



## CANALIZAÇÃO VESTA

Queridos irmãos estelares agradecemos o convite eu sou o comandante Vesta da nave de Orion integrante da frota das naves spleidianas em missão no planeta terra estamos aqui observando com todo o carinho, com todo o amor cada ser cada deslocamento de energia cada forma de entender e estamos aqui para ajudá-los a transpor esse momento de passagem vou me comunicar de forma mais lenta para que eu possa facilitar a tradução para o canal somos amigos e estamos muito felizes de participar desse momento histórico já que o laboratório de Gaia faz parte de uma mudança em todo o universo vários aqui na América do sul na Europa vários na América do norte e especialmente na América do sul são parte nossa especialmente as crianças douradas tão presentes aqui na América do sul são soldados nossos e estamos aqui para aumentar o nível de luz do planeta fazemos isso com muito amor e com a certeza de que essa é uma missão muito importante trago-lhes uma informação que vai lhes facilitar o entendimento agora tente sintonizar-se dentro de você na sua própria luz fique calmo as mudanças trazem algumas alterações mas sempre necessárias quando apertar a passagem pelo cinturão de fótons seu corpo físico automaticamente transformará seu DNA acelerando suas fitas transformando você numa nave cristalina seu corpo físico torna-se mais ágil mais brilhante sem doenças sem defeitos ensinaremos a todos todas as técnicas necessárias no momento certo para reconstruir partes físicas do corpo cada ser presente no planeta faz parte de toda essa mudança sabemos que alguns não irão conseguir mas sabemos também que é uma escolha pessoal e veneramos cada uma das escolhas que cada ser fizer tentem cuidar o tipo de pensamentos e emoções a que se sujeitam e a que sujeitam suas células tentem sentir prazer em todas as atitudes e tentem sentir todas as atitudes façam tudo de forma consciente sinta a sua natureza o seu meio ambiente seus amigos seus inimigos seus animais suas plantas sintam cada momento cada instante vivam o presente de vocês aqui e nesse instante tentem agir como se fossem observadores antes de vir pra essa vida pra essa existência você sabia dessa mudança física não há necessidade de dores quando aparecer a dor respire peça diga dê a ordem da saúde do equilíbrio você dirige seu corpo você dirige sua nave todas as células obedecem o comandante, você a qualidade da comida do alimento que você coloca na sua mesa interfere no vibracional da sua nave, do seu corpo a qualidade do som que você emite na forma de palavras interfere na vida na qualidade de vida das suas células a qualidade da energia dos seus pensamentos e das suas emoções são o alimento maior que você fornece para cada célula do seu corpo e é você o responsável e quem dirige tudo isso Há um instrumento muito eficiente que poucos no planeta estão usando todos tem acesso a ele chama-se silencio alguns chamam de meditar o silencio é a forma mais eficaz e rápida de restabelecer o equilíbrio do seu corpo o silencio da mente o silencio das emoções o silencio das palavras o silencio abre um espaço divino aberto e permite a entrada do divino em cada ser o silencio é o instrumento mais rápido para restabelecer o equilíbrio do seu corpo silenciar significa rezar as críticas as opiniões e avaliações são formas disfarçadas de críticas elas trazem um potencial que desencadeia reações via radicais livres que desestruturam sistemas bioquímicos das suas células a raiva o medo a vergonha a insegurança são vibracionais similares vibracionais de regeneração de células o mais importante alegria, otimismo, bom humor, rir, sorrir, amar fé esses instrumentos são regeneradores quando chegarmos passaremos técnicas rápidas mas a mais importante que você já pode usar porque você já tem aqui é sons, sons com intensidade de construção existem sons que vocês usam tanto na forma falada quanto em instrumentos musicais que transmitem

vibracionais de regeneração vocês tem sons que rasgam células que são vibrações de desconstrução procure saber qual o som certo seus doentes já poderiam estar usando vou passar para um colega a palavra para que ele possa explicar a questão da alimentação. Boa tarde continuando então a alimentação os alimentos vivos seria interessante colocar na comida que ingerem hoje alimentos crus eles não devem ter sido colhidos e guardados, você deve ter algum alimento que você possa colher e utilizar sem cozinhar os alimentos cozidos ou congelados eles perdem a energia vital (47:03) eles tem um conteúdo de luz muito pequeno não vou nem comentar sobre produtos que vocês chamam de alimentos que na verdade são um dos fatores de intoxicação maior do corpo físico falando então dos que são de alguma forma alimentos vocês devem incluir nas suas refeições alimentos crus e colhidos na hora todos podem fazer isso mesmo que morem sem terra e sem local pra plantar se estruturarem para te à mão em locais pequenos plantas que possam ou frutas pra comer cru qualquer folha até capim tem mais energia vital do que aquilo que vocês põe no prato através dessa luz que os alimentos vivos, os alimentos crus carregam você consegue com muita facilidade reconstruir locais de seu corpo que você vai estragando durante suas experiências porque essa luz, ela traz conteúdos, pacotes de energia divina então tem um som que quando ingerido as células reconhecem e reestruturam no seu conteúdo o mesmo som original restabelecendo assim o equilíbrio Alimentos crus, alguns alimentos em que amigos de vocês bactérias e fungos constroem pra vocês também são alimentos vivos, estou tendo dificuldade de acessar palavras, isso os grãos de kefir do Tibet, iogurtes, existem compostos com frutas, quando você consegue fazer fermentações esses amigos estão entregando pra vocês alimentos vivos já alguns fermentos e bactérias que são utilizados pela medicina de vocês como remédios a maior parte deles senão todos são prejudiciais, eles acabam se tornando venenos vocês precisam ter cuidado com os medicamentos que vem sendo utilizados talvez o medicamento melhor esteja na forma como você alimenta suas células A questão de limpeza do teu corpo a limpeza interna ela se faz de duas formas, a respiração que deve ser profunda e de forma consciente onde você pode incluir cores e sensações você inspira e coloca a sensação ou coloca a cor a intenção e isso é um alimento e também uma forma de limpar e os líquidos que você coloca pra dentro através da água e coisas assim, derivados da água você vai varrendo todas as toxinas que seu corpo vai acumulando toxinas também que são produzidas pelo teu corpo como forma de defesa a pensamentos e emoções que você em que você vibra, por exemplo, você sente raiva de alguém seu corpo dá uma resposta química então essa toxina se acumula em algum canto precisa ser varrida a água é o melhor veículo que o planeta terra tem A medicina de vocês tem hoje pode ter vazão em algumas praticas mais inteligentes, vocês devem prestar mais atenção nos medicamentos que trabalham com energia, com vibrações a forma de fazer um medicamento interfere na cura do paciente, a forma de fazer o alimento, de plantar o alimento, de comer o alimento, de defecar o alimento, interfere na saúde de vocês. Vocês são seres vibracionais e não se dão conta disso as dores que sentem no corpo físico é a somatização de todos esses erros, eu acho que era isso, eu vou passar pra o colega que vai conversar com vocês desculpem eu não estou muito acostumado a falar.

Boa tarde a todos, eu estou acostumado a falar, especialmente no coração há uma forma de cura muito especial e eu gostaria de transmitir pra vocês isso o mestre Kuan In trabalha com isso o tempo inteiro, mestre Rowena, mestre Nada, e tantos outros que vocês conhecem vocês vão achar engraçado, mas a terapia do riso, vocês seres humanos são muito pouco humorados, vocês não sabem fazer piadas as piadas que eu escuto quase sempre são de mau gosto que dá vontade de rir de tanto mau gosto vocês seres humanos podiam rir o tempo inteiro a cada cinco minutos dar uma risada, a cada 5 segundos sorrir o sorriso faz bem ao rosto, o sorriso faz bem à alma não tem como ficar doente se você ficar sorrindo vocês não exercitam os músculos do rosto, vocês não exercitam os músculos do cérebro tem que sorrir tem que mexer todos os músculos eles ficam enferrujados se você não os exercitar vamos lá vocês fazem teatro, mímica, mas vocês fazem muito pouco, sorrindo, vamos lá sorria pra dentro ninguém vê você não consegue sorrir? Eu estou enxergando vocês, você tem que sorrir, o sorriso, o riso, a risada vocês podem começar com um exercício simples vocês falam essa língua e nessa língua vamos lá ra re ri ro ru, vamos lá ela fala baixinho eu queria mais alto vamos lá: ra re ri ro ru vocês tem que rir mais é importante rir porque quando você ri você dá uma mensagem para todo o seu sistema endócrino e suas glândulas começam a liberar produtos que fazem seu coração vibrar as cordas do seu coração vibram com o riso com a alegria a alegria é a energia que alimenta, que dá luz e

brilho às suas células é tão forte a energia do riso, da brincadeira, da alegria que dá vontade de chorar você já riu com vontade? Quando você ri com vontade o que acontece com seus olhos? Enche de lágrima porque você libera, a glândula lacrimal libera o seu fluido seu corpo sua, libera, dá vontade de fazer xixi dá vontade de colocar tudo pra fora, não é assim? Porque eu disse que mestre Kuan In, mestre Nada e mestre Rowena gostam de rir, porque o amor é alegre, o amor é riso, o amor traz alegria e quando você está alegre você ri, você sorri, não é assim? Parece um pasmado está sempre rindo porque está amando entenderam? Você precisa rir e sorrir se achar que vai ficar muito estranho só dando gargalhadas, então sorria todo mundo vai pensar que você está apaixonado e você tem que estar apaixonado você está vivendo um momento especial do planeta terra você precisa estar apaixonado por isso e os olhos choram e o corpo começa a ficar elétrico e todas as células vibram na sintonia da alegria esse é o grande medicamento e é de graça, não se paga nada você sabia que pra você sorrir ou pra você rir você gasta menos do que pra enrugando a testa? Você não sabia disso não é? Mas é verdade você sorrindo de manhã à noite, você está dando a mensagem certa para o rejuvenescimento por que os grandes mestres têm sempre uma expressão de serenidade e de riso? E porque eles estão sempre sorrindo? Porque a paz que está dentro deles significa alegria você já viu algum mestre sisudo? Ou carrancudo? Não, alguns são quietos, não riem tanto, mas eles sorriem, há serenidade nos olhos, o riso, o sorriso é no olhar, é no resto do corpo, a boca, tudo, as mãos sorriem há uma liberação de tudo há uma flexibilidade, há uma sintonia harmônica do seu corpo com o vento, com a água, com tudo o que está a sua volta A voz dela é melodiosa (01:02:57) fica até estranho, meu lado masculino acha estranho, mas é interessante os homens daqui falando mais suave vocês iam dar risada não? Tem algum homem aqui que fale suave? Então, olho só, eu estou falando suave com uma voz feminina é claro que isso vai dar belas risadas em alguém, mas interessante a suavidade da voz dela tem melodia, harmonia o seu instrumento vocal ele tem que transmitir a alegria interna seja uma voz máscula ou feminina você tem que transmitir através da voz toda a sintonia interna do seu coração da sua alma e então não adianta só sorrir aquele sorriso amarelo você precisa sentir o sorriso, o riso é claro que no começo pra quem não está muito acostumado a sorrir e muito menos a rir o sorriso vai sair assim meio sem graça mas ria desse riso sem graça e daqui a um pouquinho você vai estar sorrindo de boca, dentes, todo o teu corpo vai estar sorrindo esse é o medicamento que todo o médico deveria usar tem que transmitir esse otimismo tem que transmitir, educar o paciente na sintonia da alegria, grandes professores, é isso que vocês tem que ser e pra ser um grande professor você tem que ter um modelo grande e então você tem que estar sempre sorrindo porque é muito especial estar aqui dentro de um corpo físico neste instante de mudança em que o corpo físico está se alterando automaticamente com o planeta a mudança é dentro do corpo físico o ser espiritual que alimenta esse corpo está servindo de maestro pra essa mudança é como se uma orquestra sinfônica regida por você estivesse passando da valsa pro samba ou o inverso o maestro é o mesmo só mudou essa vibração isso é mágico, você, a orquestra não para de tocar está tocando um tipo de musica e vai mudando para um outro tipo de musica e quem dirige isso é o maestro e isso não é bonito e isso não é alegre e isso não é um motivo mais do que suficiente pra sorrir? Então, sorria. Sorria sempre, desenruga a testa permita que seus olhos também chorem de alegria permita que todo o seu corpo se abra vocês têm espaços entre as estruturas celulares deixem isso ficar com mais elasticidade deixem esses espaços serenos, suaves, alegres. A energia da alegria estimula e fazem vibrar com maior intensidade todas as estruturas das células e elas têm o mesmo tom da música das esferas Mozart sabia disso e todos os grandes mestres da música sabiam disso tente cantar quando fala, tente sorrir quando olha, vamos, você sabe fazer isso, exercite agora, vamos lá, feche os olhos pra ninguém ver e sorria, vamos, use a boca, use toda a estrutura do seu rosto faça o seu coração vibrar nesse riso feche os olhos e vamos e abra o coração e sorria sinta-se tão feliz por estar recebendo essas informações, por estar participando dessa mudança estrutural sinta-se super feliz, mais do que super feliz, hiper feliz... ok as palavras se esgotaram e então você continua feliz? Sorrindo? Abra os olhos e continua sorrindo, olha pros teus amigos aí e sorria pra eles, vamos, aprenda a sorrir, isso risadinhas também valem, você precisa sorrir Se vocês sorrissem um pouquinho mais não teria tanta confusão por aí sorrisos, carrancas é muito caro, gasta muita energia, sabiam? Você queima mais ATPs fazendo carranca do que sorrindo, olha a tranqüilidade de um sorriso, experimenta sentir, há um relaxamento em todos os músculos. Essa é a minha mensagem, é isso o que eu realmente gostaria, precisamos viver num mundo feliz, precisamos estar em locais

felizes, precisamos viver num templo feliz o templo feliz exala felicidade, exala amor e isso é o vibracional da 5ª dimensional, isso é a musica das esferas, os grandes patetas que vocês conhecem são felizes, sorriem bastante, riem bastante (01:10:00) vibram bastante e morrem muito tarde, as vezes ficam pra semente, então sorria, alguns são tão tímidos, vamos lá sorriam, ok, muito bom estar aqui, eu gostei do sorriso de vocês prometem que vão sorrir de verdade né? Uma dica, fecha a porta, olha para o espelho e dá um belo sorriso pra você eu tenho certeza absoluta que você vai começar sorrindo e daqui a um pouco você vai estar dando altas gargalhadas e se acostume a fazer isso todas as manhãs olhar para você no espelho e começar a rir e até pode dar uns elogios, você vai fazer isso todas as manhãs na hora de escovar os dentes. Se você rir e rir não significa ser irresponsável rir significa aceitar a experiência pelo lado positivo que ela te traz o lado meio difícil é só a forma de chegarmos no lado fácil só isso, boa tarde, boa noite, bom dia, ok.

Então tiveram uma aula do comandante do riso, muito bom estar com vocês se preparem então para tudo o que esta chegando não se assustem são coisas simples, muita calma sorriam enfrente tudo com o amor que você tem no seu coração sintam-se bem e bem acompanhado e quando começar a nos enxergar porque a sua 3ª visão irá se abrir sorria pra nós também talvez alguns sejamos apenas imagens de luz outros talvez nos apresentemos na forma humana para facilitar, mas especialmente seremos amor no coração sempre somos irmãos sim e vocês vieram pra uma missão mais demorada e hoje não se lembram nem de nós e nem de vocês e nós estamos aqui para lembrar das brincadeiras que fazíamos, dos projetos, das discussões científicas e especialmente do amor que sempre vai nos unir e agora viemos para ajudar a construir o paraíso aqui na terra Havona aqui e isso nós lembramos muito bem e então podem contar com os seus amigos e irmãos aqui na América do Sul Espleidianos seremos mais evidentes neste local onde estamos agora os Arcturianos e todos daquele sistema mas também não importam muitos nomes vocês irão nos conhecer pelo amor, pelo jeito de olhar, pelos fluidos dourados que emanamos e pelos risos e sorrisos porque estamos muito alegres por estar aqui. Nós tínhamos um recado que nos colocaram e é claro que isso não somos nós parece que o canal disse que o natal começou antes por aqui, parece que o espírito do natal começou agora e isso é uma grande forma de fazer com que todos relembrem, aqui existem coisas muito bonitas para reconstruir assim como o riso, o sorriso e quem sabe fazer com que esse natal já seja melhor muitas coisas irão nos acontecer, a nós e a vocês e com certeza teremos um natal muito especial esse recado não é nosso, vocês sabem, mas como somos instrumento também então, um natal feliz, de coração, amamos vocês e amamos as brincadeiras que trazem luz às missões que as vezes assumimos que são um pouquinho pesadas, mas que finalmente está chegando ao final e então há sempre um sorriso, enfim, boa noite.

*Canal Lucette Moraes*

*Transcrição Luisa de Araújo Rosito*