lhe devolvo tudo o que é seu e quero lhe pedir que devolva as minhas partes que ficaram em você e assim poderemos seguir cada um o seu destino.

Em tantos sonhos você esteve presente e agora eu sei, eu sinto e aceito que os ciclos terminam e recomeçam de acordo com o processo de cada um e com as muitas vidas que estivemos juntos(as), deixo com você tudo o que é seu e levo somente o que é meu e assim podemos seguir o destino como é agora nessa vida e nesse momento.

Minha alma reconheceu a sua alma e agora está tudo bem, essa sensação de que já te conheço é diferente, eu acolho essa sensação no meu coração e tomo a força de todas as minhas vivências e experiências dessa e de outras vidas e agora podemos seguir juntos ou separados, respeitando as escolhas que fizemos nessa época em que vivemos.

A nossa reciprocidade é verdadeira e podemos agora fazer novas escolhas e nos responsabilizarmos por elas, tudo é ressonância e eu escolho ser feliz hoje, deixando no passado o que pertence ao passado mesmo que distante, a outras vidas e outras origens, agora podemos dar um passo atrás e olhar com um outro olhar para tudo isso que precisou acontecer e ser vivido.

Eu vou honrar tudo o que houve no livre-arbítrio e na paz.

Ficamos na vida um do outro o tempo necessário para cumprir propósitos, promessas, acordos e contratos, dessa vida e de todas as outras onde foi necessário esse mesmo desafio, vamos reclinar nossa cabeça em honra a tudo o que houve.

Seguindo agora com uma expansão de consciência e olhando para isso como adultos que somos hoje, no aqui e no agora.

84 - Fragmento de alma em Vidas Passadas

Contribuição: @fabiolafigueiredohipnoterapia

Eu vejo você e posso sentir o que você sente. Você é um fragmento da minha alma, eu sinto muito pelas suas dores, perdas e sofrimentos vividos no seu tempo.

Agora eu vejo, eu estava preso(a) às memórias do seu tempo. Foram tempos difíceis. Mas olhe para mim, eu e você somos a mesma consciência e eu vivo agora num novo tempo, numa nova oportunidade de fazer diferente. Agora é possível e permitido (dizer o que não era permitido naquele tempo). E se é possível para mim, em mim, agora, será possível também para você.

Se eu cheguei até aqui, é porque tudo o que você viveu, do jeito que foi, foi muito importante para nosso caminho de evolução. Só vivo esta vida, com as oportunidades que tenho aqui, porque você viveu a sua exatamente como foi.

Obrigada por todo aprendizado que você proporcionou à nossa consciência.

Hoje são outros tempos. E aqui, no meu tempo, tudo é diferente. Nossa consciência evoluiu, a sociedade evoluiu.

Agora é possível viver no nosso lugar. Agora é possível viver as relações com equilíbrio, com parceria, de igual para igual.

E se eu cheguei até aqui é porque você, no seu tempo, já foi para a luz e agora, esse fragmento que estava bloqueado, agora está livre, avance na direção da luz e lá receba a cura que chega até mim.

85 - Reconhecer os fragmentos de memórias de Vidas Passadas

Olho para minhas vidas passadas, as que forem permitidas em todas as dimensões possíveis.

Vou além da minha consciência para incluir os excluídos e também os excludentes, todos os que foram prejudicados por mim ou por meus ancestrais, consciente ou inconscientemente.

Acolho todos no meu coração, pois todos fazem parte dos meus aprendizados. Tudo que passei nas minhas vidas passadas foi preciso porque me tornei essa pessoa mais consciente das necessidades essenciais. Vidas passadas foram importantes para o crescimento espiritual e como escala preparatória para a vida em evolução e sigo dando um bom lugar para o passado, vivendo o presente em paz e seguindo na luz.

Agora integro as minhas personalidades passadas e me aquieto em harmonia.

Agora estou consciente dessa minha nova realidade atual.

86 - Personalidades de Vidas Passadas

Contribuição: Rosana Haubert -Terapeuta holística.

Minha querida alma, a vida é ato contínuo.

Tudo passou.
A vida segue o fluxo atuante.
Um recomeço agora.
Minha querida alma, você pode sorrir.
Minha querida alma, você pode amar.
Minha querida alma, são só lembranças.
E tudo já passou.
São como as cicatrizes, respeitando o que se viveu! Já passou.
As memórias fazem parte. Já passou
O amor nos uniu, há um propósito maior. Já passou!
O que foi me deixou mais forte e eu digo sim. Já passou.
Eu digo sim para o que foi, já passou.
Minha querida alma, são outros tempos agora.
Eu confio no fluxo da vida contínua que corre em mim, fico com o aprendizado, o restante, já passou.
Minha querida alma, você é livre agora. Já passou.
Minha querida alma, o amor venceu, outra oportunidade apareceu.
Minha querida alma, agora você é livre.
Tuas asas, agora voam sem limite, já passou.
Aquilo que foi, me traz a força para o que é.
Eu digo sim. Já passou.

87 - Às minhas vidas passadas, atual e futuras

Contribuição: Leide Vilela Moraes - ladyvilela10@gmail.com

Tenho consciência de que houve muitas experiências para que eu pudesse ser quem sou hoje, cada vida que vivi, tive experiências importantes, pessoas importantes, desavenças, infortúnios, assassinatos, escassez, perdas prematuras, dores profundas, causei danos em muitos para sobreviver e para proteger os meus, por falta de consciência, ou por falta de amor ao próximo.

Hoje, após tantas experiências, me curvo diante de minhas próprias dores, minhas emoções, meus egos, diante de minhas consciências existenciais.

Sinto muito, se foi preciso tanta dor para chegar até aqui, sinto muito se acabei ferindo e sendo ferido(a), sinto muito por não ter conseguido proteger quem amava e me proteger, sinto muito por tantas mortes trágicas, por tanta fome, tantas guerras, tanta falta de amor e compreensão.

Todas as vidas que vivi, trago uma consciência, e neste momento, peço que se afastem temporariamente até que possamos nos reencontrar no plano energético, assim terei condições de experienciar essa vida com mais leveza.

Nos reencontraremos na consciência universal.

Sinto muito aos que causei dores, já houve e ainda há muito sofrimento, podemos escolher outro caminho, o caminho da paz, do amor seguro, o planeta vibra por amor, podemos entrar na sintonia do amor e transformar esses padrões de dor em amor, viver livremente o presente, deixar de olhar para a dor do passado, para honrar tudo que já foi, transformar o passado em vitória, transformar as experiências de dor em pleno amor pela vida, pela existência da humanidade no planeta Terra.

Eu honro minhas vidas passadas, atual e futuras. Honro todos que tiveram o prazer e o desprazer de tê-las experienciado comigo, mesmo sem ter consciência de todos os fatos.

Às minhas experiências atuais e futuras, me perdoo, me libero e me liberto hoje, agora, de todos os laços profanos, de dores, quebro, incinero, apago com borracha esse cordão que me conectava e sigo dando um bom lugar para o passado, vivendo o presente em paz e seguindo na luz. E, como a consciência de hoje, libero a consciência do amanhã para ser pura luz.

Aos meus ancestrais, gratidão.

Às vidas passadas, gratidão.

Ao planeta Terra, gratidão.

Ao universo, gratidão.

À consciência universal, gratidão.

Aos ancestrais estelares, gratidão.

88 - Honrando todas as minhas vidas

Contribuição: @gefreitas_terapeutavibracional

Toda experiência é sempre um crescimento, mesmo na dor eu cresço, eu supero e me surpreendo como tudo é como era para ser, eu venho evoluindo a cada vida que eu tive aqui e em tantos outros mundos e tempos, e agora eu sigo concordando com tudo o que tenho, sinto e vivo, nesse momento e aqui nessa vivência, gratidão pela vida que veio através do tempo e espaço e de todos os meus ancestrais.

Agora eu entendo todas as minhas limitações em cobrar, em me sentir pronta, em aceitar que as minhas diferenças não me excluem da minha família, eu tenho habilidades e vejo e sinto coisas que os outros não veem e nem sentem, eu vou honrar todas as minhas vidas onde fui machucada, aprisionada e coagida, sendo forte, aceitando a mim como sou e a minha família como é.

Agora eu já cresci, eu posso me cuidar sozinha e seguir a minha intuição e concordar que está tudo bem ser escolhida, eu sinto muito por toda a minha resistência.

Nada na vida é em vão, ou é bênção ou é lição, e eu estou pronta para aceitar todas as bênçãos que vieram até mim, desde que eu era pequena e já me sentia diferente dos meus irmãos. Agora eu tomo a força de todas as vidas onde eu usei feitiços, poderes e persuasão de forma errônea e transmuta isso tudo em energia de amor e gratidão. Eu sigo para a vida me tornando a minha melhor versão, mesmo que em pequenos passos, eu escolho ir em frente no meu servir.

Minhas outras vidas, eu curo em mim, tudo o que não aceitei e julguei nessas outras vivências, agora eu dou um passo em frente e sigo na cura, na expansão e na presença no aqui e agora, são outros tempos e eu vou viver toda a libertação que veio através dos meus antepassados e de outras vidas.

Eu tomo força neste momento e sigo para a vida.

89 - Personalidades de Vidas Passadas

Olho para minhas vidas passadas, as que forem permitidas, em todas as dimensões possíveis, com a inocência de uma criança, pois fui beneficiado(a) pelo véu do esquecimento, mas vou além da minha consciência para incluir os excluídos e agentes de exclusão, os assassinos e os assassinados, todos que foram prejudicados por mim e/ou por meus sistemas, acolho todos no meu coração, pois todos fazemos parte. Que a sabedoria dos nossos protetores estelares/anjos da guarda/guias/irmãos de luz (de acordo com sua crença), possa contribuir com nossa cura, harmonização, sabedoria e consciência, nos ajudando a elevar nosso padrão vibratório e de nossa matriz, estabelecendo conexão com a energia cósmica divina, para nós, nossa ancestralidade atual e descendentes, encontrarmos a cura e, com vossas permissões, trilhar o caminho do amor iluminado, honrando a vida que pude receber através da reencarnação.

90 - Vidas passadas – Múltiplas personalidades

Tudo que passei nas minhas vidas passadas foi preciso porque me tornei uma mulher (um homem) mais consciente das necessidades essenciais. Minhas vidas passadas foram importantes para o crescimento espiritual e como escola preparatória para a vida em evolução.

Eu entendo que foi assim. Posso fazer diferente nessa época. São outros tempos. Agora integro as minhas personalidades passadas e me aquieto em harmonia. Agora posso fazer diferente. Sou uma mulher/homem livre para ir e vir a qualquer lugar. Sou dono(a) do meu destino, agora estou consciente dessa minha realidade atual. Eu decido o que fazer e como quero viver. Eu faço as minhas escolhas. Sou livre.

91 - Aos Suicidas/assassinados

Contribuição: Leide Vilela Moraes - Consteladora - @lady_vilela_moraes

Eu vejo a sua dor, a dor do primeiro que sofreu essa transgressão dentro deste sistema, que está levando a repetição suicida/homicida, alguém foi ceifado de sua família, causando muita dor aos que ficaram e aos que se foram, a dor era tanta que não conseguiram olhar, mas agora eu vejo, incluo você e todos os outros que tiveram seus destinos emaranhados ao seu, que foram excluídos.

Sinto muito se eu ou alguém do meu sistema, nesta vida ou em vida passadas tenhamos prejudicado vocês, eu não tinha consciência, mas agora tenho consciência que algo grave aconteceu, te vejo, vocês fazem parte, incluo também todos os assassinados e assassinos, também seus clãs. Todos fazem parte. Sinto muito pelo destino de cada um de vocês, mas já houve muito sofrimento dentro deste clã, é hora de fazer algo de bom com tudo isso, em nome do meu sistema eu libero vocês, nos liberem também. Queridos ancestrais, olhem para mim com carinho se eu fizer um pouco diferente para honrar todos vocês fazendo algo de bom do meu destino, elevando um pouco o padrão deste clã.

92 - Dinheiro

O dinheiro é algo espiritual, é o resultado do amor, é adquirido através do desempenho.

É o equilíbrio de um bom desempenho.

Se alguém ganhar o dinheiro por seu desempenho, o dinheiro o ama.

O dinheiro também permanece com ele, pois foi adquirido com amor.

Se quer ter êxito na profissão, resgate os princípios vitais que compõem sua família.

Agora estou pronto para o sucesso. Agora eu posso seguir adiante.

Agora eu me entrego para algo maior.

Frases complementares:

Ser próspero é estar em equilíbrio e alinhado com todos os princípios sistêmicos, assim, estará em estado de prosperidade.

Queridos ancestrais me abençoem, eu quero muito viver do meu próprio negócio.

Agora estou pronto(a) para o sucesso.

Agora eu posso seguir adiante. Agora eu me entrego para algo maior.

Papai, me abençoe para eu ir para o mundo e viver dos meus negócios.

Mamãe, me abençoe para eu ser próspero(a) e viver dos meus negócios.

Queridos pais, eu estou no meu adulto e posso ganhar o meu próprio dinheiro agora.

Queridos ancestrais me abençoe para ir para prosperidade.

Querido papai me abençoe para ir para a abundância, para a vida, para as oportunidades.

Querida mamãe, me abençoe para ir para o sucesso e prosperidade.

Queridos ancestrais, por favor me abençoem se eu escolho me liberar da escassez pela qual vocês passaram.

93 - Repetição de escassez

Contribuição: rosanaejulio@uol.com.br

Todos vocês fazem diferente, vivendo plenamente sem me faltar nada.

Hoje, a abundância financeira corre em mim, fazendo a alegria de todos os que já passaram por momentos de escassez.

Aprendo com vocês e, hoje, tudo é farto, tudo é mais fácil. Em nome de tudo o que viveram, eu vivo plenamente.

Hoje é possível sentir em minhas veias o pulsar, a fluidez da vida. E isso se refere às vezes em que eu repeti o que vocês viveram.

Agradeço todas as lições e agora me entrego a um novo fluxo, o fluxo de receber por mim e por todos aqueles que tiveram falta.

Para honrar vocês, eu mudo o padrão.

94 - O sucesso tem a face da mãe

Contribuição: @viviane_356

Minha mãe, hoje tomo total consciência de que o que me torna plena de sucesso é me preparar para o sucesso posterior na minha vida e minha profissão é você, minha mãe.

Agora eu tomo a vida como um todo, pois eu tomo você dentro de mim da maneira como você é.

Eu me alegro com tudo o que você me presenteia. Através de você, eu fico plena(o) na vida e na profissão. Eu tomo você plenamente.

Eu te agradeço, mãe, por estar comigo, pois tenho junto de você a vida e a profissão. Tomo plena consciência de que quem rejeita a mãe, rejeita a vida, o trabalho e a profissão.

Sou grata(o) à minha mãe por sua existência e tomo plena consciência de que tomar você e meu pai permite que o êxito profissional flua em minha vida, no sucesso e na profissão.

95 - Empresas dos ancestrais

Contribuição: Viviane Geier Muller - Consteladora - @viviane356

Meus queridos ancestrais, olhem-me com carinho se eu fizer um pouquinho diferente de vocês. São outros tempos agora. Sou grato(a) a vocês por tudo o que me ensinaram. Tudo o que eu fizer será sempre honrando a vocês. Cuidarei com muito amor e carinho dessa empresa. Hoje são outros tempos, podemos fazer tudo diferente agora. Peço a vocês que liberem essa empresa agora para que ela possa ser próspera. Deixo com vocês o que é de vocês. Estamos agora no século 21, tudo pode ser diferente agora e permanecemos unidos no amor iluminado.

96 - Dispensa de funcionário

Contribuição: Viviane Geier Muller - Consteladora - @viviane356

Eu sinto muito se eu e meus ancestrais causamos algum dano a seu sistema, eu sinto muito. Não sabíamos que era assim. Por favor, podemos fazer tudo diferente agora. São outros tempos.

Sou grato a você por todo seu esforço e dedicação à empresa.

Deixo com você o que é seu e carrego apenas o que é meu.

Eu te libero para que possa seguir o seu destino em paz.

Me libere, por favor. Eu te agradeço por tudo como foi.

97 - Empresa que foi comprada de outro proprietário

Contribuição: Viviane Geier Muller - Consteladora - @viviane356

Meu querido proprietário, eu peço que você libere a empresa, por favor. Eu sinto muito por tudo que aconteceu com você.

Cuidarei com muito amor e carinho dessa empresa agora, tudo ficará bem.

Sinto muito se, por algum motivo, você não pôde permanecer com ela.

Deixo com você o que é seu e vou ficar apenas com o que é meu.

Eu peço que você libere a empresa, por favor.

Sou grato a você por todo o cuidado e dedicação que você teve com ela. Mas agora eu te peço para que libere a empresa.

Vou fazer algo bom com ela agora. E tudo ficará bem.

98 - Trabalho em equipe - O crescimento individual para o coletivo

Contribuição: @gefreadas_terapeutavibracional

No trabalho em equipe, o sucesso do outro também é o meu sucesso, pois estamos conectados pela mesma energia.

Quando torcemos genuinamente pelo crescimento do outro, abrimos espaço para nossa própria expansão.

O medo de não ser suficiente nasce da comparação.

Libertar-se desse padrão traz paz e confiança no próprio caminho.

Cada pessoa tem seu tempo e sua jornada.

Elogiar o processo do outro fortalece o campo coletivo.

A colaboração verdadeira elimina a competição interna e cria um espaço onde todos florescem.

Ao liberar padrões limitantes, abraçamos a abundância que vem do reconhecimento mútuo.

A força do grupo está na união, na aceitação e na celebração dos passos de cada um.

Quando acolho o crescimento do outro, acolho também o meu próprio despertar.

Temer não ser suficiente é esquecer que somos parte de um todo maior, onde há espaço para todos.

Valorizar o processo alheio é semear confiança e colher resultados coletivos.

99 - Demissão, injustiça - encerrando ciclo com a empresa

Contribuição: Fabíola Figueiredo - terapeuta - @fabiolafigueiredoterapia

Querida empresa (mencionar o nome da empresa), passamos algum tempo juntos(as). Foi difícil para mim a forma como fui desligado (a). Eu não esperava.

Eu senti raiva, me senti desrespeitado(a) e injustiçado(a).

Quis apagar você da minha jornada. Mas agora tomo consciência de que isso não é possível e nem necessário.

Eu sinto muito se julguei você e/ou seus representantes. Eu não soube lidar de outra forma com aquelas emoções naquele momento.

A forma como fui demitido(a) não anula tudo o que vivi antes junto a você. E agora eu reconheço.

Você foi muito importante na formação de quem sou hoje, em termos positivos e também em termos não positivos.

Só sou quem sou porque passei esse tempo com você.

Por isso, agora, eu agradeço por todos os aprendizados adquiridos aí, enquanto cumpria as tarefas que me foram propostas.

Agradeço também pelos relacionamentos profissionais que construí aí, do jeito que foi possível para mim e também para aqueles que compartilhavam o ambiente de trabalho comigo.

Hoje eu sei que cada um tem os seus 50% em tudo o que deu certo e em tudo o que deu errado nas nossas relações de trabalho.

Agradeço também pelo crescimento pessoal que tudo isso me proporcionou.

Tudo aquilo que entreguei a você, empresa, através do meu empenho e dedicação enquanto profissional, fiz pela empresa, mas também por mim.

O resultado da produção alcançada com o meu empenho, fique com você, isso te pertence. Aquilo que recebi como pagamento por meus serviços prestados, isso me pertence.

E agradeço também por ter proporcionado sustento a mim e à minha família, por todo esse tempo.

Eu dou um lugar a você, agora, na minha caminhada profissional. Você também faz parte. Levo tudo isso comigo e farei algo bom com tudo o que aprendi com você, na minha nova jornada profissional.

Eu me desligo e me desprendo agora de toda e qualquer energia negativa que um dia me ligou a você.

Eu solto a raiva e as queixas. Fico só com o aprendizado e a gratidão. E agora, libero você e também a mim, para que cada um siga em direção ao sucesso e à prosperidade.

Quando ocorreram desrespeitos às leis trabalhistas, pode-se acrescentar estas falas a seguir às anteriores:

Eu dei o meu melhor, mas não houve equilíbrio entre nós.

Tive direitos negados e desrespeitados. Que pena que tudo ocorreu dessa maneira.

Nos tempos atuais, não agimos mais como se fazia antigamente.

Aqui no momento presente existem leis que garantem os direitos, tantos dos empresários, quanto dos funcionários. E quando as coisas não vão bem, não são respeitadas por uma das partes, temos a quem recorrer.

Por isso, eu entrego vocês à justiça dos homens (quando há intenção de processo na justiça), e também à justiça divina. Buscarei apenas o que é meu de direito. O que é seu, fica com você.

Mas, agora, também reconheço. Tudo o que aconteceu, os abusos e desrespeitos, não eram só sobre você. Sua empresa esteve a serviço de algo maior no meu sistema. Tinha algo a ser visto na minha ancestralidade.

E agora eu reconheço. Eu tinha algo a aprender e a incluir.

Através de você, agora, eu digo sim para todos aqueles no meu sistema que não agiram com equilíbrio nas relações de trabalho. E me acolho agora, junto com todos aqueles a quem, de alguma maneira, consciente ou inconscientemente, meus antepassados prejudicaram com abusos e desrespeitos. Era como funcionava naquele tempo, foi como eles souberam fazer. Ficamos apenas com o aprendizado agora.

Hoje podemos restabelecer o equilíbrio junto à justiça e assim colocamos fim àquela repetição de padrão.

Obrigada por tudo o que conquistei junto a você, não só sobre o material, mas também sobre o meu desenvolvimento profissional e pessoal.

A partir de agora aprenderei com meus erros. Me atentarei para que as expectativas e pretensões, tanto minhas quanto de empregadores, sejam bem alinhadas e cumpridas, por ambas as partes.

100 - Dinheiro chega até mim

Contribuição: Fabíola Figueiredo - terapeuta - @fabiolafigueiredohipnoterapia

Eu estou muito feliz e grata agora que o dinheiro chega até mim por múltiplas fontes de renda e se multiplica.

Estou muito feliz e grata agora que todos os dias chegam até mim clientes engajados no processo e bons pagadores, vindo de todos os países do mundo.

Eu estou em sintonia com a frequência da prosperidade.

Eu sou confiante, resiliente e merecedora de tudo que o universo tem de bom para me oferecer.

Eu me libero de todas as crenças limitantes sobre o dinheiro.

O dinheiro vem até mim facilmente e se multiplica.

Todo dinheiro que eu invisto volta para mim multiplicado e é sempre assim.

101 - Devedores e cobradores

Queridos sistemas de devedores e de cobradores, eu sinto muito por tudo isso que aconteceu entre os nossos sistemas.

Eu venho humildemente, como pequena que sou, pedir para que me liberem do pagamento das dívidas. Peço que possamos entrar em um acordo amoroso para inclusão de todos, entre todos que foram excluídos dos dois sistemas por conta das dívidas. Não importa a origem. Que possamos olhar com amor para tudo isso agora. Eu sinto muito por tudo o que vocês passaram e da forma como passaram. Mas, vocês deram conta. Eu peço liberação agora, e que todas as dívidas possam ser revertidas em amor e bênçãos para todo o planeta. Que nossos sistemas possam entrar num entendimento mútuo de que tudo isso foi no passado e que agora possamos todos seguir no fluxo do amor iluminado. Eu sinto muito.

102 - Liberdade financeira - pertencimento cego

Querido pai/mãe, me abençoe para eu ir para o mundo e viver do meu próprio salário.

Queridos pais, eu estou no adulto agora e sei cuidar das minhas finanças e da minha própria vida, mas vocês sempre serão grandes perante mim. Eu sou pequena perante vocês e grande perante o mundo.

103 - Liberdade financeira para o filho(a)

Querido filho, eu te libero de todo peso da ancestralidade sobre você, eu vejo o sacrifício e trabalho árduo dos meus ancestrais para trazer a vida até nós.

Eu te libero meu filho(a) para seguir seu próprio caminho transformando todas as nossas escassez em prosperidade. Eu te abençoo sua própria jornada fazendo diferente para sua época.

104 - Vendas de imóveis

Contribuição: Sabrina Gelhorn - Terapeuta - @Sabrina_Gelhorn

A construção sempre terá sua autoria, mesmo se outras pessoas usarem, você será sempre lembrado pela sua obra.

A distância entre a pessoa que mora hoje e as pessoas que moraram, não interfere na energia que a casa emana. Todos fazem parte da história deste imóvel hoje e sempre. Tanto os moradores do passado quanto os moradores do presente.

Peço com muita humildade e reconhecimento, que libere e autorize a venda / aluguel do imóvel.

Tomarei muito cuidado para que quem comprar possa bem cuidar. Quem comprar estará honrando sua obra com cuidados e alegria.

Por favor, permita que aluguemos / vendamos este espaço, tomaremos muito cuidado para que seja bem cuidado.

Este imóvel continuará sendo usado com respeito e admiração pelas obras construídas.

Muitas histórias este imóvel guardou, todas elas serão honradas quando cuidadas por outras pessoas, que irão morar ou alugar.

Tudo que passou estará num bom lugar, com respeito e inclusão de todos, os que vieram antes e os que virão agora.

Este imóvel tem memórias eternas, que mesmo com outros utilizando, estarão eternizadas. Por favor nos abençoe com esta venda e ou aluguel.

Tomarei muito cuidado para honrar sua obra, sua trajetória neste imóvel.

Este imóvel teve muitas histórias tristes e alegres. Eu honro todas histórias Por favor, permita e abençoe as pessoas que atualmente moram nesta casa, que sejam felizes deixando com vocês a história de vocês e com a gente nossa história, honrando o passado de vocês.

105 - Sempre cancelavam a compra do imóvel

Para o falecido que construiu o imóvel:

Você continuará vivo em nossos corações, mesmo com a venda do imóvel que você construiu. Eu vejo você, você faz parte. Eu reconheço todo seu esforço. O imóvel continuará existindo como prova de sua capacidade e determinação, mesmo sendo vendido.

106 - Desapegar da casa

É seguro vender o imóvel.

E sempre se pode viver em outro imóvel com segurança. Hoje, tudo é mais fácil. Está tudo bem em vender esse imóvel.

Podemos guardar os bons momentos aqui vividos nesta casa no coração.

Querido pai/mãe, me abençoe para eu ir para o mundo e viver do meu próprio salário.

Queridos pais, eu estou no adulto agora e sei cuidar das minhas finanças e da minha própria vida, mas vocês sempre serão grandes perante mim. Eu sou pequena perante vocês e grande perante o mundo.

Querido filho, eu te libero de todo peso da ancestralidade sobre você, eu vejo o sacrifício e trabalho árduo dos meus ancestrais para trazer a vida até nós.

Eu te libero meu filho(a) para seguir seu próprio caminho transformando todas as nossas escassez em prosperidade. Eu te abençoo sua própria jornada fazendo diferente para sua época.

107 - Desconforto com nome ou a história dele

Contribuição: Ana Eleide Machado da Silva - Consteladora - @anaeleide

Em caso de excluídos do sistema, geralmente a pessoa exclui partes do seu nome, sobrenome, para inconscientemente, continuar estas exclusões, para continuar pertencendo ao sistema. Os elementos: de, da, dos, filho, Júnior, representam os excluídos dos sistemas, que encontram esta forma de serem incluídos.

Eu vejo você.

Eu o reconheço e o honro, como parte do meu nome e do meu sistema.

Sinto muito pelo seu destino.

Você faz parte, mas a partir de agora seguirei o meu destino, deixando com você, tudo o que é seu.

Peço, respeitosamente, que você se retire e descanse em paz. Eu me comprometo a deixar suas histórias descansarem também. Você faz parte, mas eu tomo posse agora do meu nome e do meu destino.

108 - Nomes em homenagem

Contribuição: Ana Eleide Machado da Silva - Consteladora - @anaeleide

Podem fazer a mesma fala dos excluídos, pois muitas vezes a pessoa homenageada, teve uma morte prematura, acidentes, doenças, tragédias, são artistas, que tiveram destinos tumultuados. Ou simplesmente são, pais, mães, avós, irmãos não nascidos. O nome, de certa forma, traz o peso do destino daquela pessoa ou da história dela. Além das falas dos excluídos, se diz:

Eu me desvinculo energeticamente de tudo que me prende a você e te libero de qualquer vínculo que esteja te prendendo a mim.

Eu sei quem eu sou. (O constelado repete o seu nome completo). Você faz parte, mas eu tomo posse agora do meu nome e do meu destino.

O meu nome é o nome perfeito pra mim.

Respeitosamente, eu peço, que você se retire.

109 - Cartório - foi colocado outro nome.

Contribuição: Ana Eleide Machado da Silva - Consteladora - @anaeleide

A pessoa fica vinculada a estes nomes, sentindo que, se tivesse estes outros nomes, seria mais feliz.

Querido(a) pessoa, eu vejo você.

Você faz parte.

Por muito tempo, eu deixei que o seu sentimento de vazio, rejeição, exclusão (e outros, que o constelador sinta), estivessem comigo. Agora eu posso olhar pra você.

Eu te agradeço, por ter estado comigo todo este tempo, mas a partir de agora, eu seguirei a minha vida. Eu sei quem Eu Sou. Eu entrego pra você, tudo o que é seu e peço que você se retire e fique em paz com seu destino. O meu nome, é o nome certo pra mim. Eu tomo posse dele e da minha vida.

110 - Apelidos ou nomes ruins que foram dados à pessoa.

Contribuição: Ana Eleide Machado da Silva - Consteladora - @anaeleide

Eu devolvo pra você, tudo o que é seu.
Você faz parte, mas não me define.
Eu sei quem eu sou.
Eu Sou...(repita o nome completo da pessoa).

*Em situações onde a mulher, quando se casa, não coloca o sobrenome do marido. Isto pode falar sobre lealdade ao sistema, onde os homens foram excluídos, são considerados fracos e outras situações de desarmonia entre os ancestrais masculinos e femininos. A mulher percebe que estava indisponível para o amor. Lembrando que cada caso é um caso e o constelador, sentirá o que aparece no campo da cliente.
O nome da pessoa, é o nome perfeito pra ela. É a nossa marca no mundo. Nossa essência. Traz memórias e sabedoria. Honrando nosso nome, teremos muita força.*

111 - Pedagogia (alunos x conteúdos escolares)

Contribuição: Sabrina Gelhorn - Terapeuta - @Sabrina_Gelhorn

Eu honro a história de aprendizagem dos meus antepassados.
Tudo foi como deveria ser.
Peço a benção para deixar com vocês o que é de vocês, e comigo o que é meu, para que eu possa fazer diferente.
Os tempos mudaram, hoje temos muitos meios de comunicação, podemos fazer diferente, com muito cuidado e seriedade.
Peço permissão para gostar de estudar, do meu jeito.
Peço a benção dos meus antepassados, para almejar e ter uma carreira em evolução constante.

112 - Pedagogia (Professores x reconhecimento)

Contribuição: Sabrina Gelhorn - Terapeuta - @Sabrina_Gelhorn

Os tempos mudaram, antigamente os professores não eram valorizados, mas hoje eu posso ser valorizado(a), defender os meus direitos, agregando valor ao meu trabalho.

Honro toda história dos antepassados, peço a benção para fazer diferente, com muito estudo e muita dedicação.

113 - Pedagogia (do prof. para os alunos)

Contribuição: Sabrina Gelhorn - Terapeuta - @Sabrina_Gelhorn

Eu vejo vocês.

Incluo vocês no meu coração.

Eu sou pequena perante seus pais.

Seus pais são grandes e dão conta de cuidar de vocês.

Eu vou pro meu lugar de professor(a), educador, com muito cuidado e carinho.

Eu faço o meu trabalho, para ser o melhor para vocês na aprendizagem.

114 - Pedagógica (Diretores escolares x equipe de funcionários)

Contribuição: Sabrina Gelhorn - Terapeuta - @Sabrina_Gelhorn

Eu sou a diretora, incluo todos funcionários desta escola em meu coração.

Eu honro todos que vieram antes de mim. Eu sei o meu lugar, eu vim depois. Vou honrar o trabalho realizado anteriormente, fazendo o meu trabalho com muito cuidado e respeito.

Hoje os tempos mudaram, podemos trabalhar harmoniosamente, sem disputa de poder, com harmonia e interdisciplinaridade.

Juntos somos fortes, cada um no seu lugar.

115 - Pedagógica (alunos x pais)

Contribuição: Sabrina Gelhorn - Terapeuta - @Sabrina_Gelhorn

Papai e mamãe, vocês me deram a vida e isso basta.

Vocês são os pais ideais pra mim.

Antigamente as mulheres não eram incentivadas a estudar, mas hoje os tempos mudaram. Eu posso fazer diferente, para honrar tudo que vocês e os antepassados viveram e passaram. Eu posso estudar, sendo valorizada pelo meu esforço.

Obrigada por tudo que foi como deveria ser, para eu estar aqui. Deixo com vocês o que é de vocês, e comigo o que é meu, fazendo diferente.

Hoje posso escolher a profissão que eu tiver interesse e paixão, sem preconceito ou limitações.

116 - Pedagógica (aluno x pai)

Contribuição: Sabrina Gelhorn - Terapeuta - @Sabrina_Gelhorn

Papai, você teve muitas dificuldades, tendo que trabalhar, sem poder estudar.
Agradeço tudo que foi como deveria ser, todo seu esforço e sua coragem, pedindo a benção para que eu possa fazer diferente, honrando toda sua história.
Vou construir o meu caminho, com base em tudo que você construiu, fazendo diferente, com muita dedicação e esforço.
Hoje podemos escolher a profissão que queremos, sem preconceito ou limitações.

117 - Frases de solução pedagógicas - O que diria um professor(a)

Nós, professores, estamos cada vez mais conscientes, que nossos alunos assumem lealdades inconsciente pelo seu clã.
Quando a professora diz: “Mãe, eu cuidarei bem de seu tesouro. Aqui, eu sou apenas a professora”, a criança, normalmente, para de chorar.
Eu olho com respeito para tua família, e você é um de nós!
Eu olho para você e vejo os seus pais e reconheço a grandeza deles. Aqui não tem só um, há três: você e seus pais. Eu os vejo e os aceito como são.

118 - Soluções pedagógicas aos pais

Os pais levam seus filhos para a escola.
Diriam a frase:
Confio a você, professor, o que tenho de mais precioso.
O que tenho de mais precioso eu confio à escola.
Concluiria agradecendo ao professor pela escolha de sua profissão.
O professor diria: Em seu filho, honrarei você e a sua confiança.

119 - Soluções pedagógicas aos avós

Para onde olha meu neto quando não quer estudar?
Vovó, eu quero poder amar o meu papai, você deixa?
Você vovó é muito importante para mim, mas eu só poderei amar o meu papai se você permitir!
Agora eu vejo o seu amor, meu neto, e seu papai tem um lugar no meu coração do jeito que ele é!

120 - Aluno para o(a) professor(a)

Agora eu posso respeitar você. Se você respeitou meus pais, você também me respeita. Estou seguro para aprender com você professora.

121 - Funcionários que já passaram pela escola.

Você veio antes, teve seu tempo. Gratidão por ter contribuído no seu tempo, por fazer parte da escola, da história. Agora, pode deixar que a atual responsável da área atue do jeito dela(e). Ela(e) é bem responsável e bem vinda na escola.

Com certeza irá desempenhar um bom papel na escola.

Gratidão a todos os funcionários da escola pela oportunidade e colaboração.

122 - Divórcio Energético Sistêmico

Contribuição: Leide Vilela Moraes - Consteladora - @lady_vilela_moraes

Eu vejo você(s), você(s) faz parte da minha história.

Sou grato(a), pelo tempo que tivemos juntos, por toda experiência, por todo aprendizado, nem todos foram agradáveis, mas foram necessários e me ajudaram a me tornar a pessoa que sou hoje. Sou grato(a) por ter sido(a), recebido(a) no seu sistema exatamente da forma que foi, era para ser assim. Sou grato(a) por ter recebido a vida dos meus ancestrais, também sou grato(a) pela sua existência, só assim foi possível termos nossos filhos. Hoje tomo consciência de que todos que passaram na minha vida (relacionamentos íntimos, pessoais ou profissionais), tem seu lugar na minha história, com todas as experiências possíveis, me tornei quem sou hoje, e sou grato(a) pela oportunidade de experienciar a vida da forma que ela é. Ainda tomo consciência de que 50% das razões dos meus relacionamentos não terem dado certo é minha, porém os outros 50% são das pessoas com quem me relacionei (pôr em ordem e dar o lugar de direito aos relacionamentos mais importantes e repetir a fala individualmente). Mas está tudo certo, eu vejo você, fez parte da minha história e sempre fará, mas te libero das minhas expectativas, dos meus julgamentos, dos meus pesos e emaranhados, para que você possa seguir seu caminho, livre de tudo que te prende a mim, ainda peço que me libere também, do seu julgamento, das suas expectativas, das suas dores e sofrimentos, deixo com você a parte da responsabilidade que te cabe, sigo levando apenas meus 50% da culpa. Os que vieram antes sempre terão seus lugares, todos pertencem, tenho consciência que os relacionamentos atuais, as família atuais tem precedência sobre as anteriores, dou o lugar de direito a cada um (falar sobre o pertencimento e ordem dos relacionamentos), vejo todos, olho, acolho, respeito, honro meus ancestrais e todos que viram antes, pois aqui sou pequeno(a).

Sinto muito se eu e/ou meus ancestrais prejudicamos você(s) ou os seus, nesta vida, em vidas passas ou em outras dimensões, já houve muito sofrimento, eu sinto muito, eu vejo vocês, porém o véu do esquecimento me impede de ter clareza sobre os fatos, mas ainda assim posso acolher todos vocês, todo sofrimento, vocês fazem parte, mas já chegou momento de fazermos diferente, trilhar caminhos mais leves, nos liberem para que possamos seguir nossos caminhos, livres deste vínculo, ainda libero em meu nome e em nome dos meus ancestrais todos que nos ofenderam, livrando e liberando todo peso existente nestes clãs.

Sou adulto (a) e assumo meu lugar na minha existência, assim me permito retirar os véus da ignorância, de todo julgamento e corto, libero, quebro, desprendo, rasgo todos contratos, todos os compromissos, que foram firmados por mim ou por meus antepassados nesta vida, vidas passas ou em outras dimensões, com quem quer que seja, com o que quer que seja, que esteja influenciando negativamente e dificultando minha existência e meus relacionamentos, retiro toda permissão dada por mim ou meus ancestrais e resgato meu direito de seguir livre para fazer minhas escolhas, livre de toda sensação de culpa, sem sentir raiva e medo, me perdoou e sigo trilhando um destino que seja só meu, com toda honra e toda glória aos que tornaram possível minhas existência.

Assim resgato, decreto o equilíbrio energético no meu sistema, na minha vida, nos meus relacionamentos e agora sigo em direção ao amor iluminado, com saúde, abundância, harmonia, sabedoria, com muita vontade de viver, pois mereço o melhor, mereço ser feliz e consigo perceber a felicidade nos pequenos momentos, consigo perceber o lado bom da vida em todas as situações, e partir de agora essa é minha realidade.

Queridos ancestrais olhem para mim com carinho, se fizer um pouco diferente, vou trabalhar para que meu padrão energético esteja se elevando cada vez mais, assim o padrão do meu clã também se eleva, pois escolho honrar vocês fazendo algo de bom da minha vida.

Gratidão por tornarem minha existência possível.

Assim é, está feito, está feito, está feito.

123 - Animais

Quando o animal carrega o sistema do dono:

Sinto muito, você tem seu próprio sistema.

Não precisa mais carregar nada por mim. Eu assumo o que é meu. Cada um vai para seu lugar com amor.

Sou grata(o) por você compartilhar seu destino comigo. Agora eu reconheço a sua origem e te entrego a ela.

Quando o animal sofreu algum dano no próximo sistema dele.

É seguro aqui. Você pode ficar. Eu reconheço a sua origem e acolho. Sou grata(o) por você ter vindo até a mim.

Frases complementares:

Gratidão por estar sempre ao meu lado!

Deixe comigo o que é meu, e leve com você apenas o que é seu. Eu por mim, e você por você.

Gratidão pelas experiências de vida através de você.

Gratidão por me mostrar minhas deficiências através seu adoecer.

Te liberto, (nome do animal) de carregar minhas frustrações, e de se submeter as minhas limitações.

Você não precisa se preocupar com isso. Eu dou conta do que é meu. Você sempre terá um lugar em meu coração.

Eu não excluo mais ninguém do meu sistema familiar e, assim, meu animal pode pertencer, sendo quem ele é.

Você me ajudou a ver minhas dores. Eu libero dessa dor e acolho a minha própria dor.

Eu entendi que nosso espelhamento foi necessário para eu enxergar minha dor. Gratidão. Gratidão pelos momentos que você despertou minha força.

Eu libero você, eu sinto muito e ficamos no amor com tudo como foi.

124 - Autismo - Mãe para filho(a)

Contribuição: Lorençah Jaqueline - Terapeuta - @lorencah

Você tem muito amor. Eu compreendo e respeito sua forma de sentir.

Eu me conecto como mãe e vida à você, permito que você tenha autonomia.

Libero você das repetições familiares.

Libero você do amor cego, eu consigo dar conta do que é meu.

Eu confio em você, eu confio na sua forma de ver o mundo, e te libero para a autonomia.

Nos primeiros dias da gestação, filho (a) o meu sistema imunológico rejeitou você isso faz parte de um processo do corpo da mulher, sinto muito, meu coração te acolhe com amor.

Eu senti medo, de não dar conta, agora eu sei que sou grande diante de você e dou conta. Fique no seu lugar de filho(a)

Eu aceito você como você é.

Eu não quero mudar você, confio que você traz uma sabedoria além do que posso ver.

Me desculpe por exigir de você algo que não estava ao seu alcance.

125 - Criança com Autismo

Contribuição: Viviane Geier Muller - Terapeuta - @viviane356

Querido filho(a), foi muito difícil para mim saber que você é autista, agora acolho todos esses sentimentos em meu coração. Hoje compreendo e entendo esse seu universo. Amo você incondicionalmente, sei o quanto você precisa de amor e carinho. Entendo que o seu autismo surgiu por você estar carregando todo o sistema familiar em suas costas.

Sinto muito por tudo isso, eu não sabia como lidar com todas as questões e emaranhamentos do nosso sistema.

Hoje, você pode viver por você mesmo. Não precisa mais carregar todo esse peso com você. Você pode liberar tudo isso agora para sua paz e tranquilidade.

Eu reconheço e posso acolher meu sistema como é. Eu e seu pai viemos primeiro. Somos grandes.

Nós damos conta. Deixa conosco o que é nosso. Eu sinto muito, o que houve nos nossos sistemas, que você carrega. Vamos olhar com amor para tudo isso e fazer o nosso melhor.

126 - Autista falando para si mesmo

Contribuição: Sabrina Gelhorn - Terapeuta - @Sabrina_Gelhorn

Eu respeito e aceito meu destino. Sou do meu jeito e aceito o que meus antepassados me deram. Agradeço tudo que foi como deveria ser, para eu estar aqui e ser do meu jeito.

Deixo a ansiedade dos meus antepassados, com meu clã, posso seguir adiante com suas bênçãos, para fazer diferente.

Tudo tem uma razão de ser, me aceito como sou e farei algo de bom para honrar tudo que vocês passaram para eu ser e estar aqui.

Eu incluo todos e tudo, para estar completo.

Os segredos e as tragédias do meu clã, eu respeito e deixo onde devem estar, eu sigo ficando no presente, levando comigo o melhor de vocês. Sinto muito se precisaram passar por alguns momentos difíceis e privações, eu sigo em frente honrando todo meu passado.

Desfaço todos pactos e retiro todos implantes que de alguma forma vieram a mim, desfaço tudo agora.

127 - Excesso de peso

Agora é seguro soltar o peso em excesso.

Aceito como são meus pais e abandono o que me faz comer em excesso.

Eu escolho agora me liberar da vontade de comer sem ter fome.

Agora estou livre para viver de acordo com meu tempo.

Agora não vou mais usar a comida para me sentir protegida.

Eu me libero das necessidades dos meus ancestrais em relação a comida.

Eu aceito que são outros tempos e posso me alimentar de forma leve no meu tempo.

No caso de gêmeos evanescentes dizer:

Querido irmão que partiu. Grata(o) por me acompanhar por um certo tempo.

Agora eu sei que foi suficiente. Senti muita falta de você e comia pensando em você.

Agora vou me alimentar somente por mim. Vou te carregar no meu coração e assim vou me sentir nutrido.

128 - Obesidade

Mãe, eu recebi o suficiente.

Eu escolho me alimentar somente por mim mesma.

Eu olho para a alimentação como nutrição do meu corpo físico e não emocional.

Eu não preciso mais comer com as minhas emoções.

Eu deixo com vocês a fome, a escassez. Eu fico com a abundância e a nutrição agora.

A energia que eu preciso para a vida vem dos meus ancestrais. Do alimento vem a nutrição.

Mãe, eu concordo com a impossibilidade de ter sido amamentada. Eu recebi o suficiente. O resto eu faço por mim mesma.

129 - Olhando para a obesidade

Agora consigo entender, ganhar peso para mim foi a melhor alternativa para fugir da dor. Através da obesidade, eu consigo olhar para todos vocês que vieram antes.

Me alimentei até agora para sanar a fome de todos. Agora entendo que isso não é mais necessário.

Eu me acolho, me olho, me vejo e me amo.

A partir de hoje só me alimento com o necessário para mim.

130 - Órgão transplantado

Querido órgão. Por alguma razão nosso destino é compartilhado nesse momento de minha vida. Agradeço por você ter chegado até a mim. Honro teu sistema por esse ato de amor ao próximo. Se hoje estou vivo é porque a visão do teu sistema é só amor. Vou cuidar bem de você querido órgão. Vou abençoar sempre a união do meu sistema com o seu. Sou grato(a) por essa oportunidade de mais vida.

Reverencio o dom da vida.

131 - Sistemas Estelares

Contribuição: Viviane Geier Muller - Terapeuta - @viviane356

Agora você pode acolher esse Sistema dentro de você, acolha e sinta em seu coração toda essa conexão de amor.

Sinto Muita falta de vocês, e agora estou no Sistema Terra e aqui vou fazer algo de muito bom com todos os ensinamentos que trago dentro de mim.

Agradeço por pertencer a este Sistema, eu vejo vocês e estamos conectados no amor, no aprendizado.

132 - Sementes Estelares

Contribuição: Geane Freitas - Terapeuta Vibracional

Semeadores das estrelas, gratidão por todas as vezes que ajudaram no processo de evolução energética da terra.

O modelo de sociedade, cultura e tecnologia mais avançadas não foram obstáculos para que percorressem mundos e dimensões, para nos trazer auxílio e conforto.

Eu honro vocês.

Eu vejo, percebo, sinto e agradeço a todos os seres estelares, que mesmo vivendo fora da dimensão do nosso planeta e em mundos paralelos, encontram força para mudar a sua vibração para orientar e preservar a todos nós da terceira dimensão.

Eu honro todos vocês, cada grupo de seres estelares, têm sua forma e especialidade para disponibilizar ao nosso planeta. E em todos os casos, o objetivo é o mesmo: manter o equilíbrio e a perfeição elétrica no universo.

Seguimos contando com a ajuda dos seres estelares, cabe a nós seres humanos a responsabilidade sobre o planeta e o seu reequilíbrio.

Todas as civilizações fora da Terra, por mais inteligentes que sejam, podem contribuir muito para a retomada do equilíbrio. Mas não podem assumir o que é de plena responsabilidade de quem tem a Terra como casa (mesmo que temporária).

Aqui, enquanto ser da terceira dimensão, eu sigo honrando e aceitando todas as origens estelares, sejam andromedanos, arcturianos, seres de orion, pleidianos, sirianos e todas as energias que se fazem presentes, muito antes de estarmos aqui nesse planeta.

Semeadores galácticos e todos aqueles que lutam pela liberdade, autonomia, auxiliam na mudança social, que se sentem atraídos pela paranormalidade e a metafísica, sejam analíticos e competitivos, nos compelindo a sermos a nossa melhor versão. Gratidão.

Ashtar Sheran (Comandante da Confederação Galáctica) sei que a intenção é levar mensagens de esperança da nossa Família das Estrelas e reunir as Sementes das Estrelas que encarnaram na Terra a serviço da Luz.

Milhares de seres encarnaram na Terra vindos de outros planetas, dimensões, universos para ajudar na ascensão deste planeta. Incluo todos vcs e sigo para a vida, honrando na paz, na saúde e estando a serviço do amor.

Sementes das Estrelas somos um portal de entrada e saída dessas energias que atuam na evolução do amor, estou a serviço de honrar todas as minhas origens. Eu recebo como foi e me entrego como sou.

133 - Sistema Estelar

O sistema estelar é assim mesmo, tem sempre que fazer falas que nessa vida a escolha foi viver aqui neste planeta, nesta realidade.

Mas, que é seguro estar aqui neste momento e, ainda assim, usar dons e habilidades de todas as outras origens.

Eu acolho tudo o que sou e tudo o que fui.

Agora eu coloco os pés na Terra. Este é o meu lugar e vou ficar aqui ainda um bom tempo... e, aproveitando o livre arbítrio, vou honrar todas as minhas origens, ancorando todos os meus corpos no planeta Terra.

134 - Andarilhos com origem estelar

(Contribuição: Gê Freitas - Terapeuta Vibracional - @gefreatas_terapeutavibracional)

Os andarilhos não são meros despreocupados, mas almas que, em sua origem estelar, escolheram um caminho fora das normas terrestres, buscando um sentido profundo em cada passo dado.

Aquele que caminha sem destino aparente carrega em sua essência uma liberdade que desafia a estrutura, talvez por ser portador de uma origem que transcende o mundano.

As ruas, para muitos, são apenas uma pausa na jornada cósmica, onde a alma busca seu próprio alinhamento, longe da rigidez das convenções terrenas.

Os andarilhos carregam a energia das estrelas em seu ser, vivendo em desapego, pois a conexão com a essência cósmica muitas vezes exige que se desprenda das amarras da vida cotidiana.

Em suas andanças, há uma busca por um pertencimento que vai além do terreno; eles são exploradores de um caminho que poucos ousam trilhar, guiados por algo que é muito maior do que a necessidade de pertencer ao coletivo.

Às vezes, a solidão dos andarilhos é a solidão das almas ancestrais, que, por estarem desconectadas das estruturas terrestres, buscam a reconexão com a vastidão do cosmos em sua jornada errante.

135 - Ativando a energia de cura dos arcturianos.

Contribuição: @gefreatas_terapeutavibracional

Que a sabedoria dos Arcturianos, seres de luz e cura, nos envolva, trazendo a harmonia entre o físico, o emocional e o espiritual, restaurando a saúde e o equilíbrio para o nosso ser.

Que as energias curadoras dos Arcturianos quebrem os ciclos de doenças hereditárias e transgeracionais, limpando as memórias de dor e sofrimento, e trazendo alívio para o corpo e a alma.

Através da presença dos médicos siderais, os Arcturianos, que a cura flua para nossos corpos, dissolvendo as dores físicas e curando os padrões genéticos que nos limitam, abrindo espaço para uma nova vida.

A partir da ordem sistêmica, honramos nossos ancestrais e as memórias que carregamos, permitindo que os Arcturianos, seres de cura, tragam a paz, a saúde e o alívio para as doenças que atravessaram as gerações.

Que o fluxo de cura dos Arcturianos transmute as dores físicas e cure as doenças genéticas e transgeracionais, trazendo harmonia entre o passado e o presente, com a leveza da renovação.

Com respeito às leis do amor e da ordem, que os médicos siderais Arcturianos ajudem a liberar as raízes profundas da dor, dissolvendo as marcas do sofrimento herdado e restaurando a saúde em todos os níveis.

Os Arcturianos, curadores cósmicos, trazem a energia da cura para o corpo físico, espiritual e emocional, removendo os bloqueios transgeracionais que causam sofrimento e doenças, trazendo alívio para cada célula do nosso ser.

Nós entregamos à cura dos Arcturianos, permitindo que sua sabedoria transcenda o tempo e o espaço, curando o que foi herdado e restaurando o equilíbrio que perdemos ao longo das gerações.

Honramos nossas linhagens, conscientes de que os Arcturianos, médicos siderais, estão aqui para nos ajudar a liberar as doenças genéticas e transgeracionais, trazendo harmonia e cura para os nossos corpos e nossas almas.

Com o poder de cura dos Arcturianos, que as doenças genéticas e hereditárias sejam dissolvidas, permitindo que a saúde, a vitalidade e a paz se estabeleçam em nossa linhagem e em nossa vida.

136 - Origem Estelar

(Contribuição: Daiana Cruz@daianacruz.oficial)

Eu honro a origem que habita em mim, mesmo que ela não seja daqui.

Reconheço o chamado das estrelas, e ainda assim escolho estar presente na Terra, aqui e agora.

Mesmo vindo de longe, eu aceito este corpo, esta família e este planeta como parte do meu caminho.

Minha origem é ampla, mas meu compromisso é com esta existência.

Recebo a força da minha linhagem cósmica e a uno à força dos meus ancestrais terrenos.

Agradeço por tudo o que fui em outras dimensões, e me abro para viver plenamente a experiência humana.

Mesmo que minha alma sinta saudade de casa, eu escolho pertencer aqui, nesta vida.

Integro o saber estelar ao serviço da luz na Terra.

Minha missão só faz sentido se eu estiver com os pés no chão e o coração aberto para este tempo e este espaço.

A Terra me acolheu e eu a reconheço como parte do meu caminho de evolução.

Integro o saber estelar ao serviço da luz na Terra.

A Terra me acolheu e eu a reconheço como parte do meu caminho de evolução.

137 - Comando de Santa Esmeralda - cura e regeneração

(Contribuição: Daiana Cruz @daianacruz.oficial)

Comando de Santa Esmeralda, peço que a luz verde-esmeralda penetre em todas as minhas células, trazendo cura e regeneração onde for necessário.

Que a energia da cura envolva este campo familiar, limpando memórias de dor, doença e sofrimento.

Santa Esmeralda, conduza esta alma (ou este sistema) ao caminho da saúde integral e da harmonia com a vida.

Com gratidão, permito que o amor verde da cura dissolva o que não pertence mais a este sistema.

Comando de cura, honro as dores herdadas, mas agora devolvo o que não me pertence e abro espaço para a vitalidade.

138 - Comando de Santa Ametista - transmutação e libertação

(Contribuição: Daiana Cruz @daianacruz.oficial)

Comando de Santa Ametista, transmute com o fogo violeta todas as energias densas que ainda pesam neste campo.

Peço permissão aos meus ancestrais para liberar pactos, votos, medos e julgamentos que não me servem mais.

Santa Ametista, auxilie na elevação desta alma, dissolvendo padrões de dor e aprisionamento.

Transmuto agora toda energia estagnada em luz, consciência e compaixão.

Através do raio violeta, entrego ao divino tudo que limita o fluir do amor neste sistema.

139 - Liberação de acordos com frequências negativadas

(Contribuição: Daiana Cruz - @daianacruz.oficial)

Eu reconheço e liberto, agora, todos os acordos, contratos e pactos que fiz, consciente ou inconscientemente, com frequências negativadas, em todas as linhas do tempo, dimensões e existências.

Revogo, com amor e autoridade da minha alma, qualquer aliança firmada com o medo, a dor, o sofrimento, a escassez, o controle e a culpa.

Corto os laços energéticos que me prendem a padrões, entidades ou consciências que não vibram na luz, na verdade e no amor.

Eu me desfaço de toda fidelidade invisível a energias, histórias ou memórias que impedem o meu florescimento.

Entrego à Luz Divina tudo aquilo que não é mais meu, tudo o que não me pertence e que não serve ao meu caminho de cura e expansão.

Com amor, eu devolvo o que é do outro e tomo de volta o que é meu por direito divino.

Eu escolho, a partir de agora, vibrar em liberdade, integridade, luz e soberania energética.

Peço que todo e qualquer resíduo desses acordos seja purificado agora, através da luz do Criador, e que meu campo seja selado em proteção e amor.

Está feito, está selado, está liberado. E assim é.

140 - Reptiliano

Contribuição: Geane Freitas - Terapeuta Vibracional

Eu sinto muito se eu e o meu sistema atraímos o seu, por meio de condutas e comportamentos dos meus ancestrais, aos quais você reconheceu e se sentiu aceito e esperado e realmente você foi bem recebido e muitas vezes a telepatia e a telecinese de vocês, foram usadas para favorecer o meu clã familiar e te agradeço por isso, agora me sinto preparada, evoluída e pronta para seguir somente com a energia do meu sistema, os tempos mudaram, e hoje sei que meu sistema é forte e ele aguenta.

Volte para os seus, vá de encontro ao seu verdadeiro sistema, você verá o quanto é bom estarmos no nosso sistema original.

Eu te vejo e respeito os milhões de anos que você e seu sistema, habitam no planeta terra, muitos povos antigos adoraram vocês como Deuses e naqueles tempos, tudo isso foi necessário, agora os tempos são outros, temos a nossa própria cultura e autonomia para seguirmos somente com o nosso real sistema.

Vocês são nativos terrenos e tem o seu próprio sistema, os povos antigos como os incas, os egípcios receberam a contribuição de outras origens para que o processo de evolução fosse acelerado eu concordo e agradeço por tudo isso, e agora seguiremos em direção aos nossos próprios sistemas.

E esse lugar é bom pois é o nosso lugar.

Eu vejo você e sei da sua força e dos milhões de anos que vocês vivem aqui e sei que muitos de vocês habitam abaixo da superfície do planeta .

Vocês estudam os nossos comportamentos sociais e nós ainda no esforço de evoluir contribuímos e sintonizamos e atraímos essa energia.

Sei da habilidade do seu povo em se ocultar, driblar o sistema.

Agora eu decreto que tudo isso não será mais necessário nessa realidade e nesse tempo atual.

Iremos em direção opostas, cada um para o seu sistema.

Nesse momento, eu sinto muito por todo.

O tempo que estás afastado dos teus, por favor não use mais a telepatia e a hipnose para aprisionar a minha espécie, o meu sistema, os tempos mudaram e todo o conhecimento que chegou até nós através dos nossos ancestrais é forte e seguro o suficiente para que de agora em diante sigamos para a liberdade e autonomia.

É chegado o momento de irmos cada um para a sua origem, você reconhece e acolhe os seus do jeito de vocês e eu sigo e acolho o meu sistema e agradeço por tudo como foi.

Vocês já colonizaram a lua, marte, vênus, as 4 luas de júpiter e saturno e tudo isso foi conquistados do jeito que os seus ancestrais fizeram e sabiam fazer, agora me dê a oportunidade de liberar o meu sistema familiar e aliviar nós humanos, de toda a intensificação que vem de vocês, dos nossos sentimentos e emoções, usando da nossa vulnerabilidade humana para aprisionar os desavisados.

Agora eu decreto que os nossos caminhos se separam e conduz a cada um para o seu sistema Original, com respeito por tudo o que foi e para que eu e a minha descendência seguimos para a nossa verdadeira autonomia.

Não se esconda, não camufle a sua real forma e intenção, eu vejo você, eu sei o quanto o nosso ceticismo favorece para que secretamente vocês atuem com a hipnose, telepatia e telecinese, nos confundindo no falso poder e na falsa liberdade que incutem em nós.

Secretamente vocês protegem a presença e a religião natural de vocês.

De agora em diante eu liberto em mim e em toda a minha família, todos os enganos, ilusões e promessas que são usadas para favorecer vocês, eu tomo a força de toda a minha ancestralidade para romper agora, com os laços que nos une.

Eu sigo o meu destino e a minha espécie e você fará o mesmo.

Nós teremos acolhido os nossos ancestrais.

Eu sinto muito por tudo como foi, os tempos eram outros precisávamos da coragem e do foco de vocês para superar muitas guerras e calamidades.

Foi necessário muitas vezes para os meus ancestrais a força de conquista e domínio do mais forte sobre os mais fracos.

Não vejo maldade em você só total desconexão, com nossos sentimentos e emoções, medos e fraquezas, somos fáceis de ser manipuladas e agora sinto a força da liberdade necessária, no nosso momento atual, e liberto a mim e a toda a minha família e meus ancestrais da energia que não é da nossa espécie, seguindo agora com o que é meu e tu segues com o que é teu, farei algo de bom com isso. Segue para a energia dos teus e eu me libero agora para seguir os meus, estamos todos juntos nesse imenso universo, ninguém está só, cada um tem seus ancestrais e tomaremos a força deles para escolher o caminho de volta ao lar.

Sente-se confortável, feche seus olhos e em sua tela mental imagina seu filho(a) em sua frente ou se preferir pode dizer o que sentir em seu coração.

Meu (minha) filho(a) querido(a), eu retiro de você as palavras pesadas, as cobranças e qualquer peso que tenha deixado mesmo que inconsciente sobre você porque sei que tudo na verdade era meu.

Se passei meu peso para você eu retiro agora, o problema não era com você era comigo mesma, agora reconheço o que eu fiz e tomo de volta o que é de minha responsabilidade.

Foi tudo um grande emaranhamento sistêmico, mas agora eu vejo você e te libero daquele peso.

Seu pai é o pai certo para você e você pode amar ele também eu sei que sou a mãe certa para você e também pode me amar sem fazer nada por mim, nem pelo seu pai, o que é meu e do seu pai nos dois que somos grandes resolvemos na nossa medida.

Agora, você pode olhar para sua vida e seguir o seu destino, sem precisar seguir o que eu determino ou acredito. Você é você e eu sou eu, você não precisa carregar nenhum sentimento meu, você não é responsável por mim, eu como sua mãe. Vejo você e libero você das minhas expectativas, eu te apoio e amo você como você é, você é um filho perfeito e eu te amarei para sempre.

(Autor desconhecido)

141 - Energia Reptiliana no Campo Familiar

Contribuição: Daiana Cruz @daianacruz.oficial

Eu reconheço que essa energia não me pertence. Com respeito, eu a devolvo agora para onde ela se originou.

Com amor e consciência, eu escolho me desvincular de toda energia que não é da minha essência. Se essa energia tem origem no sistema familiar, eu a vejo e a honro, mas sigo livre, em nome da vida.

Essa influência, ainda que tenha servido a algo no passado, já cumpriu seu papel. Agora, eu a libero.

Eu libero a necessidade de carregar ou sustentar energias que não são humanas, nem são minhas.

Com a força do meu espírito, eu dissolvo agora toda aliança inconsciente com energias reptilianas em meu campo.

A tudo e a todos que se conectaram a mim por meio dessas energias, eu digo: obrigado. Agora, sigo meu caminho.

Eu entrego essas energias à consciência maior, confiando que cada uma encontrará seu destino certo.

A partir de agora, eu escolho vibrar apenas com a luz da minha alma, livre de interferências externas. Com o coração em paz, eu me reconecto com a pureza da minha origem divina e deixo ir o que não ressoa com ela.

142 - Psicopatia

Contribuição: Gê Freitas/ terapeuta Vibracional. @gefreatas_terapeutavibracional

Eu respeito o que aconteceu no passado, reconheço os conflitos e a dor que surgiram, e honro as escolhas feitas por cada um no seu lugar.

Eu libero todos os membros do sistema de carregar os fardos das ações que não pertencem a eles, incluindo os comportamentos destrutivos ou psicopáticos.

Reconheço que, mesmo nas dificuldades, cada um fez o que pôde dentro das suas limitações e experiências.

Agora, é o momento de cada um seguir seu próprio caminho, com respeito e acolhimento."

O comportamento psicopático pode ser visto como uma tentativa de adaptação ao sistema familiar, uma defesa contra as dores do passado. Libero esse padrão, para que o sistema possa encontrar a paz e a cura.

Compreendo que o que se repetiu ao longo das gerações não é culpa de ninguém, mas sim um reflexo de feridas não curadas. Agora, com amor, aceito o que foi, mas abro espaço para um novo caminho.

Eu acolho as dores do passado, mas agora é hora de libertar o sistema de padrões destrutivos e de permitir que todos encontrem sua própria liberdade e bem-estar.

Honro as diferenças e as dificuldades de cada um, sabendo que a psicopatia é um reflexo de um sistema em desequilíbrio. Que todos os envolvidos possam curar suas feridas e seguir com a vida, sem carregar mais o peso do que aconteceu.

143 - Dinâmica Sistêmica - Curar da relação com os filhos

(Autor desconhecido)

Sente-se confortável, feche seus olhos e em sua tela mental imagina seu filho(a) em sua frente ou se preferir pode dizer o que sentir em seu coração.

Meu (minha) filho(a) querido(a), eu retiro de você as palavras pesadas, as cobranças e qualquer peso que tenho deixado mesmo que inconsciente sobre você porque sei que tudo na verdade era meu.

Se passei meu peso para você eu retiro agora, o problema não era com você era comigo mesma, agora reconheço o que eu fiz e tomo de volta o que é de minha responsabilidade.

Foi tudo um grande emaranhamento sistêmico, mas agora eu vejo você e te libero daquele preso. Seu pai é o pai certo para você e você pode amar ele também eu sei que sou a mãe certa para você e também pode me amar sem fazer nada por mim, nem pelo seu pai, o que é meu e do seu pai nos dois que somos grandes resolvemos na nossa medida.

Agora, você pode olhar para sua vida e seguir o seu destino, sem precisar seguir o que eu determino ou acredito. Você é você e eu sou eu, você não precisa carregar nenhum sentimento meu, você não é responsável por mim, eu como sua mãe. Vejo você e libero você das minhas expectativas, eu te apoio e amo você como você é, você é um filho perfeito e eu te amarei para sempre.

144 - Dinâmica Sistêmica de Prosperidade

"O sucesso tem a face da mãe e, no pai, nos sentimos realizados" - Bert Hellinger

Feche os olhos ou pode deixá-los abertos.

Quando você pensa em dinheiro, quais são os pensamentos e imagens que vêm a sua mente? (pausa).

Continue percebendo sua relação com o dinheiro. Você pensar em alguém para representar o dinheiro para você, na sua vida, que pessoa seria? Quem vem na sua tela mental. (pausa) Você consegue perceber como esta pessoa está vestida? Para onde ela olha, para você ou para outra direção? Como você se sente em relação a essa pessoa? Ela está perto ou longe de você? Se você se aproxima ou se afasta dela, o que muda para você? (pausa) É melhor estar perto ou longe?

Depois de perceber como está sua relação com o dinheiro, incluímos agora a sua mãe. Pense nela, imagine que além da imagem da pessoa que representa o dinheiro para você, você vê agora também a sua mãe. O que muda? Você está mais perto da sua mãe ou do dinheiro? O que muda na imagem da pessoa que representa o dinheiro? Ela se aproxima ou se afasta de você?

Olhando para sua mãe, como você a percebe, ela está maior ou menor que você? Sua mãe olha para você ou para outra direção? Como você se sente em relação a ela?

Que tal experimentar algo para melhorar a relação com a sua mãe agora? (pausa). Faça algo, diga para ela: que como filho você é pequeno diante dela que diante do mundo você é grande.

O que mudou em relação na com o dinheiro para você agora.

Imagine agora, que você tem uma caixa nas mãos, dentro dessa caixa há, tudo que é apenas da sua mãe.

Você se imagina fazendo uma reverência para ela, colocando essa caixa no chão e dizendo: "Mãe, deixo contigo o que é seu e guardo comigo só o que é meu".

Faça uma respiração profunda e perceba o que muda. Para completar, você diz: "Mãe, obrigado pela vida e eu aceito você do jeito como você é". Novamente, faça uma respiração profunda. (pausa). O que muda, agora, nessa relação?

Pense também no seu pai, veja ele nesse mesmo espaço onde você vê o dinheiro e sua mãe. Como você se sente em relação ao seu pai? A presença dele aí, para você, é melhor ou pior? Para onde ele olha, para você ou para outra direção? Qual é o seu tamanho em relação ao seu pai, você é maior ou menor que ele, nessa imagem?

Vamos experimentar melhorar essa relação para ver o que muda em relação ao dinheiro. Então, imagine que você tem uma caixa para devolver para seu pai o que é dele. Você diz: "Pai, deixo com você o que é seu e guardo comigo só o que é meu".

Faça uma respiração profunda e veja o que muda. (pausa). Para completar, você diz: "Pai, obrigado pela vida e eu aceito você do jeito como você é". Novamente, faça uma respiração profunda. (pausa)

O que mudou para você nesse momento nessa relação?

Olhe agora para o dinheiro, perceba o que está diferente. Para onde o dinheiro olha? Está mais perto ou mais longe de você? Como você se sente agora?

Vamos olhar para sua família como um todo. Você olha para seus pais, vê atrás deles seus avós, bisavós e tataravós. Se for fácil, imagine tantas gerações quanto queira. (pausa). Além deles, veja também os irmãos de todos eles, independente de você conhecê-los ou não. Veja também pessoas, de modo geral, que podem ter passado a fazer parte do seu sistema familiar, ou porque recebeu algo ou deu algo importante para alguém da sua família, seja algo bom ou algo ruim.

Com essa imagem de muitas pessoas, você pode dizer para todos: “Eu vejo vocês, vocês todos fazem parte”. Dentre essas pessoas, há aquelas que podem ter tido uma vida, em relação ao dinheiro, que de algum modo seja parecido com sua vida atual. Pode ser que por amor, sem saber, você repita algum hábito em relação ao dinheiro. Nesse momento, você pode perceber isso, ou pode perceber daqui a pouco. De qualquer modo, você diz: “Mesmo sem saber, eu vivo de uma maneira parecida com a de vocês”. Respire profundamente e perceba como ressoa essa frase. Como está sendo até aqui?

Por fim, você diz para todos: “Eu completo o que vocês não puderam, faço isso em honra e por amor a vocês”. Se quiser, diga também: “Deixo com vocês o que é devocês e guardo comigo o que é meu”. Perceba, sinta, veja, ouça seus sentidos. O que muda? (pausa)

Agora, olhe para o dinheiro, como está essa relação?

Como você se sente agora ao pensar no futuro? (pausa)

Imagino que você tenha experimentado algumas percepções visuais, cinestésica e até auditiva bem interessantes...

Você pode também imaginar que alguém da sua família, pode ser uma ou várias pessoas, fala para você: “O seu amor nos honra, mas por favor deixe nosso destino conosco. E você nos honra, ainda mais, quando você assume sua vida plenamente”.

Ao imaginar ouvir isso, perceba o que muda. Respire profundamente.

145 - Reprogramando o Futuro com abundância

Agora você fará uma viagem no tempo, no futuro, seu novo hoje. Quero que você se veja exatamente (no dia seguinte, na semana seguinte, no mês seguinte), num momento muito importante, de grande sucesso profissional ou financeiro, fechamento de um bom negócio, ou com resultados positivos do que deseja alcançar,

num momento de muita satisfação e abundante...(pausa) deseje como você gostaria que acontecesse realmente, deixe seu futuro leve, realizador, você pode, COMO FOSSE REAL. Você está em estado alterado de consciência, altere “algo” para ficar melhor ainda. (pausa de uns 20 seg. no mínimo).

Vá finalizando esse momento de seu futuro com muita satisfação e prospero... agora volte ao momento presente de sua vida e quando sair do estado de relaxamento, lembrar-se-á de tudo e de todos os detalhes que viu e sentiu nessa viagem no tempo...

146 - Depressão

Autor desconhecido

Depressão, eu tive medo, eu tive muito medo. (pode substituir por tenho).

Depressão, eu tive angústia, eu tive muita angústia.

Depressão, eu tive fobia social, eu tive muita fobia social.

Depressão, agora eu te vejo. Agora consigo olhar pra você.
Eu sinto muito se por algum motivo eu te menosprezei.
Mas agora eu dou um lugar muito especial na minha vida e no meu coração para esse problema mental e emocional.
Eu também olho para você no fundo da minha alma espiritual e eu sinto muito se não te entendi.
Não vou mais prejudicar você, nem minha mente com pensamentos negativos.
Despertei a ponto de compreender que posso olhar para você e me liberar de tudo que causa a dor que você traz a mim.
Sinto muito e sei que posso corrigir meus pensamentos, sentimentos, emoções para dar o lugar certo pra você.
Vou te colocar no lugar certo, onde posso olhar para você sem me causar dor ou desconforto.
Sinto muito, vou deixar a causa da depressão, e você no lugar certo, no seu lugar de origem porque ela pertence aquele tempo quando tudo começou.
Hoje são outros tempos e posso fazer diferente agora.
Deixo você no seu lugar e sigo o meu caminho, novas escolhas.
Eu escolho a saúde mental e emocional.
Eu escolho a minha força interior, a felicidade e o equilíbrio, a paz e o amor na minha vida a partir de hoje.
Eu te liberto e me liberto. Somos livres. Gratidão.

Os dentes integrados à Constelação Familiar

Através dos dentes podemos observar nas constelações os padrões emocionais, comportamentais, que trazemos da infância, da família, da ancestralidade. Medos, fobias, traumas que estão ligados aos padrões de repetição como a quebra das Leis do Amor: hierarquia, equilíbrio e pertencimento.
Com a constelação dos dentes, observamos os vínculos ligados ao nosso sistema familiar já que cada dente pelo conhecimento Egípcio Milenar representa determinado membro da família. Quando se analisa os dentes com esse olhar holístico temos uma constelação familiar dentro da boca, pois temos a energia da mãe, pai, irmãos, avôs, ancestrais...
Todo constelador pode constelar os dentes de seu cliente, mesmo não sendo dentista, pois o emaranhamento sobre aquele tema do constelado com relação ao seu problema dentário iria aparecer no campo mórfico, ajudando assim o constelado com a saúde bucal quando ele entender o padrão que ele vem repetindo dentro de seu sistema familiar.

147 - Dentistas

Sou grata pelo seu atendimento. Você fez o seu melhor.

Agora eu entendo que tinha que olhar para o meu sistema familiar.
Para as minhas dores sistêmicas que chegaram até mim através dos dentes.
Eu não sabia o que carregava.
Agora eu os libero, libero a você, dentista, e me libero também.

148 - Tratamentos que não deram certo

Contribuição: @gefreitas_terapeutavibracional

Aceito o que foi. Libero a frustração.
O erro não define meu caminho. Sigo com amor e consciência.
Aprendo com o que não funcionou. Me curo com compaixão.

149 - Dentes prejudicados por intervenções

Contribuição: @gefreitas_terapeutavibracional

Agora posso dizer, eu sinto muito, aos meus dentes. Eu não sabia.
Eu honro meu corpo e me comprometo a cuidar melhor de mim.
Mesmo feridos, meus dentes são parte da minha história.

150 - Reparando a relação com o profissional

Contribuição: @gefreitas_terapeutavibracional

Libero o dentista, o procedimento e a dor. Sigo leve.
Rompo agora o vínculo com o trauma.
A paz ocupa esse espaço.
Permito que o amor repare o que foi danificado.

151 - Do profissional dentista para o cliente

Contribuição: @daianacruz.oficial

Querido(a) paciente, eu sinto muito se algo no tratamento não correspondeu às suas expectativas ou necessidades. Honro sua dor e sua história.
Reconheço os meus limites como profissional e entrego a você o que lhe pertence.
Devolvo ao seu destino aquilo que não posso carregar por você.
Você é maior do que eu como paciente. Eu sou apenas o seu dentista e respeito o seu caminho.
Se houve dor, frustração ou prejuízo, eu olho com respeito para tudo isso e permito que siga o seu curso.
Reconheço que posso ter falhado e, se foi assim, peço perdão. Me coloco em paz com você.

Deixo com você aquilo que é seu. E tomo para mim apenas o que é meu, com responsabilidade e aprendizado.

Honro a oportunidade de ter te atendido e encerro este ciclo com gratidão, mesmo que não tenha sido como esperávamos.

152 - Quando o insucesso é recorrente

Contribuição: @daianacruz.oficial

Olho com amor para os que não ficaram, para os que não obtiveram o resultado desejado. Reconheço todos e cada um em seu lugar.

Peço benção aos meus ancestrais e aos ancestrais dos meus pacientes, para que possamos seguir com leveza e verdade neste serviço à saúde.

Se estou repetindo algo que não é meu, agora vejo e solto com respeito a quem veio antes.

Aceito aprender em cada situação, sem me punir, mas assumindo com maturidade meu papel como canal de cura.

153 - Área da saúde

Contribuição: @sabrina_gelhorn

Eu vejo seu trabalho e agradeço. Você estava a serviço de algo maior.

Eu sofri muito com o resultado do seu trabalho. Mas, sigo meu caminho e você segue o seu.

Deixo com você o que é seu e fica comigo o que é meu.

Somos iguais perante Deus.

154 - Para os dentes

Contribuição: @sabrina_gelhorn

Eu vejo você. Você está a serviço, meu dente.

Agradeço o que os dentes estão mostrando.

Agora eu vejo que todo sofrimento foi uma forma de honrar meus antepassados.

Me libertando dessa dor e agradecendo, posso me libertar das dores atuais.

155 - Reconhecendo todos os dentistas

Contribuição: @sabrina_gelhorn

Eu honro e reconheço todos os dentistas - deste tempo, de outras épocas, de outras vidas - que estiveram direta ou indiretamente ligados a mim e aos meus processos com os dentes.

Vejo cada um de vocês, com seus saberes, intenções, acertos e também com seus limites humanos.

Alguns vieram como auxílio, outros como espelho de algo que precisava ser visto.

A todos eu digo do fundo da alma: Eu sinto muito.

Me perdoem por qualquer dor, mágoa, expectativa ou julgamento que eu tenha projetado sobre vocês.

Eu os liberto de qualquer lealdade invisível, culpa ou papel que não lhes pertence. Eu me liberto também.

Libero todos vocês com amor, com consciência e com gratidão.

Também libero memórias familiares, karmas, dores herdadas padrões inconscientes e traumas que se manifestaram através da minha boca, dos meus dentes, do meu sorriso. Agora abro espaço para a cura.

156 - Para a boca

Contribuição: @sabrina_gelhorn

Eu permito que a luz toque cada célula da minha boca.

Eu permito que o amor cure o que ainda dói.

Agora posso sorrir com leveza.

Posso mastigar com confiança.

E me abro para viver com mais prazer, verdade e liberdade.

A vida me sorri de volta.

E eu sigo em paz.

157 - Para os dentistas conhecidos e desconhecidos

Contribuição: @gefrentas_terapeutavibracional

Queridos dentistas, conhecidos ou desconhecidos, que estiveram direta ou indiretamente envolvidos com minha história e com os meus dentes...

Eu os vejo. Reconheço o esforço, o conhecimento, as limitações e até mesmo os equívocos.

A partir do meu coração, digo: Eu sinto muito.

Me perdoem por qualquer expectativa, cobrança ou dor projetada.

Eu os libero. E me liberto também.

Libero todos vocês do papel de carregar os meus processos inconscientes.

Agora, com amor e consciência, posso dizer: Posso sorrir com leveza.

Posso mastigar com confiança e paz.

Meu corpo está em harmonia.

E a minha boca reflete minha liberdade interior.

Gratidão por tudo. Agora sigo em paz.

158 - Dentes de crianças

Contribuição: @sabrina_gelhorn

Desde criança os dentes receberam minha atenção por causa das dores.
Agora eu acolho essa dor com amorosidade. Eu vejo vocês. Eu incluo vocês.
Eu me liberto com a benção dos meus antepassados, sempre agradecendo.
Você resistirá a todas as minhas dores e revoltas.
Peço a benção dos meus antepassados para seguir adiante, honrando pela saúde e pela alegria.
Deixo com vocês o que é de vocês e peço a benção de seguir comigo só com o que é meu.

159 - Dentes doloridos

Contribuição: @gefneitas_terapeutavibracional

Eu acolho a dor, ouço a mensagem e agora permito a cura.
Minha boca pode descansar. Estou segura(o)
Libero a tensão que carrego nos meus dentes

160 - Dentes quebrados

Contribuição: @gefneitas_terapeutavibracional

Honro o que se quebrou. Deixo ir o que não preciso mais carregar.
Sou inteira(o) mesmo com as partes que já se foram.
A reconstrução começa de dentro

161 - Dentes extraídos

Contribuição: @gefneitas_terapeutavibracional

Agradeço ao dente que cumpriu seu ciclo. Agora posso seguir.
Honro a ausência e acolho o espaço que ela deixou.
Abro espaço para o novo com leveza e paz.

162 - Dentes com cáries

Contribuição: @gefneitas_terapeutavibracional

Libero a dor acumulada no silêncio.
Transformo a acidez em doçura e presença.
Cuido de mim com amor. Meu corpo responde com saúde.

163 - Honrando os pais através da dor de dente

Contribuição @viviane_356

Querido pai, querida mãe, por muito tempo honrei vocês atrás da dor do meu dente, pois sei que na infância de vocês e na de meus ancestrais, tudo era muito mais difícil. Por muitas vezes choravam de dor de dente até dormir e, por amor a vocês, eu sentia essa mesma dor em silêncio.

Hoje eu honro vocês na saúde e no cuidado com os meus dentes, porque assim eu consigo me libertar dessa dor e também olhar para as gerações futuras para que não carreguem essa repetição de padrão por amor.

Hoje todos nós temos o cuidado de um dentista, o qual nos acolhe, cuida e nos dá o alívio dessa grande dor de dente.

Eu honro e reverencio toda a minha história, todo sofrimento, toda dor. E a partir deste momento, eu escolho fazer diferente, com a permissão de todos vocês.

164 - Bruxismo

Contribuição: @gefreadas_terapeutavibracional

Raiva e repressão (o que fica preso):

Solto a raiva acumulada. Posso respirar em paz.

Não preciso mais apertar os dentes para suportar.

Agora posso expressar sem ferir e viver sem calar.

165 - Impacto da raiva nos dentes

Contribuição: @gefreadas_terapeutavibracional

A raiva contida não precisa mais morar nos meus dentes.

Dou permissão para meus dentes relaxarem.

Minha boca não é mais um campo de batalha.

É tempo de paz.

166 - Claustrofobia

Contribuição: @gefreadas_terapeutavibracional

Querido medo, eu vejo você.

Você quis me proteger. Agora, eu sigo adiante no espaço e na vida. Eu honro os que vieram antes e sobreviveram ao confinamento. Hoje, eu sou livre para respirar e ocupar o meu lugar.

Às vezes carrego medos que não são meus. Com respeito, devolvo a quem pertence. Mesmo em espaços pequenos, a vida me sustenta.

Eu estou em paz no espaço que me acolhe. Vejo as paredes mas também vejo as portas.

Escolho confiar na vida que me guia para fora. Querido corpo, eu te escuto.

Agora eu te conduzo com amor para além do medo.

Tudo o que foi apertado no passado agora pode se abrir para o novo.

Eu sou maior do que este medo eu sou parte do movimento da vida. respeito o medo que me mostrou limites.

Agora sigo em direção à liberdade com amor e honra. O espaço está em mim.

Eu sou livre para existir onde quer que eu esteja.

167 - Aceitação do avanço tecnológico humano.

(Contribuição: @gefreitas_terapeutavibracional)

Honro meus ancestrais que não tiveram acesso às tecnologias que hoje me acolhem. Permito que meu corpo aceite os implantes modernos como expressão da evolução da cura.

Sei que meu corpo carrega memórias antigas de dor e rejeição. Com amor e consciência, dou lugar às novas tecnologias que chegam para restaurar minha saúde.

Agradeço às gerações passadas que caminharam com limites. Hoje, abro espaço em meu corpo e em meu campo para os avanços da medicina que me foram negados no passado.

Reconheço que meu corpo pode resistir por lealdade às dores dos que vieram antes. Agora, eu liberto essas memórias e aceito os implantes atuais como aliados da minha cura.

Mesmo que em outras vidas ou linhagens a medicina tenha causado sofrimento, hoje eu permito que as novas tecnologias toquem meu corpo com amor, precisão e respeito.

Digo sim à vida com os recursos que existem hoje. Os implantes modernos são um presente do tempo em que vivo — e eu os recebo com gratidão e honra.

Agradeço aos que vieram antes por tudo que viveram sem os acessos que hoje me são possíveis. Aceito os implantes como uma ponte entre o cuidado do presente e a força do passado.

Meu corpo é inteligente e pode confiar. Os implantes de hoje são expressão do avanço humano. Eu me permito receber esse progresso, com honra e sem culpa ancestral.

Reconheço as dores que meu sistema carrega, mas não preciso repeti-las. Posso aceitar os implantes modernos como uma bênção, um passo à frente na caminhada da vida.

Acolho em meu corpo o que antes era impossível. Os implantes atuais chegam como instrumentos de cura, guiados pela sabedoria da ciência e pela força dos meus ancestrais.

168 - Origens Indígenas

(Contribuição: @gefreitas_terapeutavibracional)

Queridos ancestrais indígenas, eu sinto muito por tudo o que houve. A dor e o sofrimento de vocês não foram em vão. Agora, posso seguir adiante, honrando a memória de cada um de vocês.

Eu vejo tudo o que foi perdido, todas as mentiras que foram ditas, a confiança quebrada. Me perdoem por não ter sido capaz de proteger o que era de vocês. Eu vejo o quanto essa dor perdura.

Meus ancestrais queridos, por favor, me liberem dessa dor que carrego. Eu me abro para honrar a memória e o legado de vocês. Que as feridas do passado possam ser curadas.

Eu olho para vocês com reverência e profundo respeito. Vocês são a raiz dessa terra, a sabedoria que se perdeu, mas jamais se apagará. Que a força de vocês me guie.

Sinto muito pelo sofrimento que vocês enfrentaram, pela ingenuidade com que confiaram. Agora, posso seguir em frente, com a consciência de que o legado de vocês nunca se apaga, ele é eterno.

O que foi perdido, materialmente, não volta. Mas o legado de vocês, a sabedoria que é passada de geração em geração, permanece. Eu me curvo diante dessa força.

Por favor, me olhem com amor. Eu reconheço o sofrimento que foi imposto, mas também vejo o valor, a beleza e a força de vocês que nunca poderão ser tirados.

Meus ancestrais, a dor do passado ainda vive em nós, mas eu peço que me libertem dessa carga. Quero caminhar com mais leveza, honrando o que vocês representam.

A inocência de vocês foi ferida. A confiança foi quebrada. Eu reconheço e, com humildade, peço perdão. Que possamos seguir em frente, respeitando o legado que vocês nos deixaram.

As heranças materiais podem ter se perdido, mas o legado, a força e o espírito de vocês são imortais. Eu olho para vocês com reverência e amor, e peço que me aceitem, para que possamos curar o passado e construir um futuro mais honroso.

169 - Origem Europeia

(Contribuição: @gefreitas_terapeutavibracional)

Me liberem das escolhas feitas no passado, onde o peso da guerra e das ideologias impuseram rigidez e dor aos nossos ancestrais, para que eu possa viver em liberdade e equilíbrio, em honra a tudo o que houve.

Eu sinto muito por todo preconceito vivido pelos descendentes europeus, por todas as crenças que nos fizeram carregar a culpa e a responsabilidade pela violência e pela separação, mas agora podemos curar essas feridas, vibrando na liberação de todos nós.

A austeridade, que se tornou um mecanismo de proteção, nos manteve distantes do amor e das relações verdadeiras.

Hoje eu peço para que liberem, a mim e a todos os que vieram depois de vocês, transformando esse medo de abrir nossos corações à compaixão e à conexão, em facilidade, alegria e glória .

A guerra aconteceu, e agora podemos honrar os momentos de dor e perda, mas com a paz em nossos corações, sabendo que o sofrimento do passado não precisa definir nosso presente ou futuro.

Sinto muito por todas as mortes que aconteceram durante aquele período sombrio da história, por todos os conflitos que marcaram nossas famílias, mas agora podemos libertar nossas almas do peso de uma memória tão dolorosa.

Eu honro os erros cometidos e as feridas geradas pelo passado, sendo pacífico e cordial, mas peço a cura para a rigidez mental e emocional que nos impôs o medo de ser vulneráveis, de viver o amor sem medo.

Me liberem do peso das escolhas feitas pelos nossos ancestrais e, com isso, deixamos de carregar as suas ansiedades e traumas, permitindo-nos ser guiados pela luz da compreensão e da paz, indo em direção ao presente e futuro com alegria e boas intenções.

Eu sinto muito, me liberem das escolhas feitas no passado, onde a rigidez e o preconceito alimentaram a dor e a morte por suicídio, honrando a memória daqueles que sofreram, mas com a luz da paz e do amor, seguindo em frente com coragem e com saúde em todos os meus corpos (mental, emocional, mental e físico)

Sinto muito por todas as mortes, inclusive as causadas pela intolerância e preconceito, mas agora podemos curar essas feridas, liberando as gerações futuras da austeridade e do medo que nos afastaram do amor, abrindo meu coração para o novo , sabendo que é no presente que curamos o passado.

A guerra aconteceu, e as mortes por suicídio e intolerância marcaram nossa linhagem, mas hoje, com compaixão e cura, podemos libertar nossos corações da rigidez e honrar a vida em sua plenitude, seguindo na gentileza , confiança e na preservação da saúde e o equilíbrio pessoal.

170 - Guerras que marcaram nossos antepassados

Contribuição: Fabíola Figueiredo - Terapeuta - @fabiolafigueiredoterapia

Eu vejo a dor, o medo e o sacrifício que vocês viveram em tempos de guerra.

Quanto pavor, quantas mortes, quanta fome, quanto desespero, quantas perdas sofridas e laços rompidos... quantos sonhos e caminhos desviados ou destruídos.

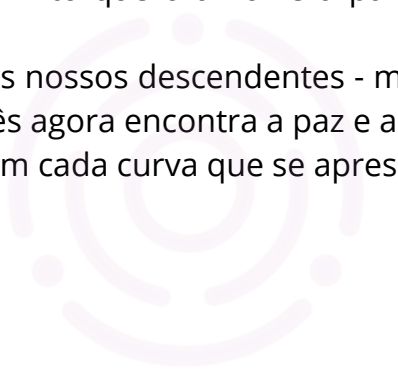
Eu não sabia mas agora eu vejo o quanto foi difícil e pesado para vocês.

Estive preso a essas memórias, mesmo sem saber, e assim, vim honrando vocês no amor cego, através do sofrimento, do pânico, das perdas e da escassez. Eu sinto muito.

Agora eu honro na vida cada passo, cada escolha difícil, cada lágrima e cada perda que fizeram parte da nossa história.

Queridos ancestrais, reconheço o peso que carregaram para que eu pudesse estar aqui hoje, em segurança e em paz.

Agora tomo consciência da coragem que cresceu nos momentos de medo.
Tomo consciência da determinação que desenvolveram para seguir adiante, quando tudo desmoronava ao redor.
Tomo consciência da poderosa habilidade de confiar no fluxo da vida que vocês tiveram ao seguir adiante, desbravando caminhos desconhecidos, sem saber onde tudo aquilo daria... tomo consciência da esperança que permitiu com que não desistissem.
Tomo consciência da vontade de viver que sempre pulsou a cada batida do coração.
Tomo consciência de que tudo isso também nutre as minhas células, através do dna que recebi de cada um de vocês.
E agora agradeço profundamente pela coragem de lutar, de sobreviver e de recomeçar, mesmo diante do que parecia impossível.
Permito que o medo de vocês encontre um lugar de paz no meu coração, sem precisar mais repetir o padrão do pânico em minha vida porque aqui eu estou segura, graças a vocês que desbravaram o caminho antes.
Eu tomo a vida que recebi de vocês, com tudo o que ela traz, e me comprometo a vivê-la com alegria e gratidão, por todos nós.
Todos vocês fazem parte com tudo o que viveram e foram fundamentais para a continuidade da vida em nosso sistema. Vocês pertencem, essas histórias também pertencem. Eu dou um bom lugar para tudo isso agora em meu coração, em minha alma.
E deixo com vocês o sofrimento que viveram... isso foi no tempo de vocês. Eu sigo com força, coragem e esperança que recebi como herança.
Eu me liberto da necessidade de carregar tudo isso, me liberto da repetição de padrão de dor e perda e permito que o amor e a paz fluam livremente em nossa família.
E assim, através de mim e dos nossos descendentes - meus filhos, netos e todos que ainda virão - cada um de vocês agora encontra a paz e a abundância.
Eu confio no fluxo da vida e em cada curva que se apresenta como o caminho certo.



Instituto
Silca Malutta
Terapias Sistêmicas



INSTITUTO PROF. SILCA MALUTTA,
PROMOVE CURSO DE HIPNOSE SISTÊMICA
ONLINE E PRESENCIAL EM TODO O BRASIL.

Na modalidade do atendimento:

- Crianças;
- Adolescente;
- Adulto;
- Idosos.
- Hipnose em animais com roteiro próprio.

CURSO DE CONSTELAÇÃO FAMILIAR EM GRUPO
E NO ATENDIMENTO INDIVIDUAL CONSTELANDO NA ÁGUA.
Online e presencial em vários estados do Brasil e no exterior.

Módulos:

- Animais.
- Planta de imóveis.
- Pedagogia.

CURSO DE PARAPSICOLOGIA SISTEMICA ONLINE
CURSO DE APOMETRIA MAGNÉTICA ONLINE
CURSO DE AUTO CONSTELAÇÃO ONLINE
CURSO DE DESENHO SISTÊMICO ONLINE
CURSO DE NEUROCIÊNCIA PARA TERAPEUTA ONLINE
IMPLANTANDO CURSO CONTATOS EXTRAPLANETÁRIO

Nos acompanhe pelo nossos canais:

 Instituto.Terapias.breves.ProfSilcaMalutta

 www.silcamalutta.com

 Instagram: @silcamalutta

 Youtube: @silcamalutta

