

Quaresma de Micael

By Renata Lis Bellinello



"A energia de Micael fortalece o caminho espiritual"

www.renatalis.com.br



Bem Vindo !

Que bom que você escolheu esse tempo para olhar para se conhecer melhor, cultivar e nutrir pensamentos que lhe permitirão florescer.

Estamos saindo dos ventos de Agosto, e caminhando em direção à primavera. Os dias começam a ficar mais quentes e longos. Na natureza, existe uma força impulsionadora de dentro para fora, em direção ao sol.



Micael e os anjos do céu nos convidam e auxiliam a realizar as transformações interiores e exteriores necessárias para uma melhor qualidade de vida.

Aproveite esta experiência!!!

Com muito amor

Renata Lis



Micael ficou conhecido como um guerreiro valente e destemido. Ele, representando o Bem, imbuído de coragem e fé, vence o Mal, representado por Satanás e algumas vezes por uma forma de dragão.

A luta entre o Bem e o Mal, entre a Luz e as Trevas acontece desde os princípios da humanidade.

Não somente fora do homem, em seu ambiente, mas principalmente no seu interior. O Homem que busca a verdade, precisa travar, em seu interior, lutas entre sua luz e sua sombra.

Se tomarmos Micael como exemplo, nos tornamos guerreiros. Mas não apenas de valentia, mas sim de uma nova perspectiva: a Consciência.

A Imagem de Micael nos expressa a coragem, a fé e o agir com consciência. Ele traz a força do pensar vivo e que conectado com o coração.



E a imagem do dragão? O que representa?

Os dragões estão em toda parte, dentro e fora dos homens. Nas nossas relações competitivas, na falta de tempo, nos preconceitos e discriminações, no dinheiro como forma de poder, no trabalho desvalorizado, na polarização, na ingratidão, nas queixas, no desânimo, na falta de serenidade, na descrença no amor e em tudo que torna o homem pequeno que desqualifica sua alma e o deixa sem vontade própria, distanciado da Grandeza Divina.

Lutar com os dragões é o desafio do homem moderno. Não devemos pensar em matar os dragões, pois seria como fingir que os problemas não existam. Com uma nova consciência, hoje, nossa missão é dominá-los, conquistá-los, redimi-los e transformá-los. De forma humilde, redirecionar a força do dragão, utilizando-a a nosso favor e em prol da Vontade Divina em nós.



O homem, que ergue seus pensamentos à Deus, imbuído de sua Força de Vontade e que tenha como objetivo uma causa justa, recebe dos mundos espirituais as forças necessárias para realizá-lo. Micael é o representante destas forças, porque ele próprio é um guerreiro celestial.

Quem é como Deus? Esta pergunta é o significado do nome Micael, também chamado de Príncipe da Luz.

Naqueles momentos onde nos encontramos em dúvidas e procurando respostas, nos alinhar com a energia de Micael, cujo nome já é uma pergunta, nos ajuda muito. Porque, melhor que ter respostas é saber formular as perguntas.



São Micael é comemorado no dia 29 de setembro. A Época de Micael é uma oportunidade de desenvolvermos o alimento anímico de ir par o mundo sem medo de agir.

Temos uma imagem de Micael forjando a espada no céu no mês de agosto, lançando faísca. Na Terra as vemos como estrelas caentes, que nos traz o ferro da espada de Micael.

*"Quando expulsas de ti todo
tumulto e toda agitação,
São Micael expulsa lá do céu
o terrível dragão."*



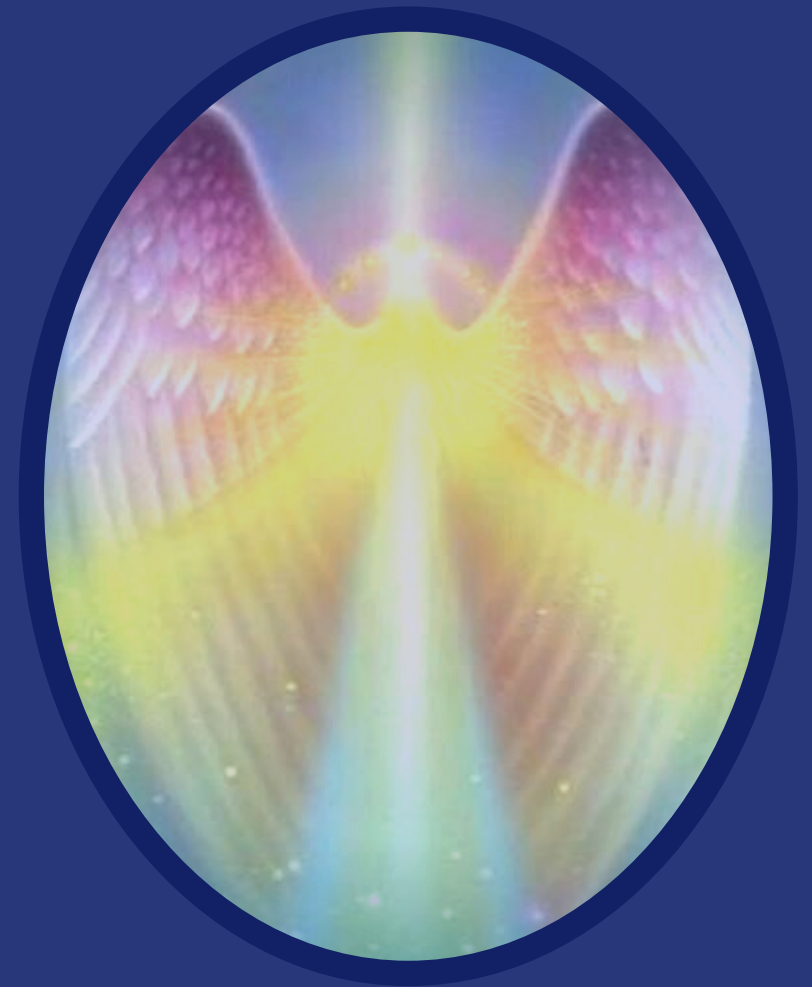
Micael traz querer, força e coragem.

Ele é o espírito solar.

O que é pensado sobre a Terra ele
aprova ou rejeita, mas somente se for
considerado justo diante do mundo
espiritual.

O fala, é algo do que ele se afasta.

Ele quer antes o pensamento!



Rudolf Steiner



A Quaresma de Micael, é a ponte entre o inverno e a primavera. Aquelas sementes que no inverno permaneceram adormecidas dentro de nós, agora, através da nossa coragem, podem ir em busca da luz e do sol. Crescer e dar frutos.

A Quaresma tem início no dia 20 de agosto e vai até dia 29 de setembro, onde é celebrada a Festa dos Arcanjos.

Neste período, recebemos do Mundo Suprassensível forças para nos conscientizarmos de nossas sombras e transformá-las.

Durante estes 40 dias, faça jejum ou abstinência e uma boa confissão para consigo mesmo.



Para começar nosso caminho o primeiro passo é olhar para os 4 aspectos de nossa vida.

O Espiritual, Emocional, Mental e Físico.

Neste ponto, começa a nossa confissão. Escolha para cada aspecto o seu ponto de melhoria.

Nos primeiros 10 dias iremos olhar para o nosso EU, o aspecto portador do espiritual. Nele carregamos a nossa autonomia, a capacidade de agir, a partir de nossa essência.

O próximo aspecto é o emocional, são padrões que trago na minha história.

Depois, iremos observar nosso mental, morada das crenças.

E finalmente, chegaremos no físico, onde temos nossos hábitos e comportamentos.

Seja sincero e corajoso para assumir as atitudes, comportamentos, pensamentos e crenças que necessitam de transformação.



O segundo passo para esta preparação é formular para cada aspecto um pedido particular.

O que é o pedido?

É quando nós falamos ao mundo espiritual sobre as nossas dificuldades, e nos colocamos em esperança para um futuro onde teremos transformado os nossos dragões.

Sempre com fé que Micael e seus anjos irão nos guiar e orientar neste desafio.



O terceiro passo é encontrar em seu dia um momento de silenciar, conectar com o divino.

Aqui podemos falar de meditação.

Está que é a jornada que nos leva do som ao silêncio, do movimento à quietude e do limitado ao ilimitado.

É neste espaço que você vai elevar seus pedidos à Micael, conversar com seu anjo e escutar o mundo espiritual.

Este que nos responde através inspirações, coincidências e intuições.



Reze a São Miguel Arcanjo ou Micael

1

Nos dez primeiros dias da quaresma por cura e libertação de todos os vícios em nós ou em nossos familiares.

Aqui temos o aspecto espiritual do nosso caminho.

2

Na segunda etapa da quaresma, rezamos além das nossas intenções particulares, também por toda a cura e libertação de maldições das gerações de nossa família.

Nestes dias iremos olhar para o aspecto emocional.



3

Na terceira etapa da quaresma, rezamos por toda libertação de males que possam ter atingido nossas vidas e nossos negócios. O aspecto mental está em foco nestes dias.

4

Na etapa final da quaresma, rezamos por toda cura e libertação física, doenças físicas. O aspecto físico será cuidado nestes dez dias finais



LEMBRE-SE:

A intenção deste período é criar uma nova consciência, expandida;
reconhecer
nossas forças e nos aproximarmos da nossa Essência.



Agora você tem a relação do que quer transformar, já colocada em pedidos. estabeleceu o horário que irá se conectar com o Divino, então é o momento de começar a caminhar.

Vamos lá?



"O valor de uma introspecção tranquila depende menos daquilo que se contempla, do que o fato de se encontrar, intimamente, a força que tal calma interior desenvolve."

Rudolf Steiner



- **Espiritual** : “O que em mim me afasta da minha autonomia?”

Autonomia é a nossa capacidade de tomar decisões, adaptar comportamentos, avaliar desafios. Sempre com olhar de aprendizado, assertividade e coletividade.



- **Emocional** : “O que trago em mim como padrão familiar que me afasta de minhas escolhas genuínas, de ser protagonista da minha história? “
Olhar para as repetições familiares.



- **Mental:** "Que crença tenho em mim que me afasta da fé e proteção permitindo que energias contraditórias ajam em minha vida?"

A forma como penso, como me vejo e como penso a vida.



- **Físico:** “Quais os hábitos que tenho que reduzem minha saúde e qualidade de vida?”



MEDITAÇÃO PARA ÉPOCA DE MICAEL

Temos que erradicar da alma, com a raiz,
Todo o medo e temor daquilo que do futuro,
Vem ao encontro do homem.

Serenidade em relação a todos os sentimentos e sensações
Perante o futuro, o homem deve adquirir.

Encarar com absoluta equanimidade tudo aquilo que possa vir
E pensar somente que tudo o que vier

Virá a nós de uma direção Espiritual plena de Sabedoria.

É isto o que temos que aprender em nossa época:

Viver em plena confiança sem qualquer segurança na existência.

Confiança na ajuda sempre presente do mundo espiritual.

Em verdade, nada terá valor se a coragem nos faltar.

Disciplinemos devidamente nossa vontade

E busquemos o despertar interior,

Todas as manhãs e todas as noites.

Rudolf Steiner



Oração

Pela manhã:

Oh Micael,

À tua proteção eu me recomendo

À tua direção eu me uno

A partir da força do coração

Que o dia de hoje se torne espelho

Da tua vontade que ordena o destino

À noite:

Carrego meu pesar ao sol poente

Coloco minhas preocupações em teu

colo resplandescente,

Para que purificadas na luz,

Transformadas no amor,

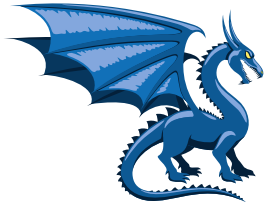
Elas retornem como pensamentos que auxiliam,

Como forças para agir no novo dia.



Exemplo de Dragões

Dragões



AGRESSIVIDADE
APATIA
APEGO
AVAREZA
CIÚME
CONTROLE
COVARDIA
CULPA
DEPENDÊNCIA
DESONESTIDADE
DISCÓRDIA
EGOÍSMO
ESTAGNAÇÃO
ESTUPIDEZ
FANATISMO
FRACASSO
FRAGMENTAÇÃO
FUTILIDADE
HIPOCRISIA
IGNORÂNCIA

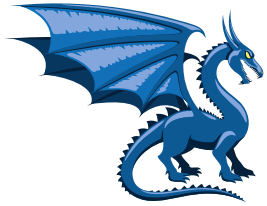
Dragões Transformados



AUTOCONFIANÇA / BONDADE
CUIDADO / CELEBRAÇÃO / MAGIA
LIBERDADE / ABUNDÂNCIA
ABUNDÂNCIA/ INTEIREZA
DIÁLOGO/ SEGURANÇA/ DESAPEGO
PRESENÇA / LEVEZA
CORAGEM / AÇÃO / REVELAÇÃO
PERDÃO / AUTOPERDÃO / DESAPEGO
AVENTURA / EXPANSÃO / LIBERAÇÃO
HONESTIDADE / CLAREZA/ VERDADE
APOIO/ HARMONIA / EQUILIBRIO
TERNURA / ALTRUÍSMO/ GENEROSIDADE
FLEXIBILIDADE / SONHO / EXPECTATIVA
EDUCAÇÃO / INTERCONNECTIVIDADE
ENTUSIASMO / VISÃO CLARA/ FRATERNIDADE
PROPÓSITO/ PERSEVERANÇA / MOTIVAÇÃO
INTEGRIDADE/ COERÊNCIA / SINTESE
PERFEIÇÃO / PROFUNDIDADE/ NUTRIÇÃO
SABEDORIA/ VERDADE / PERCEPÇÃO
COMPREENSÃO / DISCERNIMENTO



Exemplo de Dragões



Dragões

IMPACIÊNCIA
IMPRUDÊNCIA
INDECISÃO
INTOLERÂNCIA
INVEJA
JULGAMENTO
LUXÚRIA
MAU HUMOR
NEGLIGÊNCIA
ORGULHO
PESSIMISMO
POSSESSIVIDADE
PREGUIÇA
PREOCUPAÇÃO
RAIVA
TEIMOSIA
TIRANIA
TRAIÇÃO
VIOLÊNCIA
VITIMAÇÃO

Dragões Transformados

RITMO /PACIÊNCIA/RESPIRAÇÃO
DISCERNIMENTO/ RESPEITO/ESPONTANEIDADE
AUTOCONFIANÇA / COMPROMETIMENTO
COOPERAÇÃO/FRATERNIDADE
APRECIACÃO / DELEITE/ ABUNDÂNCIA
BELEZA / CLAREZA / COMPAIXÃO
COMUNHÃO / CONTEMPLAÇÃO
ALEGRIA/ DIVERSÃO/ BELEZA
PRESENÇA / ZÊLO/ CUIDADO
ABERTURA/ ENTREGA/ ESPONTANEIDADE
POSITIVIDADE / FÉ
LIBERDADE /ABERTURA/ LIBERAÇÃO
DISPONIBILIDADE / DISCIPLINA/PROPÓSITO
GRATIDÃO/ RESILIÊNCIA/ FÉ
FORÇA/ TRANSFORMAÇÃO/ SABEDORIA
CAPACIDADE DE OUVIR / CALMA
LIBERDADE/ SOLIDARIEDADE
INTERGRIDADE/ APRECIACÃO
PAZ/ TOLERÂNCIA
RESPONSABILIDADE/ PODER



Respire, desacelere, expanda sua percepção do comum e veja as oportunidades em novos lugares.

Escreva seus sentimentos, emoções, insights e coincidências.

Aproveite o processo! Será nutritivo e mágico!





" São Micael, São Micael
Ajuda-nos a dominar este terrível
dragão.

Sob tuas asas de ouro empunhando
sua espada de luz com o coração
radiante vamos as trevas
transpassar."



" As portas do céu vão se abrir
e resplandece Micael.
Seus passos eu quero seguir,
com sua luz o mal banir"



Anote seus insights e inspirações.

A large circular graphic with a watercolor background in shades of blue, purple, and pink. Inside the circle, there are ten horizontal green lines for writing.

Sobre a autora

Renata Lis Bellinello

Bacharel em Administração, Coach, Terapeuta Floral .

Dedica-se há 21 anos aos estudos de Rudolf Steiner e a vivenciá-los para o desenvolvimento humano.

Estudiosa dos ritmos e Festas Cristãs, oferece workshop para autoconhecimento e desenvolvimentos.

Trabalha auxiliando, através do coaching, as pessoas a viverem de forma plena e alinhadas com seus valores e propósitos.



www.renatalis.com.br

Instagram: @renataliscoach

Telegram: Renata Lis Coach

Copyright©Renata lis Bellinello, 2020.

Material para uso pessoal.

Proibida a reprodução total ou parcial desta obra, por qualquer forma ou meio eletrônico e mecânico, sem a autorização explícita da autora, exceto em citações breves com indicação da fonte. (Lei nº 9.610 de 19.02.1998).

Todos os direitos reservados.