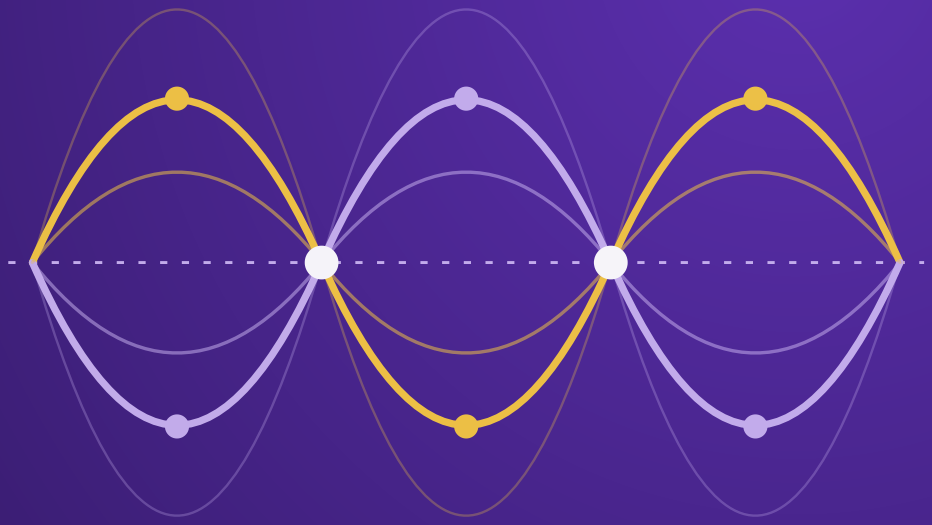


O AVESSO DA FREQUÊNCIA · 50 HZ

Apatia

A luz que mora na apatia.

Toda frequência guarda um presente, até as mais densas. Aqui você conhece o avesso da apatia e a ponte para sair dali com leveza.

aline cunha
MODULADORA ✦ QUÂNTICA

MUNDO DA ILUSÃO · NÍVEL PRIMITIVO

O avesso *da apatia*

Na apatia falta energia, falta vontade, falta cor. Parece só escuro, e mesmo assim ela guarda um recado do seu corpo.

LUZ

O corpo puxando o freio depois de muito tempo em guerra. Um pedido honesto de pausa e de cuidado.

SOMBRA

A desistência de si. Quando a pausa vira abandono, e a vida passa a acontecer sem você dentro dela.

De onde ela costuma nascer. No campo, a apatia costuma vir de uma informação de esgotamento acumulado. Anos segurando tudo, lutas que pareciam sem fim, um tempo em que sentir doía demais e o sistema escolheu desligar para se proteger.

SINAIS DE QUE A APATIA ESTÁ ATIVA

- Tarefas simples parecem enormes, e o dia passa sem você perceber.
- As coisas que antes davam alegria hoje parecem sem cor.
- Você sente cansaço mesmo depois de dormir.
- Quando perguntam o que você quer, a resposta mais honesta é: não sei.

PRÁTICA DE TRANSIÇÃO

A ponte *da luz*



Reserve cinco minutos, num lugar tranquilo. A luz da apatia é a ponte para sair dela.

1. **Nomeie o momento**
   Diga em voz baixa: eu estou sentindo apatia, e isso é um momento.
2. **Encontre a luz**
   Complete a frase: o meu corpo pede pausa porque lutou muito por... Reconheça essa luz como algo bonito em você.
3. **Respire na luz**
   Por três minutos, com a mão no peito, respire devagar e imagine um ponto dourado crescendo a cada inspiração.
4. **Um gesto de transição**
   Escolha um cuidado pequeno com o corpo hoje: um banho demorado, um alimento colorido, dez minutos de sol.
5. **Ouça o áudio de transição**
   As ondas de informação ajudam o seu campo a soltar a apatia e a sintonizar uma frequência mais coerente.

FRASE PONTE

Eu me permito pausar, e a minha energia volta a florescer.

Repita a frase três vezes, em voz alta, sempre que precisar. Este material é uma leitura informacional e complementar, em respeito ao livre-arbítrio e ao bem maior, e caminha junto com o acompanhamento médico e psicológico. Escala de Ágatha: @agatha_evolucao.

O PRÓXIMO PASSO

Você pode recomeçar.

E o seu campo pode acompanhar.

GRATUITO

Toda semana eu faço uma modulação coletiva no **Quantumverso**. Peça o link pelo WhatsApp.

Quero o link

INDIVIDUAL

Quer saber em que frequência o seu campo está vibrando? Eu faço a aferição e a leitura do seu campo. Fale comigo no WhatsApp.

Falar com a Aline no WhatsApp

aline cunha

MODULADORA ✦ QUÂNTICA

WhatsApp (11) 93263-1763 · @eusou_alinecunha · www.quantumverso.com.br

Gratidão por você ter chegado até aqui.