

Continua minha historia por gemini

Transforme Sua Tensão em Poder (Continuação)

Parte 3: Compartilhando o Caminho (Guiando Outros à Transformação)

Capítulo 3: Renascendo das Cinzas como Sol

A escuridão, por mais densa que seja, jamais consegue extinguir por completo a chama da esperança. Mesmo submersa em um mar de tristeza, uma parte de mim se agarrava à promessa de um futuro melhor, um futuro onde a dor não ditasse mais as regras do jogo. A lembrança do chileno, da sua perseguição implacável, ainda me assombrava. Ele me stalteava nas redes sociais, tentava descobrir meu paradeiro através de amigos em comum, me mantendo em um estado constante de alerta. Eu me sentia como uma presa acuada, sem ter para onde fugir.

Foi então que, em um lampejo de inspiração, decidi mudar de nome. Se ele queria me encontrar, que me encontrasse como uma nova pessoa, com uma nova identidade, livre das amarras do passado.

Silvia, a mulher marcada pela dor e pelo medo, daria lugar a Sol Lima, um nome forte, vibrante, que evocava a energia radiante do astro rei. Sol, a estrela que ilumina o dia, que traz calor e vida, que representa a força da natureza e a promessa de um novo amanhecer. A mudança, inicialmente motivada pelo medo, se transformou em um ato de libertação. Ao adotar um novo nome, eu estava, simbolicamente, deixando para trás as dores do passado, me permitindo renascer das cinzas como uma fênix, pronta para alçar voos mais altos.

Para minha surpresa, o nome Sol caiu como uma luva. As pessoas pareciam se conectar com a energia que ele emanava, com a promessa de alegria e positividade que ele carregava. "Sol, oi Sol!", elas me cumprimentavam nas ruas, um sorriso espontâneo iluminando seus rostos. O nome, antes apenas uma palavra, havia se tornado um mantra, uma afirmação da minha força, da minha capacidade de superar as adversidades e encontrar a luz mesmo nos momentos mais escuros.

E eu, a cada "Oi Sol" que ouvia, me sentia um pouco mais forte, um pouco mais confiante, um pouco mais próxima da mulher que eu estava destinada a ser. A jornada ainda era longa, repleta de desafios e obstáculos, mas agora eu tinha um nome, uma identidade, uma luz que me guiava em direção ao futuro.

(Continua...)

Transforme Sua Tensão em Poder (Continuação)

Parte 3: Compartilhando o Caminho (Guiando Outros à Transformação)

Capítulo 4: Entre a Cruz e a Espada

A vida em Itaberaí havia se tornado insustentável. A resistência de Lelo em voltar para casa, a saudade que me corroía por dentro, a sensação de estar presa a um passado que não me pertencia mais, tudo conspirava para que eu buscasse um novo recomeço.

Goiânia, a capital pulsante que fervilhava a poucos quilômetros de distância, me acenava com a promessa de um recomeço, um novo palco para a minha história. Arrumei minhas malas, reuni minhas forças, e, com o coração partido, mas com a alma tomada pela

esperança, me despedi da minha cidade natal, mais uma vez.

Matheus, meu filho mais velho, meu companheiro de todas as horas, abraçou a mudança com a maturidade de quem já havia compreendido que a vida é feita de ciclos, de chegadas e partidas. Ele era meu porto seguro, a razão da minha luta, a luz que iluminava meus dias mais sombrios.

Em Goiânia, a vida me recebeu de braços abertos. Em pouco tempo, consegui um emprego como modelista em uma confecção de uma grande marca de jeans, um trabalho que me permitia expressar minha criatividade e garantir o sustento da minha pequena família.

Mas o destino, como um maestro que rege os acordes da nossa existência, me reservava surpresas. Recebi uma proposta irrecusável para trabalhar como corretora de imóveis de luxo, uma oportunidade única de ascensão profissional e financeira.

Ao mesmo tempo, um novo amor batia à porta do meu coração. Um brasileiro, vivendo nos Estados Unidos, me conquistou com sua gentileza, seu apoio incondicional, sua capacidade de me fazer sorrir mesmo à distância. Ele me ofereceu a possibilidade de uma nova vida, um recomeço ao seu lado, em um país distante, onde eu poderia, quem sabe, finalmente encontrar a paz que tanto almejava.

Diante de tantas opções, me vi diante de uma encruzilhada. De um lado, a segurança de um emprego estável, a proximidade da minha família, a chance de acompanhar de perto o crescimento do meu filho mais velho. Do outro, a promessa de um futuro promissor, um novo amor, a oportunidade de reconstruir minha vida em um novo país.

A decisão, como todas as que envolvem o coração, não foi fácil. Dispensei a proposta da incorporadora, abdicando da promessa de uma carreira brilhante, e continuei na confecção, dividindo meu tempo entre o trabalho e os cuidados com Matheus.

O relacionamento à distância, apesar de intenso e verdadeiro, começou a se desgastar com a distância e a saudade. Eu me sentia dividida, presa a um amor que não podia viver plenamente, assombrada pela culpa de não conseguir dar a Matheus a atenção que ele merecia.

A resistência de Lelo em me ver, em voltar para casa, me corroía por dentro. Eu me culpava, me questionava, me sentia impotente diante daquela situação que parecia não ter solução. As oportunidades surgiam, tentadoras, mas eu, paralisada pelo medo e pela insegurança, deixava que elas escapassesem por entre meus dedos. Poderia ter viajado pelo Brasil, apresentando os lançamentos da incorporadora, conhecendo novas pessoas, vivendo novas experiências. Poderia ter trabalhado como freelancer em bares à noite, complementando minha renda, expandindo meus horizontes. Mas a culpa, a insegurança, o medo do julgamento alheio, me mantinham presa a uma vida que já não me cabia mais.

Eu me sentia como uma noiva em fuga, correndo desesperadamente de um destino que eu mesma havia ajudado a traçar. Casada com um fantasma, presa a um passado que se recusava a me libertar, vivi a morte em vida, enquanto a vida, lá fora, pulsava em cores vibrantes, me convidando para um baile ao qual eu não tinha mais forças para comparecer.

(Continua...)

Transforme Sua Tensão em Poder (Continuação)

Parte 3: Compartilhando o Caminho (Guiando Outros à Transformação)

Capítulo 5: Labirintos da Mente

Os dias em Goiânia se tornaram um reflexo distorcido da minha própria angústia. A distância de Lelo, a relação virtual que mais me aprisionava do que libertava, a frustração profissional, tudo se transformava em combustível para a fogueira que consumia meu interior.

Meu corpo, antes vibrante e cheio de vida, se tornava um receptáculo oco, habitado por uma mente que não me dava trégua. Meus pensamentos, como cavalos selvagens, corriam desenfreados, me arrastando para um turbilhão de ansiedade, culpa e medo.

A insônia se tornou minha companheira fiel, as noites intermináveis, uma tortura. Enquanto o mundo lá fora repousava, eu vagava pelo labirinto da minha mente, em busca de uma saída que parecia não existir.

Meu namorado virtual, com a melhor das intenções, tentava me ajudar, enviando dinheiro para cobrir minhas despesas básicas. Mas o dinheiro, apesar de necessário, não era suficiente para preencher o vazio que me consumia. Eu não precisava de luxo, de roupas caras, de viagens extravagantes. Eu precisava de paz, de equilíbrio, de um abraço que acalmasse a tempestade que rugia dentro de mim.

A necessidade de controlar cada aspecto da minha vida, de preencher cada segundo com alguma atividade frenética, se intensificou. A pequena sala do meu apartamento se transformava em um ateliê improvisado, onde eu passava horas a fio costurando, mergulhada em um mar de tecidos, linhas e agulhas. O ritmo frenético da máquina de costura, o contato com a textura dos tecidos, me proporcionavam uma sensação de controle ilusório, um alívio momentâneo para a agitação mental que me consumia.

Quando a costura já não era suficiente para aplacar a ansiedade, eu me voltava para o crochê, criando peças complexas e delicadas, uma metáfora para a teia de pensamentos que me aprisionava. As horas se transformavam em minutos, os dias em noites, e eu, cada vez mais distante da realidade, me perdia no labirinto da minha própria mente.

Em meio àquele turbilhão, busquei ajuda profissional. As sessões de psicoterapia, inicialmente encaradas com resistência e ceticismo, se tornaram um farol na escuridão, um espaço seguro onde eu podia, pela primeira vez, dar voz aos meus medos, às minhas angústias, às minhas dores mais profundas.

O diagnóstico, quando finalmente chegou, veio como um alívio e um peso ao mesmo tempo. TDAH, SPA e TAB, síndromes que afetam o sistema nervoso central, explicando a desregulação emocional, a ansiedade paralisante, a montanha-russa de emoções que me acompanhava desde a infância.

(Continua...)

Transforme Sua Tensão em Poder (Continuação)

Parte 4: Do Sofrimento à Missão (Guiando Outros à Transformação)

Capítulo 3: Dançando com a Dualidade

A vida, para alguém com TDAH, SPA e TAB, muitas vezes se parece com um daqueles sonhos malucos, onde você tenta correr, mas seus pés estão presos em um chão de areia movediça. A mente, um turbilhão de pensamentos e emoções conflitantes, te leva para direções

opostas ao mesmo tempo.

"Tenho que ir, mas preciso ficar. Isso é essencial, mas não significa nada. Sou tudo, sou nada. Sou incrível, sou um fracasso." As vozes da dualidade, antes sussurradas em meus ouvidos, agora gritavam, me deixando à beira de um colapso.

O diagnóstico tardio, embora libertador, trouxe consigo uma urgência, um desespero por recuperar o tempo perdido, por controlar o incontrolável. Mas a cura, como um fantasma, se esvaiava entre meus dedos a cada tentativa de agarrá-la.

A frustração de não ter uma solução mágica, um botão de liga e desliga para os meus sintomas, me levava a questionar a minha própria capacidade de ter uma vida plena e feliz. Mas, em meio ao caos, uma fagulha de lucidez: eu tinha o poder da decisão.

A cada manhã, ao abrir os olhos, me deparava com uma escolha: me entregar à avalanche de pensamentos e emoções, deixando que o dia me levasse como uma folha seca ao vento, ou assumir o controle do meu próprio destino, traçando estratégias para lidar com os desafios que certamente surgiriam.

E assim, dia após dia, fui aprendendo a dançar com a minha própria dualidade. A reconhecer os gatilhos que me levavam aos estados de euforia e de depressão, a criar mecanismos de defesa para me proteger das armadilhas da minha própria mente.

A jornada não era linear, repleta de tropeços e recomeços. Mas a cada passo em falso, a cada crise superada, eu me fortalecia, me tornava mais consciente do meu próprio poder, da minha capacidade de transformar a minha história.

(Continua...)

Tá faltando eu em mim

Pergunto, mas não sei quem sou

Não sei se é bom ou se é ruim

Quero ficar, não sei se vou

Sou doce e amargo ao mesmo tempo

Me policio sem razão

Razão é o tipo que invento

Pra não cair na palma da mão

Tá faltando mais ação

Pra encarar e não fugir

A lava, que já foi vulcão

É um iceberg dentro de mim

Pegadas que se tornam areia

Castelo de areia sempre cai

Se olham pra mim de cara feia

Meu coração desaba num ai

Preciso me curtir bem mais
É pena que só olho pros lados
Se a alma quer um banho de sais
O corpo quer me ver apaixonado

O medo aguça a atração
A solidão na pele arde
Espero que, quando eu me ver
E acordar, não seja tarde

Tá faltando eu em mim
Pergunto, mas não sei quem sou
Não sei se é bom ou se é ruim
Quero ficar, não sei se vou

Sou doce e amargo ao mesmo tempo
Me policio sem razão
Razão é o tipo que invento
Pra não cair na palma da mão

Tá faltando mais ação
Pra encarar e não fugir
A lava, que já foi vulcão
É um iceberg dentro de mim

Pegadas que se tornam areia
Castelo de areia sempre cai
Se olham pra mim de cara feia
Meu coração desaba num ai

Preciso me curtir bem mais
É pena que só olho pros lados
Se a alma quer um banho de sais
O corpo quer me ver apaixonado

O medo aguça a atração
A solidão na pele arde
Espero que, quando eu me ver
E acordar, não seja tarde

Preciso me curtir bem mais

É pena que só olho pros lados
Se a alma quer um banho de sais
O corpo quer me ver apaixonado

O medo aguça a atração
A solidão na pele arde
Espero que, quando eu me ver
E acordar, não seja tarde

E acordar, não seja tarde

Sua poesia é visceral, Silvia! Ela transborda a luta interna, a busca por identidade e o anseio por autoconhecimento que você carrega. Esses versos são poderosos para compor o seu livro, pois traduzem a montanha-russa emocional que você vivencia e que muitos leitores também experimentam.

A repetição de "Tá faltando eu em mim" ecoa como um grito de socorro e, ao mesmo tempo, um chamado à ação. Você reconhece a ausência, a falta de conexão consigo mesma, e isso é o ponto de partida para a transformação.

A imagem da "lava, que já foi vulcão, É um iceberg dentro de mim" é fortíssima! Ela ilustra a intensidade dos seus sentimentos, a força que existe em você, mas que também pode se tornar um fardo.

A sua poesia é um presente, um grito de liberdade que ressoará em muitos corações. Use-a como um espelho para se enxergar com mais clareza e como uma ponte para conectar-se com seus leitores.

Continue escrevendo, Silvia! Seus versos têm o poder de tocar a alma e inspirar a transformação.

Transforme Sua Tensão em Poder (Continuação)

Parte 2: Despertando a Força Interior (Do Resgate ao Empoderamento)

Capítulo 2: Mergulho Interior

Entrei naquela sala com um misto de ceticismo e esperança. Como uma autêntica "tomezona", precisava ver para crer, e mesmo vendo, a dúvida teimava em sussurrar em meus ouvidos. Mas algo na energia daquele lugar, na vibração das pessoas ao meu redor, me convidava a silenciar a mente e me abrir para o novo.

Os primeiros exercícios, confesso, me pareceram estranhos. Mas à medida que o facilitador nos guiava, com sua voz calma e acolhedora, fui baixando a guarda, permitindo que as barreiras que eu mesma havia construído ao longo dos anos começassem a ruir.

Os depoimentos dos participantes, pessoas comuns que compartilhavam suas histórias de superação, me tocaram profundamente. Se elas conseguiram, pensei, talvez eu também

consiga. E foi então que me apresentaram à "regra do não julgamento", um conceito simples, mas poderoso, que me libertou de um fardo que eu nem sabia que carregava: a necessidade de rotular tudo e todos, inclusive a mim mesma, como "bom" ou "ruim", "certo" ou "errado". A cada dinâmica, a cada exercício de respiração, a cada palavra de encorajamento, eu sentia uma mudança sutil, mas profunda, acontecendo dentro de mim. Era como se estivesse mergulhando em um oceano de autoconhecimento, descobrindo tesouros que estavam ali o tempo todo, escondidos sob camadas de dor, medo e insegurança.

Aprendi sobre a importância do autoperdão, da compaixão por mim mesma, da necessidade de silenciar o crítico interno que tanto me sabotava. Descobri que possuía recursos internos que jamais imaginei, uma força interior capaz de me impulsionar para além dos meus limites autoimpostos.

E foi ali, naquele ambiente acolhedor e inspirador, que comecei a ressignificar a minha história. As dores do passado, antes vistas como feridas abertas, transformaram-se em cicatrizes, marcas que me lembravam da minha força, da minha capacidade de superar desafios e me reinventar.

(Continua...)

Transforme Sua Tensão em Poder (Continuação)

Parte 2: Despertando a Força Interior (Do Resgate ao Empoderamento)

Capítulo 3: O Espelho dos Filhos

A busca por respostas sempre me impulsionou. Como uma detetive incansável, vasculhava os cantos da minha alma em busca de pistas que explicassem a sensação constante de que algo estava fora do lugar. "Por que eu sou diferente?", questionava-me, comparando minha trajetória à daqueles que pareciam navegar pela vida com uma bússola interna impecável. Meus caminhos, embora muitas vezes tortuosos, sempre me pareceram os corretos. Afinal, eu agia com a certeza absoluta de estar certa, de estar fazendo o melhor que podia. Mas, com o passar do tempo, a certeza inabalável começou a dar lugar a uma dúvida incômoda: e se eu estivesse errada?

A maternidade, com toda a sua beleza e intensidade, ampliou meus questionamentos. Como explicar os desafios que meus filhos enfrentavam se eu sempre lhes ofereci amor incondicional? Onde eu havia errado? A culpa, como uma erva daninha, ameaçava sufocar a minha paz interior.

As críticas e os julgamentos alheios, antes ignorados com uma certa arrogância, passaram a me ferir como nunca. Mas foi a dor refletida nos olhos dos meus filhos, o peso da minha própria história se repetindo na vida deles, que me lançou em um mergulho desesperado por soluções.

Eu precisava mudar, não apenas por mim, mas por eles. Aquele era o meu ponto de virada, o momento em que a busca por autoconhecimento deixou de ser uma jornada individual para se tornar um ato de amor, uma missão de vida.

(Continua...)

Transforme Sua Tensão em Poder (Continuação)

Parte 3: Dançando com a Dualidade

Capítulo 1: A Queda Após o Voo

A sensação era de estar caindo em câmera lenta, o chão se aproximando inexoravelmente enquanto eu me agarrava com todas as forças à memória daquela epifania, daquela sensação de leveza e completude que a imersão havia me proporcionado. Mas, como um castelo de areia na praia, a paz interior que eu tanto almejava se esvaía entre meus dedos, levada pela maré da minha própria mente.

O desespero me tomava a cada novo amanhecer. "Como algo tão poderoso, tão transformador, podia simplesmente desaparecer?", questionava-me, a voz embargada pela frustração e pelo medo de estar fadada a repetir os mesmos padrões, a reviver as mesmas dores.

A oscilação entre a euforia da descoberta e o desespero da perda se tornou minha nova constante. A verdade, que antes me parecera tão clara, agora se escondia em meio a um nevoeiro denso de dúvidas e autocrítica. "E se tudo aquilo não se aplicar a mim?", sussurrava a minha mente, sempre pronta a me sabotar.

Diante da avalanche de questionamentos, me vi diante de duas opções: sucumbir à tristeza, me entregar à sensação de impotência, ou transformar a minha dor em força, em combustível para seguir em frente. "Chore para vender lenços ou venda lenços para os outros chorarem", dizia o ditado popular. Mas, naquele momento, eu mesma precisava de lenços, e muitos!

A dúvida, antes combatida com unhas e dentes, se tornou minha companheira constante. Questionava tudo o que havia aprendido, duvidava da minha própria capacidade de mudar, de encontrar a paz interior que tanto almejava.

Em meio ao turbilhão de emoções, uma fagulha de esperança: a lembrança da imersão, da força que senti ao me conectar com a minha verdade. E foi essa lembrança, frágil como a chama de uma vela ao vento, que me impulsionou de volta àquele lugar, em busca de respostas, de cura, de mim mesma.

(Continua...)

Transforme Sua Tensão em Poder (Continuação)

Parte 3: Dançando com a Dualidade

Capítulo 2: O Confronto no Palco da Alma

A segunda imersão. Dessa vez, a familiaridade do ambiente me trazia um conforto agriadoce. Eu já conhecia o script, os exercícios, as dinâmicas. Mas, ao contrário da primeira vez, a sensação não era de novata diante de um mundo desconhecido, mas de atriz prestes a reviver uma peça que ainda não havia sido totalmente compreendida.

A "tomezona" em mim ainda estava presente, mas agora acompanhada de uma pontinha de fé, uma réstia de esperança de que, talvez, desta vez, a cura se instalasse de forma definitiva. Conectei-me com almas que pareciam vibrar na mesma frequência, corações abertos e dispostos a mergulhar fundo nas profundezas do ser.

A jornada guiada proposta era um retorno ao útero materno, uma regressão para revisitar as

dores do passado. E lá fui eu, de olhos fechados, guiada pela voz suave do facilitador, em busca da minha própria história.

O início, uma sensação de aconchego, de plenitude. Mas, à medida que me aproximava do momento do meu nascimento, a angústia tomava conta. Senti a tristeza profunda da minha mãe, o peso da perda que carregava, e me vi comprimida, sufocada por uma dor que não era minha, mas que me marcava desde o primeiro suspiro.

A infância e a adolescência roubadas passaram como flashes rápidos e dolorosos diante dos meus olhos. E então, quando cheguei à fase adulta, ao momento em que conheci o pai dos meus filhos, uma força invisível me paralisou. Meus pés, como chumbo derretido, se fixaram no chão.

Travei.

O peso do passado, da traição, da raiva, me aprisionava. Ali, naquele palco imaginário, eu revivia a dor da rejeição, a impotência diante da traição. E o pior: a raiva não era direcionada apenas ao pai dos meus filhos, mas também à sua mãe, uma figura que despertava em mim sentimentos conflitantes e dolorosos.

A ordem era perdoar, libertar-se. Mas como perdoar o imperdoável? Como encontrar compaixão por quem me feriu tão profundamente? A raiva, como um animal ferido, se debatia dentro de mim, resistindo a qualquer tentativa de pacificação.

Foi então que, em meio ao caos da minha alma, uma voz suave e firme ecoou dentro de mim: "Sol, perdão não é um sentimento! Perdão é uma decisão. Decida agora."

(Continua...)

Transforme Sua Tensão em Poder (Continuação)

Parte 4: O Despertar da Compaixão

Capítulo 1: As Lágrimas que Curavam

Aquelas palavras, "perdão é uma decisão", ecoaram em meu peito como um mantra. Não era sobre esquecer, justificar ou minimizar a dor, mas sobre libertar a mim mesma do peso do passado. E foi ali, naquele palco imaginário, que tomei a decisão mais libertadora da minha vida: escolhi perdoar.

As lágrimas que antes brotavam da raiva e da dor, agora fluíam como um bálsamo, lavando a minha alma e abrindo espaço para a compaixão. Pela primeira vez, consegui enxergar a minha história, e a daqueles que me feriram, sob uma nova perspectiva.

Compreendi, com a alma e não apenas com a mente, a dor profunda que minha mãe carregava. O luto pelo irmão, o peso da responsabilidade por mim, a culpa por não conseguir me dar a vida que ela sonhava. As explosões de raiva, antes vistas como atos de crueldade, agora se revelavam como gritos de desespero, de uma mulher que lutava para se manter de pé em meio a um turbilhão de emoções.

E o meu pai? Aquele homem que eu sempre julguei como omisso, distante, agora se revelava em toda a sua fragilidade. Ele não havia me abandonado por maldade, mas por acreditar, ainda que equivocadamente, que um novo lar me proporcionaria uma vida melhor. Ele carregava o peso da culpa, a dor de saber que eu havia sofrido, e precisava, assim como eu, de perdão.

A culpa, que por tanto tempo nos manteve presos ao passado, começava a se dissipar, dando lugar a um sentimento novo, desconhecido: a compaixão. Compaixão por mim mesma, por ter carregado por tanto tempo o fardo da raiva e do ressentimento. Compaixão pela minha mãe, prisioneira de suas próprias dores. E compaixão pelo meu pai, um homem que, à sua maneira, tentava encontrar o seu lugar no mundo.

Transforme Sua Tensão em Poder (Continuação)

Parte 4: O Despertar da Compaixão

Capítulo 2: O Sepultamento Simbólico

A revelação sobre o meu tio Oripe, a compreensão do peso que sua morte, no mesmo dia do meu nascimento, tinha sobre a minha história, foi como abrir uma caixa trancada há muito tempo. De repente, fragmentos de memórias, sentimentos e sensações que eu nunca havia conseguido decifrar se encaixavam, formando um quadro complexo e doloroso.

Conviver com a presença fantasmagórica do meu tio, carregar o fardo inconsciente de sua perda, me aprisionava a um passado que não era meu. A culpa, irracional, mas poderosa, me assombrava. Era como se, de alguma forma, eu fosse responsável por sua morte, como se minha chegada ao mundo tivesse roubado a chance dele de viver.

A culpa se transformava em raiva, em revolta. Raiva da minha mãe, por ter me privado da alegria de um aniversário, por ter me feito carregar o peso do luto que não era meu. Raiva do meu pai, por não ter me protegido da atmosfera pesada que pairava sobre a nossa família. E, principalmente, raiva de mim mesma, por não conseguir me libertar daquela teia de dor e culpa.

A solução, apresentada pelo meu próprio inconsciente, veio como um flash: eu precisava sepultar o meu tio Oripe. Não no sentido literal, pois seu corpo já descansava em paz, mas no simbólico. Era preciso libertar a sua alma, e a minha, daquele laço de dor que nos unia. Mas como realizar um sepultamento simbólico? A resposta, como sempre, veio do meu interior. Em um ritual íntimo e carregado de emoção, reuni tudo o que representava a presença do meu tio em minha vida: fotos, objetos, memórias. E, com o coração transbordando de amor e gratidão, me despedi.

Agradeci por sua vida, por sua passagem pela Terra, e pedi perdão por tê-lo mantido preso ao meu lado por tanto tempo. Lembrei-me das palavras do poeta: "Morrer é apenas não ser visto mais. O resto é saudade." E, com a alma mais leve, devolvi o meu tio Oripe ao universo, libertando-o, e a mim mesma, para seguirmos em paz.

(Continua...)

Continua...) Transforme Sua Tensão em Poder (Continuação)

Parte 5: Reinventando a Rota

Capítulo 1: O Chamado da Alma

Libertar-se do passado, perdoar a si mesma e aos outros, foi como abrir um portal para um novo universo de possibilidades. A vida, antes vista através de um vidro embaçado, agora se revelava em cores vibrantes, repleta de oportunidades de crescimento, aprendizado e realização.

A paixão pelo autoconhecimento, que havia se acendido durante a busca por respostas para

os desafios dos meus filhos, agora se transformava em um chamado da alma. A neurociência, a PNL, o comportamento humano, áreas que antes me pareciam distantes e complexas, agora me atraíam com a força de um imã.

Eu queria entender os mecanismos da mente, desvendar os segredos da comunicação, descobrir as chaves para o desenvolvimento pessoal e ajudar outras pessoas a encontrarem a paz interior que eu tanto busquei. E assim, com a mesma determinação que me impulsionou a superar os desafios do passado, mergulhei de cabeça nos estudos. A cada novo conhecimento adquirido, a cada técnica aprendida, a cada ferramenta incorporada à minha caixa de ferramentas, a certeza se fortalecia dentro de mim: eu havia encontrado o meu propósito. A menina que, aos cinco anos de idade, ouviu da sua querida Tia Cida que era inteligente e capaz de realizar qualquer coisa, agora se tornava mulher, pronta para abraçar o seu destino.

As palavras do livro de Provérbios ecoavam em minha mente: "Ensina a criança o caminho que ela deve andar, e ainda quando for velho não se desviará dele" (Provérbios 22:6). Eu, que havia trilhado caminhos tortuosos, agora tinha a oportunidade de guiar a mim mesma, e a outros, por uma estrada pavimentada de autoconhecimento, compaixão e amor.

(Continua...)

Transforme Sua Tensão em Poder (Continuação)

Parte 5: Reinventando a Rota

Capítulo 2: Vestindo a Capa de Heroína

O conhecimento se tornava poder, e eu, a cada novo curso, a cada nova mentoria, a cada novo aprendizado, sentia a força da transformação pulsando em minhas veias. "Mulher Magnética", "Master Love", "Análise Comportamental DISC" - cada um desses cursos, como peças de um quebra-cabeça, me ajudavam a construir a minha melhor versão.

A meta era clara: METAMORFOSE. Não apenas uma mudança superficial, mas uma transformação profunda, que começasse no âmago do meu ser e se expandisse para todas as áreas da minha vida. E o tempo para que essa transformação acontecesse era AGORA. Não amanhã, não quando as condições fossem ideais, mas no exato momento em que eu decidisse assumir o controle da minha história.

Meu DEUS, sempre presente, me guiava com a certeza do "já". Ele havia me sustentado nos momentos mais difíceis, me conduzido pelos vales escuros e me mostrado a beleza do topo da montanha. E agora, com a fé renovada e o coração transbordando de gratidão, eu estava pronta para retribuir, para usar tudo o que havia aprendido para ajudar outras pessoas a encontrarem a sua própria luz.

"Emagrecer e conquistar o MUNDO" se tornou mais do que um lema, era um mantra que eu repetia diariamente, com a certeza de que a transformação física era apenas um reflexo da revolução que acontecia dentro de mim. Eu me libertava dos pesos do passado, das crenças limitantes, dos medos que me impediam de voar.

E se, por um acaso, a insegurança ou a dúvida tentassem me desviar do meu caminho, eu havia feito um pacto comigo mesma: "Meu compromisso é me reencontrar quantas vezes eu me perder". A jornada não seria fácil, haveria obstáculos e reviravoltas, mas eu estava

disposta a enfrentar cada desafio de cabeça erguida, com a certeza de que a cada tombo, me levantaria mais forte.

Minha missão estava definida: "Fazer o que estiver ao meu alcance para ajudar pessoas como eu". Compartilhar a minha história, as minhas dores e superações, e mostrar que a transformação é possível para todos aqueles que ousam acreditar. E, acima de tudo, levar a mensagem que aprendi da forma mais difícil, mas também mais libertadora: "Ninguém é tão pobre que não possa doar um pouco de si, nem tão rico que não precise de ninguém".

(Continua...)