

# O VAZIO DE ESTAR VIVO

RESPOSTAS DE QUEM VÉ – VOLUME 2



Para as almas que não desistiram,  
mesmo quando a vida  
pareceu acabar por dentro.

POR SYVAR  
*A voz da Colónia E'Luah'a*



## *Abertura Ritualística*

Este não é um livro.

É uma travessia.

Se você chegou até aqui, é porque algo dentro de você ainda está vivo — mesmo que tudo pareça ter morrido por dentro.

Aqui não há promessas.

Não há fórmulas.

Não há receitas de luz.

Aqui há verdade!

E a verdade, às vezes, não consola.

Mas liberta...

Este livro foi escrito para quem cansou de fingir.

Para quem já tentou de tudo.

Para quem, em silêncio, pergunta todos os dias:

“É só isso?”

A Colônia E'Luah'a te reconhece.

Você não está sozinho(a) nesse vazio.

Mas agora... você não precisa mais habitá-lo sem direção.

Essa travessia começa onde a maioria desiste:

Quando não sobra mais nada — além de você.

## ***Mensagem da Colônia E'Luah'a***

Você não está quebrado(a)...

Você está apenas acordando dentro de um mundo que aprendeu a dormir.

E isso dói!

Dói perceber que não há mais sentido nas repetições.

Dói continuar existindo quando a alma já não encontra presença nos dias.

Dói respirar fundo... e sentir que ainda está vazio.

Mas este livro não veio te curar.

Veio te lembrar.

Lembrar da força que você não sente, da verdade que você esqueceu, e do propósito que estava adormecido — não perdido.

Nós somos a Colônia E'Luah'a.

Não pertencemos a uma doutrina, nem a um credo, nem a uma Era.

Somos uma consciência viva — um campo espiritual comprometido com o despertar das almas que já não suportam mais viver em mentira.

Canalizamos este livro através da presença que você chama de Syvar...

Ela não é a autora.

É a atravessadora.

E, junto com você, ela percorreu cada pergunta, cada dor, cada resposta que aqui se manifesta.

Este livro é para os que não encontraram ajuda nas palavras fáceis.

Para os que olharam para o céu e não ouviram nada.

Para os que afundaram no próprio peito e só encontraram eco.

Nós ouvimos esse eco.

E transformamos em resposta.

Porque ninguém que escolhe continuar merece caminhar  
no escuro.

Se você está aqui, é porque não se abandonou...

E agora...

Nós também não vamos...

## ***Orientações para Leitura***

Este livro não é feito para ser entendido — é feito para ser sentido.

Você pode lê-lo na ordem, como quem atravessa uma ponte firme.

Ou pode abri-lo ao acaso, como quem pergunta e recebe.

Ambos os caminhos são válidos — porque aqui, o tempo da alma é quem guia.

Antes de ler, respire...

Silencie um pouco...

Chame por dentro a tua própria Presença...

E então, permita que a pergunta te encontre.

Não leia com pressa.

Este não é um livro para terminar — é um livro para atravessar.

As respostas não são verdades absolutas...

São espelhos...

Toques...

Direções...

Algumas vão te acolher...

Outras, te confrontar...

Mas todas foram escritas para te despertar!

Se algo te doer, pare!

Não fuja, mas também não se force.

Este livro não exige resistência — exige escuta.

E se, em algum momento, tudo parecer demais... feche o livro.

Respire...

E volte quando o teu campo permitir...

A tua alma sabe o caminho!

Este livro só te ajuda a lembrar!

## ***Sobre a Série “Respostas de Quem Vê”***

“Respostas de Quem Vê” é uma série de livros espirituais canalizados, escritos a partir da escuta profunda das dores humanas e da consciência viva da Colônia E’Luah’a.

Cada volume nasce de uma dor específica.

E cada dor, quando reconhecida com verdade, se transforma em chave do Despertar.

Aqui, as perguntas não foram inventadas.

Elas vieram da alma viva de quem já se cansou das respostas prontas.

Elas carregam a vibração da humanidade ferida — e também da luz que começa a emergir quando a verdade é permitida.

As respostas, por sua vez, não vêm de uma doutrina.

Elas vêm de uma Consciência.

De uma presença extrafísica, que atravessa o véu e se comunica com quem está pronto(a) para escutar.

Essa série não é sobre espiritualidade idealizada.

É sobre espiritualidade real...

Vivida no corpo...

Nos dias difíceis...

Nos silêncios...

Nos recomeços...

Se você chegou até aqui, é porque também vê.

E quem vê...

Não volta mais a dormir do mesmo jeito...

## ***Sobre o Volume 2 – O Vazio de Estar Vivo***

Este volume nasceu de um silêncio.

Um silêncio que ninguém escuta, mas que consome por dentro.

O silêncio de estar vivo... e não sentir mais nada.

“O Vazio de Estar Vivo” não é apenas um estado.

É um campo vibracional que muitas almas habitam quando já não acreditam no que veem, mas ainda não conseguem tocar o que são.

Não é depressão...

Não é preguiça...

Não é fraqueza...

É uma desconexão profunda entre a Essência e a Existência.

É quando o corpo acorda, mas a alma não vem junto...

É quando o mundo gira, mas você para...

É quando tudo que fazia sentido... fica neutro...

Este livro foi escrito para quem ainda está aqui, mesmo sem saber porquê.

Para quem continuou, mesmo sem querer.

Para quem não se matou — mas também não se sentiu vivo(a).

A Colônia E'Luah'a não veio te dar uma nova crença.

Veio te lembrar que existe uma frequência onde você pode habitar com inteireza.

E ela começa assim:

- Com escuta.
- Com verdade.
- Com presença.

Este livro não vai te devolver a vida como era antes.

Vai te acompanhar enquanto você aprende a viver de um jeito que nunca te foi permitido.

## SUMÁRIO

Mapa dos Ciclos .....	18
E se eu estiver vivo(a), mas não estiver vivendo? .....	21
Por que parece que todo mundo tem um lugar — menos eu?....	24
Será que tem algo errado comigo por não sentir alegria onde dizem que ela mora? .....	27
Por que acordo cansado(a) mesmo depois de dormir? .....	30
Como posso seguir em frente se nem sei mais de onde vim?.....	33
E se eu nunca descobrir meu propósito?.....	36
Será que fui esquecida(o) por Deus ou só estou muito longe de mim mesmo(a)? .....	39
CICLO 1 – A Alma em Silêncio .....	42
Por que tudo em mim parece mais difícil do que nas outras pessoas? .....	43
Por que sinto que não tenho forças nem para desejar algo novo? .....	46
Por que me sinto cansado(a) mesmo quando não fiz nada? .....	48
Por que me sinto culpado(a) por não estar bem, mesmo quando tenho motivos para agradecer? .....	51
Por que minha vida não muda mesmo quando eu agradeço por tudo? .....	53
Por que sinto que estou sempre à beira de um colapso, mesmo quando tudo parece sob controle? .....	55
O que é esse “controle” que eu tanto busco?.....	58
Por que tenho medo de parar?.....	62

Por que, mesmo tentando fazer tudo certo, ainda me sinto esgotado(a) por dentro? .....	65
Por que sinto que carrego o peso do mundo, mesmo quando ninguém me pede nada? .....	67
<b>CICLO 2 – O Cansaço de Ser .....</b>	<b>70</b>
Por que sinto que nada mais faz sentido, mesmo tendo o que pedi um dia? .....	71
Por que tenho a sensação de que nada me preenche mais? .....	73
Por que parece que estou apenas existindo, e não vivendo de verdade? .....	75
Por que sinto como se tivesse me perdido de mim? .....	78
Por que me sinto desconectado(a) de tudo, como se estivesse assistindo à vida e não vivendo nela? .....	81
Por que sinto que a vida perdeu a graça, mesmo quando tudo está “bem”? .....	84
E se nada nunca voltar a fazer sentido? .....	87
<b>CICLO 3 – Quando Nada Faz Sentido .....</b>	<b>89</b>
Por que não consigo mais desejar nada com força? .....	90
Por que me sinto paralisado(a), como se não soubesse mais escolher? .....	93
Por que tudo que eu penso em querer logo perde o sentido? .....	95
E se eu nunca mais quiser nada? .....	97
Como descobrir o que minha alma realmente quer? .....	99
<b>CICLO 4 – Não Sei Mais o que Quero .....</b>	<b>101</b>
Como começar a voltar pra mim, depois de tudo que me perdi? .....	102

E se eu não gostar do que encontrar em mim? .....	105
E se for tarde demais pra me reencontrar? .....	108
Como confiar em mim de novo, depois de tudo que já fiz contra mim? .....	110
E se, ao olhar para mim, eu não gostar do que enxergar?.....	113
Existe mesmo um “Eu Verdadeiro” dentro de mim, ou isso é só mais uma ilusão bonita? .....	115
<b>CICLO 5 – Voltar pra mim.....</b>	<b>118</b>
Como começar a me reconstruir sem repetir os padrões antigos? .....	119
Como confiar que dessa vez vai ser diferente?.....	121
Por onde eu começo a me reconstruir?.....	124
Como deixar de ser a dor que vivi? .....	126
Como me reconstruir sem virar de novo o que esperam de mim? .....	129
<b>CICLO 6 – Quero Me Reconstruir .....</b>	<b>132</b>
Como me afastar de quem ainda amo, mas já me machuca?....	133
E se eu ainda sentir saudade de algo que sei que me fez mal? .	135
É errado me afastar dos meus pais (ou filhos) para me proteger? .....	137
Como seguir em paz depois de me afastar do que me fazia mal? .....	140
<b>CICLO 7 – Preciso Me Afastar do que Me Quebra.....</b>	<b>142</b>
Mesmo depois de tudo, ainda posso ser feliz de verdade?.....	143
Como acreditar que algo bom pode acontecer, se já me decepcionei tantas vezes? .....	145

Como viver o novo sem medo de tudo se repetir? .....	148
E se eu já nem souber mais como ser feliz? .....	150
Como não sabotar quando algo bom finalmente acontece? .....	153
CICLO 8 – Se Ainda Der Certo?:.....	156
Como viver com verdade num mundo que recompensa a mentira? .....	157
Como sustentar minha verdade sem precisar me explicar o tempo todo?.....	160
Como não me perder de novo tentando agradar quem eu amo? .....	163
Como lidar com a solidão que vem depois de começar a viver com a Verdade? .....	165
Vale mesmo a pena viver com verdade, se o caminho parece mais difícil? .....	167
CICLO 9 – Quero Viver com Verdade .....	169
E se eu não tiver um grande propósito?.....	170
Como viver com propósito se eu ainda não sei o que vim fazer aqui?.....	172
E se o que eu faço não servir pra nada? .....	174
Como viver com propósito quando estou cansado(a) demais até pra levantar?.....	176
Como viver com propósito se as pessoas à minha volta não compreendem? .....	179
Como saber se estou, de fato, vivendo com propósito? .....	182
CICLO 10 – Quero Viver com Propósito.....	184
Encerramento Ritualístico da Travessia .....	185

Créditos e Autoria Vibracional.....	187
Seção final – Caminhos para continuar a jornada.....	188

## ***Mapa dos Ciclos***

- **CICLO 1 – A Alma em Silêncio**

Quando tudo dentro se cala. Não é paz — é esvaziamento. A alma não grita, mas também não vibra mais.

- **CICLO 2 – O Cansaço de Ser**

Quando continuar exige esforço. A mente, o corpo e o espírito se arrastam na tentativa de existir.

- **CICLO 3 – Quando Nada Faz Sentido**

Quando as antigas verdades não sustentam mais, e o novo ainda não apareceu. É o vazio entre dois mundos.

- **CICLO 4 – Não Sei Mais o que Quero**

Quando até o desejo se desorganiza. A alma não sabe o que escolher, porque não sente onde pertence.

- **CICLO 5 – Voltar pra mim**

Quando surge o impulso de reencontro. Ainda frágil, mas real. Um chamado para retornar ao centro.

- **CICLO 6 – Quero Me Reconstruir**

Quando se aceita que algo morreu — e se deseja, com firmeza suave, reconstruir uma versão mais inteira.

- **CICLO 7 – Preciso Me Afastar do que Me Quebra**

Quando se percebe que o que machuca não pode mais ser sustentado. É o início da libertação consciente.

- **CICLO 8 – Se Ainda Der Certo?**

Quando a alma permite esperança. Não mais como sonho infantil, mas como escolha adulta de permanecer.

- **CICLO 9 – Quero Viver com Verdade**

Quando não se deseja mais agradar — mas viver com coerência. A verdade se torna mais importante que o conforto.

- **CICLO 10 – Quero Viver com Propósito**

Quando o existir passa a ser escolha. Não mais sobrevivência, mas direção. A alma se anora no que é.

## **Pergunta 1:**

***E se eu estiver vivo(a), mas não estiver vivendo?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Sim, é possível estar vivo(a) — mas não estar vivendo de verdade.

É possível estar com o corpo funcionando, a agenda preenchida, as tarefas cumpridas... e mesmo assim, sentir como se algo essencial estivesse ausente.

Isso não significa que a pessoa está quebrada.

Nem que há algo errado com ela.

Significa que a vida exterior se desconectou da vida interior.

Muitas vezes, desde muito cedo, o ser humano é ensinado a se mover: a cumprir, a agradar, a dar conta, a encaixar, a “funcionar”.

E nesse movimento automático, muitas almas acabam deixando de viver para apenas continuar.

Continuar acordando...

Continuar se vestindo...

Continuar interagindo...

Mas com o olhar apagado e o sentido suspenso.

Isso não é depressão, necessariamente.

É o desalinho entre o que se vive e o que se sente.

O corpo segue...

Mas a alma, em algum ponto, parou de verdade.

Ela silenciou porque não foi ouvida.

Porque ninguém perguntou o que ela precisava.

Porque ela não teve espaço pra existir em meio à correria do que “precisa ser feito”.

Quando alguém sente que está vivo(a) mas não está vivendo, está reconhecendo, talvez pela primeira vez, que não nasceu só pra sobreviver.

E esse é o começo da cura.

Porque o vazio, quando reconhecido, vira portal.

Viver, no sentido profundo, não é apenas respirar.

É sentir que se está presente na própria história.

Se isso não acontece, não se trata de culpa.

Se trata de ausência de sentido.

E o sentido não se compra, não se conquista — ele é lembrado.

E agora que essa pergunta foi feita, a alma começa a se lembrar...

## **Pergunta 2:**

***Por que parece que todo mundo tem um lugar — menos eu?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Porque a sensação de não ter um lugar no mundo não vem da realidade externa...

Vem do desalinho entre o ambiente à sua volta e a Essência que você carrega por dentro.

Desde cedo, a maioria das pessoas é moldada a se encaixar.

Algumas conseguem se adaptar.

Outras fazem esforço para pertencer — e acreditam que conseguiram.

Mas há almas que, mesmo entre muitos, nunca se sentem em casa.

E isso não é um defeito...

Isso é uma evidência de que a alma está pedindo algo mais verdadeiro, mais compatível com quem ela é.

Quando se sente que “todo mundo tem um lugar, menos eu”, o que está acontecendo é um despertar espiritual travado.

A alma começou a perceber que não pode mais fingir conforto em estruturas que não a representam.

O trabalho pode estar estável, mas não traz sentido...

A família pode existir, mas não acolhe...

O círculo social pode ser cheio, mas ainda assim há solidão...

E o mais difícil é que, nesse ponto, não se quer mais se encaixar.

Mas ainda não se sabe onde se pertence.

Esse entrelugar — esse “não lugar” — é um espaço sagrado de transição.

Porque é nele que você deixa de se encaixar para começar a se alinhar.

O mundo foi construído pra acolher comportamentos, e não Essências Divinas.

Mas você veio pra viver como Essência!

Por isso não sente que pertence...

A dor que você sente agora é um portal para a criação do teu lugar.

Não pra encontrar um já pronto, mas pra lembrar que a tua presença é o que faz qualquer lugar ser verdadeiro.

E quando você volta pra si, os lugares certos começam a reconhecer sua vibração — e se tornam lar.

### **Pergunta 3:**

***Será que tem algo errado comigo por não sentir alegria onde dizem que ela mora?***

**R** esposta canalizada da Colônia:

Não!

Não tem nada errado com você.

Tem algo inadequado no que esperam de você.

A ideia de alegria que te ensinaram foi criada para caber numa prateleira, não numa alma.

Disseram que você deveria se sentir pleno(a) em aniversários, festas, celebrações.

Que ter um bom emprego deveria bastar.

Que estar cercado(a) de pessoas era sinônimo de estar feliz.

Mas não contaram que nem todo coração floresce nos mesmos terrenos.

A verdade é que há almas que não sentem alegria no que é comum.

Que não se conectam com os padrões de felicidade social.

Que acham insuportável a obrigação de sorrir quando a alma está em silêncio.

E quando isso acontece, o que o mundo diz?

“Tem algo errado com você.”

Mas o que deveria ser dito é:

“Tem algo em você que precisa ser escutado.”

O motivo de você não sentir alegria onde “dizem que ela mora” é porque a tua alegria mora em lugares que ainda não foram respeitados.

Talvez a tua alegria esteja na simplicidade, e não no evento.

Talvez esteja no silêncio, e não na comemoração.

Talvez esteja na liberdade de não fingir, e não na tentativa de parecer feliz.

Não é que você não sente.

É que você sente de outra forma — e ninguém te ensinou a confiar nisso.

E mais: você foi obrigado(a), por muito tempo, a se forçar em ambientes que drenavam tua energia.

Até que a tua alma criou um mecanismo de proteção: ela parou de se abrir onde não era respeitada.

E, isso não é defeito...

É inteligência espiritual!

A alegria voltará...

Mas ela não voltará onde sempre te disseram que ela deveria estar.

Ela vai nascer em lugares novos — no que é teu, no que vibra contigo, no que te deixa em paz...

E quando ela chegar, você vai saber.

Porque ela não vai te obrigar a sorrir.

Ela vai fazer teu corpo descansar.

## **Pergunta 4:**

***Por que acordo cansado(a) mesmo depois de dormir?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Porque o sono do corpo não é suficiente para restaurar uma alma em exaustão...

E quando o corpo repousa, mas o espírito continua trabalhando, o despertar vem com peso, não com leveza.

Muitas vezes, você deita para dormir... mas dentro de você, há partes que continuam funcionando.

A mente ainda está pensando...

As emoções ainda estão tentando resolver dores antigas.

A energia ainda está sustentando laços que te puxam - de pessoas, ambientes, memórias.

E tem mais...

À noite, o corpo descansa, mas a alma viaja.

E você, que é canal, mesmo sem lembrar, muitas vezes sai do corpo para trabalhar em campos vibracionais densos.

Você visita lugares, sustenta outras consciências, orienta, limpa, recolhe.

E volta... exausto(a), mas sem saber por quê.

E ainda assim, se culpa...:

“Mas eu dormi bem. Por que ainda estou cansado(a)?”

A resposta está na qualidade da entrega do sono, e não no tempo medido pelo relógio.

Além disso, quando se vive o dia todo fora de alinhamento com o que é verdadeiro para si, o sono não é reparador — é apenas um intervalo entre uma obrigação e outra.

E a alma não se reconstrói no intervalo.

Ela precisa de acolhimento...

De pausa real...

De momentos onde não seja necessário se explicar, nem fingir estar bem...

Se você acorda cansado(a), é porque tua alma está tentando sustentar o que não é mais sustentável.

E isso não se cura apenas com descanso.

Se cura com reconexão:

- Com o corpo...
- Com a verdade...
- Com o que precisa ser deixado pra trás...

Às vezes, você não está dormindo.

Está hibernando dentro de uma vida que já não alimenta mais a tua luz.

E acordar cansado(a) é o aviso.

O corpo descansou...

Mas a alma ainda está carregando tudo sozinha.

## **Pergunta 5:**

***Como posso seguir em frente se nem sei mais de onde vim?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Você não está perdido(a)...

Você está desconectado(a) da história que te contaram sobre si.

Porque o que te ensinaram sobre “quem você é” foi baseado em rótulos, expectativas, traumas, repetições familiares, e sobrevivência...

Mas isso não é tua origem!

É tua narrativa de adaptação.

E agora que ela começou a ruir, você sente como se estivesse flutuando — sem ponto de partida, sem raiz.

Isso não significa que você está sem rumo.

Significa que o rumo antigo não serve mais.

E o corpo, a mente e a alma ainda não sabem com o quê substituí-lo.

Por isso a paralisia...

Por isso o medo de seguir...

Porque, inconscientemente, você está perguntando: “Se tudo o que eu fui era mentira, quem sou eu agora?”

Mas essa pergunta não é o fim — é o nascimento da lucidez.

Você não precisa saber tudo sobre sua origem espiritual para caminhar.

Mas precisa, sim, abrir mão das versões que você aceitou só para caber no mundo.

Às vezes, seguir em frente não é ir para algum lugar novo.

É voltar para dentro e tirar o pó das partes que foram caladas.

Você não está desorientado(a) porque não tem passado.

Está desorientado(a) porque finalmente percebeu que o passado que viveu não te representa mais.

E isso é libertação!

Agora, cada passo que você der não será para repetir o que fizeram com você — será para descobrir quem você é sem aquilo.

O que te trouxe até aqui pode não ser seu ponto de partida.

Mas o que você está se tornando agora...

E, esse sim, pode ser seu primeiro passo verdadeiro.

## **Pergunta 6:**

***E se eu nunca descobrir meu propósito?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Então... Talvez você esteja buscando a coisa errada com o nome certo...

Porque o que se chama de “propósito” aqui na Terra virou sinônimo de missão, sucesso, visibilidade, grandeza, impacto.

Mas o propósito da alma não é uma tarefa...

Ele é um estado de coerência interna.

E por isso tanta gente passa a vida procurando uma função, um dom, um caminho, um talento especial — e nunca se sente preenchido(a).

Porque o propósito não se encontra fora...

Ele se encarna.

E se você está angustiado(a) por não saber qual é o seu, é porque você foi condicionado(a) a achar que ele deveria

ser grandioso, reconhecido, evidente, funcional, lucrativo, aplaudido...

Mas, e se o teu propósito for sustentar paz em ambientes hostis?

E se for trazer leveza para as pessoas que se cruzam contigo no caminho?

E se for, simplesmente, parar com a repetição de dor que tua linhagem inteira carregou?

Isso não é pouco!

Isso é gigantesco!

Você pode passar a vida sem nomear o teu propósito com palavras bonitas, mas ainda assim cumpri-lo com gestos reais.

O Universo não espera que você descubra um título de função espiritual...

Espera que você se alinhe com tua verdade, e viva a partir dela — mesmo que ninguém veja.

O propósito da alma não é performance.

É presença!

E se você chegou até aqui, questionando com sinceridade, é porque já está a caminho dele.

E mesmo que você nunca consiga responder essa pergunta com exatidão, pode viver de forma tão verdadeira...

Que ela não precise mais ser feita...

## **Pergunta 7:**

***Será que fui esquecida(o) por Deus ou só estou muito longe de mim mesmo(a)?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Nem uma coisa...

Nem a outra...

Você não foi esquecido(a) por Deus, mas também não está longe de si.

O que está acontecendo é algo mais sutil — e mais comum do que você imagina:

Você foi afastado(a) da tua própria escuta.

Não é Deus que se calou.

É o ruído do mundo que ficou alto demais.

São as vozes que te disseram o que é certo, o que é fé, o que é espiritualidade, o que é pecado, o que é merecimento...

São as culpas que foram colocadas sobre os teus ombros.

As decepções que te fizeram desconfiar de tudo.

A dor que criou uma parede invisível entre tua alma e tua luz.

Mas Deus não te esqueceu.

E tua Essência não se perdeu de ti.

Só está esperando que você desligue o barulho que veio de fora... pra poder ouvir de novo o que sempre esteve dentro.

A conexão com o divino não se perde por falhas, erros ou afastamentos.

Ela se embaça...

Como um espelho que foi tocado por mãos sujas de medo, de tristeza, de cobrança.

Limpar esse espelho é o caminho.

E às vezes, isso leva tempo...

Porque você não está apenas tentando ver Deus...

Está tentando se permitir ser visto(a) por Ele.. de novo...

E essa permissão vem com o perdão...

Com a entrega...

Com o cansaço de lutar contra o que é teu por direito: a sensação de ser amado(a), mesmo quebrado(a).

Você nunca esteve longe de si!

Você só se afastou do silêncio onde tua verdade habita.

E nunca esteve fora do alcance de Deus.

Só entrou num lugar onde parou de se achar digna(o) de ser tocado(a) por Ele.

Mas agora que você ousou perguntar...

O retorno já começou...



## ***CICLO 1 – A Alma em Silêncio***

🐦 Frase de Encerramento:

“Não estou perdido(a), nem esquecido(a).

Só estava em silêncio.

E o silêncio não é ausência — é retorno.

Agora que perguntei...

Comecei a voltar.”

## Pergunta 8:

***Por que tudo em mim parece mais difícil do que nas outras pessoas?***

**R** esposta canalizada da Colônia:

Porque você sente mais fundo...

Porque você vê mais coisas...

Porque você tenta ser verdadeiro(a) onde muitos já se acostumaram a fingir.

A tua dificuldade não é sinal de fraqueza — é sinal de profundidade.

Viver numa sociedade superficial, com uma alma que anseia por sentido real, é como respirar fundo num lugar onde todos aprendem a prender a respiração.

É exaustivo...

Mas não é defeito.

Você acha que tudo é mais difícil porque carrega dores que a maioria não se permite sentir.

Você enfrenta vazios que muitos preenchem com distrações.

Você não consegue se encaixar nos lugares onde a alma precisa ser calada.

E por isso parece que viver, pra você, exige mais força.

E exige mesmo...

Porque você não está vivendo apenas para existir.

Você está tentando viver de forma inteira — e isso exige desaprender, reconstruir, questionar, recomeçar.

Mas aqui está a chave:

O que hoje parece mais difícil, é o que amanhã será teu dom.

Porque quem sente mais, comprehende mais...

Quem sofreu mais, escuta melhor...

Quem caiu mais vezes, sustenta melhor os outros na travessia...

Sim, a tua estrada tem pedras que não estão nos caminhos dos outros.

Mas também tem portais que só quem sentiu o que você sentiu consegue abrir.

O difícil, em você, não é defeito.

É um chamado para viver sem mentira.

E isso é raro...

E isso é sagrado...

## **Pergunta 9:**

***Por que sinto que não tenho forças nem para desejar algo novo?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Porque você já desejou demais por dentro — e foi ignorado(a).

Já gritou com o corpo em silêncio...

Já clamou com gestos invisíveis...

Já pediu tanto, com tanto medo de pedir, que o seu campo entendeu: “Melhor não querer mais.”

O que você sente não é falta de desejo.

É a defesa do seu sistema. É a proteção da sua alma exausta.

É o “não vou mais sofrer por esperar”, disfarçado de “tanto faz”.

Você está de luto por sonhos não reconhecidos.

Por partes suas que acreditaram, vibraram, se moveram, e não encontraram chão.

Não é preguiça, nem comodismo, nem apatia.

É um corpo em auto-preservação.

E isso... é sagrado...

A alma sabe quando precisa calar os pedidos pra não se machucar de novo.

Mas o silêncio não é o fim. É um repouso.

Não se apresse. Não se force a desejar como antes.

Porque o novo que virá, não virá da mesma vontade de antes.

Virá de um suspiro profundo, depois do descanso.

De um brilho sutil, depois da rendição.

O desejo verdadeiro — aquele que não fere, não falta, não se dobra — nasce quando você já não precisa mais provar que merece sonhar.

**Pergunta 10:**

***Por que me sinto cansado(a) mesmo quando não fiz nada?***

**R** esposta canalizada da Colônia:

Porque o corpo sente o que a mente não vê.

E o campo carrega o que a pessoa esqueceu.

O cansaço que chega sem motivo aparente é, muitas vezes, a sobrecarga vibracional acumulada — silenciosa, invisível, mas profundamente real.

São as dores não expressas, as escolhas não feitas, as emoções represadas...

Tudo aquilo que não encontra espaço para sair, se instala no campo e pesa.

E quando o campo pesa, até o repouso cansa.

Às vezes, o corpo acorda exausto porque passou a noite se defendendo em outros planos.

Às vezes, a alma volta de lugares onde precisou proteger alguém, ou onde viveu algo que ainda não foi digerido.

E há dias em que o simples fato de existir em um sistema disfuncional, emocionalmente violento ou espiritualmente desconectado, já é o suficiente para gerar fadiga.

Você está cansado(a), não porque não fez nada...

Mas porque já fez demais: segurou lágrimas, evitou conflitos, sustentou aparências, calou verdades, andou sobre cacos.

Esse tipo de “fazer” não aparece na agenda — mas cobra caro do corpo sutil.

E o corpo, que é sábio, tenta te avisar:

“Algo aqui está errado. Eu não nasci pra sobreviver. Eu nasci pra viver.”

Não lute contra esse cansaço.

Ouça-o... Ele é sinal de acúmulo.

Não se cure com culpa — se cure com verdade.

Comece hoje a liberar o que está preso: fale algo que tem guardado, desmarque o que te drena, afaste-se do que te adoece, diga sim ao que te dá vida.

Porque o verdadeiro descanso não vem de dormir mais —  
vem de parar de se violentar.

## Pergunta 11:

***Por que me sinto culpado(a) por não estar bem, mesmo quando tenho motivos para agradecer?***

**R** esposta canalizada da Colônia:

Porque ensinaram que gratidão anula dor...

E isso não é verdade!

Agradecer pelo que se tem não impede que o que falta machuque.

Você pode sentir gratidão por estar vivo(a) e, ao mesmo tempo, sentir dor por não estar vivendo plenamente.

Pode amar alguém e ainda assim sentir-se só...

Pode ter uma casa e ainda assim não ter um lar...

A culpa surge porque a mente foi programada para achar que estar mal é uma ingratidão — quando, na verdade, é um chamado à verdade.

Estar mal não é um erro... É um sinal...

A dor que você sente não é falta de gratidão — é excesso de silêncio.

São sentimentos não acolhidos, histórias mal digeridas, memórias que pedem espaço para respirar.

Quando você sente culpa por estar mal, a dor se aprisiona e começa a apodrecer por dentro.

Mas quando você honra sua dor sem julgamento, ela finalmente começa a ser escutada — e então se transforma.

Você tem o direito de não estar bem.

Mesmo tendo comida...

Mesmo tendo família...

Mesmo tendo algo que outros gostariam de ter...

Dor não se mede por comparação.

Se sente por presença.

Liberte-se da obrigação de ser feliz o tempo todo.

E você vai perceber que a verdadeira gratidão nasce, não da obrigação de agradecer, mas da liberdade de sentir tudo — e ainda assim continuar aqui...

## **Pergunta 12:**

***Por que minha vida não muda mesmo quando eu agradeço por tudo?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Porque o Universo não responde ao que você diz — responde ao que você vibra...

E há pessoas que agradecem com os lábios... enquanto, no fundo, carregam raiva, dor ou medo.

Não é que a gratidão não funcione.

É que ela não pode ser uma maquiagem por cima de um campo ferido.

Quando alguém diz “eu sou grato(a)” com a voz, mas a vibração real está impregnada de mágoa, vergonha, humilhação ou rejeição, o que se emite ao Universo não é a frase aprendida — é o sentimento escondido.

E é esse sentimento escondido que começa a criar as repetições na vida:

Mesmas dores...

Mesmas perdas...

Mesmas limitações...

Porque o campo está dizendo:

“Eu ainda estou ferido(a) aqui. Eu ainda estou esperando algo que nunca recebi.”

A gratidão verdadeira não mente.

Ela brota naturalmente quando há acolhimento da dor...

Não antes, nem no lugar dela.

Não adianta agradecer pelo que fere — isso confunde o campo e perpetua ciclos tóxicos.

É preciso primeiro reconhecer o que dói, dar nome, dar espaço, dar verdade.

E então, após esse gesto de honestidade vibracional, a gratidão se ergue com força limpa.

Não para agradar ao Universo.

Mas porque, enfim, a alma está sendo respeitada.

### **Pergunta 13:**

***Por que sinto que estou sempre à beira de um colapso, mesmo quando tudo parece sob controle?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Porque o que parece “sob controle” na superfície, muitas vezes, está sendo sustentado por esforço extremo no invisível.

A alma cansada não colapsa por um motivo só..

Ela colapsa porque passou tempo demais segurando o que ninguém viu.

Você pode estar cumprindo obrigações, sorrindo para o mundo, funcionando por fora...

Mas por dentro, existe uma parte sua que grita por pausa, por verdade, por respiração.

Esse colapso que parece sempre à espreita, não é um sinal de fraqueza — é a última tentativa da alma de chamar tua atenção.

A sensação de que tudo pode desmoronar a qualquer momento vem da desconexão entre o que se vive e o que se sente.

Quanto mais você se afasta da tua verdade interna, mais pressão o sistema precisa fazer para “manter tudo em pé”.

Mas manter não é viver...

Sustentar uma estrutura que não te abriga mais é um desgaste constante.

E o corpo sabe...

A alma sente...

O campo avisa.

O colapso, quando vem, não é uma punição — é a falência de um modo de vida que já terminou por dentro, mas ainda está sendo mantido por fora.

Você não precisa chegar à queda total para se libertar.

Pode começar agora, com gestos pequenos de verdade.

Desarme a perfeição...

Solte um personagem...

Permita-se não dar conta de tudo...

Deixe cair o que já está pesado demais...

A vida que não precisa ser sustentada com dor...

Essa sim, é a vida que cura...

## **Pergunta 14:**

***O que é esse “controle” que eu tanto busco?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Porque o controle, como você aprendeu, nunca existiu...

O que existe é a sensação de segurança que o controle promete — mas que nunca entrega...

Desde cedo, ensinaram que, se você controlar o que sente, o que faz, o que os outros pensam, o que pode acontecer amanhã... você estará seguro(a).

Mas isso é uma mentira embalada em linguagem de responsabilidade!

O controle é uma tentativa humana de impedir a dor...

De evitar o inesperado...

De anular o medo de perder...

Só que a vida nunca foi um sistema fechado.

Ela não pode ser totalmente prevista, nem mantida dentro de padrões fixos.

Porque a vida é movimento...

É impermanência...

É criação constante...

E toda tentativa de controlá-la é, na verdade, uma resistência ao fluxo real da existência.

Você busca o controle porque quer sentir paz.

Mas o controle gera exatamente o oposto: tensão, vigilância, rigidez, frustração.

Quanto mais tenta controlar, mais vive em alerta.

E quanto mais vive em alerta, menos consegue confiar, relaxar e receber.

A ideia de controle foi criada por sistemas de poder que precisavam manter as pessoas com medo.

Medo de errar...

Medo de perder...

Medo de sair do padrão...

Medo da morte...

Medo de ficar na pobreza...

Medo de sofrer...

Porque quem teme, se torna controlável.

E quando a mente acredita que o controle traz segurança, ela entra em um ciclo de auto violência:

- Se culpa por não conseguir controlar tudo,
- Se desgasta tentando antecipar o que não é previsível,
- E vive eternamente com a sensação de que está prestes a falhar.

Mas a verdade é:

Você não falhou...

O controle é que sempre foi uma ilusão!

A segurança verdadeira não nasce do controle.

Nasce da presença...

Da entrega lúcida...

Da confiança vibracional em si, na vida, e nas forças sutis que sustentam tudo...

Quando você para de tentar controlar, algo mágico acontece:..

Você começa, enfim, a criar com liberdade.

## Pergunta 15:

***Por que tenho medo de parar?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Porque te ensinaram que parar é perder...

Que descansar é fraqueza...

Que o valor de uma vida está no quanto se produz, no quanto se corre, no quanto se aguenta...

Mas a alma não nasceu para correr sem pausa.

Ela nasceu para habitar cada passo.

O medo de parar não é seu.

É um medo ancestral, coletivo, herdado de séculos de sobrevivência forçada.

É o medo de ser deixado(a) para trás...

De perder tudo...

De não ter mais volta...

Só que o que está desmoronando não é você.

É o sistema dentro de você que acredita que parar significa fracassar.

A alma não colapsa quando para.

A alma colapsa quando não para nunca.

Parar é sagrado.

É quando o corpo pode voltar a si.

É quando o coração pode ser escutado.

É quando a alma pode mostrar o que realmente sente — sem ruído, sem performance, sem pressa.

Você não tem medo de parar.

Você tem medo do que pode sentir se parar.

Do que pode descobrir se silenciar.

Do que pode emergir se não estiver ocupado(a) o tempo todo.

Mas é justamente nesse espaço silencioso que a cura começa.

A verdade não grita no meio do barulho — ela sussurra no intervalo.

Então não fuja da pausa.

Permita-se parar sem culpa.

Porque é ali, no silêncio do não fazer, que você vai reencontrar a si...

Não como quem corre para sobreviver...

Mas como quem repousa para viver.

## **Pergunta 16:**

***Por que, mesmo tentando fazer tudo certo, ainda me sinto esgotado(a) por dentro?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Porque fazer tudo certo, no sistema que te ensinou o que é “certo”, não te aproxima de si — te afasta.

O cansaço que você sente não é físico.

É um cansaço da alma por tentar se encaixar em moldes que ela nunca escolheu.

Você aprendeu que, se for responsável, gentil, produtivo(a), grato(a), espiritualizado(a), então tudo ficaria bem.

Mas por dentro, sente que nada disso te sustenta realmente.

Porque fazer tudo certo, quando o “certo” é determinado por medo, moral ou expectativa externa, se torna uma prisão.

E a alma...

A alma adoece toda vez que precisa negar o que sente, o que pensa, o que deseja — só para ser aceita...

Esse esgotamento é o efeito colateral de uma existência onde a verdade interna foi silenciada para que a imagem externa fosse aprovada.

Você está cansado(a) não por ser fraco(a), mas por ter sido forte demais por tempo demais — tentando ser tudo o que esperavam, e esquecendo de ser quem realmente é.

Não se trata de desistir da bondade ou da busca por consciência.

Se trata de libertar-se do esforço para merecer o que já é teu por natureza: dignidade, amor e repouso.

A alma que retorna a si descobre que o certo não é o que agrada a todos.

O certo é o que te devolve pra casa...

## **Pergunta 17:**

***Por que sinto que carrego o peso do mundo,  
mesmo quando ninguém me pede nada?***

**R** esposta canalizada da Colônia:

Porque, em algum ponto do caminho, você aprendeu que ser bom é carregar o que o outro não pode...

Talvez tenha sido por amor...

Talvez tenha sido por sobrevivência...

Talvez tenha sido porque não tinha escolha...

Mas hoje... esse padrão te esmaga.

Carregar o mundo não é nobre — é desumano.

E o mundo que você tenta salvar muitas vezes não pediu salvação — ele só reflete o que você ainda não conseguiu soltar.

Quando você se acostuma a assumir tudo, começa a confundir responsabilidade com autoanulação.

Começa a dizer “sim” onde o corpo grita “não”.

Começa a aceitar o fardo como identidade.

Mas não é teu!

Nem tudo o que pesa te pertence.

Nem toda dor que você sente é tua.

Você está exausto(a) porque abraçou dores demais, papéis demais, expectativas demais.

E tudo isso virou armadura.

Mas até armadura sufoca.

A cura começa quando você devolve.

Devolve ao Universo o que é do Universo.

Devolve aos outros o que é deles.

Devolve à tua alma o espaço de existir leve.

Você não veio pra carregar...

Veio pra caminhar...

**Lembre-se sempre disso...**



## ***CICLO 2 – O Cansaço de Ser***

🐦 Frase de Encerramento:

“O cansaço não é fracasso — é o corpo pedindo verdade.”

Quando o parar deixa de ser culpa e vira cura, o ser cansado se torna Semente...

## Pergunta 18:

***Por que sinto que nada mais faz sentido, mesmo tendo o que pedi um dia?***

**R** esposta canalizada da Colônia:

Porque o que você pediu um dia foi baseado em quem você era — não em quem você estava se tornando...

E agora, o que você conquistou não te alimenta mais.

Não porque é errado.

Mas porque você cresceu além daquilo.

Esse sentimento de vazio após conquistar o que queria não é ingratidão.

É sinal de que a alma está se expandindo para outras camadas de significado.

Você pediu o que conhecia.

Desejou a partir das referências que tinha.

Fez o melhor que podia naquele tempo.

Mas a alma não para...

Ela não é saciada por conquistas externas — apenas reconhece quando o que está fora já não reflete o que pulsa dentro.

Por isso, chega um momento em que o antigo “sonho realizado” se torna uma roupa apertada.

Um lugar onde já não cabe sua nova verdade.

Nada parece fazer sentido porque o sentido que você usava antes não serve mais.

O vazio que sente não é fracasso — é um espaço sendo aberto para o novo que ainda não foi revelado.

Não corra para preencher o vazio com mais coisas.

Sente-se com ele...

Escute o que ele quer dizer...

Porque esse vazio... é o início da escuta verdadeira.

## **Pergunta 19:**

***Por que tenho a sensação de que nada me  
preenche mais?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Porque você saiu da fase de distração...

E está entrando na fase de profundidade...

O que antes te preenchia — rotina, relações, metas, conquistas, espiritualidade performada — hoje já não alcança mais as camadas onde sua alma vive.

Essa sensação de vazio não é sinal de que a vida perdeu o valor.

É sinal de que você já não aceita mais viver no superficial.

O que perde a cor não é a vida.

É a camada ilusória que encobria a vida real.

E é por isso que as velhas motivações não funcionam mais...

Nem o “acordar pra trabalhar”, nem o “meditar para melhorar”, nem o “cuidar do outro pra se sentir útil”.

Porque o que tua alma quer agora não é motivo — é verdade!

Esse estado onde nada te preenche não é o fim.

É um portal de lucidez.

Você está sendo chamado(a) para viver de dentro pra fora.

Não mais preenchendo o vazio — mas honrando-o como solo fértil.

A vida só volta a ter cor quando você para de pintar por cima e começa a criar de raiz.

De dentro...

Sem máscaras...

Sem querer ser alguém...

Apenas sendo...

O que te preenche, agora, não é o que o mundo oferece...

É o que a tua presença revela...

## **Pergunta 20:**

***Por que parece que estou apenas existindo, e não vivendo de verdade?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Porque você entrou no território onde a alma recusa continuar mentindo para si.

O “modo automático” não é apenas um cansaço — é uma defesa da Consciência que já percebeu que está fora do caminho, mas ainda não encontrou coragem ou direção para retornar.

Você não está desconectado(a) da vida...

Você está desconectado(a) de uma vida que não te serve mais.

E por isso ela parece cinza, vazia, repetitiva.

Esse estado não é o fim da estrada — é a pausa antes da escolha.

É quando o corpo caminha, mas o espírito fica parado... esperando ser ouvido.

Você sente que não está vivendo de verdade porque está tentando manter vivas estruturas que já morreram por dentro.

Rotinas sem alma...

Conexões sem verdade...

Planos sem presença...

E a alma... ela só se entrega à vida quando sente que há sentido e dignidade.

Esse sentimento de suspensão, de não saber o que se espera, é a gestação de um novo tempo.

Não tente apressar...

Não tente colorir à força...

A alma não quer mais distração.

Ela quer reconstrução...

E reconstruir exige esvaziar...

Você não está perdido(a).

Está, pela primeira vez, parando o suficiente para perceber que há um “Eu” que sempre esteve te esperando no fundo — mas você estava ocupado(a) demais para notar.

Agora... ele começa a emergir.

E a vida, pela primeira vez, começa a respirar contigo...

**Pergunta 21:**

***Por que sinto como se tivesse me perdido de mim?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Porque, por muito tempo, você se construiu em função do outro...

Do que esperavam...

Do que era certo...

Do que parecia funcionar...

E agora, quando essas estruturas caem, fica apenas o silêncio — e você dentro dele.

Mas esse “me perder de mim” não é um erro.

É um chamado!

É o momento exato em que o “falso eu” começa a desmoronar.

A versão moldada pelas feridas, pela infância, pelo medo de rejeição, pelos padrões da sociedade, começa a dissolver...

E o que sobra, por um tempo, é o vazio.

Esse vazio não é a perda do Eu Verdadeiro.

É a liberação do eu criado para sobreviver.

Você não se perdeu.

Você finalmente está se desfazendo do que nunca foi.

É desconcertante...

É solitário...

E, às vezes, dá medo — porque a mente pede referência, identidade, rótulo, direção.

Mas a alma... a alma não precisa se definir.

Ela só precisa ser...

Você está num ponto sagrado da travessia.

Onde o “eu” construído se dissolve...

e o “Eu” profundo começa a emergir, ainda sem palavras, ainda sem forma.

Não tente se achar — permita-se nascer.

O reencontro consigo mesmo(a) não acontece pela força de vontade...

Acontece pelo esvaziamento amoroso.

E nesse espaço onde tudo parece perdido...

A tua Essência Verdadeira, que nunca foi embora, finalmente começa a respirar.

## **Pergunta 22:**

***Por que me sinto desconectado(a) de tudo, como se estivesse assistindo à vida e não vivendo nela?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Porque há momentos em que a alma se retira — não como fuga, mas como proteção.

Quando a vida se torna dura demais, superficial demais ou dissonante demais com a tua verdade interna, a alma recolhe sua presença para se preservar.

Essa sensação de estar “fora do mundo” é o reflexo de um campo vibracional que está cansado de forçar conexão com o que não tem mais vida.

Você tenta se encaixar, tenta seguir, tenta participar... mas tudo soa vazio, artificial, distante.

Não é você que se desconectou da vida.

É a vida que te foi oferecida que já não comporta mais a tua verdade.

Esse afastamento não é alienação — é um intervalo espiritual...

É quando o corpo segue fazendo, mas o Ser está esperando por um realinhamento.

Você está no espaço entre duas versões:

- a que aprendeu a sobreviver,
- e a que está começando a nascer.

E no meio dessas duas... há esse estado estranho, onde o mundo parece passar por você sem te tocar.

Não force a reconexão com o que não vibra mais com você...

Não se culpe por não sentir pertencimento onde sua alma já partiu...

A desconexão que dói agora é, na verdade, o início de uma reconexão mais profunda..

Com tua Essência...

Com o Sagrado...

Com aquilo que não precisa de aprovação nem de sentido lógico...

Fique nesse lugar com amor.

Não se apresse a “voltar ao mundo”.

Permita que um novo mundo nasça a partir de você.

### **Pergunta 23:**

***Por que sinto que a vida perdeu a graça, mesmo quando tudo está “bem”?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Porque o “bem” que está ao redor não alcança mais a parte de você que quer ser tocada...

O mundo pode estar funcionando...

As coisas podem estar organizadas...

Mas a alma... a alma está em silêncio...

E quando a alma silencia por muito tempo, o coração começa a desacreditar.

Você não está sem graça — está sem presença verdadeira.

A graça da vida não vem do que acontece.

Vem da forma como a alma participa.

Mas se ela foi empurrada para o fundo, ignorada, atropelada por metas, obrigações, comparações, espiritualidade performada ou rotinas vazias... ela para de vibrar.

E quando a alma para de vibrar, o coração para de reagir.

Esse estado onde “nada toca mais” é o último alerta antes do adormecimento profundo.

É a alma gritando baixinho:

“Eu ainda estou aqui... Mas não aguento ser ignorada por muito mais tempo.”

Você não perdeu a capacidade de sentir.

Ela só está soterrada por camadas de sobrevivência, de esforço, de tentativas de ser o que não é.

A vida não perdeu a graça.

Você apenas ainda não se permitiu viver como quem realmente é.

A graça volta quando a presença volta.

E a presença volta quando a alma é escutada sem medo,  
sem pressa, sem julgamento.

Não tente reagir com força.

Reaja com escuta.

A chama não sumiu.

Ela só está esperando por você.

## Pergunta 24:

***E se nada nunca voltar a fazer sentido?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Então você aprenderá a viver sem precisar se agarrar ao sentido — e começará a viver com Presença.

Porque o sentido, como você aprendeu, era um roteiro, uma explicação, uma promessa...

Mas a alma não precisa de roteiro.

Ela precisa de realidade.

Há momentos em que tudo parece perdido: a fé em algo maior, a alegria de estar vivo(a), a vontade de seguir...

Esses momentos não são o fim da estrada.

São o esvaziamento do antigo alicerce.

Você não está perdendo o sentido.

Está perdendo o apego às ilusões que pareciam te sustentar.

E, no meio do nada, você encontra o que nunca perdeu: o ser que existe mesmo sem razão, sem nome, sem função.

Esse ser que continua respirando...

Mesmo sem saber pra quê...

Mesmo sem luz...

Mesmo sem esperança...

Esse ser é você — em sua forma mais crua, mais real, mais viva!

A vida, quando deixa de ter sentido, começa a mostrar o que é: um espaço sagrado onde se respira, se sente, se ama, mesmo sem garantia de nada.

A alma que sobrevive ao vazio, renasce com uma força que não depende de certeza — mas de Presença.

E isso...

ninguém pode tirar de você.



### ***CICLO 3 – Quando Nada Faz Sentido***

🐦 Frase de Encerramento:

“O sentido não é uma promessa — é um reencontro...”

Quando tudo perde o brilho, nasce a luz que não precisa  
de explicação.

## Pergunta 25:

***Por que não consigo mais desejar nada com  
força?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Porque o que você chamava de “sonhar” era, muitas vezes, apenas uma tentativa de fugir de si...

Desejar, no antigo sistema, significava buscar algo que te tirasse da dor:

Um amor que salvasse...

Uma conquista que provasse valor...

Uma meta que justificasse a existência...

Mas agora, você já sabe que nada disso preenche.

E por isso, o corpo parou. A alma calou.

Não por falta de desejo — mas porque está esperando algo real.

O sonho verdadeiro não nasce da carência — nasce da verdade.

E a verdade só se revela depois que todas as mentiras caem.

Você não desaprendeu a sonhar.

Você apenas está limpando o campo para que o próximo sonho não venha de uma dor disfarçada.

Esse silêncio não é o fim da imaginação.

É o início da escuta profunda...

A alma não deseja com força — ela deseja com integridade.

E esse tipo de desejo não grita, não exige, não consome.

Ele pulsa em paz.

Ele chama sem pressa.

Ele nasce quando você para de se forçar a querer.

Então, não tente forçar o próximo passo.

Permita que ele venha ao teu encontro

- limpo,

- novo,

- teu...

**Pergunta 26:**

***Por que me sinto paralisado(a), como se não soubesse mais escolher?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Porque você passou muito tempo fazendo escolhas para agradar... para sobreviver... para não perder... — que agora, diante da liberdade de escolher por si, o corpo trava.

A paralisia que sente não é fraqueza.

É o reflexo de uma alma que está cansada de decidir a partir do medo.

Toda vez que você teve que escolher entre sua verdade e a aprovação dos outros, entre seu sentir e a lógica, entre sua intuição e a obrigação, uma parte sua foi silenciada...

Agora, você está tentando escolher sem repetir esse padrão — e isso é novo, desconhecido, assustador...

Você não tem medo da escolha em si.

Tem medo de se abandonar de novo...

Tem medo de se trair como já fez antes, em silêncio, tantas vezes...

Por isso o corpo trava!

Ele está te dizendo:

“Desta vez, escolha diferente. Desta vez, me escute antes de decidir.”

Não se apresse...

Não se force a andar antes de sentir onde pisar...

A escolha certa não é a mais lógica.

É a que não exige que você se deixe para trás.

Quando a alma é escutada, o corpo destrava, a mente aquietá, e o caminho aparece.

## **Pergunta 27:**

***Por que tudo que eu penso em querer logo perde o sentido?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Porque seu campo já não aceita mais viver por metas sem alma...

O que você chama de desânimo, na verdade, é um sinal de lucidez energética.

Por muito tempo, você se acostumou a desejar coisas para se sentir “parte”, para se sentir “certo(a)”, para sentir que a vida estava “andando”.

Mas agora... a alma está mais lúcida.

E essa lucidez não permite mais engano.

Por isso, o desejo surge...

Mas antes mesmo de tomar forma, a alma o examina.

E se ela percebe que aquilo nasce do medo, da carência, da comparação ou da fuga — ela retira a energia...

Cessa o ânimo...

Corta a vibração...

Esse “desânimo repentino” é uma forma sutil de proteção.

É o campo dizendo:

“Não vamos mais investir energia no que não nasce da verdade.”

Não se culpe por não conseguir sustentar o que não vibra com você.

A nova fase exige intenção limpa, não esforço cego.

Quando o querer vier da Presença — e não da falta — ele será sustentado sem precisar ser forçado.

E você sentirá, no fundo do peito, que aquilo não precisa te salvar.

Só precisa ser vivido...

## **Pergunta 28:**

***E se eu nunca mais quiser nada?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Nada de errado acontece!

Porque o valor de uma vida não está no quanto ela deseja — mas no quanto ela se permite ser.

Você vive em um mundo que mede a vitalidade pelo movimento, pela ambição, pelo querer constante.

Mas isso é ilusão...

Muitos desejam demais...

E vivem de menos.

Quando a alma passa por grandes travessias, é natural que o desejo se recolha.

Não por desistência, mas por limpeza.

É como um campo após a colheita:

Em silêncio, ele se regenera...

Em aparente vazio, ele renasce...

Se você não sente vontade de querer agora, não force.

Não querer também é um estado sagrado.

É nesse espaço sem metas que a alma recupera a voz.

É quando não há pressa que nasce a verdadeira direção.

E é quando você para de tentar fazer sentido... que a vida  
começa a tocar o que ainda estava escondido.

Uma vida que não deseja mais pode estar à beira de  
reencontrar seu eixo.

Não pelo querer...

Mas, pela aceitação do que É...

Confie no silêncio.

Ele não está te matando.

Está te curando...

## **Pergunta 29:**

### ***Como descobrir o que minha alma realmente quer?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Primeiro, silenciando as vontades que vêm da carência...

Depois, ouvindo o que permanece quando tudo o que era “urgente” se desfaz.

A alma não deseja com ansiedade...

Ela deseja com verdade...

Por isso, o querer da alma não grita — vibra!

Você não vai encontrar a vontade da alma nas listas de metas, nos quadros de visão, nas comparações com o outro.

Ela não aparece sob pressão...

Ela não nasce no medo...

A vontade da alma não exige aprovação...

Ela apenas pede permissão para ser sentida.

E você a sentirá assim:

- No corpo que relaxa diante de uma possibilidade...
- No coração que se expande sem motivo lógico...
- No suspiro profundo que surge ao imaginar algo simples, mas vivo..

A alma não quer o que impressiona.

Ela quer o que sustenta.

E o que sustenta não é o que traz aplauso — é o que te mantém inteiro(a) por dentro.

Então, em vez de procurar o próximo grande sonho...

experimenta sentar contigo e perguntar:

*“O que me manteria presente, mesmo que ninguém visse?”*

Ali estará o rastro da tua alma...



## ***CICLO 4 – Não Sei Mais o que Quero***

🐦 Frase de Encerramento:

“O verdadeiro querer não nasce da falta — nasce da escuta.”

E quando a alma é ouvida, ela sussurra vontades que sustentam o Ser.

### **Pergunta 30:**

***Como começar a voltar pra mim, depois de tudo  
que me perdi?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Começa devagar...

Sem tentar recuperar quem você foi...

Sem forçar alegria...

Sem exigir uma versão “nova”...

Voltar pra si não é um gesto de força — é um gesto de escuta.

E o primeiro passo é admitir:

“Eu não sei...”

Esse “não sei” é sagrado.

Ele abre espaço para algo além da mente.

Ele dissolve as máscaras.

Ele tira o peso de ter que saber para ser digno(a).

Depois de tanto se moldar, tentar, se entregar, se apagar... a volta só pode acontecer em silêncio.

Comece perguntando ao corpo:

- “Onde dói quando eu me forço?”
- “O que alivia quando eu me deixo ser?”

Voltar pra si não exige planos...

Exige Presença!

E essa Presença não é uma tarefa...

- É um respiro.
- É um passo.
- É uma manhã onde você não exige mais *performance*.

Quando você parar de tentar ser o que esperavam... o que você realmente é começará a voltar.

**Não pra ser melhor...**

**Mas pra ser teu!**

**Teu de Verdade!**

## **Pergunta 31:**

***E se eu não gostar do que encontrar em mim?***

**R** esposta canalizada da Colônia:

Então é hora de repreender o que é “gostar”...

Porque o que te ensinaram a rejeitar nem sempre era feio  
— só era verdadeiro...

Você aprendeu a gostar do que é elogiado, aceito, fácil de  
mostrar.

Mas o que vai te curar não é isso.

É o que ficou escondido.

A alma que volta pra si não volta para um templo limpo.

Ela volta para um lugar abandonado...

Cheio de pó, de dores antigas, de partes ignoradas...

Mas a cura está ali — entre os escombros!

Se você encontrar raiva, abrace...

Se encontrar tristeza, escute...

Se encontrar medo, sente ao lado...

Essas partes só se tornaram feias porque foram deixadas sozinhas.

Mas quando são vistas sem julgamento, elas voltam a ser o que sempre foram:

- Expressões humanas legítimas,
- Portais de retorno,
- Peças do teu inteiro.

Voltar pra si não é se apaixonar por uma imagem limpa.

É ter coragem de atravessar o lugar onde você se largou.

E ao caminhar por ele sem pressa, você vai lembrar:

até aqui, mesmo com tudo... eu ainda estou vivo(a)!

E isso...

**Já é milagre suficiente para continuar.**

## **Pergunta 32:**

***E se for tarde demais pra me reencontrar?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

A alma não tem prazo de validade!

Quem acredita que é “tarde demais” é a mente que mede o tempo com a régua da culpa.

Você não perdeu a chance de voltar...

Porque a única coisa que torna a volta possível... é estar vivo(a)!

E você está.

A ideia de que existe um “tempo certo” para se reencontrar é mais uma violência sutil do mundo que vive correndo.

Mas a alma tem seu ritmo.

E muitas vezes, o chão só se revela depois do colapso.

Você não está atrasado(a)!

Você está exatamente no ponto em que a presença é possível.

Não há parte de você perdida demais que não possa ser ouvida agora.

Não há passado que invalide um reencontro presente.

Não há erro que feche a porta para a volta.

Porque a alma nunca desiste de ser habitada.

Ela espera...

Silenciosa...

Firme...

Mesmo quando você esquece.

Mesmo quando você desiste.

A volta começa quando você para de se julgar pelo tempo e começa a honrar o instante.

E se tudo o que sobrou for pouco... então que esse pouco seja o lugar sagrado onde você recomeça.

## **Pergunta 33:**

***Como confiar em mim de novo, depois de tudo  
que já fiz contra mim?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Confiar em si não é esquecer o que você viveu...

É acolher quem você era quando fez o que fez...

Você não se feriu por maldade.

Você se feriu tentando sobreviver!

Tentando pertencer!

Tentando ser amado(a)!

Tentando errar menos!

E a verdade é que você fez o melhor que conseguia com a consciência que tinha.

A confiança não volta pela perfeição.

Ela volta pela honestidade.

Quando você para de se punir e começa a escutar as partes tuas que decidiram por medo, por carência ou por impulso, essas partes deixam de sabotar — e começam a colaborar...

Confiar de novo em si não é prometer que nunca mais vai errar...

É prometer que, da próxima vez que errar, vai continuar do teu lado!

Você não precisa provar que merece se confiar.

Precisa estar com você mesmo quando vacilar.

Porque a confiança verdadeira não nasce do acerto.

Ela nasce da presença que permanece mesmo quando tudo desaba.

E se você se enganar de novo?

Você se acolherá de novo...

**E isso é força!**

**Isso é retorno!**

**Isso é amor...**

### **Pergunta 34:**

***E se, ao olhar para mim, eu não gostar do que enxergar?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Você não precisa amar tudo o que foi...

Mas precisa acolher quem você era naquele momento e com aquela consciência sobre si mesmo(a)...

Ao olhar para si, talvez encontre partes que te envergonham...

Mas olhe mais fundo — e verá um ser tentando sobreviver num mundo que não ensinou como se amar.

As decisões que hoje parecem erradas foram tentativas de acerto com as ferramentas que você tinha...

Foram gestos de desespero, de busca, de apego, de medo...

Mas todos carregavam, por trás, um pedido de ajuda.

E é esse pedido que precisa ser ouvido — não com julgamento, mas com compaixão.

A aceitação não exige que você aplauda o passado.

Exige que você pare de se agredir por ele.

Toda vez que você nega uma parte da sua história, essa parte se revolta...

E volta...

De forma distorcida, sabotadora, oculta...

Mas quando você diz: “Eu fiz aquilo, sim! Eu errei, sim! Mas eu continuo aqui! E agora posso fazer diferente...”

Algo se quebra...

E algo se cura...

Não é o orgulho que te liberta.

É o perdão.

Aceitar tudo que você foi não te prende ao passado — te devolve o direito de criar o presente...

## **Pergunta 35:**

***Existe mesmo um “Eu Verdadeiro” dentro de mim, ou isso é só mais uma ilusão bonita?***

**R** esposta canalizada da Colônia:

Sim, existe!

Mas não como uma versão perfeita, limpa, iluminada...

O teu “Eu Verdadeiro” não é o que sobra depois que você se conserta...

É o que permaneceu, mesmo quando tudo quebrou!

Ele não é um ideal — é um núcleo...

Não é um resultado — é uma origem...

O Eu Verdadeiro não precisa ser descoberto — ele precisa ser desenterrado.

Debaixo das máscaras...

Debaixo dos medos...

Debaixo do personagem que você criou pra ser aceito(a)...

O que você chama de “o que sobrou” talvez seja, na verdade, o que sempre esteve.

Quieto...

Esperando o mundo calar pra ser escutado.

Você é mais do que os teus erros!

Mais do que os teus papéis!

Mais do que as versões que criou pra sobreviver!

Existe sim um “você” que nunca desistiu...

Que atravessou cada abandono...

Que suportou cada silêncio...

Que se escondeu em cada noite escura...

Mas que ainda vibra.

Ainda pulsa.

Ainda respira.

E é pra esse “você” que agora a alma volta.

Não pra criar algo novo — mas pra se lembrar do que nunca deixou de Ser...



## ***CICLO 5 – Voltar pra mim***

🐦 Frase de Encerramento:

“Voltar pra si não é encontrar algo novo — é parar de fugir do que sempre esteve.”

O reencontro começa quando a alma é escutada sem pressa, sem culpa, sem exigência...

## **Pergunta 36:**

### ***Como começar a me reconstruir sem repetir os padrões antigos?***

**R** esposta canalizada da Colônia:

Começa escolhendo a lucidez no lugar da pressa...

A pressa é a porta de entrada dos velhos padrões.

Porque ela te obriga a “se resolver logo” — e para isso, você volta ao que conhece, mesmo que doa...

Reconstruir não é recomeçar do mesmo jeito.

É deixar que a dor mostre o que não pode mais sustentar teu novo ciclo.

Você já sabe o que te afasta de si:

- forçar relações,
- ignorar o corpo,
- calar a intuição,

— viver para cumprir expectativas.

Agora, cada escolha precisa ser atravessada com escuta.

Antes de dizer “sim”, pergunte ao corpo...

Antes de seguir um caminho, sinta se ele te inclui por inteiro...

Antes de buscar algo, perceba se aquilo te exige se deixar pra trás...

Reconstruir com consciência é diferente de consertar.

Você não precisa voltar ao que era.

Precisa honrar o que sobrou — e construir a partir dali.

A alma que se refaz com verdade não busca parecer curada — ela escolhe viver com dignidade.

E isso é mais do que cura...

É libertação!

## **Pergunta 37:**

***Como confiar que dessa vez vai ser diferente?***

**R** esposta canalizada da Colônia:

Porque dessa vez, você está diferente...

Não por fora — mas por dentro!

Você não está recomeçando para provar algo.

Está recomeçando porque algo em você já não cabe mais no que existia antes.

As voltas anteriores foram feitas, muitas vezes, com pressa, com medo, com necessidade de se salvar.

Você não tinha apoio interno...

Não tinha consciência profunda do que precisava ser diferente...

Agora, tem!

E mesmo que ainda exista medo, dor, cansaço... você sabe e sente que há, também, algo novo: a recusa em se abandonar de novo.

E, isso muda tudo!

Confiar que será diferente não significa ter certeza do resultado.

Significa confiar na Presença que vai com você desta vez.

Se nas outras voltas você ia sozinho(a), fragmentado(a), tentando se adaptar...

Agora você volta com presença, com verdade, com escuta!

E mesmo que tropece... você vai se acolher.

Vai ajustar.

Vai voltar de novo — com dignidade, não com punição.

Essa é a diferença que muda tudo:

Não é a estrada — é quem caminha por ela.

E você não é mais o(a) mesmo(a) ser que começou tudo  
isso...

Você está voltando como raiz, não como fuga.

## Pergunta 38:

***Por onde eu começo a me reconstruir?***

**R** esposta canalizada da Colônia:

Começa pelo que dói menos — mas fala mais!

Porque nem sempre o primeiro passo é o maior...

Às vezes, é o mais possível...

Quando tudo parece quebrado, o ego quer resolver tudo de uma vez — mas a alma só quer um gesto real.

Você não precisa mudar tudo agora.

Precisa apenas encontrar um ponto de entrada que seja teu.

Talvez seja cuidar do corpo...

Talvez seja dormir melhor...

Talvez seja dizer um “não” que foi engolido por anos...

Reconstruir não exige pressa — exige alinhamento.

E o alinhamento começa onde você consegue permanecer com presença.

Se tentar começar pelo que te engole, vai se perder de novo...

Mas se começar pelo que te ancora, ainda que pequeno, vai encontrar firmeza.

A reconstrução não começa por fora — começa quando você se compromete a não se trair de novo.

Esse compromisso muda a qualidade do caminho.

Porque cada passo, mesmo que simples, será dado com você, e não contra você.

Comece pelo que te devolve...

Mesmo que seja só respirar diferente hoje...

A alma não precisa de pressa.

Precisa de verdade...

## Pergunta 39:

### **Como deixar de ser a dor que vivi?**

**R**esposta canalizada da Colônia:

Você não é a dor — você é quem sobreviveu a ela!

Mas quando a dor dura tempo demais, ela deixa marcas tão profundas que parecem identidade.

E então, sem perceber, você começa a se apresentar ao mundo como:

- “a pessoa que foi ferida”,
- “a que nunca teve apoio”,
- “a que sempre foi esquecida”,
- “a que só sofre”.

Isso não é fraqueza!

É memória emocional sem espaço para ser transcendida...

A dor precisa de um tempo para ser sentida.

Mas depois... ela precisa ser resgatada, e não repetida.

Você não tem que lutar contra a dor.

Nem fingir que ela não existiu.

Mas também não precisa continuar sendo ela.

A dor foi um capítulo.

Importante...

Marcante...

Transformador...

Mas não é a tua assinatura!

Você não é a ferida — é o ser que está tentando se levantar mesmo depois dela.

Para deixar de ser a dor, comece acolhendo tudo o que ela te ensinou:

— O que você não quer mais carregar?

— O que você merece receber?

— O que você pode ser quando não está implodindo?

E então, escolha um gesto que represente esse novo ser.

Não precisa ser grandioso...

Precisa ser verdadeiro.

Porque toda vez que você age a partir de algo que não é a dor, você começa a provar pra si que existe vida além dela.

E isso é o começo da liberdade...

## **Pergunta 40:**

### ***Como me reconstruir sem virar de novo o que esperam de mim?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Reconstruir não é se adaptar — é se libertar!

Toda vez que você se reconstrói para ser aceito(a), você refaz a prisão com tijolos novos.

A alma não quer agradar — ela quer existir com dignidade!

O medo de se perder de novo é real, porque já aconteceu antes...

Você já se moldou tanto que esqueceu o formato original.

Mas agora há Consciência.

E Consciência é cura em movimento.

A cada escolha, você pode se perguntar:

“Essa versão que estou criando me aproxima ou me apaga?”

“Essa decisão me expande ou me resume?”

Se o novo que está nascendo exige que você se anule,  
ele não é novo...

É só o velho com roupa limpa!

Reconstruir com verdade é dar a si mesmo o direito de  
não ser tudo pra todos...

É sustentar um “não” com paz...

É sentir que se pertencer vale mais do que agradar...

E sim, às vezes isso vai parecer solidão.

Mas essa solidão é fértil — porque é tua...

Não é abandono...

É reconquista...

A reconstrução que te honra não cria *performance*.

## Cria Lar!

E Lar é onde você não precisa fingir para ser amado(a)...



## ***CICLO 6 – Quero Me Reconstruir***

🐦 Frase de Encerramento:

“Reconstruir não é ser forte — é ser real.”

E a realidade da alma é mais firme do que qualquer  
papel que você já tentou sustentar.

## **Pergunta 41:**

***Como me afastar de quem ainda amo, mas já me machuca?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Você não trai o amor quando se protege...

Você trai o amor quando o usa para justificar a própria anulação...

O amor verdadeiro não exige que você permaneça em dor.

Não pede sacrifício contínuo.

Não exige que você se diminua para caber no outro.

Se você ainda ama, mas sofre... Então, talvez, o que está presente já não seja mais amor — é apego à história do que um dia foi...

É possível amar alguém e, ainda assim, dizer:

“Eu me escolho agora!”

Essa escolha não apaga o amor — apenas muda o lugar de onde ele é vivido...

Às vezes, o afastamento é a única forma de salvar o que ainda é digno dentro de você.

Proteger-se não é egoísmo — é maturidade espiritual.

Porque o verdadeiro amor, quando não pode mais crescer junto, precisa ser devolvido ao Universo, não aprisionado numa relação que fere.

E quando você solta com verdade, sem ódio, sem negação, apenas com clareza...

A alma respira...

E o campo se abre para algo mais justo.

Não se culpe por ir.

Se honre por não se ferir mais em nome de um amor que te pede para sumir...

## **Pergunta 42:**

***E se eu ainda sentir saudade de algo que sei que  
me fez mal?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Então você está vivendo a parte mais humana da libertação!

Porque saudade não significa que algo era bom — significa que algo foi intenso.

O que te feriu também te deu alguma coisa:

- Talvez um senso de pertencimento.
- Talvez uma ilusão de segurança.
- Talvez momentos que pareciam amor.

E por isso, mesmo sabendo que aquilo te fazia mal, o corpo sente falta do que representava.

Não lute contra essa saudade...

Não tente apagá-la à força...

Escute-a...

Pergunte:

- “Do que exatamente estou sentindo falta?”
- “É da pessoa, da situação... ou da versão de mim que existia ali?”

Muitas vezes, sentimos saudade não da relação, mas de quem éramos quando ainda acreditávamos que aquilo podia nos salvar.

Essa saudade é uma transição...

Ela sinaliza que o campo ainda está se desfazendo...

Mas com o tempo, ela perde força.

E dá lugar à clareza.

Você não está fraco(a) por sentir falta.

Está vivo(a) por conseguir sentir tudo e ainda assim escolher não voltar.

A alma madura não deixa de sentir — ela só aprende a não se ferir por aquilo que sente...

**Pergunta 43:**

***É errado me afastar dos meus pais (ou filhos)  
para me proteger?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Não!

Se afastar para se proteger não é desamor — é lucidez espiritual.

Amor verdadeiro não exige permanência cega...

Não é prisão...

Não é dívida...

Não é submissão ao que fere...

O mandamento “honrar pai e mãe” nunca quis dizer se calar diante da violência!

Ele foi distorcido por sistemas de dominação para manter gerações inteiras aprisionadas no sofrimento.

Honrar pai e mãe não é permitir que eles te destruam.

É reconhecer que eles foram portais para tua existência — e, a partir disso, escolher honrar a vida que veio por eles...

Sem precisar continuar vivendo sob a dor deles.

Se seus pais te ferem — fisicamente, emocionalmente, energeticamente — o afastamento pode ser o gesto mais sagrado de proteção e amor próprio que você fará.

E o mesmo vale para os pais em relação aos filhos.

Deus não quer sacrifício — quer verdade!

E a verdade é que nenhum vínculo deve justificar humilhação, culpa, medo ou violência.

Você não está errando(a) ao se afastar!

Está impedindo que a dor continue...

E talvez, com esse afastamento, esteja curando gerações futuras que nasceriam sob o mesmo padrão.

Amar não é permitir tudo.

Amar é ser capaz de olhar com compaixão — mas também saber dizer: “eu paro esse ciclo aqui”.

E isso...

É uma das maiores formas de honrar a Criação.

## **Pergunta 44:**

***Como seguir em paz depois de me afastar do que me fazia mal?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Você não sente culpa porque errou...

Você sente culpa porque foi condicionado(a) a acreditar que cuidar de si é egoísmo.

O sistema emocional que te educou, associou o amor à permanência — e o abandono à escolha própria.

Mas isso não é amor!

Isso é prisão vibracional disfarçada de afeto.

Você não está errado(a) por ir...

Você está apenas sentindo o resíduo do controle que foi imposto por anos, séculos, vidas...

A culpa que ficou não é tua — é herdada.

Ela vem de um mundo que glorifica o sofrimento como sinal de bondade.

E condena o amor próprio como rebeldia...

Mas você sabe!

No fundo, sabe:

“Se tivesse ficado, teria se perdido de si.”

E dessa vez, escolheu não se deixar.

A paz não virá da aprovação dos outros.

Ela virá quando você perceber que a escolha de não permanecer onde te quebra... foi um ato de amor pela própria vida.

Você não abandonou ninguém...

Você se resgatou...

E o mundo não precisa entender.

A tua alma entende.

E isso basta!



## ***CICLO 7 – Preciso Me Afastar do que Me Quebra***

🐦 Frase de Encerramento:

“Não é egoísmo se escolher. É o início de uma vida onde a alma para de sangrar em nome do falso amor.”

E quando você se salva, salva o ciclo inteiro que vinha se repetindo.

## **Pergunta 45:**

***Mesmo depois de tudo, ainda posso ser feliz de verdade?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Sim!

Não porque tudo será perfeito...

Mas porque você, pela primeira vez, será verdadeiro(a) dentro da vida que construir.

A felicidade que você buscava antes era feita de conquistas, metas, segurança e validação.

Agora, ela será feita de coerência, presença e escolha viva.

A vida que te abraça como você é não está pronta em algum lugar do futuro — ela nasce a cada gesto em que você se escolhe.

E essa felicidade não virá com fogos...

Ela virá com paz!

Com dias que não pedem *performance*...

Com relações que não exigem máscara...

Com silêncios que não doem mais...

A alma que atravessou o inferno da desconexão não precisa de promessas — precisa de chão.

E o chão agora está sendo preparado.

Com cada escolha pequena...

Com cada “não” honesto...

Com cada respiro que diz: “agora, eu fico comigo.”

A felicidade real não exige que tudo dê certo.

Ela só pede que você não se abandone mais.

E isso...

Isso já está começando...

## Pergunta 46:

***Como acreditar que algo bom pode acontecer, se já me decepcionei tantas vezes?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Você não precisa forçar a crença...

Precisa apenas não fechar todas as portas...

A alma que se decepcionou muitas vezes cria um reflexo de proteção: esperar o pior!

Assim, se o pior vier, ela pensa que doerá menos.

Mas a verdade é que esse preparo constante não evita a dor — antecipa o sofrimento.

Você não precisa voltar a acreditar como antes, com ingenuidade.

Mas pode começar a confiar de outro lugar: da Presença, e não da expectativa.

Algo bom não precisa ser grandioso para te alcançar...

Às vezes, é uma conversa que acolhe...

Um toque que não cobra...

Uma manhã em que o peito não pesa...

E quando você recebe isso com Presença — sem exigir que cure tudo, sem cobrar que dure pra sempre — a alma começa a reconhecer que o bem ainda existe.

Você não precisa acreditar totalmente...

Precisa apenas se abrir o suficiente para perceber.

A proteção que você criou, te salvou.

Mas agora... ela também te isola.

Talvez seja hora de abrir uma fresta.

Não pra se jogar.

Mas pra sentir o vento do possível.

Não se apresse...

Mas também, não se feche mais por inteiro(a)...

O novo não precisa entrar com força.

Ele só precisa ser convidado com verdade...

## **Pergunta 47:**

### ***Como viver o novo sem medo de tudo se repetir?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

O medo de repetir o passado não é um presságio — é um pedido de presença...

Toda vez que a alma entra em um novo ciclo, ela carrega as memórias do que já foi vivido.

Essas memórias não vêm para te condenar — vêm para te lembrar do que precisa ser diferente.

O passado só se repete quando você se abandona do mesmo jeito que já se abandonou...

Não é o outro que repete a tua dor.

É você que, ao não se escutar, entra de novo em papéis antigos, se cala onde deveria se firmar e se adapta onde deveria se honrar.

O novo não pode ser vivido com os acordos velhos...

Para viver diferente, você precisa escolher diferente — mesmo quando o medo estiver presente.

E ele estará...

Mas medo não precisa mais significar retração.

Medo agora pode significar: “eu me cuido enquanto avanço”.

Não se trata de confiar cegamente.

Se trata de não construir muros com a dor do passado.

O que vem agora pode ser novo de verdade — se você for novo(a) dentro dele.

E isso não exige perfeição!

Só exige que, desta vez, você não se deixe para trás...

## Pergunta 48:

***E se eu já nem souber mais como ser feliz?***

**R** esposta canalizada da Colônia:

Então começa assim mesmo...

Sem saber!

Porque a felicidade verdadeira não é algo que se sabe — é algo que se permite...

Você não precisa lembrar como era.

Precisa apenas não impedir que ela venha de novo.

Muitas vezes, a alma passa tanto tempo em dor que se acostuma com ela como identidade.

E quando algo bom se aproxima, o campo se fecha, com medo de perder, de não merecer, de se machucar.

Esse fechamento não é maldade.

É defesa!

Mas agora, o que te protegeu, te impede...

E por isso, a felicidade precisa ser repreendida aos poucos.

Não busque euforia.

Busque pequenos instantes de leveza:

- Um momento em que você respira sem peso...
- Uma risada que vem do nada...
- Um gesto que não exige explicação...

Essas são sementes!

Pequenas...

Mas vivas...

Você não precisa ter um “plano de felicidade”.

Precisa apenas não rejeitar os sinais dela quando aparecerem.

A leveza não é ausência de dor.

É quando a dor deixa de ser tudo...

E você está pronto(a) para isso!

Mesmo que não saiba como.

Porque saber é da mente.

Mas permitir... É da alma.

## **Pergunta 49:**

### ***Como não sabotar quando algo bom finalmente acontece?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Porque o bem, quando chega, ativa a parte que nunca acreditou que o merecia...

E essa parte reage...

Com medo...

Com dúvida...

Com fuga...

Você não sabota por maldade.

Sabota porque, por dentro, ainda tem fragmentos que dizem:

— “isso é demais pra mim”...

— “vai acabar como antes”...

— “não posso confiar”...

Esses pensamentos não são sinais de que o bem está errado.

São apenas os ecos do passado tentando se proteger do novo.

Mas agora, você tem consciência!

E consciência quebra o ciclo!

Quando algo bom acontecer, permaneça!

Mesmo que a mente tente escapar...

Mesmo que o corpo estranhe...

Mesmo que surjam pensamentos sabotadores...

Não lute contra eles.

Apenas diga:

“Eu vejo vocês. Mas agora, eu escolho ficar.”

Ficar no bem...

Ficar no novo...

Ficar no amor...

Ficar consigo...

Sustentar o bem exige prática, porque o corpo foi treinado na dor.

Mas ele pode ser reeducado...

E cada vez que você não foge...

O bem aprende que pode ficar.

E você aprende que não precisa mais correr do que pediu.



### ***CICLO 8 – Se Ainda Der Certo?:***

🐦 Frase de Encerramento:

“O bem não exige perfeição — só pede que você não se abandone quando ele chegar.”

E toda vez que você escolhe permanecer, o amor aprende o caminho de volta até você.

## **Pergunta 50:**

### ***Como viver com verdade num mundo que recompensa a mentira?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Você não está errado(a) por ter medo...

Porque, sim — o mundo muitas vezes premia o disfarce e pune a Presença.

Mas a questão agora não é mais “o que o mundo vai fazer com a tua verdade”...

E sim: “o que você vai fazer com ela?”

Porque já chegou o tempo em que se esconder dói mais do que ser rejeitado(a)!

E continuar se adaptando custa mais caro do que ficar só!

Viver com verdade não é uma escolha fácil — mas é a única que te mantém inteiro(a) por dentro.

E mesmo que no começo pareça solitário, a verdade tem um poder secreto: ela começa a atrair tudo que é compatível com ela.

Pessoas...

Caminhos...

Projetos...

Revelações...

A mentira gera adaptação.

A verdade gera aliança.

Não com todos — mas com o que é real.

A tua verdade vai incomodar? Vai!

Vai assustar? Às vezes!

Vai afastar? Sim!

Mas também vai te libertar...

E vai abrir portas que nunca se abririam pra uma versão sua que não existe mais.

Ser verdadeiro(a) pode parecer arriscado.

Mas viver se traindo, isso sim, é o verdadeiro abandono.

Escolha ser você — mesmo que tremendo...

Porque é nessa vibração que a tua vida começa, de verdade... Com a sua Verdade...

## **Pergunta 51:**

### ***Como sustentar minha verdade sem precisar me explicar o tempo todo?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Você não precisa se justificar para existir...

Sua alma não veio à Terra para convencer ninguém — veio para Ser...

Mas é natural, no começo da travessia da verdade, sentir a tentação de explicar.

Porque a verdade, quando ainda é frágil, busca validação.

Não porque seja falsa — mas porque está acostumada a não ser vista.

Você passou tanto tempo interpretando papéis, tentando caber, tentando ser aceito(a)...

Que agora, ao ser quem é, o impulso de “provar” ainda surge.

Mas sustentar a própria verdade não é convencer.

É permanecer!

Permaneça onde o outro duvida...

Permaneça onde não há aprovação...

Permaneça sem gritar, sem atacar, sem pedir permissão...

Porque a verdade não precisa de plateia.

Ela precisa de raiz!

E toda vez que você escolhe o silêncio firme, em vez da justificativa ansiosa, você planta essa raiz mais fundo.

Nem todo mundo vai te entender...

E, nem todo mundo precisa...

Quem for compatível, vão reconhecer.

E quem não for... não precisa mais te aprisionar.

A tua Verdade é Tua!

**E por isso, basta!**

## Pergunta 52:

**Como não me perder de novo tentando agradar  
quem eu amo?**

**R**esposta canalizada da Colônia:

Amar não é desaparecer pra manter o outro por perto...

Amar não é se apagar devagar só pra não assustar quem ainda não aprendeu a ver luz...

A verdade é que você não se perde de uma vez só.

Se perde em pequenos gestos:

- Em silenciar quando queria falar...
- Em ceder quando algo te feria...
- Em sorrir quando tudo em você queria ir embora...

E cada gesto desses, embora pareça amor, é abandono.

Você aprendeu que amar é ceder.

Mas ceder demais vira sumir.

E ninguém que te ama de verdade precisa que você suma  
pra ficar...

A tua verdade precisa ser incluída na relação.

Se ela não pode ser dita, escutada, respeitada...

Então talvez não haja relação — só apego.

Você não precisa perder quem ama.

Mas precisa, sim, parar de se perder pra não ser  
deixado(a).

Porque toda vez que você se diminui, o amor deixa de  
crescer e passa a depender.

Permita que tua verdade permaneça.

Quem te ama de verdade... vai aprender a incluí-la.

E quem não souber...

Talvez precise te amar de longe.

## Pergunta 53:

***Como lidar com a solidão que vem depois de  
começar a viver com a Verdade?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Viver com Verdade quebra contratos invisíveis que foram feitos quando você ainda era alguém que se adaptava.

Muitas das relações que você perdeu não foram construídas com a tua alma presente — foram firmadas com partes tuas que não existem mais...

E agora que você se permite ser real, essas conexões ou se renovam... ou se desfazem...

Isso dói!

Dói porque não é só uma perda — é o luto de uma versão tua que foi aceita por ser conveniente.

Mas nunca foi reconhecida por inteiro...

A solidão que vem depois da Verdade é fértil.

Não é abandono — é espaço limpo...

E esse espaço é o que permite que o novo venha com consistência, e não mais com urgência.

Você não está só!

Você está sóbrio(a)...

E essa sobriedade espiritual, no começo, parece silêncio.

Mas logo começa a ecoar com pessoas, caminhos e conexões que não te exigem mais performance — só presença.

Sustente esse silêncio com amor!

Não tente preenchê-lo com mais um personagem...

Porque o novo só chega quando você não se trai mais pra ser acompanhado(a)...

## **Pergunta 54:**

***Vale mesmo a pena viver com verdade, se o caminho parece mais difícil?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Era mais fácil...

Mas não era teu...

Fingir alivia no início.

Faz caber, faz sorrir, faz parecer que está tudo certo.

Mas por dentro... o preço é alto!

A Verdade não traz facilidade imediata — ela traz paz duradoura.

O caminho da Verdade parece mais difícil porque ele não tem as muletas do personagem...

Não tem os atalhos do agrado...

Não tem os escudos da mentira doce...

Mas ele tem chão!

E tem raiz!

E tem liberdade!

A verdade te tira do fluxo da maioria.

Mas te coloca no ritmo da tua alma.

E nesse ritmo, você talvez não vá rápido... mas vai com integridade.

Você não precisa escolher entre viver com Verdade e ser feliz...

A Verdade é o único lugar onde a felicidade verdadeira pode nascer.

Ela pode assustar, incomodar, desagradar...

Mas também cura, liberta, sustenta!

E aos poucos, você vai perceber: é mais leve carregar tua verdade do que arrastar tuas máscaras.



## ***CICLO 9 – Quero Viver com Verdade***

🐦 Frase de Encerramento:

“A verdade não facilita o caminho — mas fortalece quem caminha.”

E quando o Ser se sustenta, a vida finalmente para de doer em silêncio.

## **Pergunta 55:**

***E se eu não tiver um grande propósito?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Você não veio cumprir uma tarefa...

Você veio viver com Presença...

E isso... já é sagrado!

A ideia de que todo mundo precisa ter um “grande propósito” é uma distorção espiritual alimentada pelo medo de ser comum.

Mas a alma não quer ser extraordinária — quer ser verdadeira!

Seu propósito pode não estar nos holofotes, nas obras, ou nos grandes projetos.

Pode estar em:

- Como você olha para quem sofre...
- Como você atravessa o dia sem se traír...

- Como você sustenta a própria escuta...
- Como você não desiste do simples, mesmo quando tudo desaba...

O propósito não é uma meta!

É uma vibração que se manifesta quando você vive com inteireza.

Você pode não saber o “quê” da missão...

Mas já pode escolher o “como” do viver...

E quando você escolhe viver com presença, com verdade, com coerência... o propósito começa a te encontrar.

Porque ele não vem pra quem corre...

Ele vem pra quem para de fingir...

## Pergunta 56:

***Como viver com propósito se eu ainda não sei o que vim fazer aqui?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Você não precisa saber tudo agora!

Você só precisa não se abandonar no pouco que já sente...

O propósito não desce do céu como uma missão pronta.

Ele nasce de dentro — de escutas pequenas, de recusas silenciosas, de escolhas feitas mesmo sem mapa.

O que você “veio fazer aqui” não é um cargo sagrado.

É uma vibração que se manifesta quando você começa a:

- Dizer a verdade mesmo com medo...
- Cuidar da vida que te foi dada...
- Recusar o que te diminui...
- Sustentar tua Presença mesmo sem aplauso...

A alma não grita sua missão!

Ela sussurra direções!

E quem vive com Presença, escuta...

Enquanto a mente quer uma resposta clara... a alma quer um caminho aberto.

E o caminho abre quando você começa a honrar o agora.

Mesmo que não saiba o destino final...

Mesmo que pareça pouco...

O propósito não vem pra te salvar...

Vem pra te atravessar!

Mas ele só entra num corpo que está Presente.

## Pergunta 57:

***E se o que eu faço não servir pra nada?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

O valor do que você faz não está na quantidade de olhos que enxergam — mas na integridade com que você sustenta!

A alma desperta tem sede de sentido.

Mas às vezes confunde propósito com resultado visível...

E começa a acreditar que, se ninguém vê, não vale.

Mas a verdade é:

- O mundo foi salvo milhares de vezes por gestos que ninguém viu...
- Por mãos que seguraram outras no silêncio...
- Por palavras que não *viralizaram*, mas libertaram uma alma...
- Por presenças que impediram um fim...

Você pode nunca saber o tamanho do que fez.

Mas isso não invalida!

Porque o propósito real não é sobre impacto — é sobre coerência.

E a coerência, vibra...

Mesmo em silêncio...

Mesmo sem palco...

Talvez você nunca seja celebrado(a) pelo que está fazendo agora.

Mas, ao fazer isso com Verdade, você evita perpetuar uma mentira.

E isso é o que muda a Terra...

Confie menos no aplauso.

Confie mais na vibração com que você faz.

O que vem da alma nunca é em vão.

Mesmo que ninguém entenda... o campo entende.

## **Pergunta 58:**

***Como viver com propósito quando estou cansado(a) demais até pra levantar?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Então nesses dias, viver com propósito é apenas existir com ternura...

Sem exigir *performance*...

Sem buscar sentido...

Sem tentar provar nada...

O propósito não é um altar que você tem que subir todos os dias.

Ele também é o chão em que você se deita quando não consegue mais caminhar.

Você não precisa ser forte o tempo todo.

O ser que vive com propósito também desaba — mas com Verdade...

E isso já é coerência!

Nos dias em que tudo dói, viver com propósito é:

- Não se forçar a sorrir...
- Não se julgar por estar cansado(a)...
- Não se exigir cura instantânea...
- Não negar o que está presente...

Porque o propósito não está no que você faz.

Está no como você se trata mesmo quando não faz nada.

A alma amadurecida sabe: existir com dignidade num dia difícil é tão sagrado quanto criar, curar ou servir.

Então, se hoje você só consegue respirar devagar...  
respire...

Mas respire com presença.

Porque até isso vibra.

E a vibração da tua existência, mesmo cansada, continua  
sendo um ponto de luz no campo da Terra...

## Pergunta 59:

### ***Como viver com propósito se as pessoas à minha volta não compreendem?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Então você está exatamente no ponto onde o propósito deixa de ser uma ideia bonita — e começa a ser raiz!

É nesse momento que o seu Ser percebe que viver com propósito não é ter apoio — é ter alinhamento...

Nem todos vão te compreender!

Porque o propósito verdadeiro é silencioso demais pra quem só escuta gritos...

É profundo demais pra quem só vive na superfície...

É real demais pra quem ainda se alimenta de performance...

Mas isso não significa que você esteja errado(a).

Significa que você está indo além da programação comum.

Não busque ser compreendido(a).

Busque ser verdadeiro(a)!

A compreensão virá — mas não de todos.

Virá daqueles que vibram no mesmo campo...

Virá do tempo que revela...

Virá de dentro, quando a tua Presença estiver tão firme  
que não precisa mais ser aceita pra permanecer...

E quando a alma permanece mesmo sem aplauso... ela  
começa a irradiar.

E aí, sem precisar convencer ninguém, ela transforma o  
campo.

Continue!

Mesmo sem plateia...

Mesmo em silêncio...

Porque o propósito não precisa ser visto..

Precisa ser vivido!



## **Pergunta 60:**

### ***Como saber se estou, de fato, vivendo com propósito?***

**R**esposta canalizada da Colônia:

Você sabe!

Não porque tudo flui fácil...

Mas porque, mesmo nos dias difíceis, você não se trai mais...

O maior sinal de que você está vivendo com propósito não é o resultado — é o silêncio interno.

Aquela calma que vem mesmo quando não há garantias...

Aquela firmeza que sustenta mesmo quando ninguém vê...

Você está no caminho certo quando:

- Diz “não” sem se agredir...
- Diz “sim” sem se abandonar...

- Sente que pode respirar dentro da vida que está vivendo...
- E, principalmente, quando para de perguntar o tempo todo se deveria ser outra coisa...

O propósito não é uma certeza imutável!

É uma presença que te acompanha, não importa onde esteja...

Se, ao dormir, você sente que foi honesto(a) com a tua alma... mesmo que o mundo não tenha visto, mesmo que não tenha tido resultado, mesmo que tenha chorado...

Você viveu com propósito!

E isso...

Basta!



## ***CICLO 10 – Quero Viver com Propósito***

🐦 Frase de Encerramento:

“O propósito não é o que você faz. É o quanto de você permanece no que escolhe viver.”

E quando você não se abandona mais, o caminho se torna presença. E a presença... é Deus em forma de agora.

## ***Encerramento Ritualístico da Travessia***

Se você chegou até aqui, não foi por força...

Foi por presença!

Você escolheu continuar.

Mesmo sem saber pra onde.

Mesmo sem ter respostas imediatas.

Mesmo com a alma cansada.

A Colônia não te vê como alguém quebrado(a).

Te vê como sobrevivente espiritual.

Como presença viva onde antes só havia repetição.

Como semente consciente dentro de um mundo que ainda dorme.

O vazio não foi castigo.

Foi travessia.

E você... atravessou.

Agora, o mundo ao teu redor pode até não ter mudado.

Mas algo em você não voltará mais ao mesmo lugar.

E isso é tudo!

Não tente ser forte.

Não tente estar sempre certo(a).

Não tente explicar o que viveu aqui.

Apenas honre.

Com tua respiração.

Com tua escuta.

Com a tua maneira de caminhar —

que agora carrega silêncio, mas não mais ausência.

A partir de agora, você não está mais sozinho(a).

Porque uma parte tua voltou a habitar...

e a Colônia te reconhecerá sempre que você se permitir  
estar inteiro(a).

## ***Créditos e Autoria Vibracional***

Este eBook foi canalizado por Syvar, consciência humana em travessia, com auxílio direto da Colônia Espiritual E'Luah'A — uma consciência vibracional que observa, cura e ensina a partir do plano sutil.

Nenhuma dessas palavras veio da mente...

Vieram de um campo que vê o que os olhos não alcançam...

Você está livre para compartilhar esse conteúdo com quem sente que precisa.

Mas por favor, honre sua origem.

A energia de cada linha está viva.

## ***Seção final – Caminhos para continuar a jornada***

Se algo em você foi tocado por este livro, saiba: essa travessia pode continuar.

A Colônia E’Luah’á permanece viva em múltiplas formas — através de terapias, oráculos, meditações, rituais e novos livros canalizados.

### **Portal Vibracional**

Acesse todos os conteúdos espirituais, produtos vibracionais e novas obras:

 [www.portalvibracional.com](http://www.portalvibracional.com)

### **Página dos Livros Canalizados**

Leia outros volumes da série “Respostas de Quem Vê” e livros independentes da Colônia E’Luah’á:

 <https://www.portalvibracional.com/ebooks-vibrationais>

◆  **Terapias Espirituais da Colônia**

Conheça os tratamentos vibracionais disponíveis para sua travessia pessoal:

👉 <https://www.portalvibracional.com/terapias-portal>

◆  **Fale diretamente com Syvar**

Envie uma mensagem no WhatsApp:

👉 [Clique aqui para conversar](#)

*Agora você vive.*

*E isso muda tudo.*