# A CHAVE DO SEGREDO
# (A New Beginning I)
# Abraham Hicks

**"A Chave do Segredo" é um livro escrito pelos Abraham, na pessoa de Esther Hicks, cujo título original é "A new begining, I" (Um novo começo, I), publicado no Brasil pela Editora Ediouro.**

**Agradecimentos especiais à Adriana Silveira e Cláudia Breithaupt - membros do grupo Abraham-Hicks_Brasil, por nos estender o conhecimento através de suas transcrições tão preciosas. Também à Tânia Borges, também membro do grupo, pela reunião dos capítulos no formato livro.**

**À titulo de melhor adequar as transcrições, separamos os tópicos em capítulos. No livro original, a partir da Parte II não há separação por capítulos, apenas tópicos.**

**Fonte:** http://www.abrahamhicksbrasil.webs.com

**A CHAVE DO SEGREDO**
**(A New Beginning I)**
**Abraham Hicks**

**INTRODUÇÃO.....1**
UMA VIVÊNCIA EXTRAORDINÁRIA.....1
O DESAFIO DE EXPLICAR.....3
A CLAREZA.....4
SOMOS AMIGOS DE SEU MUNDO INTERIOR.....5

**PARTE I**

**CAPÍTULO 1**

**QUEM É ABRAHAM, QUEM É VOCÊ E QUAL É A IMPORTÂNCIA DE NOSSA INTERAÇÃO.....5**
TODOS OS MOMENTOS DE SUA VIDA.....6
NÓS ESTAMOS MUITO VIVOS – E MUITO ENVOLVIDOS COM A VIDA.....6
NA VERDADE, UM MESTRE É UM ESTIMULADOR DO PENSAMENTO.....7

**CAPÍTULO 2**

**CRIAÇÃO POR INTENÇÃO DELIBERADA - OU POR OMISSÃO.....8**
O PAPEL DO PENSAMENTO NA CRIAÇÃO .....8
VAMOS DEFINIR A LEI DA CRIAÇÃO EM TERMOS BEM SIMPLES: DESEJE E CONSIGA.....9
OFEREÇA APENAS OS PENSAMENTOS E AS PALAVRAS QUE VÃO NA DIREÇÃO DO QUE VOCÊ QUER.....10
A RESPONSABILIDADE INTRANSFERÍVEL.....10
EXERCÍCIO PARA A CRIAÇÃO DELIBERADA.....11
O SENTIMENTO NA EQUAÇÃO.....12

**CAPÍTULO 3**

**RECONHEÇA A COMUNICAÇÃO DE SEU MUNDO INTERIOR (ÍNTIMO E SECRETO).....13**
A ALTERAÇÃO DAS CRENÇAS.....14
O DESEJO TEM DE SER EXATAMENTE O QUE FOI ESBOÇADO.....14

EXERCÍCIO: PONTE PARA
ACREDITAR.....15

**CAPÍTULO 4**
**QUAIS SÃO AS BARREIRAS (QUE NÓS MESMOS ERGUEMOS) PARA A CRIAÇÃO DELIBERADA.....17**
EXERCÍCIO PARA O CONTROLE CRIATIVO
DELIBERADO.....18

**CAPÍTULO 5**
**DEFINA SUA INTENÇÃO A CADA NOVO MOMENTO DO DIA PARA SE TORNAR UM FILTRO SELETIVO.....19**

**CAPÍTULO 6**
**MANTENHA A INTENÇÃO SEGMENTADA (OU COM FOCO VOLTADO) PARA ELIMINAR AS INFLUÊNCIAS NEGATIVAS OU OS VELHOS HÁBITOS.....20**
O AFASTAMENTO NECESSÁRIO
.....21
AS INTENÇÕES
DOMINTANTES.....22

**CAPÍTULO 7**
**A CHAVE PARA DESCOBRIR O PROPÓSITO DE SUA VIDA.....23**
EXERCÍCIO PARA ABRIR CAMINHO ENTRE SEUS MUNDOS FÍSICO E INTERIOR.....23
VIA DE MÃO DUPLA E
PERMISSÃO.....24

**CAPÍTULO 8**
**SUA CONEXÃO COM O PRÓXIMO (CADA SER COM QUEM VOCÊ INTERAGE) E COM TUDO-O-QUE-EXISTE.....25**
MUITO ALÉM DO QUE SE
IMAGINA.....26
SEU MECANISMO CRIATIVO ESTÁ SEMPRE
FUNCIONANDO.....26
A ÓBVIA
FELICIDADE.....27
A RESPONSABILIDADE
INDIVIDUAL.....28
QUAL É SEU OBJETIVO PARA ESTA EXPERIÊNCIA DE VIDA
FÍSICA?.....28
O CAMINHAR SEMPRE
ADIANTE.....29
VOCÊ CRIA SUA EXPERIENCIA
FÍSICA.....29

**CAPÍTULO 9**

**TEMPO DE DESPERTAR.....30**

AS CONTRIBUIÇÕES MÚTUAS.....31

A VERDADEIRA NATUREZA.....32

**CAPÍTULO 10**

**A IMPORTÂNCIA DE SUA INTERAÇÃO FÍSICA COM OS OUTROS.....34**

A PERMISSÃO PARA SIMPLESMENTE SER.....35

COMUNICAR É PRECISO.....36

A VERDADEIRA LIBERDADE.....38

CONTÍNUA PERSPECTIVA DE MUDANÇA.....39

**CAPÍTULO 11**

**O REALINHAMENTO DO PLANETA TERRA.....40**

MAIOR INTENSIDADE.....41

SEMPRE UMA QUESTÃO DE ESCOLHA.....43

PODEROSOS CATALIZADORES.....44

OS PENSAMENTOS DE MEDO, SEM BASE.....45

PAISAGEM PINTADA NA MENTE.....46

DIÁLOGO ESCLARECEDOR.....47

**CAPÍTULO 12**

**UM NOVO COMEÇO.....48**

O INSTRUMENTO SUFOCADO.....50

NADA VEM SEM PERMISSÃO.....51

**CAPÍTULO 13**

**A CRIAÇÃO MAGNÍFICA NESTA ERA DE EXPANSÃO DE ENERGIA.....51**

SATISFAÇÃO A CADA LAMPEJO.....52

**CAPÍTULO 14**
**UMA PODEROSA MESCLA DE INTENÇÕES.....54**
ALTERAÇÕES A CADA
ETAPA.....55

**CAPÍTULO 15**
**APLIQUE O PROCESSO CRIATIVO PARA A ITERAÇÃO HARMONIOSA NESTA NOVA ERA.....57**
SUA INTERAÇÃO MÚTUA EXPANDE SUA EXPERIÊNCIA DE VIDA INDIVIDUAL E COLETIVA.....57
BREVE RESUMO DO PROCESSO
CRIATIVO.....59
PATAMAR DA
COMPREENSÃO.....60

**PARTE II**

**CAPÍTULO 16**
DÚVIDAS E ESCLARECIMENTOS – APROFUNDANDO OS TEMAS DOS CAPÍTULOS.....63
TUDO O QUE VOCÊ QUER É
SEU.....63

**CAPÍTULO 17**
CANALIZAÇÃO: ENTRE O BEM E O MAL.....66
VOCÊ CONVIDA TUDO POR MEIO DE SEU
PENSAMENTO.....67
SOB TOTAL
CONTROLE.....68

**CAPÍTULO 18**
LEIS GERAM MAIS...LEIS.....70
AS CRENÇAS
ABSORVIDAS.....71
COMO EXPANDIR A AUTO-
ESTIMA.....72
REVERSÃO DE DANOS
ESTRUTURAIS.....73

**CAPÍTULO 19**
PRIMEIRO DE MAIO DE
1988.....73
A CURA (OU A ENFERMIDADE) PELA
FÉ.....74

**CAPÍTULO 20**
SINTONIA DOS RELACIONAMENTOS.....77

**CAPÍTULO 21**
A VERDADE INDIVIDUAL.....80
DE ONDE VEM A CULPA.....80

**CAPÍTULO 22**
MEDITAÇÃO, PASSO A PASSO.....82
ISSO É LITERALMENTE O DESPERTAR DE QUE ESTAMOS FALANDO.....85

**CAPÍTULO 23**
A INFLUÊNCIA DAS LEITURAS.....86
CONFIE EM SI MESMO, VOCÊ PODE.....87
DEPOIS DO AJUSTE DE EIXO.....88
AS ESCOLHAS ALHEIAS.....88

**CAPÍTULO 24**
ONDE COMEÇA A CRIAÇÃO NEGATIVA.....90
AGENTES DE LIBERTAÇÃO.....92

**CAPÍTULO 25**
PERMISSÃO, A GRANDE BARREIRA.....3
INTENÇÕES DOMINANTES.....95

**CAPÍTULO 26**
O INFINITO SABER.....97

**CAPÍTULO 27**
O QUE ESTÁ FORA DO SEU QUERER.....103
A VOLTA À SIMPLICIDADE.....106

**CAPÍTULO 28**

ENTRE ESCASSEZ E A ABUNDÂNCIA.....107
A FORÇA DO EXEMPLO.....108

**CAPÍTULO 29**

AMPLIFICAÇÃO DA VULNERABILIDADE.....111
BENEFÍCIOS PARA TODOS.....112

**POSFÁCIO**

COMO TEM SIDO ESSE MARAVILHOSO PROCESSO DE CONHECER E CONVIVER COM ABRAHAM.....114
MERGULHO EM FILOSOFIAS.....115
DA AMIZADE AO AMOR.....116
FONTE DE CONHECIMENTO.....117
PEGUEM A PRÓXIMA SAÍDA.....117
NOVOS PIONEIROS.....118

## INTRODUÇÃO

Como sua vida é governada ? Que parte cabe ao destino, que parte cabe aos outros e que parte cabe a você ? Por que você nasceu ? Foi por um capricho do destino, por uma decisão alheia ou foi por sua escolha ?

Você tem um propósito na vida ? E, se você tem, acredita que ele é predestinado – já definido a princípio, como o “destino” a que muita gente se refere -, que é para agradar aos outros ou que é para servir às suas intenções ?

Você usa o tempo da melhor maneira em sua vida corpórea ?

Quais são os seus limites em termos de condições físicas, materiais e comportamentais ?

Quantas pessoas, livros e acontecimentos você atrai – que, de modo geral, parecem mágicos – que têm grande influência em sua vida ? Você sabe qual é, realmente, seu papel nessa atração ?

Você acredita que há um significado ou causa por trás de tudo isso, ou pensa que é apenas sorte, seja ela boa, má ou indiferente ?

**VOCÊ ESTÁ INICIANDO AGORA A LEITURA DESTE LIVRO EM QUE ABRAHAM O GUIARÁ PARA QUE VOCÊ OBTENHA AS RESPOSTAS PARA CADA UMA DESSAS PERGUNTAS – ENTRE MUITAS OUTRAS QUE ÀS VEZES NOS FAZEMOS, SEM NADA CONCLUIR – QUE ESTÃO DIRETAMENTE RELACIONADAS À SUA VIDA PRESENTE.**

**É UMA GRANDE VIAGEM. MERGULHE EM CADA PÁGINA. AOS POUCOS, PRINCÍPIO POR PRINCÍPIO, PROCESSO A PROCESSO, NOSSA INTENÇÃO É CONDUZI-LO À DESCOBERTA DA CRIAÇÃO DELIBERADA, CAPACIDADE E PODER QUE VOCÊ JÁ TEM, MAS NÃO SABE USAR, PARA CONTROLAR CADA ACONTECIMENTO E A PRÓPRIA CONDIÇÃO DE SUA VIDA.**

## UMA VIVÊNCIA EXTRAORDINÁRIA

A cabeça de minha mulher, Esther, estava se movimentando delicadamente, mas de modo irregular, quando olhei para ela ao ouvir sua exclamação de encantamento: “Eles estão soletrando o alfabeto com meu nariz!”

Era novembro de 1985. Ao usar o plural, dizendo “eles”, ela se referia a um grupo de criaturas não-físicas que se manifestava por intermédio dela, Esther, e se denominava Abraham.

Por 15 minutos, todos os dias, durante nove meses, Esther e eu sentávamos, quietos, para aprender, em primeira mão, sobre a identidade daqueles que se definiam como nossos “guias espirituais”. Já nos haviam dito, muito antes disso, que os conhecíamos por intermédio de uma experiência “clarividente” – e aí estavam eles!

A princípio, eles apenas faziam com que o movimento dela desenhasse no ar letras isoladas ou seqüências do alfabeto. Estremecimentos de pura alegria percorriam o corpo de Esther. Ficamos eufóricos quando aquele soletrar sem sentido formou uma frase inteira: “EU SOU ABRAHAM, SEU GUIA ESPIRITUAL, EU AMO VOCÊS E ESTOU AQUI PARA AJUDÁ-LOS.”

Dois meses depois, quando estávamos deitados na cama, a mão dela começou a desenhar letras em minha testa e ela disse: “Eu acho que eles querem que eu vá para o computador.” Foi quando eles começaram a ditar o que, com o passar do tempo e a continuada vivência, se transformaria em milhares de páginas de informação.

Isso aconteceu exatamente dois meses depois daquele momento em que estávamos em plena estrada de Phoenix, viajando tranqüilamente. De repente, Esther avisou: “Eu acredito que eles falarão através de mim.” De fato. As primeiras palavras de Abraham foram: “Esta estrada é muito perigosa...peguem a próxima saída.” Sem questionar, seguimos o conselho à risca.

Esse foi um novo processo para nós, e eu posso prever que não haverá fim para essa experiência realmente fabulosa.

Minha vida tornou-se maravilhosa, diversificada e gratificante a partir dessa interação. Têm sido de plenitude os anos em que temos mantido essa consciente relação de aprendizagem com nossos amigos Abraham. Esther e eu temos, agora, extremo prazer em compartilhar com todos os que tenham contato com este livro a vivência que continuamos a manter com nossos amigos não físicos.

Hoje, 31 de janeiro de 1988, Esther, minha mulher, acabou de digitar as palavras deste livro. Elas foram ditadas exatamente como aqui estão. Entendemos que é a melhor forma de oferecer tudo o que veio a nós.

Os Abraham se descrevem como um grupo de seres concentrados na perspectiva física a partir de sua condição e perspectiva não-físicas. Eles se comunicam conosco por meio de Esther. Contam que já viveram milhares de vidas e que agora estão reunidos por mútuo consentimento.

“Abraham é um tipo de mestre”, eles nos explicaram. Tomaram a iniciativa do contato por escolha e mútuo desejo de compartilhar. Sentiram-se aptos, portanto, a transmitir sua mensagem a nós, por intermédio de Esther.

De acordo com eles, ela é uma espécie de receptora/transmissora de blocos de pensamentos que traduz o que eles dizem a partir de um nível inconsciente de seu ser. De maneira similar, ela passa a nossa mensagem, pensamento por pensamento, de volta a Abraham.

Não foi, porém, uma iniciativa unilateral., ou seja, de responsabilidade apenas deles. Abraham afirmou que nós aceitamos a interação com eles – exatamente como se deu a princípio e se manteve - ,mesmo antes de nosso nascimento na presente experiência de vida. Acentuou, porém, que a decisão que tomamos, nesta dimensão física, é dominante, e que nossa decisão de interagir com eles foi consciente. Em outras palavras, eles não falariam conosco sem que concedêssemos acesso, sem nossa permissão expressa.

## O DESAFIO DE EXPLICAR

Eles começaram este livro apenas seis semanas antes da publicação da edição norte-americana, ditando cada parte dele em uma fita de gravador. Não posso sequer comparar a facilidade com que eles fizeram a sua parte na obra com minha tarefa de

escrever esta Introdução, depois que concordamos que seria responsabilidade minha. Foi um completo contraste, pois enfrentei grande dificuldade.

O desafio mais significativo era definir o ponto inicial de minha experiência “Abraham”, porque foram inúmeras. E cada uma, nessa longa seqüência, foi levando a outras, e assim por diante.

Quero expressar o maravilhoso relacionamento que eu e Esther compartilhamos, bem como a tremenda melhoria que vivenciamos com a presença de Abraham. Eu imagino que você, ao iniciar esta leitura, talvez tenha interesse em saber como foi todo processo que levou Esther a esse amoroso grupo de seres. Parece que quanto mais eu escrevo, mais precisa ser dito. Sinto como se fosse demais para meu presente objetivo.

Então, como sempre faço quando trabalho em um projeto conjunto que envolve ouvir e redigir algo que venha de Abraham, pedi para falar com essas entidades sobre a adequação de minhas idéias no contexto de sua filosofia e intenções.

Abraham, como sempre, foi direto ao ponto – e sua emoção estava mais elevada do que habitualmente :

– O que você pretende dizer com o que escreve ?

– Abraham, eu quero escrever alguma coisa que encoraje o leitor a ler cada palavra deste maravilhoso livro, na exata ordem em que foram ditas.

– Você tem outras intenções ? – Abraham perguntou.

– Quero que os leitores entendam que, neste momento, estão no começo de uma nova etapa da vida. Que a partir deste estágio, com o poder expandido pelas perspectivas que aqui encontrarão, podem caminhar para novas experiências e conhecimentos capazes de acelerar seu crescimento. QUE A PARTIR DESTE NOVO COMEÇO ELES PODEM CRIAR SEU MUNDO EXATAMENTE COMO QUEREM QUE SEJA.

Enquanto eu falava, os olhos de Esther estavam escuros e profundos e sua cabeça se movia delicadamente, como sempre acontece quando Abraham está ouvindo com bastante atenção.

– Eu quero que os leitores percebam que você oferece todos os degraus de sabedoria que eles esperam. Para os que estão abertos a novos pensamentos e idéias, haverá muito a receber. Eu quero que eles entendam que pensamentos passados ou mesmo vidas passadas não têm poder sobre as intenções do presente. Pela decisão deliberada e consciente de chegar a novos pensamentos, qualquer pessoa em qualquer tempo pode começar uma nova experiência. Ao utilizar o Processo Criativo, que vocês oferecem neste livro, quem quer que entre em contato com esta obra pode adquirir propositalmente gloriosos novos ensinamentos e vivenciar espetacular e inédita expansão neste exato momento.

## A CLAREZA

Parei por um momento, imaginando que os Abraham diriam algo. Mas eles permaneceram em silêncio, mostrando que eu podia continuar, porque nada falariam. E foi o que eu fiz:

– Este não é um livro sobre o físico, o oculto, o sobrenatural, o paranormal, o mágico ou o metafísico. É UM LIVRO SOBRE O PROCESSO DE CRIAÇÃO FÍSICA DELIBERADA, SOBRE A MESCLA DO SER FÍSICO COM O SER INTERIOR. E É TAMBÉM SOBRE O SIGNIFICADO DA SOBREVIVÊNCIA DA FELICIDADE FÍSICA, DIANTE DAS DRAMÁTICAS MUDANÇAS FÍSICAS QUE ESTÃO ACONTECENDO AO REDOR DO MUNDO EM QUE VIVEMOS.

“Abraham, sua mensagem fala ás pessoas que querem estar no controle de todas as áreas de sua experiência de vida física. Eu acredito que cada pessoa que esteja pronta para receber este ensinamento ficará muito entusiasmada ao reconhecer a importância do material que chega às suas mãos, em forma de letra impressa, desde o primeiro capítulo.”

Novamente, parei. Mas não durante muito tempo, porque meus pensamentos já estavam muito claros e surgiram rapidamente, enquanto eu – entusiasmado – explicava o valor do livro de Abraham para Abraham – como se eles já não soubessem de antemão.

– Abraham, eu quero clarear ainda mais a idéia completa da interação entre seres não-físicos e seres físicos. Existe muita variação nos métodos de comunicação dos médiuns e em suas mensagens. Há os que escrevem, os que usam tábuas Ouija, os que cantam e dançam e, ainda, os que falam usando o aparelho vocal de uma pessoa que tenha forma física. Alguns se expressam de maneira obscura, não muito inteligível, e outros parecem tão claros como o tom de voz natural da pessoa que fala. O estado de transe parece variar também de um profundo estado de inconsciência ao que se assemelha ao absolutamente normal e consciente. A lista de diferenças parece sem fim. Até o entendimento das dimensões em que eles existem nos desafia. E assim, o importante para nós é a maneira como eles recebem essas mensagens e as transmitem. E, novamente, observamos aqui imensa diversidade. Algumas mensagens são opinativas e com julgamento, outras são iluminadas e triviais; há reflexões de todos os tipos: tradicionais, modernas, abertas, fechadas, brilhantes, simples, confusas ou claras,

“Abraham, eu quero que os leitores compreendam que podem avaliar a importância de cada desejo vindo de seu interior pela maneira como eles se sentem. É fundamenta, ainda, que compreendam que devem desconsiderar todas as palavras pronunciadas ou escritas que lhes tragam grande desconforto, porque não são adequadas a eles agora, no tempo presente. E que eles só têm de aceitar o que realmente tiver a ver com seus desejos, o que querem ouvir. E que cada indivíduo tem capacidade para decidir o que quer para si.”

“Eu quero que eles saibam que a vida não é governada pelo destino e que ninguém está sob o comando de outra pessoa. Eu quero que eles saibam que a vida está inteiramente sob seu controle – de ninguém mais. Eu quero que eles entendam por que parece que os ricos ficam mais ricos e os pobres mais pobres e por que quanto melhor está, melhor ainda fica, e quanto pior está, pior será o que vem em seguida.”

“Mais importante ainda, eu quero que os leitores reconheçam que estão lendo um livro

de exercícios...um guia para a vida. Esta não é uma obra dedicada ao entretenimento. Tampouco reúne histórias ou discorre sobre previsões do futuro...ESTE É UM LIVRO DE EXERCÍCIOS, QUE CADA PESSOA PODE USAR IMEDIATAMENTE PARA CRIAR O NOVO COMEÇO DE UMA VIDA PESSOAL POSITIVA.”

Parei de falar. Estava ficando cansado de falar com tanto entusiasmo e por tanto tempo. Quando terminei, Abraham sorriu para mim, não pelos lábios, mas sim pelos olhos de Esther. E disse:

– Escreva o que você acaba de expressar. Exatamente. É o conteúdo mais apropriado para a introdução de nosso livro.

Sugiro que você leia este livro na seqüência em que está escrito. São 15 capítulos, distribuídos da forma como Abraham ofereceu sua mensagem. Depois, você encontrará um segmento explicando a evolução física de Esther e a minha até chegarmos a conhecer Abraham e a escrever este livro.

Incluímos ainda na Parte II do livro uma série de perguntas e respostas de alguns encontros com diferentes pessoas que tinham questões a submeter a Abraham. Leia essa parte também. Com atenção. Essas questões certamente serão muito valiosas para todos os que lerem e entenderem os princípios aqui oferecidos com tanto amor.

Jerry Hicks
San Antonio, Texas
Janeiro de 1988

## SOMOS AMIGOS DE SEU MUNDO INTERIOR

É com grande entusiasmo que interagimos com você agora. Não com a intenção de fazer o que você tem de fazer por si. Não com a intenção de dar informações antes que você esteja preparado para recebê-las. Nem com a intenção de descobrir para você o desejo que você tem de descobrir por si só. Interagimos, sim, como amigos de seu mudo interior, que concordam em compartilhar seu momento presente.

Somos mestres e aqui estamos para ensinar as Leis Universais que se aplicam a toda experiência de vida – física ou não-física.

Oferecemos aqui absoluta liberdade. Ao compreender como funciona o Processo Criativo, você pode criar tudo o que deseja e deixar de criar aquilo que não deseja.

**Abraham**

# PARTE I

## CAPÍTULO 1
## QUEM É ABRAHAM, QUEM É VOCÊ
## E QUAL É A IMPORTÂNCIA DE NOSSA INTERAÇÃO

**VOCÊ ENCONTRARÁ NESTE LIVRO A CHAVE PARA ALCANÇAR O TRANSPARENTE E DELIBERADO CONTROLE CRIATIVO DE SUA EXPERIÊNCIA NESTA VIDA FÍSICA E PARA A EXTENSÃO FELIZ DA PRESENTE EXPERIÊNCIA, AQUI E AGORA. OU SEJA, A CHAVE PARA, A PARTIR DE ENTÃO, VIVER CADA VEZ MELHOR TODOS OS MOMENTOS DE SUA VIDA.**

Nós nos sentimos afortunados, na dimensão não-física em que nos encontramos, por começar a escrever hoje. Não será o único livro que escreveremos juntos, por intermédio desta mulher que digita o que enviamos, mas talvez seja, de fato, o mais significativo. Neste exato momento estamos repletos de entusiasmo, porque concluímos uma

intenção iniciada há muito tempo, e como todas as intenções, foi então permitida e recebida. Isto é, em síntese, pura alegria.

Ao mesmo tempo em que assim nos sentimos ao colocar as palavras em cada página, também vibramos intensamente ao antecipar que, uma vez concluída, esta etapa chegará a você. O que de fato acontece agora. Mas antes de tudo, entenda bem: nós, mestres, não somos responsáveis pela recepção das palavras que emitimos. Aprendemos que podemos oferecer informação e conhecimento; a recepção porém, só começa com a decisão daquele que nos segue.

Interagimos com você no intuito de oferecer conhecimento e estimular o pensamento, mas não é nossa vontade fazer por você o que você tem de fazer por si.

A cada passo, daremos as devidas explicações. Ao começar por lhe dizer quem somos e também que você é. Para uma parte de você, aquela que provavelmente até você desconhece, pode parecer demais o que nós somos agora, na nossa dimensão não-física.

Esperamos que você entenda com cada vez mais clareza o que você escolheu para sua experiência física neste momento, o que você espera ganhar – e também dar – com isso, e como sua experiência neste estado físico se encaixa no conjunto da experiência de vida, como um todo. É nossa intenção oferecer elementos que lhe permitam ter um claro entendimento de quem você é.

Somos um grupo de seres não-físicos que vive numa dimensão diferente da dimensão física em que você está. Enfatizamos – e isso é importante – que somos seres vivos, ou seja, não queremos que você imagine que só porque não temos uma forma física estamos mortos.

## NÓS ESTAMOS MUITO VIVOS – E MUITO ENVOLVIDOS COM A VIDA

Estamos juntos aqui. Somos o que você poderia chamar de “uma família”, ainda que não exatamente no sentido físico que se costuma aplicar ao termo. Imagine, caso consiga, que somos seres individuais – cerca de uma centena. Alguns de nós já tiveram muitas experiências de vida física. Outros não. Enquanto convivemos com você e por meio desta mulher falamos, participamos também de outras experiências.

Tal como você, trabalhamos em mais de um projeto. Não somos uma família ligada por laços de nascimento, mas unida por um envolvimento comum.
Isto significa que, neste momento, partilhamos uma intenção. Como você, somos capazes de abarcar muitas intenções no coração a cada momento. E todas as nossas intenções são compatíveis com as daquele que estão conosco.

Quando interagimos com outro ser na nossa dimensão não-física, não usamos palavras, mas transmissão de pensamento ou de intenção. Não precisamos usar nomes ou rótulos, porque entre nós o reconhecimento ocorre de outra maneira e prescinde dessa necessidade.

Esperamos que, a cada passo, você tenha um claro entendimento de quem é você e de quem somos nós. Mais importante do que isso, porém, esperamos que você reconheça

sua razão, ou sua intenção. Ela vem direto do seu Ser Interior, a partir do momento em que você tomou a decisão de ter essa experiência física. PARA ENTENDER SUAS RAZÕES, AO ASSUMIR UMA FORMA FÍSICA, SUA EXPERIÊNCIA NESSA FORMA DEVERÁ TER TREMENDA EXPANSÃO.

Talvez você comece a entender sua motivação mais profunda, aquele sentimento de urgência que nasce em seu interior e que é provável que você não consiga entender perfeitamente da perspectiva de seu pensamento consciente.

Quem sabe muitos dos mistérios de sua experiência física sejam resolvidos enquanto você estiver lendo este livro, e talvez você entenda claramente o que está desejando fazer, sob a luz do claro e óbvio ângulo que estamos e estaremos lhe oferecendo por estas palavras escritas.

São mensagens que entregamos com imensa felicidade, incrível expectativa dos resultados e profundo amor.

**15 DE DEZEMBRO DE 1987**

PALAVRAS REALMENTE NÃO ENSINAM. O verdadeiro conhecimento vem da experiência de vida e essa é a razão pela qual estamos constantemente engajados em tal experiência. Mas oferecemos estas palavras porque elas podem estimular seus pensamentos, para que, com essas reflexões, você possa vivenciar tudo que lhe traga mais entendimento e conhecimento.

**NA VERDADE, UM MESTRE É UM ESTIMULADOR DO PENSAMENTO.**

Quando começamos esta obra, estávamos situados em um espaço inicial. Esta não é uma iniciativa fácil para nenhum de nós, sejamos criaturas físicas ou não-físicas, porque são diferentes pontos de vista.

Não há uma ordem específica para se aprender ou crescer. Cada um de nós, em nosso presente ponto de vista ou perspectiva, coloca os pensamentos em movimento, e eles atraem experiências de vida – e é justamente dela que filtramos o conhecimento.

Você é um ser maravilhoso, com foco predominantemente ajustado na dimensão física de que faz parte. Sua perspectiva física faz com que você perceba apenas o que tem a ver com a dimensão física. Não sinta nisso algum tipo de crítica, pois não é. Ao contrário, essa concentração tem enorme valor. Enquanto você vive essas experiências da vida, sejam físicas ou não-físicas, não tem memória consciente do que vivenciou em outras esferas anteriormente. Assim, você permanece com a atenção toda voltada à experiência atual.

Você são seres físicos nesta dimensão física sobre o planeta Terra – justamente porque quiseram ter essa vivência. Enquanto estiverem nela, estarão plenamente imbuídos da decisão de ter tido um nascimento físico. Estarão envolvidos com essa meta. Com esse desejo.

Aquela parte de você que tomou a decisão antes de seu nascimento físico ainda integra

você. Chamamos isso de “Ser Interior”, até porque não há palavras apropriadas para descrever com precisão essa parte de você. É certamente um “você” antigo e sábio – algo que transcende seu nascimento físico e sua morte. É a parte de você que tem consciência de todas as experiências de que tem participado, nas esferas físicas ou não-físicas.

Um dos motivos básicos por que estamos escrevendo este livro é para ajudá-lo a reconhecer que seu Ser Interior existe. E que, mesmo enquanto permanecer com concentração total na dimensão que escolheu vivenciar agora, você pode ter acesso ao amplo conhecimento que está impregnado em seu Ser Interior, se quiser entrar em contato com ele.

## CAPÍTULO 2
## CRIAÇÃO POR INTENÇÃO DELIBERADA - OU POR OMISSÃO
## 15 de Dezembro de 1987

Da mesma forma que não há fim para a vida, o crescimento também nunca acaba. Ambos, o crescimento e a vida, são eternos. Duram para sempre. E, embora cada experiência física tenha começo e fim, O ENCERRAMENTO DE UMA EXPERIÊNCIA DE VIDA FÍSICA INDIVIDUAL CERTAMENTE NÃO É O FIM DA VIDA, MUITO MENOS O DO CRESCIMENTO.

E como a experiência de vida é uma experiência de expansão, a vida física proporciona um tipo específico de crescimento que só é possível avaliar durante a permanência nessa dimensão. É por essa razão que cada um de vocês, na forma física, teve a intenção e o desejo de ter essa exata vivência.

Como você tomou a decisão de estar aqui, na presente forma e contexto, pretendeu entender, por intermédio dessa escolha, o Processo Criativo. Queremos dizer com isso que você - tal como qualquer outro ser em estado físico - pode deliberadamente criar o que deseja com essa experiência de vida física. Essa é sua intenção primordial enquanto viver neste plano.

E como essa intenção tem tanta importância para vocês, nós estamos interagindo, de nossa dimensão não-física. Temos de estimular seu pensamento e compreensão, bem como li aplicação do PROCESSO CRIATIVO DELIBERADO.

**COMEÇAREMOS EXPLICANDO QUE VOCÊ É QUEM CRIA TUDO O QUE ACONTECE NA SUA VIDA. A CRIAÇÃO DO QUE ESTÁ EM SUA VIVÊNCIA TEM A VER COM VOCÊ**.

Exatamente porque você está agora, especificamente, voltado para essa experiência de vida física, vamos falar a respeito do PROCESSO CRIATIVO que se aplica - e como - a essa circunstância.

### O PAPEL DO PENSAMENTO NA CRIAÇÃO

Você cria sua experiência de vida física por meio de seus pensamentos. Literalmente, cada pensamento seu gera determinada criação.

Seus pensamentos, ao considerar seus anseios, movimentam a criação e o cumprimento de tudo o que você deseja. Do mesmo modo, seus pensamentos, ao considerar aquilo que você não quer, movimentam a criação e o cumprimento de tudo o que você NÃO quer. O princípio é o mesmo

Observe com atenção se seus pensamentos caminham em direção ao que você quer ou ao que você não quer - na direção do que o excita e o agrada ou na que lhe desperta medo e desagrado. TODO PENSAMENTO TEM PODER CRIATIVO.

Se você analisar sua experiência de vida a partir desse novo ponto de vista, reconhecerá, imediatamente, como é o que vivenciou ou vivencia, ou seja, o que você trouxe para sua experiência de vida, pensamento por pensamento.

Cada pensamento tem poder e todos brotam da sua mente, mesmo sem a presença de emoção significativa. Assim, a manifestação será concreta. Mas eles não são iguais no que se refere à habilidade criativa ou a velocidade com que algo desejado (ou não) se transforma em realidade. Há um fator diferencial importante.

Os pensamentos que você vivencia com grande emoção são os mais poderosos: sejam positivos (na direção do que você deseja) e carregados de emoção positiva, sejam negativos (na direção do que você não deseja), portanto, cheios de emoção negativa. A força da emoção presente interfere na rapidez com que aquilo vai se concretizar.

Para resumir esse segmento do Processo Criativo: entenda que todo e qualquer pensamento cria, e quanto mais emoção estiver presente, mais rápida será a concretizarão do que foi idealizado.

Quando você entender inteiramente o que acabou de ler, ficará muito claro o que você atrai para sua vida. Nada melhor do que olhar para seu passado e lembrar o que criou para reconhecer, sem nenhuma exceção, que tudo teve origem nos seus pensamentos.

Quando você está deliberadamente decidindo que quer alguma coisa e tem absoluta consciência disso, a criação ocorre em sua plena forma, mas quando você pensa no que não quer e permanece concentrado nisso, também cria, embora seja por omissão - no sentido exatamente oposto ao que realmente pretende ter.

Uma das razões que amplia nosso entusiasmo ao escrever este livro, de nossa ampla perspectiva, é observarmos que muitos dos seres que vivem fisicamente no planeta Terra agora estão criando por omissão, em vez de fazê-lo por intenção consciente e deliberada. É nosso desejo estimular seus pensamentos, ao ler nossa mensagem, para que você tenha completo entendimento de como ocorre a criação. E quando entender bem isso, que a criação depende de você, terá mais possibilidade de controlar efetivamente sua vida.

**VAMOS DEFINIR A LEI DA CRIAÇÃO EM TERMOS BEM SIMPLES: DESEJE E CONSIGA – É EXATAMENTE ISSO!** (Talvez um termo melhor do que "querer" seja "ter a intenção de", porque nessa expressão está implícita, além do querer, a expectativa de receber. "Intenção" é uma palavra mais abrangente.)

Assim, vamos redefinir a LEI DA CRIAÇÃO: MANIFESTE A INTENÇÃO E CONSIGA - É EXATAMENTE ISSO! Enquanto observamos sua participação em sua vida física, estamos alertas para o fato de que, na equação, a parte do CONSEGUIR é que normalmente está fora de equilíbrio para muitas pessoas. Sim, porque muita gente tem uma imensa lista de desejos não obtidos, e, ao mesmo tempo, resta sempre um espaço para tornar claro o que exatamente tem a intenção de obter. Quanto mais pessoas começarem a definir com transparência o que desejam, mais criação deliberada ocorrerá e, como resultado, mais alegria e satisfação.

**O CONTENTAMENTO DERIVA DA INTENÇÃO - E, ENTÃO, OCORRE O "CONSEGUIR", O "RECEBER"**
Muitos seres físicos, quando colocam a criação em movimento, eliminam a possibilidade de obter o desejo no mesmo momento em que ele é gerado.

Por exemplo: "Eu quero um carro novo vermelho, mas é muito caro." Veja, você manifestou o desejo de ter o carro vermelho. É simples, é claro, é objetivo. Mas, na mesma inspiração, acabou com a possibilidade de receber o que quer, ao afirmar que isso é caro demais. E muito do que você poderia criar é justamente invalidado dessa exata maneira.

A definição "Eu quero um carro novo vermelho" é a metade de uma equação necessária para a criação - essa é a parte do desejo ou da Intenção fundamental. Mas a equação deve ser completada. "É muito caro", por sua vez, sufoca imediatamente a permissão de acesso ao desejo. Então, reconheça que você só tem de dizer "Eu quero um carro novo vermelho" sem acrescentar sua contra-reação, sua contra criação, sua destrutiva criação, sua anti criação ou sua não criação.

**OFEREÇA APENAS OS PENSAMENTOS E AS PALAVRAS QUE VÃO NA DIREÇÃO DO QUE VOCÊ QUER. 16 DE DEZEMBRO DE 1987**

Embora neste momento vocês sejam seres físicos, e nós não, nossas experiências de vida não são tão diferentes do que possam imaginar. Existem LEIS ,aplicáveis às nossas experiências não-físicas, da mesma forma que há as que regem as físicas.

É bem verdade que há muitos acordos terrenos de que você participa e dos quais não participamos – AS LEIS DO UNIVERSO PERMANECEM CONSTANTES, NÃO IMPORTA A QUE DIREÇÃO VOCÊ PERTENÇA. A Lei da Criação é uma dessas leis.

Talvez o aspecto mais interessante sobre uma lei é que ela EXISTE, não importa que você a reconheça ou não. Em outras palavras, ela afeta você, mesmo que você ignore esse fato.

## A RESPONSABILIDADE INTRANSFERÍVEL

VOCÊ COLOCA A CRIAÇÃO EM MOVIMENTO POR MEIO DE SEUS PENSAMENTOS, ENTENDA OU NÃO DO QUE SE TRATA. Por isso estamos escrevendo este livro. Queremos que você entenda A Lei da Criação, que você possa aplicá-la deliberadamente em sua atual experiência de vida física - mesmo que seja "acidentalmente" ou por omissão, por causa de sua falta de conhecimento, o que leva você a tornar realidade justamente o oposto do

que quer.

Então, afinal, o que é "criar por omissão"?

É fazer fluir a criação de algo que você de fato não quer, simplesmente ao dar atenção a isso ou voltar seus pensamentos para essa direção equivocada. Muito do que você vivencia cai direto nessa categoria, não é mesmo? A reação usual de quem ouve pela primeira vez que é criador de sua experiência de vida - e tudo o que experimenta, sem exceção, é por sua própria atitude - é: "Como pode ser isso? Eu não criaria essa coisa que eu não desejo."

Estamos de acordo com o fato de que você não criaria de modo deliberado o que não deseja, mas acredite, você realmente cria o que não quer. Em toda a extensão desta aparente contradição. NA VERDADE, NÃO HÁ OUTRA PESSOA QUE POSSA CRIAR A SUA EXPERIÊNCIA DE VIDA. SOMENTE VOCÊ, MAIS NINGUÉM.

Não é possível criar experiência de vida para outra pessoa. Você não pode criar experiências para outros, nem vice-versa. Assim, tudo o que você vivencia é por meio de suas próprias mãos - ou, dito de maneira mais apropriada, com seu próprio pensamento criativo.

Como você está participando desta experiência de vida física, vista com sua própria percepção física, pode ser realmente difícil entender que sua criação não ocorre fora do mundo físico. Você acredita que tudo o que acontece vem a você enquanto você perambula no mundo físico, mas sua criação ocorre, sem exceção, por meio do Trabalho Criativo. E você é a única pessoa que existe nessa esfera, a menos que permita isso a outra pessoa (por deliberação ou convite, ambos de sua iniciativa, não dela), a partir de seus pensamentos.

Certamente, agora mesmo, você pode ter chegado à conclusão de que está criando por meio de seu pensamento, e é de extrema importância que possa controlá-lo, porque assim poder, colocar em movimento a criação daquilo que quiser e escolher. Nas próximas páginas há alguns exercícios que o auxiliarão ajudar você nesse sentido.

## EXERCÍCIO PARA A CRIAÇÃO DELIBERADA

**ATENTE PARA O QUE SUGERIMOS A SEGUIR. SERÁ DE GRANDE VALIA PARA AJUDAR NO PROCESSO DE CRIAÇÃO DO QUE QUER QUE DESEJE.**

Nos primeiros estágios do entendimento do PROCESSO DE CRIAÇÃO deliberada, é bom voltar seu foco para três ou quatro desejos primários (ou prioritários). Na realidade, você tem condições de criar simultaneamente em direções ilimitadas, mas enquanto estiver aprendendo o processo é melhor concentrar-se nesse objetivo que propomos agora; não mais de três ou quatro desejos.

Selecione os desejos, vontades ou intenções que são mais importantes para você agora e escreva cada um deles no alto de algumas folhas de papel- uma para cada um deles -, da seguinte forma:

"Eu tenho a intenção de receber...", e então declare o que quer que pretenda receber.

Preencha as folhas, uma por vez, assim:

Sob o que definiu como intenção, escreva: "Estas são as razões pelas quais eu tenho essa intenção ...", e então repita sua intenção. E escreva todas as razões para justificá-la, ou seja, que expliquem por que você quer isso.

O MOMENTO DE ESCREVER É, QUANDO OCORRE O FOCO MAIS FORTE NO QUE VOCÊ QUER CONSEGUIR, PORQUE ASSIM CONVERGIRÁ PARA O PONTO COM TOTAL CONSCIÊNCIA DO SEU SER INTERIOR. Escreva o que flui de você. Não o que alguém quer que você deseje, mas o que realmente importa para você. Defina o que quer. Escreva enquanto isso flui naturalmente. Não force nada.

Então, vire o outro lado da folha de papel e escreva no topo: "Eu sei que isto é (ou que isto será, se quiser que aconteça um, pouco mais adiante), pelas seguintes razões ..." E então, defina e escreva todas as razões que já havia escrito do outro lado. Deixe que tudo flua de você.

Quando você tiver completado suas declarações de crença, dobre o papel e guarde-o em sua bolsa, bolso ou em algum lugar que lhe pareça conveniente para que tenha à vista e possa ler o mesmo quantas vezes quiser durante o dia. Assim, sua criação se completa. CONSIDERE-A FEITA! Perceba que você colocou em movimento a criação daquela intenção sobre a qual você começou a escrever.

No primeiro lado do seu papel você definiu sua intenção e, em seguida, explicitou o desejo ou a intenção que é parte da , criação. No verso da folha, você deixou bem clara a consecução dessa parte da equação da criação. O querer existe e tem uma razão para existir - você é quem define. E agora está tudo completo.

Não há mais nada que você tenha de fazer para criar o que pretende - a não ser permitir que o desejo se realize. Com isso estamos dizendo que a menos que você crie contra a criação que já pôs em movimento, com pensamentos que despertem medo, dúvida ou preocupação --- ou a sensação de que ainda não aconteceu--, essa criação aparecerá na sua experiência física.

Como você pode perceber, há também uma questão de tempo envolvida nessa descrença. Ao desejar algo e não obter, na seqüência, você começa a concentrar toda a sua atenção nisso, a falta. E, quando dá atenção para determinada coisa, você cria mais dela. Então, a sua percepção do que não aconteceu cria exatamente mais desse acontecimento. A SUA PERCEPÇÃO DA AUSÊNCIA CRIA MAIS AUSÊNCIA.

## O SENTIMENTO NA EQUAÇÃO

**QUANTO MAIS INTENSA FOR A EMOÇÃO INTERIOR ENQUANTO VOCÊ MANIFESTA SEU DESEJO, MAIS DEPRESSA VOCÊ O RECEBERÁ.**

Assegure-se de que você esteja sempre pensando na direção do que deseja -, não na direção do que não deseja. Na direção de receber aquilo - não na direção do medo de que talvez não receba. Na direção da expectativa feliz, positiva - não na direção de que ,aquilo ainda não chegou, está demorando ou não virá mesmo. Tenha certeza de que

pensa positivamente. Sim, conseguirá. Sim, virá.

Então continue esse processo com as outras duas ou três folhas de papel, colocando cada criação em movimento por meio desse processo.

E agora, uma vez terminado seu trabalho criativo a respeito desses tópicos, você só tem de pensar positivamente - ou na direção do seu desejo. Não permita que surjam pensamentos negativos a respeito desses tópicos - ou na direção do que você não deseja. Se ousarem aparecer, afaste-os, sem concentrar atenção neles. Acredite que conseguirá. E se você realmente fizer esse exercício, você receberá o que quiser.

## 16 DE DEZEMBRO DE 1987

Não é necessário que você reduza seus pensamentos àquelas três ou quatro intenções que listou previamente no seu exercício para a criação deliberada, porque há uma série de outras coisas que você deseja nesta experiência física da qual participa.

Quando você está com a consciência concentrada em objetivos à mão, você não necessariamente está deixando de, criar algo já colocado em movimento.

**MUITO DA NÃO –CRIAÇÃO ACONTECE QUANDO SUA MENTE ESTÁ VAGANDO, DURANTE ATIVIDADES QUE NÃO REQUEREM CONCENTRAÇÃO CONSCIENTE, COMO DIRIGIR UM AUTOMÓVEL OU TOMAR BANHO. DE QUALQUER MANEIRA, É IMPORTANTE QUE VOCÊ ESTEJA SEMPRE COM O FOCO AJUSTADO, PORQUE SEU MARAVILHOSO MECANISMO DE PENSAMENTO CONSCIENTE NÃO GOSTA DE FICAR À TOA.**

Se você não tem deliberadamente algo em que pensar ou em que se concentrar, isso pode estimular a presença de pensamentos, palavras ou ações que se impõem a você.

# CAPÍTULO 3

## RECONHEÇA A COMUNICAÇÃO DE SEU MUNDO INTERIOR (ÍNTIMO E SECRETO)

Todo ser que está numa forma física, neste momento, costuma receber comunicação de outra dimensão, interna, de seu Ser Interior. Há pessoas que estão mais atentas a isso do que outras, do mesmo modo que há diferenças na maneira de receber essas mensagens - TODO SER RECEBE COMUNICAÇÃO DE SEU INTERIOR SOB A FORMA DE EMOÇÃO..

Suas emoções não são do mundo físico. Elas vêm de seu mundo interior e estão diretamente ligadas a você pelo seu Ser Interior.

A vantagem de receber a mensagem do seu Ser Interior é que ele tem perspectiva ampla. SEU SER INTERIOR TEM A PERSPICÁCIA E O CONHECIMENTO QUE DERIVAM DE TODA EXPERIÊNCIA DE VIDA FÍSICA E NÃO FÍSICA - enquanto sua percepção física está limitada apenas a esta vida presente. Portanto, se você permanece sensível à

comunicação que vem do seu Ser Interior, isso lhe será de grande valia.

Quando você está sentindo emoções positivas - como amor, paz, felicidade, alegria, excitação, entusiasmo -, é seu Ser Interior que está se comunicando com você nesse exato momento. Isso acontece porque seus pensamentos estão em harmonia com seus desejos e expectativas.

Ao contrário, se você está sentindo emoções negativas como medo ou dúvida, raiva, ciúme, estresse, culpa, ansiedade ... -, essa também é uma comunicação do seu Ser Interior: aquilo em que você se concentra agora não está em harmonia com o que você deseja.

Se você detecta e reconhece a emoção negativa logo em seus primeiros estágios, será capaz de parar imediatamente a criação no sentido daquilo que você não quer. Assim, ao mesmo tempo, acaba com a emoção negativa que está começando a vivenciar.

AQUELE DESEJO QUE VOCÊ PRETENDE REALIZAR OU QUE TANTO QUER É POSITIVO, E O QUE VOCÊ COGITA, MAS DE FATO NÃO QUER, É NEGATIVO. Veja bem: a Lei da Criação é exatamente isto - o que você pretende e permite acontecer ... acontece.

Ao se concentrar num pensamento positivo ou num desejo real e experimentar uma emoção positiva, nesse exato momento você está na perfeita posição de quem recebe, ou de criação deliberada daquilo em que está pensando. E quanto mais alta for a intensidade da emoção, mais rápida será a concretização.

O mesmo vale para o contrário: quando você pensa no que não deseja e, simultaneamente, sente medo (de que aquilo que tanto teme possa se realizar), dúvida ou qualquer outra emoção negativa, nesse instante você está na perfeita posição de criar exatamente o que não deseja. Essa é a Lei.
**EM RESUMO: VOCÊ CONSEGUE AQUILO EM QUE ESTÁ PENSANDO, QUER DESEJE OU NÃ0.**

## 17 DE DEZEMBRO DE 1987

Assim, para criar qualquer coisa que deseje, queira ou pretenda, você tem apenas de elaborar um forte e claro pensamento com essa intenção - e assim PERMITIR que aconteça.

Enquanto você deliberadamente suprimir ou negar seu desejo porque o manifestou e ele ainda não aconteceu após ter sido delineado, então ele será mesmo anulado no que se refere à parte da equação do desejo.

## A ALTERAÇÃO DAS CRENÇAS

Você não permite que o desejo ocorra porque na realidade não acredita na possibilidade de lê-lo. A sua crença no que deseja é extremamente importante - VOCÊ SÓ TERÁ PERMISSÃO DE RECEBER DENTRO DOS LIMITES DE SUAS CRENÇAS. Assim, em muitos casos, suas crenças têm de ser alteradas para se harmonizar com suas intenções.

Quando você entende que suas crenças também são criações colocadas em movimento por você em razão de experiências anteriores, então perceberá que elas não são imutáveis, mas, ao contrário, são flexíveis e moldáveis.

Você as altera com a elaboração de pensamentos novos ou adicionais, até que estejam ajustadas ao desejo de sua preferência.

A capacidade de armazenar crenças é ilimitada na sua consciência de ser físico. Muitas delas permanecem em estado de hibernação e assim permanecerão, mas tão logo você manifeste determinada intenção, suas crenças internas a respeito ,desse tema subirão à superfície imediatamente.

Uma vez que suas crenças ou seus pensamentos a respeito, delas se manifestem – SIM, PORQUE UMA CRENÇA NADA MAIS É DO QUE UM PENSAMENTO ANTERIOR, SOBRE O QUAL VOCÊ CONTINUA REFLETINDO -, atrairão outros semelhantes. Isso é o que chamamos de LEI DA ATRAÇÃO..

Será de grande valia para você entender a Lei da Atração porque ela não é sua amiga nem sua inimiga, ela apenas existe. Atrairá o que quer que você esteja pensando. Se for na direção de um desejo e esse desejo for confirmado por um pensamento positivo, a Lei da Atração lhe trará mais pensamentos em harmonia com esse. E, se você considerar ou ponderar o desejo que você não quer, a Lei da Atração trará, do mesmo modo, pensamentos negativos que vão anular o original.

## O DESEJO TEM DE SER EXATAMENTE O QUE FOI ESBOÇADO

Muitos pensamentos, em especial aqueles que não estão impregnados de grande emoção, não são poderosos o suficiente para instantânea ou mesmo rapidamente manifestarem-se de maneira física equivalente. Mas como pela Lei da Atração um pensamento atrai outros semelhantes, alguns dos esboçados pode tornar-se bastante poderoso para ser concretizado.

É fundamental concentrar suas reflexões na direção daquilo que você quer e descartar ou dar pouca atenção àquilo que você não quer.

Um pensamento fugaz sobre algo negativo não lhe causará dano - mas se concentrar de forma obsessiva nesse assunto certamente fará com que se concretize. Portanto, se você conseguir evitá-lo, deixará de atrair experiências indesejadas.

Quando você efetivamente utilizar o maravilhoso SISTEMA DE ORIENTAÇÃO que vem de seu Ser Interior - na forma de emoção -, então estará na posição de permitir realmente a criação do que deseja, do mesmo modo que deliberadamente impedirá a realização do que não quer.
Enquanto você permanece sensível à emoção que está sentindo, todo o tempo, você saberá, a cada momento, se está criando na direção do que quer ou do que não quer.

**VOCÊ PRECISA CONFIAR, NO SEU SISTEMA DE ORIENTAÇÃO, PORQUE ELE VEM DA SUA PARTE MAIS AMPLA E SÁBIA, QUE TEM A VANTAGEM DE ACUMULAR O CONHECIMENTO RECEBIDO EM MILHARES DE VIDAS, FÍSICAS OU NÃO-FÍSICAS.**

## EXERCÍCIO: PONTE PARA ACREDITAR

**A SEGUIR, CONFIRA UMA TÉCNICA PARA A CRIAÇÃO CONTÍNUA, DELIBERADA E**

**POSITIVA.**

Enquanto você está vivendo seu dia, participando de muitas atividades que fazem parte de sua experiência física, MANTENHA-SE SENSÍVEL A TUDO O QUE SENTE. Ao vivenciar emoções positivas, saiba que está criando o que deseja. Mas, se você sentir emoção negativa -- medo, dúvida, ansiedade, estresse, raiva, culpa, solidão, ciúme ... __ , pare imediatamente, no exato momento em que reconhecer isso que está acontecendo. Pergunte-se que pensamento, palavra ou ação gerou essa emoção. E, se você responder a essa pergunta no exato momento em que sente a emoção, rapidamente será capaz de identificar a sua origem - mas, se permanecer naquele ponto, a emoção negativa será intensificada.

Tão logo identifique o pensamento, palavra ou ação que gerou essa emoção negativa, pergunte-se: "O que eu quero?" Faça uma declaração positiva do que deseja. E, em seguida, reforce essa conduta que o conduzirá de um estado negativo de pensamento e emoção para outro de pensamento positivo. Vamos , chamar isso de construir uma ponte de onde você está para onde deseja ir.

Não tente construir uma ponte muito longa, porque seu pensamento consciente resistirá a isso. Ele tem experiência de vida suficiente para não acreditar que é realmente viável um grande salto. Mas se você fizer pequenos avanços, com lima declaração depois da outra, você se verá chegando na posição positiva que quer - e sentirá, ao mesmo tempo, emoção positiva.

Uma vez que você faça a transição de pensamento e emoção negativos para pensamento e emoção positivos, aí, sim, estará criando na direção do que você realmente deseja.

Aqui está um exemplo do processo de criar a ponte de que acabamos de falar. Você começou o dia escrevendo em paginas separadas aquelas intenções prioritárias que carrega neste momento, e entre elas você incluiu a aquisição de um carro novo vermelho. Você tratou o tema com uma ,abordagem bem específica. Descreveu o carro, em detalhes, visualizou-se como proprietário dele, sentiu-se com força, vivenciando positiva e empolgante emoção. E, enquanto você continua vivendo seu dia e pensa sobre vários outros assuntos, seu carro está a caminho, em sua direção, porque você colocou isso em movimento e nada fez para impedir que ele chegue até você.

Então, enquanto você está dirigindo, sem se fixar em algum tema particular, vê um carro muito parecido com o que deseja passando perto de você. Ao olhar para ele, você se sente muito feliz, com um entusiasmo impressionante. Essa emoção positiva indica, claramente, que tudo está em harmonia com o que você deseja, ou seja, seu carro novo vermelho.

Mas se você olha para o carro ao seu lado e se sente em depressão, tremendamente infeliz e com uma crescente ansiedade - porque não o tem ainda, ou vivencia uma sensação aguçada de ciúme, porque o outro motorista tem o que você ainda não possui -, então essa atual emoção negativa é uma indicação de que você está criando contra o seu desejo. E exatamente porque experimenta essas emoções negativas, você afasta a possibilidade de ter o carro, em vez de atraí-la.

Porque você é sensível à emoção negativa que sente, você agora está alerta de que está afastando seu carro de você. Tem de parar com essa criação negativa, imediatamente, substituindo o negativo pelo positivo, mediante a construção da seguinte ponte:

“Eu quero um carro novo vermelho igual a esse. Ao fazer essa declaração de intenção, eu coloco a criação em movimento. Agora eu tenho apenas de permitir que ocorra, e vai acontecer. Meu Sistema de Orientação me alertou que por um momento eu estava afastando o carro de mim, mas eu parei de pensar daquela maneira e agora o estou atraindo com meu desejo mais forte. É um belo carro vermelho! Fico muito feliz quando penso que será meu. Circunstâncias e eventos fortuitos não podem evitar que eu o tenha. Somente meus pensamentos podem afastá-lo. No entanto, agora meus pensamentos estão atraindo esse carro, eu sei disso, porque estou sentindo emoção positiva."

Quanto mais você praticar esse exercício, melhor ficará nisso. Você logo perceberá que é capaz de responder com rapidez ao "sinal de alerta" da emoção negativa, bem antes de atrair uma série de outros pensamentos negativos. Você afastará as experiências nefastas tão logo o processo seja realmente entendido, porque a maioria delas começa com um pequeno e subliminar pensamento negativo, acompanhado de uma emoção semelhante, e então, pela Lei da Atração, conduzem a algo muito maior e doloroso.

É fundamental reconhecer quando você está indo em direção a um caminho negativo já nos estágios iniciais; portanto, altere o rumo por deliberada decisão criativa na direção daquilo que você realmente quer.

**A EMOÇÃO NEGATIVA É IMPORTANTE JUSTAMENTE PORQUE O ALERTA PARA A IMINÊNCIA DA CRIAÇÃO NEGATIVA, MAS, SE A EMOÇÃO NEGATIVA PERMANECER DESPERCEBIDA, A LEI DA ATRAÇÃO IRÁ EXPANDI-LA, E ELA SE TORNARÁ CADA VEZ MAIOR – ENTÃO SEU ORGANISMO FÍSICO SOFRERÁ DANOS E SEU DESEJO FICARÁ CADA VEZ MAIS INACESSÍVEL.**

A maioria das pessoas que agora vivenciam deterioração física ou doença ignorou seu “ sinal de alerta “ ou emoção negativa.

## CAPÍTULO 4

## QUAIS SÃO AS BARREIRAS (QUE NÓS MESMOS ERGUEMOS) PARA A CRIAÇÃO DELIBERADA 17 DE DEZEMBRO DE 1987

Um alerta do Processo Criativo é uma grande vantagem para aqueles que conscientemente desejam ter o controle de sua experiência de visa física.

Para expandir a perspectiva de seu Ser Interior, você sabe que cada criatura que agora está vivenciando uma forma física anseia por controlar essa experiência. É justamente por essa razão, repetimos, que estamos aqui. E como você está começando a entender o

Processo Criativo, deve estar com um forte desejo de mergulhar nele, na certeza de que sempre poderá criar o que quiser. Obviamente, isso é CRIAÇÃO DELIBERADA em sua melhor perspectiva.

Vamos conversar agora dobre as principais barreiras que o impedem de estar em permanente controle deliberado. E então ofereceremos um exercício que vai ajudá-lo imensamente a acertar o rumo na direção desejada.

**SE VOCÊ ESTÁ TENTANDO CRIAR O QUE QUER, UMA DAS BARREIRAS MAIS COMUNS QUE IMPEDEM ISSO DE SE CONCRETIZAR É A INFLUÊNCIA DE OUTRAS PESSOAS.**

Quando você receber estímulo do pensamento alheio, comece a se concentrar nessa direção, ou seja, a criar, e a Lei da Atração trará tudo o que for compatível com isso, ou seja, o que estiver em harmonia com essa influência externa.

Se você não tiver, todo o tempo, total clareza do que quer, sofrerá continuamente a interferência dos pensamentos, palavras ou ações das pessoas que o cercam e criará algo que não deseja.

**A SEGUNDA BARREIRA NÃO VEM DOS OUTROS, MAS DE SEUS PRÓPRIOS HÁBITOS, QUE FORAM DESENVOLVIDOS QUANDO AS SUAS INTENÇÕES ERAM MUITO DIFERENTES DO QUE SÃO AGORA QUE VOCÊ TEM MAIOR CLAREZA DO PROCESSO EM CURSO.**

Quando você está seguindo um hábito que não se alinha ao pensamento deliberado, pode criar algo na direção diferente e mesmo oposta do que realmente quer, neste exato momento.
Seus pensamentos são criadores poderosos, e suas palavras têm ainda mais força do que seus pensamentos, mas suas ações superam, em poder, tanto pensamentos como palavras. Todo pensamento começa pequeno, e, pela lei da Atração, quanto mais você reflete a respeito e com mais freqüência, mais essa tendência se expande e você começa a expressá-la. Uma vez que pensa e fala a respeito de algo, você está pronto para a ação.

Como suas ações seguem suas intenções predominantes a cada momento, é muito importante que você saiba muito bem quais são elas. É preciso que sejam bem claras.

**SE VOCÊ NÃO IDENTIFICAR E DEFINIR SUAS INTENÇÕES PREDOMINANTES, ENTÃO ESTARÁ CRIANDO MAIS E MAIS SOB INFLUÊNCIA ALHEIA – OU DE SEUS VELHOS HÁBITOS.**

## EXERCÍCIO PARA O CONTROLE CRIATIVO DELIBERADO

Sugerimos que você concentre sua atenção nos segmentos naturais de seu dia. Não há duas pessoas neste mundo que vivenciem os mesmos SEGMENTOS, porque cada experiência de vida é diferente. Vamos dar alguns exemplos, a seguir, para deixar bem claro o que queremos dizer com a palavra segmento.

Quando você acorda, de manhã, o tempo em que permanece na cama é um segmento. Ao sair da cama, o período em que você fica em casa, preparando-se para ir ao trabalho ou realizando outras atividades, é também um segmento. Assim que entra no carro e

enquanto ali está, entre um lugar e outro, é um segmento. Ao atender o telefone, começa outro segmento. No momento em que alguém entra em seu escritório, inicia-se um novo segmento, e assim por diante.

**SE VOCÊ RECONHECER QUE COMEÇOU UM NOVO SEGMENTO E, NO EXATO MOMENTO EM EU ELE SE INICIA, FIZER UMA PAUSA PARA TORNAR BASTANTE CLARAS SUAS INTENÇÕES PREDOMINANTES – O QUE VOCÊ MAIS DESEJA RECEBER OU DAR DURANTE AQUELE SEGMENTO -, ENTÃO ESTARÁ NO CONTROLE DELIBERADO D SUA EXPERIÊNCIA DE VIDA.**

Vocês são seres que carregam muitas intenções que nem sempre se aplicam a cada momento de sua vida. Algumas são mais apropriadas a determinados momentos., enquanto outras são adequadas a outros, em diferentes situações. É necessário que você identifique qual intenção é mais importante para cada momento, de maneira a estar em completo e deliberado controle da vida. Confira agora um exemplo.

‘Ao entrar no automóvel, enquanto estiver prendendo o cinto de segurança, manifeste a intenção de segurança e mantenha-se em estado de atenção quanto ao que os demais motoristas pretendem fazer. Com certeza, é mais apropriado ter a intenção de segurança ao dirigir seu automóvel dos que nos momentos em que está em casa lendo.’

Quando você atender ao telefone, faça uma pausa, até saber quem está chamando, para manifestar a intenção do que pretende comunicar àquela pessoa. Com clareza de pensamento e de expressão. Se for importante, seja breve. Ofereça suporte ao interlocutor. É mais indicado desejar a clareza de comunicação no segmento em que fala ao telefone do que quando está nadando, solitariamente, em uma piscina.

Muitos seres em estado físico não acostumam parar para pensar no que desejam. Simplesmente vão vivendo seu cotidiano. Mas, se você identificar cada novo segmento de seu dia e tiver clareza sobre a intenção dominante mais adequada à situação, terá controle deliberado sobre sua vida. Sabemos muito bem que poderia ser muito difícil parar a cada instante para identificar o que se deseja, mas realmente não é complicado dividir o dia em segmentos (algo, aliás, que acontece naturalmente, embora ninguém atente para isso) e reservar alguns segundos para começar cada um deles identificando o que você realmente quer.

Ao ter essa atitude com freqüência, em pouco tempo você perceberá que é muito fácil perceber o início de cada segmento. Reservar aqueles poucos segundos para esboçar a intenção desejada não apenas tornará mais profícua sua vida, permitindo que se expanda bastante tempo disponível para fazer o que se deseja, mas você também sentirá muito mais alegria interior a cada dia, porque concretizará o que deliberadamente pretende obter

## CAPÍTULO 5

## DEFINA SUA INTENÇÃO A CADA NOVO MOMENTO DO DIA

## PARA SE TORNAR UM FILTRO SELETIVO
## 17 DE DEZEMBRO DE 1987

O mundo físico em que você se concentra hoje chegou a um estágio complexo e altamente tecnológico. Com os inúmeros instrumentos à disposição das pessoas para ampliar a comunicação e a oferta de informações, você tem a possibilidade de, literalmente, receber notícias e dados do mundo inteiro. Ao mesmo tempo, portanto, fica à mercê de influências derivadas do que está acontecendo em tempo real em diferentes partes do planeta. O tremendo avanço da tecnologia, ao mesmo tempo em que lhe oferece mais e mais vantagens, também traz, em contrapartida, a desvantagem da confusão e da sobrecarga.

Seu maravilhoso MECANISMO DE PENSAR CONSCIENTEMENTE anseia por participar de tudo. Rapidamente ele começa a trabalhar ao menor estímulo que você lhe dê. Assim, nestes tempos de tecnologia de ponta, você recebe grandes quantidade de estímulos para o pensamento, para serem filtrados ou absorvidos.

**POR QUE MUITOS DE VOCÊS NÃO TOMAM DECISÕES DELIBERADAS SOBRE O QUE É IMPORTANTE INDIVIDUALMENTE? VOCÊS LIDAM MAIS COM O DESEJO IMEDIATO DO QUE COM O REALMENTE FUNDAMENTAL.**

Em vez de atentar para seus desejos primordiais, você – que está sendo alvo constante de bombardeiros contínuos e em massa de tudo o que lhe chega – costuma dar mais atenção a essa enxurrada, e nisso são fixados seus pensamentos. E uma vez que você vive na sociedade tecnológica, literalmente tudo o que está acontecendo sobre a face da Terra está “perto”. Ao mesmo tempo, agora mais do que em qualquer outro período histórico de seu planeta, é fundamental identificar, definir, clarear, dia a dia, cada desejo que é mais importante do ponto de vista individual – de outra forma, cada um de vocês será facilmente influenciável por tudo que está à volta, mesmo o que vem de muito longe. Como nós observamos o seu mundo físico, de nossa ampla perspectiva, vemos seres que estão vivendo, realizando suas atividades, tudo o que denominam “vida”, e criando experiências por meio de seus pensamentos – mas não por intenção deliberada. Em resumo, a maioria das pessoas está vivendo por omissão.

É nossa intenção, ao escrever este livro, estimular seus pensamentos em direção a uma nova consciência, em que você crie sua experiência de vida, porque deseja estar em controle deliberado do que lhe acontece. Literalmente criar.

**NO MOMENTO EM QUE VOCÊ TOMA A DECISÃO DO QUE É IMPORTANTE PARA VOCÊ, SUA ATENÇÃO SE VOLTA PARA O QUE ESBOÇOU, EM PENSAMENTO, E COMO É ISSO QUE VOCÊ SE CONCENTRA AGORA, COMEÇA A CRIAR NESSA EXATA DIREÇÃO.**

Essa é a razão pela qual é tão valioso quebrar sua rotina em segmentos e ter uma intenção clara do que é mais importante para você em cada um deles.

Ao começar o processo de intenção segmentada você assumirá o controle de sua experiência física a cada segmento. A confusão que costuma vivenciar desaparecerá imediatamente, do mesmo modo que a sensação de extrema sobrecarga – indicada pelas emoções negativas, os seus “sinais de alerta” - , pois o que surgirá serão imenso entusiasmo e tremenda motivação de progresso.

**TOMAR UMA DECISÃO OU TRAZER AO NÍVEL DE CONSCIÊNCIA DELIBERADA O QUE VOCÊ QUER O ELEVA À POSIÇÃO DE FILTRO SELETIVO.**

## CAPÍTULO 6

## MANTENHA A INTENÇÃO SEGMENTADA (OU COM FOCO VOLTADO) PARA ELIMINAR AS INFLUÊNCIAS NEGATIVAS OU OS VELHOS HÁBITOS 19 DE DEZEMBRO DE 1987

Queremos ajudar você a entender o PROCESSO Criativo que deliberadamente colocará em movimento tudo o que deseja – por meio do poder de seus pensamentos conscientes.

É importante, também, como temo ressaltado constantemente, que você entenda como está criando o que não deseja por omissão, por deixar de usar seu potencial de criar deliberadamente.

**QUANDO VOCÊ TOMA UMA DECISÃO A RESPEITO DO QUE QUER, VOCÊ SE TRANSFORMA EM UM FILTRO E O UNIVERSO INTEIRO PASSA A TRABALHAR PARA LHE OFERECER ISSO QUE ESTÁ CRIANDO.**

Há muitas variáveis que incidem sobre a rapidez com que esse desejo esboçado pode se concretizar. Depende, como já vimos, da quantidade de foco que você lhe dá, da emoção sentida naquele momento e de outros assuntos sobre os quais você pensa.

Após colocar uma criação em movimento, ela acontecerá – exceto se você se concentrar em outros pensamentos que contrariem a intenção original.

Esses outros pensamentos contrários chegam a você de várias fontes. Algumas você traz de experiências passadas, mas muitas você recebe das pessoas ao seu redor.

Se você tiver absoluta clareza, em cada segmento do seu dia, a respeito do que quer, será um Filtro Seletivo e absorverá apenas aqueles pensamentos que expandam seu desejo, rejeitando os que não lhe dizem respeito.

É importante que você evite a influência negativa de seres com quem convive no trabalho, no lar e em eventos sociais.

Se você decidiu o que quer enquanto entrou em um segmento que envolve outra pessoa e começa uma conversa com alguém que fala exatamente o contrário a respeito dos seus objetos de desejo, você sente forte emoção negativa. Ela é despertada por seu Ser Interior, que assim o alerta que aquilo que você está recebendo não se harmoniza com o que você esboçou previamente. Entretanto, se você entra nesse segmento sem parar um segundo para identificar suas intenções dominantes, estará facilmente à mercê dessa conversa negativa, porque seus “sinais de alerta” não serão bastante eloqüentes ou você não estará sensível a eles.

**NO MOMENTO EM QUE VOCÊ "OUVIR" OU SENTIR O TOQUE DE SEU "SINAL DE ALERTA", É IMPORTANTE QUE VOLTE, IMEDIATAMENTE, SEU PENSAMENTO CONSCIENTE NA DIREÇÃO DE SEU DESEJO REAL.**

A cada momento que vivenciar o toque do sinal de alerta você iniciará uma criação no sentido daquele pensamento que detonou o alarme. Portanto, muito cuidado e atenção, porque desconsiderar esse toque o levará a caminhar rapidamente na direção oposta a que quer seguir.

Então, é fundamental que você entenda o poder de influência de outras pessoas, porque, se estiver todo o tempo aberto a essa possibilidade, elas podem estimular seus pensamentos no rumo indesejado, incentivando-o a criar exatamente o que mais teme.

## O AFASTAMENTO NECESSÁRIO

Obviamente, a melhor maneira de evitar a influência negativa de outros é afastar-se, fisicamente, dessa influência quando você percebe a manifestação do "sinal de alerta". Mas nem sempre é confortável fazer isso. De qualquer modo, é fundamental que você se distancie mental e emocionalmente e se concentre no pensamento sobre o que deseja, abstendo-se de participar dessa conversa não profícua**.**

Diante de sua retirada, certas pessoas poderão pensar que você é rude ou deselegante, mas serão certamente aquelas que não compreendem a importância de não controlar pensamentos. Lembre-se, contudo, de que estará criando por omissão, caso ali permaneça se expondo ao que lhe faz mal, apenas porque lhe parece mais confortável, pois não gostaria de desapontar seus amigos.

Muitas pessoas que vivem ao seu redor não estão no controle deliberado da própria vida, mas sim sob forte influência de outras pessoas. Portanto, não são capazes de tomar uma atitude como essa, de sair de um determinado espaço ou situação que interfiram negativamente no que desejam.

**QUANDO VOÊ ENTRA EM UM NOVO SEGMENTO DE SEU DIA, SE NÃO TOMAR UMA DECISÃO CLARA SOBRE O QUE QUER, CERTAMENTE ESTARÁ À MERCÊ DA INTERFERÊNCIA, OU MESMO CONFUSÃO, DOS QUE ESTÃO À SUA VOLTA.**

No momento em que você entra em seu automóvel e tem a intenção de dirigir em segurança, você está literalmente se protegendo do que querem outras pessoas, ou mesmo livrando-se da atitude sem foco dos que também conduzem carros, ao seu lado. Quando você entende realmente a Lei da Atração, sem nenhuma dúvida, percebe muito bem quando atrai alguém para sua experiência de vida. Então você é capaz de perceber como dois seres humanos que não estão concentrados na própria segurança envolvem-se em um acidente de trânsito. Toma consciência de como as pessoas não atentas à própria saúde dedicam muito tempo a conversa sobre doença, de maneira a trazer essa mazela para a própria vida.

Quando você entende a Lei da Atração, pode captar a razão pela qual cada ladrão é conduzido para sua vítima. Não é por acaso. Nem por acidente. É a Lei da Atração. E quem teme, traz para si exatamente o objeto desse temor. Porque fica voltado para isso.

Quem deseja algo intensamente, atrai o que quer. Quem pensa em determinada coisa ou assunto – por medo de vivenciá-lo – atrai exatamente isso para si.

Portanto, quando você entrar em cada segmento de sua rotina, tome decisões prévias a respeito. Assim, sob a Lei da Atração e do Processo Criativo, você delineará as experiências que deseja viver, afastando as que rejeita, impedindo a concretização delas – desde que não se concentre nas mesmas. É simples.

## 21 DE DEZEMBRO DE 1987

**EM GERAL, CRIAR POR OMISSÃO ACONTECE PORQUE VOCÊ NÃO ENTENDE O PROCESSO CRIATIVO. MAS, DE QUALQUER MANEIRA, MESMO QUE VOCÊ O ENTENDA, AINDA ASSIM ESTARÁ SOB A INFLUÊNCIA DE HÁBITOS CONSOLIDADOS, AQUELES QUE CONDUZEM VOCÊ EXATAMENTE AOOPOSTO DO QUE DESEJA..**

Não é possível criar na direção de suas intenções atuais se você mantém atitudes e costumes do passado, justamente porque foram consolidados em outro período de sua vida, quando talvez suas intenções fossem diferentes.

Muitos de seus hábitos estão vinculados a outros seres humanos com os quais compartilha sua vida presente. Você também costuma participar de conversa em que seus interlocutores falam exatamente o oposto do que você deseja para si, mesmo que você agora entenda perfeitamente o poder das palavras. Isso acontece por força do costume. E mesmo se você tiver vontade de se afastar, pelo próprio costume às vezes permanece ali, para evitar de ferir sentimentos alheios, ou porque não quer parecer uma pessoa excêntrica.

Quando você entra em casa, normalmente liga a televisão – num gesto automático – e senta-se diante dela observando tudo o que oferece. Por costume, ouve palavras opostas ao que deseja – atenção! Porque você se integra a essas palavras por meio de seu PENSAMENTO. Assim, coloca em movimento a criação no sentido do que NÃO deseja.

## AS INTENÇÕES DOMINANTES

Há centenas, talvez milhares de oportunidades a cada dia de criar por omissão. Em vê de concentrar-se no que quer, de maneira forte e deliberada, você se perde nessas situações negativas.

O processo de criação diz respeito às intenções definidas pelo criador. Antes de dar andamento a qualquer criação, suas intenções tem de estar em estreita harmonia entre si, mesmo que sejam diferentes umas das outras.

A afirmação não é paradoxal. Em todos os momentos de sua vida física, muitas intenções estão presentes. Se estiver em harmonia, tudo estará em movimento progressivo e positivo. Mas, se estiver em desarmonia, haverá retardo na concretização ou mesmo jamais estarão em movimento para se tornarem reais, a depender do grau de desarmonia.

Seus pensamentos são voltados à sua INTENÇÃO DOMINANTE – a cada momento – e quando o foco está nessa intenção há criação.

Se você não identificar qual é a sua intenção dominante, seu poder de criação ficará difuso porque tentará criar e muitas direções – até mesmo naquelas conflitantes. Mas quando você identifica sua intenção dominante, seus pensamentos ficam naturalmente concentrados nela.

Em resumo, o que estamos dizendo é que você fica vagando por ai; deixa-se absorver por conversas negativas; permanece com antigos hábitos, que dizem respeito a intenções passadas – e isso tudo acontece porque deixa de tomar decisões sobre suas intenções predominantes, aqui e agora, no presente.

**QUANDO VOCÊ INDENTIFICA O QUE É REALMENTE IMPORTANTE PARA VOCÊ NESTE EXATO MOMENTO, O PRECESSO CRIATIVO NATURAL COMEÇA A TRABALHAR PARA VOCÊ. E NÃO HÁ MAIS ESPAÇO PARA CONFUSÃO OU DÚVIDA NA SUA VIDA.**

Seu Ser Interior entende claramente a Lei da Atração e o Processo Criativo, e também a mescla de intenções que ocorre toda vez que você toma uma nova decisão. E embora esse conhecimento ajustado não seja conscientemente organizado por você, a cada instante você deve confiar em seu Ser Interior, porque ele dará conta do recado. Do mesmo modo, confie na emoção que surge no momento em que pensa a respeito. Quando começar a criar deliberadamente em determinada área de sua vida, você terá mais e mais controle consciente sobre todas as demais.

A partir do instante em que você identificar suas intenções dominantes, o processo natural o direcionará para elas. Assim, você criará deliberadamente. E quando permanecer sensível ao que sente, o Sistema de Orientação que vem diretamente de seu Ser Interior o ajudará a permanecer no foco e no caminho certo.

**O SISTEMA DE ORIENTAÇÃO, O "SINAL DE ALERTA", AS EMOÇÕES – GERADAS POR SEU SER INTERIOR – DÃO-LHE A ASSISTÊNCIA NECESSÁRIA QUANDO VOCÊ SE DEPARA COM INFLUÊNCIAS ALHEIAS E VELHOS HÁBITOS QUE DEVEM SER ABANDONADOS.**

## CAPÍTULO 7

## A CHAVE PARA DESCOBRIR O PROPÓSITO DE SUA VIDA

Só você pode criar sua experiência de vida – e não pode criar a de mais ninguém. Cada ser que tem forma física é um criador individual e independente.

Quando você começa a expandir sua consciência a respeito de quem é e sente seu ser na TOTALIDADE, não somente tem CONSCIÊNCIA DE SUA EXISTÊNCIA FÍSICA, como acontece com freqüência, mas também percebe que manifestou a intenção de ter a presente experiência de vida. Então, sabe que existe a possibilidade de, antes mesmo de nascer, ter tomado decisões sobre o que quer e a proposta ou objetivo para sua vida presente.

Observamos que muitos de vocês que agora têm uma forma física buscam um objetivo de vida. Esperam saber por que estão aqui e qual é o significado dessa experiência, mas

enquanto se mantiverem limitados à perspectiva física, e não se abrirem a outra, bem mais ampla, não encontrarão resposta para essas questões.

Você está vivendo esta experiência física com o foco voltado para o mundo concreto porque manifestou essa intenção. Não estamos sugerindo que você abandone eventuais experiências em curso, na tentativa de buscar algo em outras dimensões, mas encorajamos uma boa mescla. Acreditamos que você deve estar consciente e ativamente envolvido com seu mundo interior e com seu Sei Interior, porque essa mistura expandirá o mundo físico em que você vive.

## EXERCÍCIO PARA ABRIR CAMINHO ENTRE SEUS MUNDOS FÍSICO E INTERIOR

Para sentir seu mundo interior você primeiro precisa aquietar seu mundo físico. Você deve afastar seu foco consciente do mundo físico para perceber seu mundo exterior. Não é um processo difícil. Ele tem recebido várias denominações – alguns o rotulam de meditação. Mas independentemente de como prefira nomeá-lo, estamos falando a respeito de um tempo de quietude, de imersão para sentir seu próprio interior. Aqui está uma sugestão de como fazer isso.

Sente-se num lugar calmo, de maneira muito confortável, feche os olhos – e simplesmente seja. Faça o que for necessário para reduzir a possibilidade de interrupção por parte de sua consciência física. E permaneça confortavelmente, silenciando sua mente. No começo não é uma tarefa muito fácil, porque sua mente está sempre muito estimulada a pensar seu treinamento e sua prática têm sido sempre no sentido da rapidez, da urgência em participar conscientemente de qualquer evento.

Nossa proposta, portanto, é de que você se sente em um lugar onde não haja interrupções. E ali permaneça com a consciência silenciosa. Recomendamos que isso, a princípio, lhe tome apenas um curto espaço de tempo, 15 ou 20 MINUTOS A CADA DIA SÃO SUFICIENTES. O momento do dia que você escolha para isso não é importante, nem precisa ser sempre o mesmo, mas é fundamental que você faça isso diariamente.

No momento em que conseguir silenciar sua mente - talvez concentrando-se em sua própria respiração (esse tipo de exercício ajuda muito) - e retirar sua atenção de tudo o que é físico, que está a seu redor, você começará a perceber seu mundo interior. Para cada pessoa, isso será uma experiência diferente.

Aconselhamos você a não comparar sua prática com a de mais ninguém,. Porque isso não tem valor algum. Geralmente a intenção de comparar se refere a saber quem é melhor. O que importa é o seu foco e o que você quer – LEMBRE QUE ATENTAR PARA O QUE VOCÊ NÃO QUER ATRAI EXATAMENTE ISSO PARA SUA VIVÊNCIA.

Um alerta para quem estiver começando agora essa experiência: você poderá sentir uma espécie de adormecimento de seu .ser físico, e isso é uma indicação de que você conseguiu aquietar sua mente e que de algum modo afastou-se do mundo físico, exatamente para mergulhar no mundo interior.

## VIA DE MÃO DUPLA E PERMISSÃO

Quais são as vantagens de estar sensíve1 a esse mundo interior? Quando você entender que tem muito mais amplitude, experiência, sabedoria e ancestralidade do que pode indicar sua memória física, perceberá a vantagem de estar em contato com essa parte sua e, de fato, receber comunicação dela. Cada um de vocês já recebe esse tipo de comunicação de seu Ser Interior na forma de emoção, como já vimos, mas você pode receber informação muito mais detalhada se desejar isso. O processo de aquietar o seu mundo físico por meio do mergulho no seu mundo interior abrirá o caminho de comunicação entre essas dimensões - a física e a interior. Isso, por sua vez, permitirá que você receba a orientação apropriada, as melhores instruções, para tudo o que deseja nesse momento.

A comunicação não deve ser apenas no sentido do mundo interior para o físico, mas também no sentido contrário. É preciso abrir esse caminho de maneira muito clara, e quando o canal estiver bem consolidado haverá maravilhosos benefícios.

Quando decidir o que quer ou pretende para abrir a passagem da dimensão física para a não física, você apenas terá permitir que isso aconteça. E permanecer esse tempo em quietude é uma forma de conseguir isso.

Como com todos os outros seguimentos do seu dia, é também importante que você identifique sua intenção quando começar a vivenciar esse instante de meditação. Se a sua intenção é abrir a passagem entre ambas as intenções, para que você receba comunicação bastante clara, então permaneça como estava no início do processo. Se a sua intenção é aquietar o mundo físico porque você deseja relaxar completamente da confusão, da sobrecarga e do cansaço resultantes da vivência física, então permaneça nesse estado de meditação.

Você cria tudo o que deseja vivenciar nesse intervalo de tempo, e já sabe disso, mas é importante que lhe ofereçamos esse exercício exatamente para facilitar a abertura da passagem. Fazê-lo o ajudará muito.

## CAPÍTULO 8

## SUA CONEXAO COM 0 PRÓXIMO (CADA SER COM QUEM VOCE INTERAGE) E COM TUDO-O-QUE-EXISTE

Estamos continuamente procurando formas mais efetivas de expressar a você nosso conhecimento. Quando falamos do Processo Criativo, e difícil expor essa questão em termos físicos - exatamente porque ele se estende alem da sua percepção física.

Você, humano, é um ser físico, arraigado nessa dimensão em que se situa. Geralmente quer evidencias físicas para basear aquilo em que crê. E, como falamos de PRINCÍPIOS e PROCESSOS que não podem ser vistos, você fica sem as provas que procura. Mas se você, leitor, aceitar que a nossa palavra sobre o Processo Criativo é verdadeira, terá uma infinidade de evidencias tangíveis em sua experiência de vida individual. Primeiro creia, pois na seqüência colhera essas evidencias. Confie, portanto.

Acreditamos que, enquanto lê estas palavras e avalia suas experiências de vida, você verá uma exata correlação entre o que aqui se encontra e o que está produzindo dia a dia. ESSES PRINCÍPIOS QUE EXPRESSAMOS SÃO ETERNOS.

Quando começa sua experiência física, existem muitos sua volta que já chegaram a varias conclusões. Eles criaram para si mesmos inúmeras crenças baseadas em suas próprias experiências de vida ou em histórias que ouviram do que os cercaram desde que nasceram.

Como você recebe todos os estímulos para pensar nas crenças oferecidas por outras pessoas, frequentemente atrai para sua ,vida "provas" de que tudo e exatamente como elas disseram. PORQUE VOCÊ ACREDITA QUE AS COISAS SÃO ASSIM, E SOMENTE POR , ESSA RAZÃO, AS CRENCAS MUDAM MUITO DEVAGAR.

Em vez de absorver crenças alheias, nós o aconselhamos, no momento em que recebe esse estímulo que lhes damos agora, a observar a emoção que vem de seu interior. Se ela for positiva, continue a pensar dessa forma, mas se for negativa, elimine imediatamente esse pensamento.

Ao seguir a "orientação" de seu Ser Interior, em vez de ouvir opiniões e crenças daqueles que o cercam, você terá uma evolução muito mais rápida e clara.

**UM SER QUE NÃO ENTENDE 0 PROCESSO CRIATIVO, MAS ESTÁ MOTIVADO POR "ALGO", EFETIVAMENTE CRIARÁ A RESPEITO. NÃO É NECESSÁRIO QUE VOCÊ ENTENDA 0 PROCESSO CRIATIVO PARA SER UM CRIADOR DE TUDO QUE ESTEJA CONCRETIZANDO NO MOMENTO. MAS É IMPORTANTE ENTENDER 0 PROCESSO CRIATIVO SE VOCÊ DESEJA TER CONTROLE SOBRE 0 QUE QUER.**

## MUITO ALÉM DO QUE SE IMAGINA

Quando você olhar ao seu redor para o que envolveu desejo na sua experiência de vida, entenda que tudo é criação sua. Cada parte desse todo, sem exceção, foi convidada para integrar a sua vivência por meio do poder de seu pensamento criativo. E como não podemos lhe oferecer as intrincados detalhes que estão envolvidos nesse Processo Criativo, procuraremos lhe dar a mais clara imagem de como seus pensamentos colocam em movimento a criação do que você focaliza.

Vocês são muito mais do que seres que podem perceber por intermédio de seus sentidos físicos e que podem captar com os instrumentos de seu corpo.

CADA UM DE VOCÊS EMERGIU DE UMA OUTRA DIMENSÃO, DE UM MUNDO INTERIOR, DE UM SÁBIO E EVOLUTIVO SER INTERIOR. E este ser está conectado a um grupo de seres que, por sua vez, emerge também de um diferente grupo de seres, e assim par diante. Enquanto vocês permanecem no planeta Terra com seu corpo físico, vivendo uma experiência concreta, são, em determinado sentido, representantes de muito, muito mais do que apenas aparentam.

AO LONGO DE SUA VIVÊNCIA, NÃO É APENAS VOCÊ QUE SOFRE A INFLUÊNCIA DE SUAS PRÓPRIAS EXPERIÊNCIAS, MAS TODOS AQUELES QUE ESTÃO CONECTADOS A VOCÊ. TODOS VOCÊS QUE TEM NESTE MOMENTO UMA FORMA FÍSICA ESTÃO, POR SUA VEZ, EM

CONTATO COM TODOS NÓS, QUE NÃO TEMOS UMA FORMA FÍSICA, DE MANEIRA QUE TODOS ESTAMOS LIGADOS NO UNIVERSO. E, quando você elabora um pensamento, literalmente o Universo inteiro trabalha para a consecução desse desejo.

O Mecanismo Criativo, que e ativado no momento em que você gera um pensamento, não avalia se está certo ou errado, nem, se é positivo ou negativo, ou se existe bondade ou maldade nisso - trabalha, imediatamente, para realizar essa criação que você pôs em movimento. Isso acontece porque você quer que se realize.

**Seu Mecanismo Criativo esta sempre funcionando.**

Você não pode desligá-lo. Portanto, é muito importante manter-se sensível ao que você sente porque poderá compreender em qual direção seu Mecanismo Criativo esta focado. Isso é realizado par seu GUIA INTERIOR, que não e indiscriminado. Ele esta alerta sobre as intenções que você carrega.

Assim, se seu GUIA INTERIOR reconhece que um pensamento colocado em movimento é contrário ao que sabe que você deseja, ele lhe dará um toque, aquele "sinal de alerta", na forma de emoção. Quando você recebe emoção positiva, lembre-se sempre, é um sintoma de seu Ser Interior de que nesse momento você está criando exatamente o que deseja. Quando você sente uma emoção negativa, esse mesmo "sinal de alerta" indica, a partir de seu ser Interior, que nesse instante você está começando a criar na direção do que não deseja.

Se você entende a profunda conectividade de tudo isso, então não será uma surpresa observar que a desejo manifestado, ou sobre o qual concentrou seu pensamento, se concretiza. Ao entender esse processo e esperar efetivos resultados dele, você terá muito mais criação deliberada.

## 23 DE DEZEMBRO DE 1987

**VOCÊS SÃO, NÃO IMPORTA SEU ESTÁGIO DE EVOLUÇÃO, SERES QUE PROCURAM A FELICIDADE. MANIFESTARAM A INTENÇÃO, NO MOMENTO EM QUE VIERAM PARA A VIDA FÍSICA, DE VIVENCIAR 0 QUE LHES TRAZ ALEGRIA E QUE SUPORTE 0 MESMO EFEITO EM TODOS AQUELES QUE OS CERCAM**

## A ÓBVIA FELICIDADE

Vocês são motivadores, cooperam mutuamente porque querem compartilhar a alegria da experiência de vida que criam para si mesmos. No momento em que tomaram a decisão de assumir uma forma física, SABIAM muito bem que eram os únicos criadores de sua experiência de vida e que cada indivíduo com quem você compartilha era o único criador da experiência de vida dele. Mas vocês vieram para o planeta Terra para participar das vivencias com os outros porque também entenderam o valor de ser.

Assim como você existe, influencia o pensamento alheio. E como resolveu ter uma estrutura física para concretizar o que deseja, você estimula outras pessoas a ter o mesmo objetivo. A partir da perspectiva do seu Ser Interior, você escolheu viver a vida física com muita alegria, e anteviu essa felicidade.

Se você prestar atenção aos seus sentimentos ao longo da vida, saberá se esta se movendo - ou não - em direção à felicidade que você previu. A emoção de alegria que vem do seu interior é um sinal de que você esta em harmonia com suas intenções interiores, e a emoção negativa que sente e como um "sinal de alerta" na direção contrária.

Se você quer saber a respeito das pessoas ao seu redor, se pretende perceber em que rumo elas estão em suas próprias intenções, observe atentamente a emoção que vem delas, porque isto não é algo fácil de se esconder.

Quando você esta feliz, isso e absolutamente óbvio. Fica bem expresso na atitude de quem sente, e a Lei da Atração registra isso.

Se você tem ao seu redor seres felizes, isso indica que você é feliz. Mas se, ao contrario, se há infelizes ao redor, saiba que é um sinal claro do que você tem atraído.

Você quer oferecer alegria aos outros - então primeiro tem de ser feliz. Se quer oferecer saúde aos outros, então antes tem de buscar a sua própria saúde. E, como você manifesta intenção e recebe, haverá também satisfação em torno, se você estiver vivendo com alegria – muitos seguirão seu exemplo, querendo entender como você conseguiu isso.

É maravilhoso constatar, ainda, que aquilo que você vivenciou até este momento de sua vida não tem de influenciar o que vai viver em seguida. Agora, quando você estiver tomando suas decisões sobre o que deseja, você começará a criar exatamente nessa direção.

Você não precisará continuar a sentir tristeza se neste momento escolher para si uma vida feliz. Mas muitos de vocês vivenciam  mudanças muito pequenas, porque em geral permanecem com os mesmos pensamentos, o mesmo circulo de pessoas, as mesmas experiências de vida que os levaram a essa situação indesejável - e como você continua nesse mesmo ritmo, só fará aumentar o que já tem.

**NÃO É SUA INTENÇÃO AFASTAR-SE OU CAMINHAR NA DIREÇÃO DE QUALQUER COISA, ALGO GENERICO E TOTALMENTE INDEFINIDO.**

## A RESPONSABILIDADE INDIVIDUAL

Estamos aqui para lhe oferecer, a partir de uma perspectiva muito ampla e do seu estagio de conhecimento, as Leis Universais que afetam sua experiência de vida. Estamos aqui para explicar o Processo Criativo, que lhe permitirá ter controle deliberado sobre o que deseja, partindo de uma intenção dominante que você mesmo define.

Vocês são seres individuais, que estão aqui para criar de maneira particular. Embora queiram oferecer muito para os outros, e mesmo muitas vezes se sintam responsáveis por criar experiências de vida alheias, SAIBAM QUE CAUSAM UM DANO AOS DEMAIS QUANDO TENTAM TIRAR DELES A RESPONSABILIDADE QUE TÊM DE TER POR SI MESMOS.

## 24 DE DEZEMBRO DE 1987
## Qual é seu objetivo para esta experiência de vida física?

Essa e uma questão que com freqüência surge, e parte do motivo pelo qual estamos compartilhando esse tema é justamente orientar você no sentido de entender essa proposta.

Seu objetivo ou suas intenções estavam muito claros quando você tomou a decisão de participar desta experiência de vida física. Uma das decisões ou intenções que você fixou de uma perspectiva não-física foi que, tendo essa vivência, você conscientemente escolheria tudo o que realmente desejasse.

Não havia outro caminho, ou atalho, que estivesse prédeterminado antes de você decidir viver integralmente esta experiência.

Foi sua intenção ter uma vida física e criar as experiências que deseja ter. Mas como desde que você chegou encontrou crenças e confusões do mundo no qual nasceu, essa clara perspectiva se esvaiu e, em muitos casos, foi completamente esquecida.

As respostas prontas a questões como "Por que eu estou aqui?", "Qual é minha proposta para essa experiência de vida física?" vem com muita força de seu Ser Interior.

Quando se esta vivendo nesta dimensão física, tomando conhecimento de tudo a partir de seus sentidos físicos, e difícil perceber a totalidade do seu ser. Mas, se você começar a entender a partir do seu SER EVOLUÍDO, terá muito mais facilidade para compreender por que esta aqui.

Ao perceber sua infinita conexão com TUDO-O-QUE-EXISTE, você saberá o valor de sua estada no planeta Terra. Porque a intenção que você definiu para sua vivencia não está contida somente em sua experiência individual consciente, mas é expressa também por meio de outros seres físicos que o cercam e que compartilham de suas experiências, e para todos os seres de quem estes emergiram. Porque tudo esta em  permanente conexão - TODOS se beneficiam da experiência de vida que VOCÊ atrai. Portanto, a evolução de sua espécie é mais profunda do que a evolução física que você é capaz de perceber.

Como você escolheu ser uma parte dessa experiência de vida física, manifestou a intenção de ter uma vida feliz porque acredita na natureza deliciosa dessa experiência. E porque toda experiência física ou não-física é potencialmente feliz, há uma especial e única qualidade inerente a expressão física da vida.

**SUA EXISTÊNCIA PRESENTE É A CONCRETIZAÇÃO DO QUE VOCÊ CRI0U POR DESEJO INTENSO, E ESSA EXPERIÊNCIA POR SI MESMA JÁ É UMA CLARA INDICAÇÃO DE QUE VOCÊ REALMENTE CRIA O QUE DESEJA.**

Esperamos que você compreenda que é responsável pela criação de sua experiência física. É importante salientar, sempre, esse ponto. Para que você sempre o tenha presente. Como você começa a entender que o desejo é o principio de toda criação e como já identifica claramente o que deseja, você continuará sua magnífica criação deliberada que principiou no seu nascimento físico.

Quando você nasceu, já tinha a intenção de crescimento contínuo. Você também manifestou o desejo de interagir com quem possa aprender com seu exemplo, de maneira que tenha possibilidade de contribuir para a evolução alheia pela clara expressão do seu verdadeiro "eu", tanto para quem compartilhe de sua realidade, quanto para os que estejam conectados a ela e em permanente estado de observação.

## O CAMINHAR SEMPRE ADIANTE

Você quis ser exatamente o que é. Um ser perfeito, magnífico, em continua mutação e evolução. É também um ser aberto para o novo, porque sabe que o crescimento está na experiência inédita. Você e um ser cheio de amor. Em sua forma mais pura, você e amor.

VOCÊ É UM SER QUE COMPREENDE O VALOR DE SER EXATAMENTE COMO É E DE ENCORAJAR TODAS AS OUTRAS PESSOAS A SEREM COMO SÃO, porque sabe que muitos estão onde você já esteve antes, e que outros estão onde você estará mais adiante nessa contínua evolução.

Expressamos nossa perspectiva de suas intenções quando você veio para essa experiência porque acreditamos que devemos despertar uma seqüência de lembranças em você. Ao recordar as razões específicas, deliberadas e intensas pelas quais você escolheu essa vida, isso renovará seu entusiasmo pela vivência atual.

## 25 DE DEZEMBRO DE 1987
## VOCE CRIA SUA EXPERIÊNCIA FÍSICA.

Sempre repetimos isso porque queremos que você entenda que são as suas escolhas que de fato criam suas experiências de vida.

## ALTERAÇÕES DE RUMO

Muitos de vocês sentem que têm um grande propósito para estar aqui e ficam à procura dele, porem se equivocam ao pensar que seja um plano definido anteriormente por alguma outra criatura, ou mesmo por você em algum outro tempo.

Dessa maneira você desperdiça sua vida tateando, em busca desse objetivo que possa ser cumprido.

**É VERDADE: VOCÊ VEIO PARA ESTA EXPERIÊNCIA DE VIDA FÍSICA COM ALGUMAS INTENÇÕES DEFINIDAS - MAS NESTE MOMENTO VOCÊ TEM O DOMÍNIO DO QUE QUER E PODE ALTERAR O QUE FOI DEFINIDO ANTES. A PARTIR DE SEUS PENSAMENTOS CONSIENTES VOCÊ CRIA SUAS VIVÊNCIAS AQUI E AGORA.**

Queremos ajudá-lo a entender como essas intenções que você assumiu quando nasceu fisicamente se mesclam com a sua criação imediata.

Para que entenda essa mescla, você tem de voltar um passo atrás e tentar se ver de uma perspectiva mais profunda. Aquela de um ser que viveu milhares de vidas físicas e não-físicas, alguém que obteve conhecimento com todas elas. Enquanto você se observa dessa maneira talvez possa ter um lampejo de um ser que tem muita, muita sabedoria. E, se você se sente confortável com a existência desse profundo, sábio, certamente

ancestral Ser Interior, você terá o beneficio da sabedoria e do conhecimento que ele carrega.

Cada emoção que você sente - e que já sabemos vir do seu Ser Interior - o ajudara a perceber quando está ou não no rumo de seus desejos.

Como você participa dessa vivencia com muitas intenções, se você não tomar decisões deliberadas, seu Ser Interior o guiara na direção dessas questões porque sabe que você veio com elas ao assumir esta forma física. E essa é a razão pela qual você muitas vezes experimenta uma espécie de urgência íntima.

O que nós encorajamos você a fazer, enquanto tratamos de estimular seus pensamentos com nossas palavras, é uma maravilhosa mistura do seu Ser Interior (e também mundo interior e conhecimento interior) com seu pensamento consciente no mundo físico.
COMO JÁ SABE QUE DEVE PERMANECER SENSÍVEL AO SEU ESTADO EMOCIONAL, VOCÊ VIVENCIARÁ SUPREMA ORIENTAÇÃO INTERNA.

**Naturalmente, esses benefícios a que nos referimos agora acontecerão se você tomar muitas decisões deliberadas enquanto monitora a eficácia de sua criação, permanecendo com foco sobre seus próprios sentimentos ou sobre a comunicação que vem de dentro para fora.**

Como você toma muitas decisões sobre o que quer criar, seu Ser Interior oferecerá a você orientação específica a respeito de estar ou não no caminho certo.

## CAPÍTULO 9

## TEMPO DE DESPERTAR
## 27 DE DEZEMBRO DE 1987

Como hoje em dia cada um dos seres em forma física tem habilidade para criar individualmente qualquer coisa que possa imaginar, você poderá expandir bastante essa experiência caso compartilhe, com outros, esta vida física.

Quando você toma decisões e cria de maneira individual, coopera com os outros nesse sentido.
Sugerimos que pode ser muito bom que você reserve algum tempo para permanecer consigo, sem interferências externas, porque isso ajudará a entender mais claramente a sua capacidade de criação.

Se no mundo não houvesse tanta gente, haveria apenas alguns seres para assumir a responsabilidade ou ficar com o credito de toda a criação em curso. Mas você não escolheu uma experiência de vida solitária. E esse tipo de experiência e uma grande oportunidade de se obter satisfação.

## AS CONTRIBUIÇÕES MÚTUAS

A maioria dos seres que estão agora em forma física na Terra tem a intenção de contribuir para a evolução de outros, da mesma forma que também recebe contribuirão alheia, desde que esteja atenta a isso. Ou seja, para receber esse beneficio, você deve também querer dar no mesmo sentido. É uma via de mão dupla.

Uma poderosa fonte de satisfação e de sabedoria vem de sua observação da felicidade que outros vivenciam. E como você se envolve com esse grupo de seres que mais e mais procuram felicidade, também terá tudo a ver com os que a recebem em grande escala - porque nada se recebe se não se deseja. Preste muita atenção nesse ponto. Porque o contrário também é certo. Enquanto não estiver nessa procura, você certamente não a encontrará.

Cada um de vocês específica e entusiasticamente escolheu este período em particular para se envolver no que está acontecendo no planeta, porque entendeu, antes de assumir a forma física, que este seria, de fato, mais do que qualquer outro, o momento em que mais seres evoluiriam com grande intensidade.

A evolução humana no planeta Terra já foi mais lenta, embora tenha havido momentos de saltos na história, ou seja, em que isso aconteceu mais rápido. Nunca, porem, como agora.

## 29 DE DEZEMBRO DE 1987

Você não escolheu compartilhar sua vida física com outros seres porque efetivamente precisa deles para criar, mas porque, com essa interação, você expande a sua própria experiência.
CADA SER HUMANO, INDIVIDUALMENTE, TEM CAPACIDADE PARA CRIAR QUALQUER COISA QUE IMAGINE - mas, ao interagir, recebe benefícios dos exemplos alheios.

Você atrai outros seres, do mesmo modo que eles são atraídos por você, dependendo das intenções que você traz a cada momento. Você, sem duvida, esta em contato com outros seres em mútua e imediata interação, provavelmente porque esses, mais próximos, sejam velhos amigos que talvez tenham participado juntos de muitas vidas físicas e concordaram, antes de seu nascimento, em se reunir novamente. Muitos de vocês estão neste momento procurando por outros. Vocês vieram ao mesmo tempo para a experiência presente porque seus Seres Interiores entraram em acordo a respeito disso.

Mas, como você tomou algumas decisões sobre as outras pessoas com quem interagiria nesta vida, está atraindo apenas aqueles seres com quem tem o desejo de evoluir, pois está frequentemente pensando nisso, de algum jeito.
Nossa questão fundamental aqui e seu domínio sobre sua presente experiência física. E não importa que decisões tenha tornado antes de nascer, você atrai as outras pessoas com quem interage por meio de seus pensamentos conscientes.

Você tem apenas de ter a intenção, agora, nesse novo despertar, de conhecer aqueles com quem decidiu partilhar essa existência - e isso realmente acontecerá.

Esta experiência presente será um maravilhoso encontro dos seres que estão alertas para essas possibilidades. Desde que você esteja bastante consciente da profundidade de seu ser e da de outros com quem convive na Terra, e desde que reconheça que vem de grupos de seres que estavam do mesmo modo envolvidos. Assim, você pode deliberadamente atrair aqueles com quem terá uma interação altamente benéfica.

Como o ser humano tem evoluído ao longo dos séculos, sempre houve algum tipo de reconhecimento, por parte de algumas pessoas, a respeito da interconectividade humana. Mas, na presente experiência física, muitos ainda têm de entender como isso funciona.

## A VERDADEIRA NATUREZA

ESTE É LITERALMENTE UM TEMPO DE DESPERTAR. Um tempo em que muito mais pessoas estarão abertas para sua verdadeira natureza. E, durante esse processo de despertar, você vivenciará imensa satisfação e alegria.

Estamos aqui interagindo para ajudá-lo a reconhecer, precocemente, esse despertar. Aqueles de vocês que tomarem consciência disso e passarem esse conhecimento para outros, que por sua vez também farão a mesma coisa com seus próximos, terão maiores oportunidades de ampliar a interação.

Reafirmamos nossa grande alegria e imenso entusiasmo por estarmos em contato com você no presente momento. Não pretendemos fazer por você o que é de sua inteira responsabilidade. Não pretendemos oferecer informações antes que você esteja realmente em condições de recebê-las, nem tentamos descobrir para você qual é realmente o seu desejo, porque isso você terá de fazer por si.

**MAS NÓS INTERAGIMOS COMO AMIGOS, A PARTIR DE SEU MUNDO INTERIOR, QUE CONCORDOU EM PARTICIPAR DESTA PRESENTE EXPERIÊNCIA - ESTA PROFUNDA VIVÊNCIA DE DESPERTAR É UM EVENTO QUE ESTA ACONTECENDO AGORA SOBRE A FACE DA TERRA.**

## 31 DE DEZEMBRO DE 1987

O ser humano, na sua forma física, frequentemente procura solução para os mistérios que o cercam nessa experiência, porque existe muita coisa desconhecida.

Mas, quando o homem faz essa exploração, usando sua perspectiva de consciência física, ele encontra-se limitado para descobrir aspectos da realidade. Na verdade, enquanto pesquisar conscientemente, a partir de sua percepção física, ele não obterá resposta para o que procura, exatamente porque não há nada a ser encontrado.

Para que o homem entenda mais claramente quem é, ele precisa de uma perspectiva mais ampla. Ele tem de ficar fora dessa perspectiva de consciência física para realmente poder observar que esse desejo está fora do seu plano físico consciente. O processo descrito antes, neste livro, de permanecer em silencio ou ignorar a percepção física consciente, conduzirá à mais profunda sensação de despertar para a percepção interior.

Mais e mais seres humanos estão entendendo e têm praticado esse silenciar de sua estrutura física - quando isso acontece, há uma mescla da consciência física com o Ser Interior.

Cada um de vocês, no momento em que decidiu participar dessa vida física, sabia que este seria um tempo em que mais e mais seres tomariam consciência de sua mais ampla natureza. É justamente porque quis participar desse grande processo de despertar que você estava tão motivado para vir à Terra neste exato momento.

Você quis participar de tudo isso agora, também; quis vivenciar essa mescla entre o mundo físico consciente e o mundo interior em expansão.

Sua percepção física conduz você a uma maravilhosa visão da experiência de vida, mas quando existir a mescla da percepção física com a percepção interior toda a experiência será ainda mais expandida.

Muitos de vocês estavam mais sensíveis à aproximação deste tempo de intenso despertar. Já se escreveu bastante a respeito e de diferentes maneiras - vários seres físicos ao longo da história da humanidade tiveram essa iniciativa, mas foram tantos que você nem se lembra.

**ESTE É UM TEMPO QUE NÃO APENAS FOI ANTECIPADO POR SERES QUE TÊM FORMA FÍSICA AGORA NA TERRA, MAS TAMBÉM EMOCIONALMENTE POR TUDO-O-QUE-EXISTE.**

Como seres que desejam expandir-se, não apenas por si como também por aqueles que estão à sua volta, o potencial para uma experiência de vida feliz está muito maior neste momento.
UMA VEZ QUE MAIS SERES FÍSICOS SE PERMITEM EXPERIMENTAR AQUELE DESEJO QUE ESTÁ ALÉM DO FÍSICO, A VIBRAÇÃO CRIATIVA QUE TORNA MAIS PODEROSOS NOSSO PLANETA E O UNIVERSO TAMBÉM SE TORNA CADA VEZ MAIOR, ALTERANDO, INCLUSIVE, ESTÁ EXPERIÊNCIA DE VIDA FÍSICA.

## 31 DE DEZEMBRO DE 1987

Estamos falando a respeito do tempo de despertar. É bom entender bem o que isso significa. Embora os seres humanos não estivessem literalmente adormecidos, durante um longo tempo suprimiram uma importante parte de si mesmos.

No passado, muitos já haviam percebido essa parte importante de sua consciência, a partir de uma perspectiva expandida. Assim, em vez de se considerarem seres limitados ao pensamento físico consciente dos que vivem sobre o planeta, viam-se em contínuo crescimento e evolução, mas que apenas agora - e temporariamente - permanecem concentrados neste breve, embora importante, encontro com a vida física.

Para aqueles sensíveis à possibilidade de que existe muito mais do que foi efetivamente vivenciado até agora, essas palavras ganham maior profundidade, porque revelam um grande conhecimento já existente. Caso perceba isso é porque você já está conscientemente harmonizado com esse conhecimento.

Como o que está lendo aqui encontra ressonância em sua verdadeira natureza, neste momento você realiza a mescla de seu pensamento físico consciente com o que existe

no seu ser mais profundo. E como confia na confirmação que surge na forma de emoção, você estará caminhando mais rápido na direção do propósito que definiu quando veio para essa vida física.

Ouvimos de muitos de vocês perguntas como: "Qual e meu propósito de vida? Por que eu estou aqui no planeta Terra?", mas então você fecha os olhos e ouvidos quando recebe a indicação de que seu desejo real e diferente de tudo o que você ouviu antes. Você resiste às repostas mesmo quando as procura.

**A PARTIR DO INSTANTE EM QUE VOCÊ VERDADEIRAMENTE QUISER SABER, AS RESPOSTAS THE CHEGARAO DE TODAS AS DIREÇÕES, E SEU MARAVILHOSO SER INTERIOR AS CONFIRMARÁ.**

Muitos seres que neste momento têm uma forma física não estão à procura de respostas. Muitos adotaram crenças que existem ao seu redor a partir do momento em que nasceram na Terra. E muitos nunca se dispuseram a uma procura (ou reflexão) realmente sua. Assim, como eles não procuram, não há nenhuma surpresa no fato de nada acharem.

## CAPÍTULO 10

## A IMPORTÂNCIA DE SUA INTERAÇÃO FÍSICA COM OS OUTROS

**NÃO HÁ DOIS SERES FÍSICOS OU NÃO-FÍSICOS, QUE TENHAM EXATAMENTE A MESMA PERSPECTIVA.** Aqueles de vocês que estão atualmente em forma física compartilham diferentes perspectivas, do mesmo modo que os que estão em estado não-físico.

Nossa intenção ao escrever essas palavras não é levá-lo a ter a mesma perspectiva que temos, porque entendemos que isso não pode acontecer. Não queremos mudar a sua perspectiva, mas expandi-la - contribuindo para que isso aconteça. É nosso desejo incentivá-lo a usar cada vez mais a sua própria e total perspectiva, sem eliminar aquela parte dela que não é captada por seus pensamentos e sentidos físicos.

Na medida em que consegue mesclar seu pensamento consciente com tudo o que vem das profundezas de seu Ser Interior, você tem acesso ao benefício resultante de TODO o conhecimento acumulado no decorrer de suas experiências de vida físicas e não-físicas, inclusive o limitado saber adquirido na presente vivência. E essa mescla entre conhecimento físico e não-físico está acontecendo, agora, com muitos seres humanos.

Você interage com outros seres, igualmente físicos, porque quer exercer seu poder de influência. Na verdade, deseja ajudar os outros a expandir suas perspectivas.

Embora suas palavras ou ações realmente influenciem até certo grau, seu grande poder de influência se manifesta quando você realmente é um ser que fala com base no conhecimento que vem de dentro. Não é tanto pela capacidade decorrente da sua consciência física que você influencia outra pessoa, mas sim pela persuasão interna que emerge de suas emoções.

Você está procurando ser feliz e, quando vivenciar plenamente o conhecimento que vem de seu eu interior, sua alegria será multiplicada muitas vezes.

Você tem capacidade motivadora, e enquanto desfruta esse entusiasmo também vivencia imenso prazer observando a satisfação alheia. Como este é um tempo de despertar e muitos seres estarão mesclando sua consciência física com seu Ser Interior, haverá uma enorme evolução.

Cada um dos seres humanos tomou a decisão de estar na forma física neste momento inspirado por uma parcela de seu conhecimento fora de seu consciente.

Você viveu muitas vidas e, justamente pelo conhecimento que acumulou durante todas essas experiências, percebeu a grandeza desta vivencia em particular e com muita satisfação decidiu participar.

**2 DE JANEIRO DE 1988**

Então, relembrando, escrevemos este livro de nossa percepção não-física com duas intenções fundamentais. A primeira auxiliá-lo na compreensão do Processo Criativo - porque você tem de ter controle de sua experiência física. A segunda, levá-lo a ter um reconhecimento profundo de seu próprio ser, que expandirá todos os componentes dessa experiência física.

Nossas duas intenções estão muito misturadas, por reconhecer que a comunicação que vem de seu Ser Interior é uma das chaves para a efetiva concretização do Processo Criativo.

Somente quando você entender e aplicar esse Processo Criativo para sua própria criação individual estará em condições de utilizá-lo para interagir com as outras pessoas que vivem no planeta.

Nem sempre é fácil entender que você está individualmente criando sua experiência de vida quando está envolvido com tantas outras pessoas. Quando você observa outros seres criando experiências que não estão em harmonia com os desejos deles, muitas vezes lhe parece que estão muito fechados para serem confortados. Você costuma sentir medo e evita se envolver em situações negativas que acontecem ao seu redor. De fato, há as que se deve evitar. Mas não necessariamente elas terão um efeito tão poderoso em sua vivência, caso você permaneça alerta, focando o que realmente quer - sem fixar o pensamento no que não quer ou no que teme.

Ao compreender que não vivenciará o que não deseja e que outra pessoa não pode criar nada na sua experiência de vida, então você não terá medo da intrusão de seres desarmoniosos.

**QUANDO A MAIORIA DOS SERES HUMANOS QUE VIVEM NO PLANETA ENTENDER QUE TEM CAPACIDADE DE CRIAR O QUE DESEJA E QUE**

**NÃO TEM DE SEGUIR CAMINHOS DESEJADOS POR OUTROS - EXATAMENTE PORQUE CADA UM REALIZA UMA CRIAÇÃO INDIVIDUAL INTERMÉDIO DOS PRÓPRIOS PENSAMENTOS -, NÃO HAVERÁ NECESSIDADE DE BARRICADAS, GUERRAS OU TEMOR.**

## A PERMISSÃO PARA SIMPLESMENTE SER

Você teme ser absorvido por situações negativas que não correram de sua escolha porque você não entende o Processo Criativo.

Tudo que você vivencia é por sua opção, porque você concentrou o pensamento e a atenção em determinada coisa - você escolheu isso para esse momento.

Quando você entender que não trará para sua experiência de vida algo em que não concentre seu pensamento, e que a emoção que você sente sinaliza sobre a direção de seu pensamento, então terá certeza de que nenhuma outra criatura pode criar em sua vida. Uma vez que realmente sinta isso, eliminará o medo de que alguém possa fazer tamanha interferência. Quando você perceber que pode trazer para sua vivência (ou afastar dela) quaisquer coisas que escolha, então não sentirá receio do que os outros a seu redor estejam escolhendo.

Ao compreender que é por meio de seus pensamentos que tem o poder de controlar o que vivencia, você jamais sentirá medo de outras pessoas, nem ressentimento. Terá, assim, maior inclinação a PERMITIR que também sejam exatamente como são. É fundamental para você que reconheça o direito de escolha que os demais seres humanos têm, do mesmo modo que você, de criar tudo o que desejam.

Se você não vive num contexto em que haja muitas outras pessoas, não terá oportunidade de entender sobre o que estamos falando de maneira muito clara. Mas, se normalmente interage com muita gente, entendendo e aplicando o Processo Criativo, certamente se encantará com a experiência de sua liberdade individual para criar o que quer que você de seja e permitir aos outros a mesma oportunidade.

Quando você identificar tudo o que deseja enquanto se movimenta ao longo de sua vida, um segmento de cada vez, e focaliza aqueles pensamentos que lhe trazem emoção positiva intensa, não atrairá para sua vivência coisas que não estejam em harmonia com suas intenções.

E aqueles que pensam em direções que não estão em harmonia com você não o atrairão para dentro da experiência deles.

**É POR MEIO DO PODER DE SEUS PENSAMENTOS QUE VOCÊ ATRAI OUTRAS PESSOAS.**

A maioria dos seres humanos gasta pouco tempo identificando o que realmente deseja, não entende o significado de suas emoções negativas e seus pensamentos se movimentam rápida e facilmente de um tema a outro. Por isso, com freqüência, as pessoas vivem uma situação negativa ou confusa que foi criada por outra pessoa. Mas, ao entender e aplicar o Processo Criativo, você eliminará de sua experiência de vida o que não é desejável.

Vocês são criadores INDIVIDUAIS, que interagem com outras pessoas que atraíram por meio de seus pensamentos e com quem entram em acordo para mesclar suas intenções INDIVIDUAIS.

## COMUNICAR É PRECISO

É imperativo que você comunique de maneira efetiva e precisa aos outros o que você está querendo, ou esperando, da interação, caso contrário é quase nula a possibilidade de concretização de seus desejos.

O ponto de partida de toda criação deliberada é identificar que você quer, e quando você não estiver interagindo com outras pessoas, simplesmente defina essa intenção para si - mas, quando houver outros envolvidos, você tem de comunicar claramente o que deseja.

Quando nós observamos a sua maneira de interagir - e acompanhamos atentamente isso -, a maioria de vocês não faz um bom trabalho de comunicação do que deseja. Ao contrário, parece acreditar que os outros são capazes de saber, entender ou mesmo querer a mesma coisa que você. Mas, sem a sua efetiva, transparente e contínua comunicação na medida em que você tomar novas decisões, ou mudar de opinião, é pouco provável que haja possibilidade de harmonia.

Uma vez que o desejo - ou a intenção - é identificado e efetivamente comunicado a todos os que participam de uma interação, então começa o Processo Criativo. A partir do momento em que você identificar o que quer, a única atitude a tomar é permitir que se concretize. Isso acontecerá se você não levantar bloqueios com pensamentos negativos. E do mesmo modo que acontece com a sua atividade criativa individual, quando você está interagindo com outros, apenas tem de prestar atenção a seus sentimentos para perceber quando ocorre algum bloqueio.

Entender o "sinal de alerta" de seu Sistema de Orientação será de extrema utilidade quando você estiver interagindo com outras pessoas. A forte emoção que vem de dentro o guiará, a cada momento, para ajudar a saber se está, continuamente, criando na direção do que deseja – ou no sentido contrário.

Quando você interage com outra pessoa e sente que está com raiva, isso é um sinal de alerta de que nesse momento seus pensamentos não estão em harmonia com o que você deseja.

Ao interagir com outra pessoa, é importante que comunique, a cada momento, o que você deseja, porque a maioria de seus desentendimentos tem origem não no desejo de confrontação, mas na falta de compreensão mútua, ou seja, no fato de que ambas as pessoas em conflito deixam de declarar suas reais intenções ou desejos.

Em muitos casos há muito mais acordo entre as pessoas do que confronto, mas quando você não tem uma comunicação transparente sua atenção fica voltada às poucas áreas em que não há harmonia, em vez de se concentrar nas muitas em que há equilíbrio.

Utilize seu sistema para reconhecer a harmonia. No momento em que você estiver atento a seu sinal de alerta e ele soar, pergunte-se: "Que pensamento, palavra ou ação o ativou?"

Então defina, claramente, o que você quer em relação a esse tema. E em seguida, discuta a questão com a outra pessoa.

Frequentemente - porque você não entende que a emoção negativa é um sinal de alerta - você permanece com o foco voltado para a emoção negativa em si, de maneira a torná-la ainda mais aguda, levando ao crescimento da raiva e da tensão. Assim, a Lei da Atração passa a funcionar para trazer a você mais pensamentos dessa natureza, e rapidamente, de maneira a resultar em um profundo e desconfortável confronto e desentendimento.
Quando você reconhece, nos primeiros estágios, que algo não flui bem e então comunica o fato à outra pessoa - inclusive esclarecendo bem o que quer -, na maioria dos casos as emoções negativas não crescem. Assim, a tendência negativa se dissipa para dar lugar à harmonia e à satisfação.

Para que tudo isso possa ser adequadamente entendido é preciso vivenciar as situações. Assim, nós sugerimos que nos próximos dias você utilize os exercícios que já oferecemos.

Nós o encorajamos a identificar os segmentos de seu dia no momento em que estiver prestes a vivê-los, identificando o que quer de cada um deles. Enquanto tiver isso, seu processo natural de análise eliminará muito da confusão que normalmente você traz para sua vivência. Assim, a partir de uma transparente mais focada perspectiva, você criará mais do que realmente deseja. Vivenciará experiências harmônicas e felizes a cada momento de seu dia. Quando você interagir com outras pessoas, permanecendo sensível ao modo como se sente e manifestando suas intenções, descobrirá que todas as suas relações podem ser muito prazerosas.

## A VERDADEIRA LIBERDADE

Ao praticar o que lhe sugerimos, não mais atrairá aqueles seres que estão em desarmonia com seus desejos básicos e vai interagir com muito mais alegria com os seres que estiverem à sua volta. Quando reconhecer que você, e só você, cria tudo o que vive, e que pode atrair ou repelir determinadas situações pelo poder do pensamento positivo, então estará livre de todo o medo de que alguém possa afetar a sua vida de maneira oposta ao que quer.

**QUANDO VOCÊ RECONHECER QUE É O AGENTE CRIADOR DE SUA EXPERIÊNCIA DE VIDA E CONFIAR EM SUA HABILIDADE DEREALIZAR O QUE É FUNDAMENTAL NA DIREÇÃO DE TUDO QUE É HARMÔNICO PARA SUA VERDADEIRA NATUREZA, ENTÃO, E SÓ ENTÃO SERÁ CAPAZ DE PERMITIR QUE OS OUTROS SERES VIVOS DO PLANETA SEJAM EXATAMENTE COMO SÃO.**

**DESDE A SUA MAIS PROFUNDA PERSPECTIVA INTERIOR, VOCÊ MANIFESTOU A INTENÇÃO DE SER TOLERANTE, E, ENQUANTO PARTICIPAR DESTA EXPERIÊNCIA FÍSICA, NO MOMENTO EM QUE REALMENTE SETRANSFORMAR EM UMA PESSOA TOLERANTE, ENCONTRARÁ SUA PRÓPRIA LIBERDADE.**

O processo e as leis que oferecemos são universais. Aplicamse a toda e qualquer experiência de vida, física ou não-física.

Palavras não ensinam. Você conquista o objetivo de concretizar o que deseja em sua vida. E essa é a razão pela qual você está participando dela, porque tem de vivenciar essa realização continuamente - assim você tem acesso a mais conhecimento e a novas perspectivas.

A partir da perspectiva do seu Ser Interior há muito mais do que você já sabe e do que é capaz de lembrar conscientemente, e parte da razão pela qual você vivencia a presente experiência física é justamente a necessidade de trazer muito mais desse conhecimento interior para aplicá-lo aqui, conscientemente. Mas você também manifestou, por intermédio dessa experiência que vivencia agora, a intenção de envolver-se na vida presente como um SER TOTAL.

Você deseja compreender como criar precisamente o que escolhe enquanto interage num mundo em que há muitas outras pessoas com escolhas diferentes. Você quer entender como pode interagir com esses seres sem ser absorvido por suas criações.

Você quer entender, claramente, que é o único ser criador de sua experiência. É maravilhoso que existam tantos outros seres que desejam interagir com você, porque eles também querem compreender como podem criar independentemente de você, ou seja, sem sua interferência, senão como inspiração e exemplo.

Todos os pensamentos podem ser atualizados na medida em que você atrai outras pessoas e com elas interage.

Naturalmente, parte do que você cria não envolve outras pessoas, mas outra parte sim, e por isso é bom que vocês todos estejam aqui, juntos, participando de criações mútuas.

É MUITO IMPORTANTE QUE VOCÊ ENTENDA QUE NINGUÉM PODE INTERFERIR EM SUA EXPERIÊNCIA, TUDO É POR INICIATIVA PRÓPRIA, e quando você compreender integralmente o Processo Criativo, sentirá a felicidade e o êxtase que emanam da liberdade absoluta.

Você pode compreender, por meio desta experiência física, que outra pessoa não pode obrigar, controlar, manipular ou influenciar decisivamente você sem o seu consentimento. Você é o único ser criador de sua vivência. Se praticar os processos e exercícios aqui oferecidos, você terá a confirmação disso.

O seu sentimento de valor se expandirá bastante quando você começar a ter essa vivência com base em sua perspectiva interior mais profunda.

Ao reconhecer a importância de sua participação aqui e começar a estimular o pensamento de outros, você se transforma num exemplo claro de que isso é possível. Os seres que estão à sua volta também contribuirão em seu beneficio físico, ao mesmo tempo que poderão evoluir exatamente por tomar conhecimento do que você recebe enquanto esta aqui.

**EM VEZ DE SE SENTIR MUITO INSIGNIFICANTE AO DESCOBRIR A VASTIDÃO DO UNIVERSO, VOCÊ SE SENTIRÁ MUITO MAIS IMPORTANTE AO COMPREENDER O PAPEL VITAL QUE DESEMPENHA NELE.**

## CONTÍNUA PERSPECTIVA DE MUDANÇA

Quando você reconhecer que aquele desejo manifestado está se concretizando para muitos e não apenas para você, o valor do que você pensa e fala se expandirá na perspectiva certa.

Vocês, seres humanos, são criadores maravilhosos sempre à procura da felicidade - e realmente quiseram vir para esta experiência física presente.

Ao chegarem como novos seres físicos, são cercados por outras pessoas que chegaram antes de vocês, que por sua vez também haviam encontrado mais gente ao nascer.

VOCÊ NASCEU DENTRO DE UM CONJUNTO DE CRENÇAS QUE FOI CRIADO E RECRIADO POR SEUS ANCESTRAIS. A TENDÊNCIA É QUE VOCÊ SEJA ESTIMULADO POR ESSAS CRENÇAS, TRANSFORMANDO-AS ENQUANTO VIVENCIA SUA EXISTÊNCIA. Parece uma espécie de processo de absorção. Mas essa não foi a sua intenção, a partir de sua perspectiva profunda, quando decidiu tomar parte nesta experiência física.
Você manifestou a intenção de evoluir em contínua perspectiva de mudança e vir a esse tipo de vida para ter acesso a novos conhecimentos. Você manifestou a intenção de contribuir para a evolução de pensamento dos que estão habitando o planeta Terra, mas não absorver seus respectivos pensamentos.

Quando as pessoas acham que é mais confortável permanecer com velhos pensamentos sem aceitar nenhuma alteração ou ajuste, decretam a impossibilidade de que haja mais satisfação, felicidade ou criatividade.

Se você participar dessa vivência como um ser que está sempre à procura, que é capaz de enriquecer sua vivência e avaliá-la a partir do sentimento interior a cada nova experiência, então terá um crescimento extraordinário.

Estamos interagindo com você, de maneira muito entusiasmada, porque desejamos oferecer estímulos de pensamento que possam ser grandes catalisadores e trazer novas perspectivas de criação para a sua experiência de vida. E, embora não possamos oferecer-lhe um exemplo físico enquanto interagimos com você por meio deste livro, certamente haverá muito o que aprender para aqueles que estiverem abertos e à procura disso.

**VOCÊS ESCOLHERAM ESTE PERÍODO PARTICULAR PARA ESTAR NO PLANETA TERRA PORQUE CONHECEM MUITO BEM O POTENCIAL DE CRESCIMENTO E DE ALEGRIA QUE PODE SER CONCRETIZADO.**

Da mais profunda perspectiva de seu Ser Interior, você sabe que esse crescimento provém de um novo tipo de pensamento e da boa vontade para viver novas experiências. Você também sabe que existe uma tendência a consolidar certo tipo de experiência e não se arriscar a outras novas.

**AO ESCOLHER ESSE PERÍODO ESPECÍFICO PARA VIR À TERRA, VOCÊ SABIA QUE HAVERIA MUDANÇAS DRAMÁTICAS, DE NATUREZA FÍSICA OU NÃO-FÍSICA, QUE FUNCIONARIAM COMO CATALISADORES PARA EXPANDIR A EVOLUÇÃO DE MUITOS SERES HUMANOS.**

Como você já viveu muitas outras experiências felizes de vida, ao escolher esta, sabia que nenhuma outra seria mais importante.

## CAPÍTULO 11

## O REALINHAMENTO DO PLANETA TERRA
## 4 DE JANEIRO DE 1988

Porque nós estamos interagindo com você a partir de nossa dimensão não-física, neste momento? Qual é a valor dessa Interação e como ela expandirá sua atual experiência?

Para muitos não haverá evolução, porque eles não estão prontos para receber os benefícios de nossa experiência. De fato, não estão sequer preparados para aceitar que nós existimos. Mas aqueles que aceitam nossa proposta e existência podem beneficiar-se porque estão sendo estimulados a ver a Terra de uma perspectiva muito mais ampla.

Durante ao período imediatamente anterior à sua vinda ao planeta Terra, muitos seres haviam reconhecido ,que são mais do que podem ver em seus corpos físicos, e, por meio da meditação, abriram um caminho entre sua dimensão física e a não-física, no qual seu Ser Interior habita. E como você conseguiu fazer a mescla de sua consciência e de seu Ser Interior, todas as partes de sua experiência seriam expandidas.

A sua consciência física resiste ao desejo de fazer essa mescla, mas o processo é natural, pois está registrado por todo e qualquer ser humano em algum nível de seu conhecimento. No tempo que precedeu a sua vinda, muitos de seus semelhantes perceberam a existência dessa profunda parte em cada um que toma a forma física, e, por intermédio do poder de seu desejo consciente, a mescla ocorreu.

Alguns dos padrões oferecidos para sua experiência de vida permanecerão imutáveis. Em razão da radical diferença no caminho que vivenciará nesta vida física, você vai interagir de maneira a utilizar seu imenso reservatório de conhecimento interior.

Ao observar a Terra a partir de sua perspectiva física ou do registro por outros, em benefício próprio, das atividades do planeta em mutação, você não está capacitado para retroceder o suficiente, para entender algumas das longas "estações".

Aqueles de vocês que não estão em forma física neste momento, e portanto não sujeitos às limitações da memória de apenas uma curta vida física, conhecem muito bem a história das mutações na Terra. Sabem, ainda, que estamos em direção a uma era - uma “estação" - de dramática mudança física. A partir de sua curta e fechada perspectiva, isso pode ser incompreensível, mas para a nossa profunda perspectiva é nada menos que rotina. De fato, sem exceção, todos os que agora estão na Terra foram previamente

alertados a respeito das mudanças vindouras, tanto físicas quanta não-físicas. Você entusiasmadamente escolheu participar, em sua forma física, deste período, porque sabia que seria importante para todos os que fizessem parte.

A esfera em movimento na qual você vive está em constante processo de reajuste. Sempre em busca de equilíbrio. Às vezes, permanece fora de equilíbrio durante longos períodos. Então, ao retornar a seus movimentos de reajuste, podem ocorrer alterações dramáticas, justamente para acertar o alinhamento.

## MAIOR INTENSIDADE

De nossa profunda perspectiva podemos dizer a você que isso já aconteceu muitas vezes na história da Terra. De fato, em mais de uma ocasião, houve mudanças de maior magnitude do que a que está em curso agora. Esta é apenas parcial, mas implica devastação em algumas áreas, enquanto outras estarão relativamente livres de destruição.

Há, nesses realinhamentos, uma oportunidade de preparação de natureza física e emocional. Quem estiver alerta a respeito do que acontecerá em sua vivência, a partir de uma perspectiva muito profunda, não verá em determinadas ocorrências algo com que se preocupar ou temer, e pelo contrário, as esperará com muito entusiasmo pelo que oferecerá de ensinamento.

No momento em que escolheu este tempo físico e lugar, você sabia muito bem quais oportunidades de crescimento teria, porque entendeu que as habilidades e os potenciais de sua natureza criativa não estavam completamente realizados.

Você entendeu, também a partir dessa perspectiva muito intima, que um tempo de mudanças profundas permite muita reflexão a respeito do que se deseja. E quando alguém espera e consegue, há muito a receber, o que por sua vez traz imensa satisfação. Assim, se você não comparar o que aconteceu com o que virá, mas antever sua capacidade de mover-se com alegria através dos tempos, então o momento presente é de alegria e expansão.

## 6 DE JANEIRO DE 1988

É nossa intenção, nesta seção do livro, dar-lhe a maior quantidade possível de detalhes a respeito da experiência física que você observará e vivenciará enquanto a Terra realiza um parcial ajuste em seu eixo. Acentuamos a palavra "parcial" porque é importante que você compreenda que a mudança que está ocorrendo não significará a total destruição do planeta. Nem, em absoluto, resultará na extinção de tudo que existe na superfície. Haverá, no entanto, áreas de devastação, em que a maioria dos que ali habitam não sobreviverão. Em muitos lugares, porém, haverá segurança.

Muitas áreas vivenciarão tremores de terra, e eles serão muito significativos em relação aos padrões habituais de medida. Porém, não a ponto de acabar com tudo. Haverá rupturas em algumas áreas.

Por causa dos tremores, muitas estruturas que são pouco seguras sofrerão danos. Largas construções, como pontes e viadutos, poderão ser afetadas. Certamente vias de

transporte também serão prejudicadas. Nós não podemos falar com precisão sobre a extensão do prejuízo em cada área, porque há muitas possibilidades. A crosta terrestre tem resistência variável, e não estamos completamente seguros de como regiões mais fortes e mais fracas poderão ser afetadas. Mesmo nas áreas de grande destruição, poderá haver muitos pólos de concentração de sobreviventes.

Recomendamos que você utilize os exercícios que foram oferecidos neste livro para reduzir a influência de sua ansiedade física, se estiver vivendo nesses lugares de grande risco - muitos são bastante conhecidos, como os que estão situados em pontos muito suscetíveis, como as falhas geológicas. Você deve se fixar na capacidade de alerta de seu interior - exatamente porque você tem muito acesso a orientação de dentro para fora, que lhe será valiosíssima ao longo deste tempo de incerteza.

Como você está mesclando seu ser físico com o Ser Interior, terá uma forte intuição não apenas quando um grande perigo estiver se aproximando como também sobre a segurança da área onde você está.

Quando você entende que pelo poder da Lei da Criação é capaz de criar qualquer coisa que você deseja - inclusive permanecer em áreas seguras -, ENTÃO COMPREENDE QUE TEM O PODER DE ESTAR NO LUGAR APROPRIADO, NO MOMENTO CERTO.

Em outras palavras, você não precisa de um mapa oferecido por quem quer que seja. Confie inteiramente em seu conhecimento interior. Muitos seres humanos, porém, ainda não confiam nessa capacidade. Não acreditam em si mesmos para tomar decisões apropriadas num nível físico consciente e também não consideram a informação interna. Por isso insistimos nesta comunicação, na intenção de estimular você a perceber que o conhecimento já está em seu interior. Basta permitir que aflore, que lhe chegue.

Reconheça que a emoção que emerge é um sistema de orientação muito forte, e quando você está se sentindo extremamente desconfortável e não consegue encontrar conscientemente um motivo para isso é porque está se manifestando um poderoso conhecimento que vem de dentro.

Nós nos referimos aqui a áreas de grande destruição para oferecer a você indícios que possam conduzir a uma decisão. Isso significa que, caso viva em uma área muito vulnerável, você pode considerar a possibilidade de se mudar, porque quando os tremores de maior intensidade começarem não haverá tempo para evacuação. Ao redor do mundo, áreas próximas a grandes mananciais de água também poderão sofrer danos, em razão da força e do alto volume da água em determinados movimentos resultantes do gradual ajustamento do eixo da terra.

Nos Estados Unidos, esse tipo de ocorrência poderá ocorrer com intensidade nas costas leste e oeste. Por causa da baixa altitude e da altura e da força da água, grande parte de algumas áreas litorâneas serão varridas, deixarão de existir. Acreditamos que uma área considerável será tragada ou ficará submersa por essa razão.

Outra informação específica para os Estados Unidos é que além dos danos causados pela água haverá tremores de terra mais intensos e poderosos do que os que aconteceram no

passado, de maneira a aproximar ou afastar algumas áreas. Ou seja, com reflexos mais significativos na superfície.

Os cientistas têm apontado, há muito tempo, quais são as áreas mais perigosas, justamente porque monitoram os movimentos capazes de alterar a crosta terrestre nesses pontos extremamente vulneráveis. É bastante conhecida a atividade sísmica da área que sofrerá maiores danos na extensão do estado da Califórnia, afetando a maior parte da população de São Francisco, San Diego e até mesmo do México - país onde também costumam ocorrer grandes terremotos. Outra área muito suscetível à destruição por movimentos subterrâneos, inclusive a atividade vulcânica, é a fronteira setentrional dos Estados Unidos, do estado de Idaho, passando pelo de Utah, em direção ao Arizona até o Novo México. Também corre enorme risco a região que rodeia os grandes lagos, ao sul do Rio Mississipi, e a fronteira sul do país.

É interessante recorrer à informação recolhida pelos que estudam esses fenômenos. Será muito valiosa para quem busca lugares seguros. Áreas próximas a falhas geológicas devem ser evitadas do mesmo modo que as que apresentem qualquer sinal de atividade vulcânica e que as litorâneas ou os grande mananciais de água doce nas vizinhanças desses pontos de instabilidade mais acentuada.

## SEMPRE UMA QUESTÃO DE ESCOLHA

Você já deve ter percebido que há mais áreas fora do risco de devastação. Portanto, é uma questão de escolha estar em uma dessas áreas seguras, com a clara intenção de continuar a atual experiência física.

Aconselhamos os que pretendem permanecer nesta dimensão física e estão nas regiões vulneráveis, com plano de nelas permanecerem apesar dos alertas da ciência, a se preparar para períodos de falta de suprimentos. Quando os eventos mais poderosos acontecerem - e já houve isso no passado -, as vias de transporte serão precárias, o que afetará a distribuição de alimentos e de outros produtos necessários. Não haverá, portanto, quantidade suficiente para a demanda.

**CADA UM DE VOCÊS, COM CERTEZA, TÊM O PODER DE CRIAR O QUE QUER QUE DESEJE E QUANDO QUISER; PORTANTO, FRISAMOS QUE NÃO É NECESSÁRIO FAZER QUALQUER TIPO DE PREPARATIVO PARA A SOBREVIVÊNCIA. SUGERIMOS, PORÉM, QUE, SE ESTIVER VIVENDO EM ALGUMA DESSAS REGIÕES E RECEBER INDICAÇÕES DO INTERIOR DE QUE ISSO É NECESSÁRIO (ATENÇÃO, NÃO CONFUNDA ESSAS INDICAÇÕES COM MEDO - JÁ VIMOS QUE SÃO COISAS ABSOLUTAMENTE DIFERENTES), FAÇA-O. ASSIM, VOCÊ ESTARÁ EM CONDIÇÕES FÍSICAS E EMOCIONAIS DE SE MANTER FORTE E COM SUA CAPACIDADE CRIATIVA ÍNTEGRA, PARA A TAREFA DE RECONSTRUÇÃO E DE ENCORAJAMENTO DAS OUTRAS PESSOAS.**

Estamos dizendo isso para que você tenha a oportunidade de digerir a informação e tomar uma decisão clara sobre o que você quer vivenciar durante a mudança e realinhamento da Terra. Você tem grande controle sobre sua participação desta experiência, caso a ela se exponha.

**COMO AS ESTAÇÕES OU A PRESENÇA DO SOL, O REALINHAMENTO DA TERRA EM SEU EIXO ESTÁ FORA DE SUA CAPACIDADE CRIATIVA - MAS ESTA É FUNDAMENTAL PARA QUE VOCÊ DEFINA COMO VIVENCIARÁ ESSE EVENTO.**

Assim, aconselhamos você a pensar sobre o que deseja: permanecer ou não nessa forma física? Imagine a experiência vida que você pretende ter. Comece a criar seu futuro, agora por meio do poder de seu pensamento criativo.

Interagimos com você porque entendemos que devemos fazer isso, e porque compreendemos sua intenção de estar presente neste tipo de evento. Sabemos muito bem que você tomou essa decisão com bastante entusiasmo, com base em sua profunda perspectiva interior. Assim, estamos conversando com você para que resgate aquele conhecimento que está em seu Ser Interior, trazendo-o para sua consciência. Portanto, sua vivência seja qual for, será um coroamento do desejo que você fervorosamente antecipou no momento em que decidiu nascer para essa vida física.

## 7 DE JANEIRO DE 1988

Há entusiasmo vindo diretamente de seu Ser Interior na antecipação do que vai ocorrer quanto às mudanças. Dessa perspectiva, você tem suficiente informação a respeito do potencial das novas experiências.

## PODEROSOS CATALISADORES

Seu Ser Interior compreende que mudanças e novas experiências são valiosos catalisadores para o crescimento. E o crescimento é a condição primordial para participar dessa experiência de vida, embora sua inclinação via consciência física seja a de levar as coisas para um ponto mais estável, porque assim você não terá necessidade de fazer nenhuma alteração. Você procura pontos de conforto, e nos concordamos que não há muito conforto quando há mudança contínua. Mas, como vem fazendo a mescla de que temos falado, entre seu Ser Interior e seu ser físico consciente, CONSCIENTEMENTE você começará a procurar experiências que trarão grande expansão, causando imensa satisfação e felicidade.

Se estiver observando as mudanças que deverão acontecer sobre o planeta da perspectiva de quem quer o conforto da monotonia, então você sentirá tremenda angústia e infelicidade com o que virá.

Se você estiver esperando os acontecimentos de que falamos com a perspectiva de quem procura expansão e compreende que a evolução resulta de novas experiências, então vivenciará uma expectativa positiva porque sabe, a partir de seu interior, que novas experiências trazem crescimento e alegria.

Esse conhecimento você tem porque já digeriu essa informação, a de que muitos de vocês vivenciarão eventos como esse com saudável expectativa porque são experiências que quiseram viver em sua criação. Outros, porém, experimentarão tristeza e desconforto por estarem envolvidos nos acontecimentos que mais temeram - e porque mais temeram, neles fixaram o pensamento, sem nada fazer, porém, para afastar a possibilidade. Como, por exemplo, se mudar para outras áreas.

**AS PESSOAS, EM SUA MAIORIA, NÃO SÃO SERES FELIZES E SATISFEITOS PORQUE NÃO REALIZAM AQUELE DESEJO QUE TRAZ CONTENTAMENTO E ALEGRIA.**

Pretender alcançar e receber é o que traz contentamento e alegria, mas muitos seres humanos renunciaram à possibilidade de tomar decisões a respeito do que realmente querem.

O realinhamento de sua Terra levará muitos a refletir sobre o que realmente querem. QUANDO VOCÊ MANTÉM O FOCO SOBRE O QUE É REALMENTE IMPORTANTE PARA SI, SENTE SATISFAÇÃO COM A EXPERIÊNCIA DE VIDA QUE CRIA. E muito da confusão que sufoca seu Processo Criativo Deliberado será eliminada imediatamente se você voltar a atenção para o que é realmente importante.

Este será um tempo de clareza de proposta e pensamento. Um tempo de ampliação da criação deliberada. Muitos, porém, continuarão a criar por omissão, enquanto outros seguirão rumo à direção do pensamento a respeito do que realmente querem, e também passarão a entender o Processo Criativo.

Não é necessária uma mudança planetária para se chegar a essa compreensão, do mesmo modo que eventos como esses não devem ser entendidos como uma punição ou uma limpeza. São apenas eventos físicos que dizem respeito às características da Terra em sua dimensão física, da mesma forma que ocorrem as estações. Você sabe, conscientemente, quando estão se aproximando o verão e o inverno, a primavera e o outono, com base em sua perspectiva de conhecimento profundo, porque tem sinais de alerta a respeito das mudanças.

## OS PENSAMENTOS DE MEDO, SEM BASE
## 7 DE JANEIRO DE 1988

Para ajudá-lo na visualização de sua experiência de vida pretendida, durante e depois dos períodos de ajuste da Terra em seu eixo, nós lhe oferecemos mais informação.

Antes, vamos a um conceito: a maioria de seus pensamentos que produzem grande sentimento de medo não tem bases válidas.

Geralmente quando o sentimento de medo surge dentro de você, o pensamento em curso está diretamente voltado para algum evento indesejado que você acredita estar oculto em seu futuro. Quando você realmente compreender que cada evento futuro ocorre por sua escolha porque o atrai com seus pensamentos -, então reconhecerá que esse sentimento vem para dar a você a oportunidade de se afastar da criação negativa.

Os sentimentos que você experimenta sempre correspondem ao momento presente. Então, se o medo deriva de um pensamento sobre o futuro, admita que não existe base para esse medo - mesmo porque você pode alterar o futuro simplesmente alterando seus pensamentos. Reconheça, também, que se você permite que esse sentimento de medo persista, nesse momento abre a possibilidade para criar justamente aquilo que teme.

**PORTANTO, OFERECEMOS ESTA INFORMAÇÃO NÃO PARA LHE DAR ALGO A TEMER,MAS PARA QUE VOCÊ REALIZE PLANOS ESPECÍFICOS QUE O AJUDARÃO NA VISUALIZAÇÃO MAIS POSITIVA DE UM TEMPO DE CONFORTO E SOBREVIVÊNCIA.**

No período de realinhamento e durante os meses seguintes, poderá haver tremores de terra significativos em muitos lugares. A princípio serão bastante fortes nas áreas mais vulneráveis, e depois a intensidade diminuirá a medida que o processo for se consolidando.

Vale lembrar conselhos muito úteis que sempre são oferecidos a quem está com frequência exposto a esses eventos. A começar pela advertência de não permanecer dentro de edifícios, caso esteja em algum quando houver terremoto. É importante dirigir-se a uma área aberta, livre da possibilidade de que algo possa cair em cima de você. Evite áreas muito arborizadas, postes de energia, encostas de montanhas ou prédios de muitos andares. É aconselhável, ainda, manter provisões, água e agasalhos no porta-malas do carro. Isso será muito útil caso seja necessário deslocar-se temporariamente para áreas mais seguras. A quantidade depende, claro, da demanda - individual e familiar. Cada pessoa deve ser responsável por si mesma e seu núcleo mais próximo.

Você deve ser responsável por sua própria experiência de vida e por incentivar aqueles que estão ao seu redor a fazer o mesmo. Reafirmamos com firmeza aqui que você não pode criar a experiência alheia, nem os outros, com sua perspectiva mais profunda e sábia, querem isso.

**CONFIE QUE TODOS OS QUE ESTÃO À PROCURA DE INFORMAÇÕES COMO ESTAS AS RECEBERÃO, E NÃO TENTE CRIAR NADA PARA ELES.**

Em muitas áreas, outro grande inconveniente será a falta de eletricidade. Como muito do seu conforto e conveniência depende do acesso a essa fonte de energia, sugerimos que você, por um dia ou dois, tente viver sem ela, para que possa ter essa experiência e chegar a uma clara visão do que você necessitará. Então, enquanto não houver suprimento, você saberá o que fazer para ter relativo conforto, em vez de desconforto.

Haverá dramáticas mudanças climática em todo o mundo, com temperaturas extremamente baixas em áreas que costumam ser quentes. Pode ocorrer também muita chuva, acima dos níveis normais, e também vento. Portanto uma reserva de combustível e agasalhos será bastante indicada.

## PAISAGEM PINTADA NA MENTE

Sabemos muito bem que muita gente tem dificuldade de aceitar a possibilidade desse tipo de evento físico generalizado, mas sugerimos que você confie em nossa perspectiva mais profunda. Se nossas palavras não motivarem uma ação física, mas o estimularem a se manter consciente e com a deliberada intenção de continuar essa experiência de vida, ficaremos muito satisfeitos. Compreendemos o poder da intenção, e, se pretende sobreviver, você atrairá as circunstâncias que proverão esse desejo.
Continue esta experiência de vida - e que seja com muita alegria. Visualize, com o instrumento de seu Trabalho Criativo, aquele desejo que quer concretizar - porque se você pinta uma paisagem na sua mente, se moverá na direção do que imaginou.

Considere este como um tempo em que os talentos criativos adormecidos dentro de você sairão à superfície, trazendo-lhe imensa satisfação.

**IMAGINE-SE VIVENDO COM MUITA FELICIDADE NUM TEMPO DE AVENTURA, NUM TEMPO DE MUDANÇAS E NUM TEMPO COM PREDOMINÂNCIA DO NOVO. VEJA OS SERES HUMANOS COMO PIONEIROS, QUE DE MANEIRA EXUBERANTE SERÃO CHAMADOS A CRIAR, A PARTIR DE UMA NOVA PERSPECTIVA, O TIPO DE MUNDO QUE QUEREM.**

## DIÁLOGO ESCLARECEDOR

Respondendo a freqüentes perguntas sobre atualizações referentes às mudanças da Terra, segue-se, um diálogo que aconteceu em um Workshop Abraham-Hicks, em Omaha, Nebraska (Estados Unidos), em setembro de 1994. Você encontrará outros dados relevantes a respeito do mesmo tema na parte final deste livro, na qual há uma série de diálogos elucidativos.

PERGUNTA: Desde que você falou sobre mudanças na superfície da Terra, no final da década de 1980, realmente houve muita transformação. Sinto, portanto, necessidade de ter uma atualização, para que possa aplicá-la ao tempo presente.

ABRAHAM: Muito bem. Você escolheu deliberadamente este tempo específico para estar presente no planeta porque estava alerta sobre o processo de realinhamento. Agora, como você nos ouviu, começa a entender a importância do contraste. Se você não sabe o que não quer, não pode saber o que quer, e seu desejo de vir à Terra num evento físico durante o grande realinhamento do planeta é parte de seu entendimento de que o contraste pode ser muito benéfico. Em outras palavras, existe mais clareza do que você quer quando está alerta para o que não quer. Essa é a razão pela qual há uma abundância de professores atualmente. Porque quando o povo faz muitas perguntas, este é o momento em que as respostas têm algum valor.

No começo de 1988, sentimos a Energia de seu planeta chegar a um ponto que nunca havíamos testemunhado sem a ocorrência de um grande realinhamento. O que queremos dizer com grande realinhamento é uma série de eventos simultâneos, uma mudança, nesse caso, muito sutil no eixo da Terra. Seu planeta faz isso constantemente. Em outras palavras, é uma experiência contínua para manter o equilíbrio.

Se você já viu as roupas serem agitadas de maneira violenta na máquina de lavar, até que esta comece a se deslocar no piso, entenderá facilmente como é importante que uma esfera tão imensa permaneça em equilíbrio. Porque um pouco de desequilíbrio acontece a longo prazo numa esfera dessa envergadura. Assim, o planeta está sempre se ajustando, e de tempos em tempos há um realinhamento que o mantém em sua órbita correta.

Aquela tendência crescente atingiu o pico mais alto no outono de 1988, e então os extremos de Energia se dispersaram. Em outras palavras, e como se você chegasse ao nível mais alto de um processo de crescimento e depois baixasse até o nível mais baixo. No começo de 1990, sentimos outro pico e novamente não houve realinhamento, mas uma liberação de Energia através de uma série de terremotos e atividades vulcânicas. Hoje, não sentimos essa Energia em nenhum lugar próximo de onde estava naquelas duas ocasiões. Muitos de vocês estão sentindo a diferença também.

Como você refletiu sobre os sentimentos vivenciados em face do tema, sua própria orientação está mais leve a esse respeito. Parte da razão por que você se sente mais

tranqüilo deve-se ao fato de perceber que tudo realmente está bem. Em outras palavras, não há muita pressão contra o que não é desejado.

Se estivéssemos em seu lugar, em uma dimensão física, não seríamos um fator de percepção no realinhamento da Terra. Mas continuaríamos a manifestar o desejo de viver uma longa e saudável experiência de vida e de concretizar nossa proposta. Seguiríamos declarando nossas intenções e confiando que a maneira como sentimos nos revelaria se estamos no lugar certo, no tempo certo.

Sua Terra continuará a evoluir. O que prevemos para os próximos anos é mais atividade vulcânica e terremotos. Na área de Omaha, Nebraska, não é provável que ocorram quaisquer desses eventos nos próximos anos. Na Califórnia ou em outras regiões do mundo em que há abalos sísmicos ou movimentos de placas tectônicas, haverá mais atividade. Serão, possivelmente, eventos de alta frequência, contínuos e próximos uns dos outros. Quando isso ocorrerá, nós não sabemos. Em outras palavras, será no futuro de vocês. Os seres vivos que presenciarem isso saberão quando estiver próximo; começarão a perceber.

Agora, essa possibilidade deve afetar negativamente sua experiência de vida? De maneira nenhuma. Para começar, não é essa a nossa mensagem. Nossa mensagem é: viva com felicidade sempre. A razão pela qual falamos sobre realinhamento se justifica porque há muitas pessoas apavoradas sobre essa questão, portanto queremos inseri-la no contexto de um grande e importante conhecimento: você é o criador deliberado de sua própria experiência.

No que diz respeito à preparação, a razão que nos inspirou consiste em lhe oferecer uma oportunidade de manter algum senso de estabilidade, mesmo num quadro que não possa controlar. Mas verdadeiramente a grande preparação tem a ver com manter sua válvula aberta, porque assim você sempre será orientado para aquele desejo que esteja mais em harmonia com sua maior intenção.

## CAPÍTULO 12

## UM NOVO COMEÇO
## 8 DE JANEIRO DE 1988

Antes mesmo que você nascesse, já havia um tremendo potencial para envolvimento, para experiências simultâneas de muitos seres com o intuito de gerar um ambiente natural para o florescimento do Processo Criativo.

Quando entender que essa criação magnífica tem origem no poder do desejo, por meio de claro e deliberado pensamento, com grande emoção, então você saberá como todas essas coisas serão a realidade presente de muitos seres ao mesmo tempo.

Querer ou pretender é o começo do Processo Criativo, e sem isso não há criação deliberada.

Muitos seres humanos sufocam seus desejos para evitar desapontamento. Quando eram crianças, desejavam muitas coisas, mas à medida que se tornaram adultos, sem entender o Processo Criativo, começaram a suprimir a própria vontade por temer que não acontecesse.

Se você não entender que todo pensamento cria, então será capaz de perceber como seus pensamentos - duvidas ou descrenças - afastam de você tudo o que quer, e, na sua falta de compreensão sobre o que impede seus desejos de se realizarem, gradualmente passará querer menos e menos.

Por isso a maioria dos seres humanos deixa de querer: para se proteger.

Você, então, não ajusta o foco nas coisas mais importantes; por isso e tão difícil descobrir quais são realmente as fundamentais e em quais concentrar o desejo.

Você vive em uma sociedade altamente tecnológica, com acesso a informações de todos os lugares da Terra, assim não é de se admirar que tenha dificuldade de pensar sobre sua experiência de vida e a que esta criando. Seus pensamentos são continuamente desviados, difusos e sem foco.

Justamente porque você não vivencia esse foco e não se permite querer, há uma mínima expressão de emoção positiva em seu interior.

Como há muito pouco daquela emoção poderosa, entusiasmada e dirigida que está sempre presente quando você pensa sobre as coisas que quer, nós não nos surpreendemos com o fato de que muitos não estão participando com muita alegria na criação deliberada.

Ao ler este livro, você está no ponto exato para começar uma nova experiência de vida, porque, se receber o que estamos oferecendo aqui, sua perspectiva será alterada para sempre.

A combinação de sua nova compreensão do Processo Criativo com sua experiência de vida durante as mudanças que ocorrem sobre a Terra vai gerar uma oportunidade perfeita para felicidade e criação deliberadas. Você sabia disso quando tomou a decisão de vir para esta vida, antes de seu nascimento.

Não é a criação por omissão que o conduziu a esse lugar e tempo. Você quis estar aqui. Você criou esta experiência de física por meio de poderoso foco e grandiosa emoção. Portanto, aplique o que está lendo aqui e tome a decisão de manter a atenção concentrada, sempre, no que quer vivenciar. Permita-se sentir felicidade e profunda emoção enquanto imagina a concretização de suas intenções.

Quando você compreender que controla os acontecimentos de sua experiência pessoal pelo poder de seu pensamento, sua atenção concentrada na direção desse desejo sempre trará grande emoção. E essa emoção é o indicador de que sua criação está em pleno movimento.

**NA HISTÓRIA DO HOMEM SOBRE O PLANETA, NUNCA HOUVE UM TEMPO COM MAIOR POTENCIAL PARA A CRIAÇÃO FELIZ DO QUE ESTE, O PRESENTE. E, COMO VOCÊS SÃO SERES QUE PROCURAM**

**A FELICIDADE, CERTAMENTE HOUVE GRANDE SATISFAÇÃO AO TOMAR CONHECIMENTO DISSO, MESMO ANTES QUE TENHAM NASCIDO.**

## 8 DE JANEIRO DE 1988

Neste livro, oferecemos a chave para a criação deliberada em sua experiência de vida física.
Revelamos o poder de seu pensamento e explicamos que, embora pareça difícil controlá-lo, esse e um processo de aprendizado muito simples. Basta concentrar-se na maneira como você se sente. Mantendo-se alerta a respeito de sua emoção durante todo o tempo, você garantirá orientação para o reconhecimento claro da direção dos seus pensamentos e da sua criação.

## O INSTRUMENTO SUFOCADO

Muitos de vocês acreditam que essa emoção negativa significa que sejam fracos e sem capacidade de controle, então vocês sufocam o Sistema de Orientação que pode assisti-los no processo de criação deliberada.

Alguns, em vez de usar a emoção negativa para identificar criatividade negativa, ficam concentrados na emoção negativa em si e desse modo criam exatamente mais disso.

Outros identificam o pensamento causado pelo toque do sinal de alerta, mas, mesmo retirando a atenção desse pensamento, continuam de algum jeito ligados a ele, acreditando que só quando encontrarem uma solução para a emoção negativa ela terá sua intensidade reduzida.

Fixar-se no problema apenas faz com que ele se torne cada vez maior e se concretize, efetivamente, em sua vida física.

Como se pode observar, há muitos problemas em todas as partes de seu mundo, mas poucos têm haver diretamente com você, ou a solução para eles não depende de você - que pouco pode fazer a respeito. Você não sente emoção negativa porque os problemas existem: você sente emoção negativa a respeito deles apenas quando mantêm o foco ajustado neles.

**FIXAR CONTINUAMENTE A ATENÇÃO EM UM PROBLEMA FAZ COM QUE ELE SEJA ATRAÍDO PARA SUA EXPERIÊNCIA DE VIDA - ENTÃO, ELE SE CONCRETIZARÁ. PARA ELIMINÁ-LO OU EVITAR QUE SE INTEGRE À SUA VIVÊNCIA, VOCÊ DEVE DEIXAR DE PENSAR NELE.**

Muitos acreditam que quanto mais atenção derem a uma dificuldade mais facilmente a resolverão. Certamente só encontrarão soluções se estiverem procurando por elas. Enquanto o foco permanecer voltado para o problema, sua emoção será negativa, ou seja, você estará criando negativamente. Se, em vez disso, você fixar na solução, sua emoção será positiva, deixando bem claro que você está criando positivamente.

## 8 DE JANEIRO DE 1988

Quando o Processo Criativo for compreendido, você experimentará um senso de liberdade altamente gratificante, e não , sentirá mais medo das atitudes de outras pessoas. Ninguém - independente de quanto poder tenha ou de quão grande pareça ser

_ é capaz de influir na sua experiência de vida. Só se você permitir isso por meio de seus pensamentos.

**VOCÊ NÃO ATRAIRÁ NADA EM QUE NÃO ESTEJA PENSANDO. PORTANTO, PENSE APENAS NO QUE REALMENTE DESEJA ATRAIR - E SIMPLESMENTE DESCARTE DA MENTE TUDO O QUE NÃO QUEIRA.**

## NADA VEM SEM PERMISSÃO

Ao entender que controla tudo o que atrai para sua vivência, você estará livre do medo de ser violentado por algo que não possa controlar. Todos os argumentos que vão contra essa verdade vêm daqueles que não entendem o Processo Criativo. As pessoas que se vêem como vítimas de ações alheias, não entendem o Processo Criativo. Quem culpa os outros não entende o Processo Criativo, porque nada vem a você sem a sua permissão.

Reconhecer que você é a única pessoa capaz de criar o que quer vivenciar é o primeiro passo para controlar a sua vida.

Estar no controle da própria vida parece maravilhoso para alguns de vocês, mas muitos resistirão a esse pensamento, porque não confiam na própria capacidade, duvidam de si mesmos.

Quando você reconhecer a profundidade de seu ser e a vastidão de suas habilidades e de seu conhecimento, realmente passará a desejar muito ser a criatura que toma decisões e que pensa exatamente no que quer trazer para sua experiência de vida. Dessa maneira, terá cada vez menos disposição de permitir que outros interfiram nesse processo que você está continua mente criando.

# CAPÍTULO 13

## A CRIAÇÃO MAGNÍFICA NESTA ERA DE EXPANSÃO DE ENERGIA
## 11 de janeiro de 1988

*A partir deste novo estágio privilegiado, suas decisões serão diferentes daquelas que você costumava tomar antes de ler este livro.*

Sabemos muito bem que nossas palavras estimularam o pensamento de muitos de vocês. Para alguns, o conhecimento que está dentro de vocês se fortaleceu para confirmar tudo aqui que você leu aqui. E como isso aconteceu, agora que você tem uma perspectiva totalmente nova.

*Com seu novo conhecimento, é fundamental que, a partir de agora, deste trecho, você comece a fazer claras e definitivas declarações sobre o que quer atualmente. Sim, porque ao tomar essa atitude -- por meio de seus pensamentos, pronunciando-os em voz alta ou escrevendo-os com caneta e um papel -- você colocará em ação a criação desses desejos.*

**NUNCA FOI TÃO IMPORTANTE PARA OS QUE VIVEM NO PLANETA TERRA ENTENDER O PROCESSO CRIATIVO, NEM A ENERGIA CRIATIVA FOI TÃO PODEROSA**.

Nunca seus pensamentos se deslocaram para uma manifestação física tão rápida. Nunca houve tanto potencial para a gloriosa sensação de alegria que nasce quando um desejo idealizado é recebido na prática -- e nunca houve tanto potencial para a criação de experiências dolorosas geradas pelo que não se deseja.

Este tempo, como estágio privilegiado, é glorioso. É um tempo para grandes desejos. Um tempo para permitir que as coisas venham e para receber muito, em troca do que se quer. É, acima de tudo, um tempo de contentamento, satisfação, paz, alegria, exaltação e, inclusive, êxtase.

*Mas cada um de vocês escolhe o estágio de satisfação, contentamento, amor, paz, alegria, exaltação ou êxtase que vai experimentar, porque há distintos níveis em que o desejo pode ser vivenciado. Tudo isso tem como eixos sua inclinação a tomar decisões a respeito do que deseja e sua crença (ou conhecimento) de que vai realmente acontecer.*

No passado, seus pensamentos não se concretizavam com tanta rapidez, mas agora isso é habitual.

*Comece a praticar sua capacidade de criar deliberadamente; ao reconhecer que um desejo se realizou, seja algo que você queria ou temia, diga a si mesmo: "Eu cheguei a isso por meio do poder de meus pensamentos, das Leis do Processo Criativo e das Leis da Atração. Sou eu que estou fazendo isso e isso é bom.*" Mas não culpe outra pessoa, se eventualmente ocorrer a criação por omissão (atrair o que não quer ou teme). Admira que a criação é de sua autoria e que somente você tem poder sobre isso.

*Quando reconhecer que é criador de tudo o que vivencia e parar de culpar os outros pelo que lhe acontece de desagradável você estará no controle de sua experiência física e a caminho dessa magnífica sensação de êxtase sobre a qual falamos aqui.*

Como você aprendeu, as emoções que vivencia são uma chave muito importante para que você perceba se está criando em direção ao conhecimento ou à infelicidade. Isso porque se você atentou às nossas palavras sabe que seus sentimentos são o grande indicador de sua harmonia (ou desarmonia) com o Processo Criativo.

O estágio de alegria ou satisfação, quando você sente que conseguiu algo que criou, não é proporcional ao seu valor monetário ou grandeza. É tão satisfatório criar um botão quanto é criar um castelo -- se o botão é realmente algo que se queira muito.

**PERMITA-SE SENTIR GRANDE SATISFAÇÃO EM RELAÇÃO A TUDO QUE PRETENDE CRIAR E RECEBER.**

## SATISFAÇÃO A CADA LAMPEJO

Recomendamos que você tome mais decisões, a cada dia, a respeito do que realmente deseja, e então espere receber essas coisas que colocou em movimento por meio da

mente. Ao recebê-las, uma por uma, ou, às vezes, muitas ao mesmo tempo, você começará a acreditar em sua capacidade criativa.

**VOCÊ VEIO PARA ESTE PLANO FÍSICO COM A INTENÇÃO DE SER UM SER CRIADOR MAGNÍFICO, PARA TRANSFORMAR SEUS PENSAMENTOS EM MANIFESTAÇÕES FÍSICAS. SEVOCÊ NÃO TIVESSE MANIFESTADO ESSA INTENÇÃO, VOCÊ CONTINUARIA EM UMA DIMENSÃO NÃO-FÍSICA.**

Da perspectiva do seu Ser Interior expandido, você quis concretizar o desejo de vir à forma física porque acreditava que isso poderia intensificar muito mais o seu poder criativo.

Oferecemos este livro com a intenção de estimular você a compreender claramente as necessidades e a totalidade de seu ser. Ou seja, ajudá-lo a conseguir o que quer clara e deliberadamente. Este é um tempo pelo qual você esperou muito, mesmo antes do seu nascimento físico. Nossa comunicação tem o objetivo de guiá-lo de um estágio de conhecimento íntimo para outro de reconhecimento desse profundo saber. Estamos exultantes por poder participar com você desse grande movimento para um tempo maravilhoso, e nós lhe congratulamos a cada vez que ocorre um lampejo de reconhecimento de sua capacidade criativa.

Quando você cria magnificamente sem reconhecer como conseguiu isso, não fica deslumbrado com a sua própria capacidade criativa.

Ansiamos pelo momento em que você passe a reconhecer que, através do Processo Criativo, torna real aquele botão ou aquele castelo, porque é justamente o que nós queremos ensinar.

**VOCÊS TODOS SÃO VERDADEIRAMENTE SERES COM ILIMITADO PODER CRIATIVO. NO TEMPO EM QUE AINDA NÃOESTAVAM AQUI, TOMARAM MUITAS DECISÕES A RESPEITO DO QUE QUERIAM E ENTÃO ESPERARAM PELA MANIFESTAÇÃO FÍSICA DAQUELAS DECISÕES.**

## 11 de janeiro de 1988

*A partir da expandida e sábia perspectiva do seu Ser Interior, você escolheu viver no planeta Terra durante a atual transformação física e espiritual porque compreendeu a extrema alegria e benefícios que adviriam desta nova experiência. Você também sabia que essas mudanças traduziriam a continuidade da criação que já estava em movimento antes que o planeta fosse criado e que tais mudanças físicas não significariam o fim do planeta, e sim um ajustamento.*

A Terra está buscando o equilíbrio justamente para assegurar sua existência para as experiências físicas que virão. Assim, com sua perspectiva expandida, você está vendo esse realinhamento e ajustamento da Terra sobre seu eixo como um tipo de evento de "cura" -- porque sem isso talvez ocorresse a total destruição do planeta.

De acordo com a sua consciência física, você talvez resista a tomar conhecimento dos movimentos que o planeta faz sobre o próprio eixo e deseje ardentemente que isso não ocorra. Mas seu reconhecimento interior não resiste a isso -- ao contrário, deseja porque sabe a importância desse realinhamento para a continuidade do próprio planeta. E

também reconhece o valor de novas experiências que serão oferecidas a cada ser humano na face da Terra durante esses eventos e depois.

Se seu foco consciente não deseja esse evento, você talvez sinta que há uma contradição no que estamos oferecendo, porque, por um lado, afirmamos que vocês são seres ilimitadamente criadores, e por outro, que vocês podem impedir que determinados acontecimentos ocorram.

Para compreender que não há contradição, você tem de observar esse evento a partir de sua perspectiva interior, porque assim saberá que o realinhamento é parte da criação que você pôs em movimento a partir de uma perspectiva criativa diferente que você aceitou, e de fato concordou previamente em participar dessa experiência física, ciente das mudanças que ocorreriam.

*Como você não pode, mesmo que queira, fazer o Sol não nascer a cada manhã ou o inverno não acontecer este ano, impedir esse realinhamento está fora do seu controle criativo. De qualquer maneira, é mais importante que você reconheça que a sua própria e única experiência com esse evento está, sim, em sua esfera de controle criativo. E a intenção deste livro é justamente conduzi-lo a um foco bastante claro a respeito do que você quer vivenciar deste ponto em diante.*
O intervalo entre o momento em que se escreve este livro e as transformações no eixo da Terra oferecerão a você um tempo de ajuste e preparação física e emocional. E, mais importante ainda, permitirão que você chegue a uma nova perspectiva a partir da qual possa tomar novas decisões a respeito do que quiser.

## CAPÍTULO 14

## UMA PODEROSA MESCLA DE INTENÇÕES
## 11 de janeiro de 1988

*Recomendamos a expansão de sua perspectiva interior porque isso proporcionará o acesso ao grande conhecimento que você acumulou nesta vida física, porque seu Ser Interior vai lembrar todas as experiências pelas quais você já passou, físicas e não-físicas.*

A expansão de sua perspectiva íntima, ou a mescla de seu pensamento consciente em seu Ser Interior, fará sua experiência de vida física se expandir muito. Essa mescla é estabelecida, primeiramente, pelo reconhecimento de que esse "eu" profundo existe, depois, por desejar a própria mescla, e, finalmente, por consegui-la.

*Esse objetivo será conseguido graças a um tempo reservado todos os dias, com a silenciosa e reservada prática de fazer com que seu mundo consciente mergulhe em seu mundo interior mais profundo.*

Esse processo de permissão já foi chamado de "meditação" ou "a paz da mente". Recebeu muitas denominações diferentes, e as pessoas fazem isso também por distintas razões. Algumas meditam para tranqüilizar o mundo físico, porque procuram sossego e liberdade de suas responsabilidades e pressões, outras meditam para sentir seu profundo e mais expansivo mundo interior.

**A PARTIR DE NOSSA PERSPECTIVA, A MAIS SIGNIFICATIVA INTENÇÃO PARA O PROCESSO DE MEDITAÇÃO É FACILITAR A ABERTURA DE UM CAMINHO, OU CANAL, ENTRE DISTINTAS DIMENSÕES.**

**QUANDO ESSA PASSAGEM FOR ESTABELECIDA, POR MEIO DO PROCESSO DE MEDITAÇÃO, ENTÃO A COMUNICAÇÃO PODERÁ SER FACILMENTE TRANSMITIDA -- E RECEBIDA -- DE AMBAS AS DIMENSÕES.**

Para sua perspectiva consciente física, a vantagem de abrir esse caminho é que você terá grande conhecimento e extraordinária orientação a partir de um ponto interior vantajoso.

Quando você abrir esse canal entre as dimensões, literalmente cada decisão que você tomar será mais apropriada porque sua visão será profunda e clara. E, como você está decidindo o que realmente quer, tal decisão será transmitida por meio dessa passagem e se manifestará de maneira mais eficaz no equivalente físico, a experiência de vida.

E, como você está recebendo agora comunicação direta de seu Ser Interior na forma de emoções, então, uma vez que essa passagem estiver aberta, a transmissão dessa emoção será ainda mais intensa, e o potencial para criação contínua, harmoniosa e feliz será muito mais expandido, porque você focalizará mais seu Sistema de Orientação, identificando rapidamente a natureza de suas emoções. Então, poderá parar imediatamente quando estiver fazendo algo errado, redirecionando seus pensamentos para o que realmente quer.

Nossa intenção não é fazê-lo se distrair de sua experiência de vida, porque entendemos que realmente é esse o seu foco deliberado. Encorajamos a mescla. Uma expansão dessa experiência física que você desejou tanto, bem antes de ter nascido.

Muitos seres humanos perderam a satisfação de viver e o desejo de participar imensamente da procura por novas experiências. Não conseguem mais reconhecer o próprio sentimento de felicidade.

*Queremos estimular seu entusiasmo por esta vida física -- e, se você realmente desejar, isso acontecerá.*

*Quando toma decisões, a cada dia, sobre o que você quer vivenciar, você coloca em movimento a criação disso. Você é a única pessoa que literalmente molda sua experiência futura.*

Como fez a mescla de seu Ser Interior com seu ser físico consciente, você terá uma estimulante antevisão por esse desejo definido antes que viesse ao mundo. O fato de você criar pensamentos do que deseja colocar em movimento combinado com a emoção

entusiasmada que vem fortemente de seu Ser Interior conduzirão você à perfeita posição de criar o que realmente deseja.

*A cada criação, especifique muito bem o que quer, porque quanto mais completa for a imagem desenhada, mais se aproximará de seu desejo. No sentido contrário, quanto mais vaga for a definição, mais vaga será a resposta.*

**HÁ PESSOAS QUE ACREDITAM QUE SE FOREM EXTREMAMENTE DETALHISTAS, ESSA CARACTERÍSTICA LIMITARÁ SUAS CHANCES DE RECEBEREM O QUE QUEREM, MAS ELAS NÃO ENTENDEM QUE O PROCESSO CRIATIVO LEVA VOCÊ A RECEBER TUDO O QUE PODE IMAGINAR.**

Encorajamos você, enquanto antevê seu futuro -- que é aquele um segundo depois do agora e aquele daqui a um ano --, a ser o mais específico e definido possível. Reserve um tempo, todos os dias, para identificar suas intenções dominantes. Você está vivendo e acumulando experiências, uma por uma, e sua perspectiva está, portanto, sendo alterada.

## ALTERAÇÕES A CADA ETAPA

Certamente sua perspectiva está sendo alterada enquanto você lê este livro, porque você tem a oportunidade de absorver os ensinamentos e consegue fazer com êxito a mescla de seu consciente com seu Ser Interior. Isso conduz a novas mudanças de visão.

*A cada dia, a cada nova etapa do processo, reconheça essas alterações e faça uma nova declaração sobre o que é mais importante para você.*

Quando você define uma intenção -- e a libera para o Universo, esperando a resposta --, não é necessário fazê-lo novamente, porque as Leis do Universo e o Processo Criativo, ou seja, TUDO-O-QUE-EXISTE, imediatamente colocarão em movimento a criação do desejo que você manifestou. Isso é lei. De qualquer maneira, é importante reafirmar continuamente o que deseja -- como sua perspectiva está mudando, aquele desejo manifestado também pode mudar.

É também importante reafirmar freqüentemente suas emoções, para evitar qualquer influência negativa. Quando você quer saúde -- e não necessita pedir isso de novo e de novo para continuar a receber --, como a estimulação significativa a respeito de atrair doença permanece ao seu redor, é importante para você continuamente conter essa estimulação negativa, reafirmando a intenção de permanecer em perfeita saúde.

**QUALQUER CRIAÇÃO QUE VOCÊ COLOQUE EM MOVIMENTO ACONTECERÁ, A MENOS QUE VOCÊ COMECE A PENSAR EM ALGO CONTRÁRIO.**

Em seu mundo multifacetado, com o sistema de comunicação altamente tecnológico, você recebe um grande volume de estimulação de pensamento contra o que deseja. Assim, a afirmação consciente dia a dia do que você mais deseja é muito importante.

A partir de seu novo ponto de vantagem, surgido pela leitura deste livro, você experimentará uma mudança significativa.

Muitos seres humanos não vivenciaram muitas transformações durante um longo período, e por isso não experimentaram grande crescimento. Assim, como você está mesclando as intenções do seu Ser Interior com as do seu ser consciente, a necessidade de evolução conduzirá a muitas novas experiências.

*Escrevemos este segmento do livro porque queremos que você entenda que tem capacidade para criar suas experiências, qualquer que seja o caminho que você escolha.*

Dizer "Eu quero crescer" é uma boa atitude. Do mesmo modo, "Eu quero crescer por meio de experiências agradáveis" dá a você mais controle. Ao reconhecer que a Terra está se deslocando sobre seu eixo, seu desejo expresso pode ser: "Eu quero sobreviver a essa acomodação da Terra sobre seu eixo." Sugerimos uma criação ainda mais deliberada e específica. Nós o encorajamos a não apenas querer sobreviver , mas a sobreviver com alegria. Nós o encorajamos a pretender uma experiência de vida maravilhosa mesmo durante o período de grande transformação e mesmo que você esteja nas grandes áreas de risco.

**COMO VOCÊ QUER CONTINUAR ESSA EXPERIÊNCIA DE VIDA FÍSICA, SEU MECANISMO CRIATIVO, SEU SER INTERIOR, O UNIVERSO INTEIRO -- LITERALMENTE TUDO-O-QUE-EXISTE -- AJUDARÃO VOCÊ A REALIZAR PLENAMENTE ESSA INTENÇÃO.**

Se você pensa apenas em sobreviver, nunca permitindo pensamentos de não sobrevivência que conduzam a um grande medo ou emoção negativa, então criará a experiência de sobrevivência.

Como você se visualiza em segurança e confortável, em expansão, exultante e feliz, então essa é a experiência de vida que você terá.

Reconhecemos que para muitos de vocês haverá um tempo de ajuste, porque as palavras a respeito dos realinhamentos planetários não são ouvidas com facilidade. Sabemos, porém, que o conhecimento e a utilização dos exercícios que oferecemos aqui o conduzirão a um claro entendimento dos verdadeiros princípios de vida que você está querendo entender.

*A aplicação dos princípios que você está lendo neste livro com a experiência da acomodação da Terra em seu eixo são uma combinação maravilhosa. Você anteviu que estaria vivendo um tempo muito bom aqui e, de fato, você tem toda razão.*

## CAPÍTULO 15

## APLIQUE O PROCESSO CRIATIVO PARA A INTERAÇÃO HARMONIOSA NESTA NOVA ERA

O período anterior à sua vinda nesta experiência de vida física prometia que nela haveria grande satisfação, paz e alegria. Por isso é um tempo em que muitos de vocês -- como

estão entendendo e aplicando o Processo Criativo -- reconhecerão que têm liberdade absoluta.

Como você compreende que ninguém pode criar na sua experiência de vida e que outra pessoa não fará parte dela a menos que a convide -- por meio de seus pensamentos --, então você é realmente livre. Assim, não está querendo livrar-se da vivência com outros seres, porque se tivesse tido essa intenção, você não teria escolhido uma experiência física em que estivesse rodeado de pessoas.

## SUA INTERAÇÃO MÚTUA EXPANDE SUA EXPERIÊNCIA DE VIDA INDIVIDUAL E COLETIVA

Você descobrirá que, por meio do poder de seu pensamento e de suas intenções, atrai aqueles seres que estão em harmonia de intenções com você. E você repelirá os que estiverem em desarmonia.

Se suas intenções não estiverem claras, você atrairá confusão; mas se definir de modo específico, a cada dia, o que quer, atrairá especificamente os indivíduos que contribuirão para que você concretize seus intentos.

Como você atrai aqueles que têm intenções semelhantes às suas, essa interação será muito agradável. Uma vez que você reconhece que as pessoas que têm intenções diferentes das suas não precisam influenciar sua vida nem ser atraídas para ela, então não levará muito tempo para sentir que não precisa recorrer as armas (estratagemas) para se proteger ou a barricadas para mantê-las afastadas. Entenderá que pelo poder de seu pensamento não convidará essas criaturas para entrar na sua experiência.

Quando compreender integralmente o poder do pensamento, você vivenciará com alegria sua própria liberdade de expressão, de ser como é -- portanto, será capaz de permitir aos outros a mesma liberdade. Quanto mais você permanecer nesse estado, dando exemplo que certamente terá seguidores absolutamente voluntários, haverá um tempo de paz e de maravilhosa felicidade sobre o seu planeta Terra.

Tudo isso parece absolutamente extraordinário, mas como transformar as palavras que você lê aqui em práticas contínuas de sua própria experiência de vida física?

A Lei da Atração e a Lei da Criação são universais. Elas se aplicam a todas as dimensões e a todas as experiências físicas e não-físicas. E como elas se aplicam à sua criação individual, também se aplicam ao seu relacionamento com as outras pessoas, pela maneira como entram em acordo.

Para ter uma maravilhosa relação com outro ser humano, isso tem de ser desejado por ambos, ou não acontecerá. Como você não pode criar na experiência de vida do outra pessoa, cada um de vocês tem de desejar, em conjunto com o outro, a concretização do relacionamento. Seja em relação pessoal ou de negócios, as intenções de cada um dos seres envolvidos naturalmente contribuem para que o relacionamento seja muito satisfatório.

Como acontece com qualquer criação, quando uma relação está bem estabelecida, o desejo de continuidade tem de permanecer presente, ou ela não resistirá. Todas as criações são assim. Ao criar algo, para mantê-lo, para que siga existindo, você tem de continuar desejando isso -- ou dando atenção a isso --, porque de outra maneira ele sairá de sua experiência de vida.

Na medida em que entende e aplica o Processo Criativo, enquanto está individualmente criando, torna-se mais sensível aos "sinais de alerta" e pode bloquear uma criação negativa no momento em que ela começa, então você é capaz de aplicar esse conhecimento para criar relações harmoniosas com outras pessoas, desde que elas também queiram isso.

Quando uma emoção negativa surge dentro de você, e você reconhece que sua frustração ou raiva é um sinal de alerta, naquele momento seus pensamentos, palavras ou ações não estão em harmonia com o acordo feito previamente -- então, você tem de parar imediatamente e recordar o que de fato quer. Se permitir que a raiva e a frustração permaneçam, você também criará da maneira errada. E como essa criação não envolve apenas você, mas os outros, é fundamental que você comunique o fato a cada um dos envolvidos, para reavaliar se o que acontece é mesmo o que todos estão querendo dessa interação.

Uma vez que cada um de vocês está voltado para seu próprio desejo, no acordo entre vocês, o sentimento de raiva ou de frustração permanecerá, levando a criação a ser negativa.

**QUANDO VOCÊS FOCALIZAM AQUILO QUE DESEJAM, INDIVIDUAL E COLETIVAMENTE, COMEÇAM A CRIAR NA DIREÇÃO DO QUE REALMENTE QUEREM.**

Muitos de seus acordos não são satisfatórios e muitas de suas relações não permanecem justamente porque a maioria de vocês ainda não entende o Processo Criativo.

Muitos de vocês acreditam que antes de afastar uma emoção negativa devem consertar o que acreditam que causou isso. Acham que têm de pensar sobre um problema inúmeras vezes para que possam finalmente encontrar uma solução para ele e, então, eliminá-lo, porque assim a emoção negativa também irá embora. Mas não é assim que funciona.

**QUANTO MAIS VOCÊ PERMANECER COM O FOCO NAQUELE DESEJO QUE GEROU UMA EMOÇÃO TÃO NEGATIVA, MAIS DELE VOCÊ CRIARÁ.**

## 12 de janeiro de 1988

Entender e aplicar a Lei da Atração e a Lei da Criação trará muitas mudanças em sua experiência de vida.

Você encontrará um novo grupo de pessoas que ingressará em sua experiência de vida, enquanto muitos daqueles que neste momento fazem parte dela irão embora, porque quando você começa a clarear o que realmente é importante, passa a atrair aqueles que estão querendo mais das mesmas coisas que você deseja. Assim, naturalmente, libera

os que estão em outra sintonia. E durante esse processo haverá menos conflito, menos confronto e menos emoção negativa.

E, a partir dessa nova perspectiva, como você começa a entender e a aplicar o Processo Criativo com as pessoas que você está atraindo e que têm intenções semelhantes, você iniciará uma gloriosa e nova experiência de vida.

Ao entender e aplicar o Processo Criativo sem a influência de nenhum outro indivíduo, você será capaz de perceber como isso se aplica na interação com seus semelhantes.

## BREVE RESUMO DO PROCESSO CRIATIVO

- Tome mais decisões a cada dia a respeito do que realmente quer; ao fazê-lo, você se transformará num filtro automático que atrairá s coisas e circunstâncias que expandirão o que deseja; então você vai ignorar ou repelir tudo o que não favoreça a concretização de suas intenções.

- Entenda que todo pensamento que você tem em direção ao que quer promove a criação disso, e que sentir uma emoção positiva indica maior velocidade de sua criação.

- Enquanto está se movimentando ao longo do dia, mantenha-se sensível à maneira como se sente e reconheça aquele sinal de alerta logo no primeiro estágio.

- Traga para o consciente o pensamento, palavra ou ação que disfarçou o sinal de alerta, substitua isso por algo que realmente represente seu desejo e sinta a emoção negativa transformar-se em positiva; enquanto estiver interagindo com outros, aplique o mesmo processo.

**RELACIONAR-SE COM OS OUTROS, DE MANEIRA PESSOAL, SOCIAL OU PROFISSIONAL, IMPLICA QUE CADA UM DOS ENVOLVIDOS, IDENTIFICOU O QUE QUER DAQUELA RELAÇÃO, ASSOCIAÇÃO OU ACORDO. QUANDO TODOS DECIDIREM A RESPEITO, É FUNDAMENTAL QUE COMUNIQUEM ISSO UNS AOS OUTROS, A TODOS OS QUE ESTÃO ENVOLVIDOS E DE MANEIRA BASATNTE CLARA.**

Muitos acordos fracassam por falta de comunicação transparente, como se cada um esperasse que o outro soubesse exatamente o que se passa em sua mente. Mas ninguém pode ver a partir de sua perspectiva. Você deve usar seu poder com as palavras para fazer as pessoas compreenderem o que você quer.

Não apenas é importante que você comece seus acordos com comunicação bem clara, como é fundamental que esse diálogo continue. LEMBRE-SE TODOS SÃO SERES EM CONSTANTE MUDANÇA, E A PARTIR DO MOMENTO EM QUE COMEÇARAM ESSE MOVIMENTO, A CADA DIA -- ATÉ MESMO INSTANTE A INSTANTE --, O DESEJO INICIAL DE CADA UM PODE MUDAR.

Para as relações ou acordos mais importantes, mantenha um breve horário di[ario dedicado a reafirmar o que você deseja, PORQUE NENHUMA CRIAÇÃO ESTÁ CONCLUÍDA PARA SEMPRE. Suas criações são moldáveis e flexíveis, não são feitas de concreto, e isso é bom, justamente porque você é um ser em contínua transformação. Portanto, o que

deseja é também algo em mutação, e quando você aplica seu novo pensamento a partir de sua nova perspectiva, literalmente altera a criação do que quer.

A comunicação é importante porque as pessoas não mudam da mesma forma. Ao interagir com outras pessoas, usualmente, há mais coisas em harmonia do que em desarmonia. Quando vocês se sentam juntos com a intenção de falar sobre o que harmoniosamente desejam, sua atenção está voltada nesse sentido, portanto longe do que não é desejável.

Suas diferenças têm origem quando uma ou outra pessoa, ou talvez todos que compõem o grupo, estão concentrados exatamente no que não desejam.

**ENTRE VOCÊS, NÃO HÁ DUAS PESSOAS QUE SEJAM IDÊNTICAS. E, MESMO QUE EVENTUAMENTE SEJAM EM UM MOMENTO, NÃO SERÁ ASSIM NO PRÓXIMO INSTANTE, PORQUE TODOS ESTÃO EM CONSTANTE TRANSFORMAÇÃO.**

Então, a chave para as relações harmoniosas não é encontrar pessoas que sejam exatamente como você, mas sim que mantenham o foco ajustado para pontos em harmonia, PORQUE A EMOÇÃO NEGATIVA SÓ ACONTECE QUANDO VOCÊ PERMANECE COM O PENSAMENTO VOLTADO AO QUE NÃO DESEJA.

Mesmo como integrante de um grupo composto por pessoas diferentes na Terra, a probabilidade maior é de haver mais pontos de harmonia do que de desarmonia. A natureza básica de todos os seres é mais harmoniosa que desarmoniosa. MAS SUAS GUERRAS E CONFRONTOS TÊM ORIGEM EXATAMENTE NO FATO DE VOCÊS NÃO OLHAREM PARA O QUE ESTÁ EM HARMONIA; PRESTAM ATENÇÃO JUSTAMENTE NO QUE NÃO ESTÁ. E, como não são capazes de mudar essa atitude, porque não podem criar na existência alheia, vocês causam a si mesmos muito desgosto e trazem mais experiências negativas para a própria vida; por atentar ao que gera emoção negativa.

Se você entender que suas emoções primordiais são harmoniosas e conduzem à evolução e que as intenções primordiais dos que estão ao seu redor são semelhantes, e se você reconhecer que -- mesmo em suas diferenças -- todos buscam viver experiências que resultem em expansão do conhecimento, ENTÃO, TALVEZ VOCÊ REALMENTE PERMITA QUE OS OUTROS SEJAM EXATAMENTE COMO SÃO, DO MESMO MODEO QUE ESPERA QUE ELES PERMITAM QUE VOCÊ SEJA EXATAMENTE COMO É. À medida que mais de vocês cheguem a esse estágio, haverá total harmonia, paz, satisfação e felicidade no planeta Terra.

Como estamos falando sobre o mundo inteiro, é difícil para você encontrar seu lugar nesse discurso. Por isso vamos falar das experiências individuais das quais você participa. Quando você entender e confiar na Lei da Atração, e quando definir, de maneira intensa e clara, o que quer, vai se encontrar cercado de seres que tornarão possível a expansão desse desejo.

## PATAMAR DA COMPREENSÃO

Se você confiar que vivenciará apenas o que conduz ao que deseja, provavelmente não se fixará tanto nos defeitos alheios. Assim, terá como expectativa uma relação evolutiva e permitirá que ela aconteça exatamente dessa maneira.

Você vive em uma sociedade em que o espírito crítico é abundante. Pelos meios de comunicação -- como a televisão, o rádio e os jornais -- há mais procura por desarmonia do que por harmonia. Há mais julgamentos negativos que elogios. Mas você não tem de participar disso com a mesma atitude; na verdade, não deve, porque você está procurando harmonia. A emoção negativa que você sente quando está prestando atenção nessas notícias, ou mesmo quando focaliza a negatividade de um amigo, é um sinal poderoso de seu Ser Interior mostrando-lhe que nesse momento você estará criando negativamente.

Como você aprendeu a se mover ao longo de seu dia à procura de emoção agradável, e começa a reconhecer, nos primeiros estágios, quando está experimentando uma emoção negativa, então deliberadamente mudará seu pensamento, o que por sua vez alterará a emoção. Assim, você estará no caminho da criação deliberada contínua. Essa é a nossa proposta. Guiá-lo até o patamar da compreensão e do ser.

Talvez você considere essas leis uma simplificação da vida. Mas, ao aplicá-las a cada experiência da qual estiver participando, você perceberá que a vida não era assim tão complexa como parecia. Assim, o que tanto o perturbava fica cada vez mais claro. Como você vê seus desejos se concretizarem e percebe que ao seu redor existem seres que desejam estar em harmonia e crescimento do mesmo modo que você, tudo isso representa uma grande vitória, que gera felicidade. Assim, você terá absoluta certeza a respeito da importância de integrar esses ensinamentos que pratica continuamente.

Como querer é o ponto de partida para toda criação, é fundamental investir tempo, todos os dias, para avaliar o que você está querendo, considerando sua perspectiva atual.

À luz da informação que recebe neste livro, esta é uma oportunidade perfeita para visualizar o mundo exatamente como você gostaria que fosse e de se posicionar em um ponto de novo começo em muita áreas de sua vida.

Muitos de seus velhos hábitos e de influências alheias, que ainda o atrapalham, deixarão de existir, e seu ponto de partida será restabelecido. Você se aproximará mais de um puro estado de desejo -- um estágio em que jamais esteve nesta experiência física.

Se olhar para este tempo como a possibilidade de um novo recomeço, em que utilizará toda a sua capacidade criativa, você sentirá entusiasmo profundo em vez de medo ou pavor.

E, se assim seguir, continuamente desenhando o que gostaria de vivenciar, por meio do poder de seus pensamentos, atrairá outros que estejam em harmonia consigo. Os acontecimentos que estão em curso em seu planeta certamente vão proporcionar a você e a seus semelhantes uma nova visão. Muitas crenças e hábitos, gerados por velhas maneiras de viver, deixarão de fazer parte de sua vivência.

Comece a visualizar sua experiência de vida como gostaria que fosse, mantendo-se sensível a seus sentimentos assim que iniciar um pensamento sobre algo, sempre em busca da emoção positiva que indica a criação deliberada.

A Lei da Atração o ajudará na direção do que você pretende, outros pensamentos serão atraídos até que você complete o quadro que começou a desenhar. E, como suas ações sempre seguem o caminho de suas intenções predominantes, você estará em perfeita condição para vivenciar, infinitamente, este extraordinário tempo.
Mas se você acha que não está pronto para agir, certamente correrá em círculos, não sabendo o que fazer, sem ter formado um quadro do que quer. Só quando a imagem estiver bem clara, a ação que conduz à evolução surgirá rapidamente.

Não há duas pessoas, entre as que estão vivendo agora uma experiência física, exatamente iguais, e há muita variação entre suas diferenças. Suas intenções oscilam de um extremo ao outro. Assim, há quem participe desta experiência de vida com você cujas intenções são exatamente opostas às suas, neste exato momento. Como você está recebendo as palavras que escrevemos e quer comunicá-las a outras pessoas, é importante que entenda que algumas serão receptivas e outras não.

Como mestres, aprendemos que nosso trabalho não é convencer ninguém de nada, mas oferecer o que sabemos, pelo poder das palavras, se sendo quem somos. Pela transparência do nosso ser, estimulamos os pensamentos daqueles que querem algo semelhante.

**NÃO ASSUMA A RESPONSABILIDADE DE CONVENCER NINGUÉM DE NADA. EM VEZ DISSO, TOME DECISÕES A RESPEITO DO QUE VOCÊ QUER E PROSSIGA NA CRIAÇÃO DA EXPERIÊNCIA DE VIDA QUE ESCOLHE -- PERMITINDO AOS OUTROS QUE FAÇAM O MESMO.**

Cada um de nós teve a intenção -- com base em nossas experiências de vida, físicas e não-físicas de chegar a uma clara perspectiva do que é, e talvez possa influenciar outros pelo poder de seu exemplo.

TEMOS DE ESTAR SEMPRE INCLINADOS A PERMITIR AOS OUTROS A LIBERDADE DE PENSAMENTO, DE CRIAÇÃO E DE SER O QUE ESCOLHE PELO PODER DE SEUS PENSAMENTOS. Como entendemos que não é uma ofensa pessoal que outro ser discorde de nós, mas sim uma expressão de sua própria vida, então talvez possamos entender as diferenças com mais facilidade.

Veja-se não com a sobrecarga de decisões tomadas antes de você, mas sob a luz de seu próprio potencial de satisfação e contentamento. Comece agora tomando mais decisões diárias a respeito do que quer e desfrute a alegria gerada por permitir que suas decisões se transformem em criações físicas.

Oferecemos este livro a vocês com imensa felicidade, portanto esta é a manifestação física de nossa clara e deliberada intenção.

Enquanto ditamos estas palavras, nós as visualizamos impressas e chegando às suas mãos como um livro concreto. Vemos você lendo este livro, recebendo estímulo para pensar a partir de uma perspectiva profunda e clara. Vemos sua vida física gloriosamente expandida quando você mesclar seu ser físico consciente e seu Ser Interior. Nós vemos você lendo com a emoção que vem de seu interior e vemos você conscientemente decidindo continuar esta gratificante experiência física de que participa agora. Vemos você tomar decisões que farão evoluir sua experiência de vida, com

intensa e positiva emoção, como um sinal claro de seu Ser Interior, confirmando que você está em harmonia com nossas palavras.

E, finalmente, visualizamos você tomando a decisão de, com alegria e muito entusiasmo, prosseguir por este tempo de mudanças, antevendo uma enorme evolução individual e também uma delicada expectativa a respeito do que experimentará na interação com os que estão ao seu redor.

Como nós colocamos essa criação em curso por meio do poder de nossa clara e deliberada intenção, temos imensa expectativa de receber o que desejamos.

# Parte II

## CAPÍTULO 16
## DÚVIDAS E ESCLARECIMENTOS – APROFUNDANDO OS TEMAS DOS CAPÍTULOS

## TUDO O QUE VOCÊ QUER É SEU

O que você encontrará a seguir resulta de transcrição completa de algumas sessões de grupo com Abraham. Foi muito difícil selecionar as sessões mais apropriadas, porque no final de cada uma muitos dos que sempre costumam vir exclamavam: "Esta foi a melhor de todas." Nós as incluímos como um complemento, ampliando o conhecimento dos princípios explicados nos capítulos da Parte I deste livro. Tudo pode ser aplicado em seu dia-a-dia.

Talvez as respostas para algumas de suas questões estejam a seguir. Esperamos que você compreenda que Abraham tem uma maneira de sentir mesmo o que não foi explicitado em cada questão. As respostas aqui transcritas foram dadas para pessoas que estavam presentes aos eventos.

ABRAHAM: Nós estamos muito satisfeitos que vocês estejam aqui. Como estamos começando, será fundamental para vocês trazer para sua mente consciente, da maneira mais específica possível, o desejo que procuram compreender.

é uma boa idéia entrar em cada segmento de seu dia com uma pequena pausa para identificar o que realmente quer daquele período ou vivência, porque ao fazer isso você se torna um Filtro Seletivo e, de fato, o Criador Deliberado desse segmento.

Se você não pára para identificar o que está querendo, então não está na posição de atuar de maneira deliberada. Assim poder ser facilmente influenciado pelo que está acontecendo ao seu redor ou por seus velhos hábitos, que já não se aplicam ao caso presente.

Como a sessão está se iniciando, Esther definiu sua intenção de falar claramente as palavras que estamos oferecendo a vocês. E também declaramos nossa intenção de estimular vocês a pensarem.

Não há uma direção realmente específica do que estamos tentando oferecer a vocês. Não se trata de acreditarmos que vocês tenham de abrir mão (ou não) de algo em que acreditam para se concentrarem em algum outro ponto. Não é disso que se trata.

*Nós somos mestres, estamos aqui para ensinar Leis Universais aplicáveis a toda e qualquer experiência de vida -- física ou não-física --, fundamentais para a evolução. Ratificamos a necessidade de cada um estar voltado para o que quer, não importa o que seja, porque isso é indispensável para criar o que você realmente deseja.*

O que você ouvirá de Abraham, e à medida que entender e aplicar esses ensinamentos, permitirá expandir essa maravilhosa experiência de vida física que está experimentando, porque lhe dará a liberdade ou o controle, que, você sabe, são seus, a partir de sua mais profunda perspectiva.

PERGUNTA: Como podemos combinar ambos os pontos de vista a partir dos quais estamos trabalhando: físico e não-físico?

ABRAHAM: Sem reconhecer que o Ser Interior existe e sem permitir o que chamamos de mescla -- a respeito do que falaremos mais claramente --, *um ser físico pode criar magnificamente, simplesmente focalizando o que deseja, simplesmente aplicando o que chamamos de "pensamento positivo", nunca pensando em nada que seja negativo. Frisamos que isso basta para que se crie de maneira gloriosa.*

*O que estamos falando, aqui, é da CRIAÇÃO DELIBERADA perfeita. O que oferecemos a vocês é liberdade absoluta. Veja, tão importante quanto entender o Processo Criativo -- ou seja, que você pode criar as coisas que deseja --, é compreender como ele funciona, assim você pode PARAR de criar o que NÃO quer.*

Muitos seres têm aquelas pequenas coisas (que não desejam) acontecendo em sua experiência de vida, e não entendem por que isso ocorre. Vamos a um exemplo. Uma pessoa muito concentrada em seus objetivos de negócio, associados com "pensamentos positivos", é um ser que teoricamente está em movimento ascendente, criando de maneira magnífica no mundos dos negócios. Mas, ao mesmo tempo, na esfera pessoal, está dominada pelo câncer ou por alguma outra doença "fatal", porque não entende que todos os seus pensamentos criam. Essa enfermidade pode ser resultado de algum medo que foi estimulado por um ou mais membros de sua família, quando essa pessoa era criança, ou ainda muito jovem. Assim, carregou isso consigo, em seu interior mais profundo. Por toda a sua vida, a cada momento em que a palavra "câncer" vinha à tona, ela pensava a respeito com terrível medo, preocupando-se com isso, com medo de ser uma vítima. Ao ouvir todos os alertas dos diferentes meios de comunicação, seus pensamentos sempre foram estimulados para a criação disso que ela não desejava, ao contrário, que temia.

O que estamos oferecendo não é um caminho para ajudá-los a conseguir um carro ou muitos dólares, mas sim um modo de controlarem completamente sua experiência de vida, para que possam criar deliberadamente todas as partes dela. Portanto, vocês podem eventualmente atrair os motoristas que estão na estrada também procurando segurança, como você, e ao mesmo tempo repelir os que estão confusos ou que se arriscam demais, sem dar a menor importância à segurança. Conseguem entender isso?

PERGUNTA: Como a AÇÃO entra nisso? Basta dizer "muito bem, eu quero isso, e isso vai acontecer"? Não tenho de fazer nada mais a respeito?

ABRAHAM: Quando você deseja algo, realmente, e libera esse desejo para o Universo, você está fazendo aquela mescla de que falamos, então terá indicadores e oportunidades para agir. Sua AÇÃO segue suas intenções dominantes sempre. Preste atenção nisso.

Você está sempre fazendo algo, e se você não identifica sua intenção dominante, sua ação e suas palavras seguem seus hábitos ou a influência de outras pessoas. É por isso que existe tanta criação negativa. Quando você realmente quer algo, encontra um fácil alinhamento de pensamento, palavra e ação -- essa é a chave.

Há aqueles que costumam dizer: "Abraham, você não pode estar realmente querendo dizer que tudo o que temos a fazer é pensar em algo para que se torne realidade?"

**O que estamos dizendo é que quando você coloca seu pensamento em movimento, não apenas você, mas cada um que esteja ligado àquela criação, será levado à AÇÃO que trará para você aquilo que quer.**

JERRY: É como plantar uma semente de árvore no solo. Você não pode pensar nela como uma árvore. Quando você semeia, a Força da Vida entra em ação...

ABRAHAM: É isso mesmo, é um bom exemplo.

JERRY: Você já disse uma vez: "Tudo o que você quer é seu." Agora eu sei que pode ser, porque tenho certeza de que posso conseguir o que eu quero. Mas e se o que eu quero é a mesma coisa que ela quer, ou seja, ambos desejamos o mesmo, e só existe uma dessas coisas, o que acontece?

ABRAHAM: Crie outra coisa.

JERRY: Se eu consigo, ela não; e se ela consegue, eu não?

ABRAHAM: *Não existe um só tipo de qualquer coisa. VOCÊ É CRIADOR. Você não é alguém que subtrai ou se apodera, ou uma criatura ambiciosa... você não está procurando um prêmio que foi criado por uma outra pessoa. Você é criador do seu prêmio, e ela é criadora do prêmio dela. Se você deseja isso, crie. (Para ela: se você deseja isso, crie.) Assim, ambos deixam o que ela já criou sossegado. É dela.*

JERRY:  E se for essa xícara que está bem aí na sua frente (sobre a mesa)?

ABRAHAM: Se você quer uma xícara, crie. Diga, todos os dias, quando você levantar: "Eu quero uma xícara. Eu quero que essa xícara tenha tal cor e tal tamanho, e quero que tais palavras estejam escritas em sua superfície."

Temos aqui uma questão muito importante... é a primeira vez que isto está sendo falado, vocês estão atentos? Vocês são criadores de todas as coisas. Vocês acreditam que tudo que existe neste mundo físico já foi criado e por isso brigam pelas coisas. Essa é a razão por que existem as guerras e as barreiras. É porque vocês pensam que só existe determinada quantidade de riqueza ou valor. Por isso existem tantos instrumentos de luta para conseguir a maior parcela do seu lado, justamente porque vocês não entendem que SÃO OS CRIADORES. O Universo proporciona tudo, não importa o que queiram, se permitirem que venha. Aqui, vocês estão falando sobre bloquear a permissão. Vocês acreditam que existe uma única xícara dessas e que é realmente dela, que se ela quer muito isso você ficará na posição de jamais ter esse objeto...

JERRY: Eu não gostaria de tomar alguma coisa que fosse tão importante para ela.

ABRAHAM: Crie a sua própria. Compreenda que não há nada que pertença a alguém. Você não pode pegar o que é dela, levar embora. Crie a sua própria, o que você quer. Ela poderia até oferecer esse objeto a você, mas você não ficaria satisfeito, porque o que realmente o satisfaz é o que você cria.

## **CAPÍTULO** 17

## CANALIZAÇÃO: ENTRE O BEM E O MAL

PERGUNTA: Eu tenho uma questão relacionada à "canalização". Em alguns ambientes eu já notei que existe uma preocupação a respeito de "canais", porque eventualmente essa abertura do ser humano pode permitir o acesso a "maus espíritos desencarnados". Você pode falar sobre isso?

ABRAHAM: Esse é um bom tópico, porque do mesmo modo que há diversas intenções para sua experiência física, existem distintas intenções em todas as dimensões.

Não existe uma fonte do "mal". Em outras palavras, como vocês pensam em seu DEUS como fonte do "bem", não há um demônio que represente a fonte do "mal".

*A FORÇA BOA, a FONTE DE ENERGIA -- que dá poder a TUDO-O-QUE-EXISTE -- é consistente, mas a variação entre um extremo e outro, como a diferença entre o frio e o quente, é a INTENÇÃO, o PROPÓSITO*.

Há aqueles seres cujas intenções são diferentes das suas, e é difícil para nós dizer que algo é "bom" e outro é "mau" -- são diferentes. Todos nós acreditamos que estamos certos, não é mesmo? Assim, aqueles que estão em posição oposta à nossa "obviamente" são errados -- porque achamos que eles não podem estar certos também, se nós estamos certos. Na verdade, trata-se de outra questão. *NÃO SOMOS CERTOS OU ERRADOS -- SOMOS DIFERENTES.*

Evoluímos ao estágio de conhecimento que temos agora. E a maneira de confirmar isso é consultar como cada um se sente. A sensação positiva indica a evolução em relação ao que realmente desejamos.

Agora, em relação à sua pergunta específica sobre "canalização de entidades ou seres não-físicos".

Geralmente, a conexão que você faz, nesse movimento, será com o ser de sua "Família de Consciência". Seria muito incomum que você atraísse alguém cujas intenções não estão em harmonia com as suas.

*De qualquer maneira, como tudo de que estamos falando nesta sessão, você criará qualquer coisa que você focalize em seus pensamentos. Assim, se você tiver grande medo de algo, é bem possível que atraia exatamente o que mais teme, porque o Processo Criativo trabalha igualmente para todas as coisas.*

Assim, houve gente que teve experiência com saldo negativo e contou para outras pessoas, espalhando o medo. Você consegue perceber? É uma coisa anormal que foi criada, mas estimulou o pensamento alheio a caminhar no mesmo sentido, o do pavor. Então a situação se propaga, criando mais exemplos semelhantes. O que, por sua vez, reforça a imagem (ou possibilidade) negativa.

Assim, alguém tem de fazer algo para compensar isso e diz: "Se você disser tais palavras e tocar sua face nessas regiões diferentes, você afastará os espíritos malignos." Veja... e se há a crença de que essas práticas funcionam, então os espíritos maus não mais chegarão a você.

Não há uma razão para que você crie na sua vivência o que não deseja.

*E aqui está o item mais importante dessa sessão:*

**VOCÊ CONVIDA TUDO POR MEIO DE SEU PENSAMENTO.**

Portanto, se você não "acreditar que existem esses espíritos maus", você nunca os convidará, simplesmente porque nem cogita a possibilidade. Mas quando se fala nisso ao seu redor, você pensa neles e, assim, poderá convidá-los a inteirar-se à sua vivência se você estiver no Processo de Permissão. Essa é a parte difícil, e é o que torna tão incomum para qualquer pessoa ter esse tipo de experiência. Na verdade, há muita fantasia a respeito. Muitos casos não aconteceram pela seguinte razão:

*Tudo que vivencia você pensou antes, ou, como costumamos dizer, "EM CRIAÇÃO DELIBERADA VOCÊ TEM DE QUERER E EM SEGUIDA PERMITIR QUE EXISTA." Nesse processo de "canalização", o "desejo" é definido quando se fala: "Eu gostaria de me comunicar com a dimensão interior." Como já conversamos, seja específico:*

**"QUERO UMA COMUNICAÇÃO AGRADÁVEL, QUERO FALAR COM AQUELES SERES QUE ESTÃO EM HARMONIA COM QUEM EU SOU, SERES QUE ME ELEVARÃO. QUERO TER ALTO NÍVEL DE CONSCIÊNCIA, PORQUE SEI QUE HÁ MUITOS SERES FRÍVOLOS, E EU NÃO ESTOU ME COMUNICANDO POR DIVERTIMENTO, MAS SIM EM BUSCA DE CONHECIMENTO."**

Faça sua declaração, assim você criará na direção do que realmente quer. Então, quando você se sentar para "meditar", permitirá isso, porque sua intenção, enquanto "medita", é abrir o canal de comunicação. Você compreende?

Muitos seres que têm medo de "espíritos malignos" nunca terão essa experiência, porque não permitirão a comunicação. Jamais se sentarão com a intenção de receber alguma mensagem, porque temem que lhes chegue algo mau. Assim eles mantém o canal fechado para toda e qualquer experiência dessa natureza. Essa é a razão por que nós dizemos que muitas dessas histórias são fantasiosas -- não estão em harmonia com o Processo Criativo.

Tanto o querer quanto o permitir têm de preceder a experiência... Você ouve muitas coisas.

*Não preste muita atenção em pessoas que lhe transmitam mensagens genéricas, especialmente se não souber muito bem qual é a INTENÇÃO delas. TOME DECISÕES COM BASE EM SUA PRÓPRIA EXPERIÊNCIA DE VIDA -- e avalie isso a partir dos sentimentos que nascem QUANDO você está tendo uma experiência.* Pode ser que aquele ser soubesse, muito bem, o processo de comunicação e todas as suas possibilidades, desejando esse tipo de experiência com o que denominou seres "maus" e atraiu a vivência exatamente como quis (ou temeu).

*Não temos informação nem conhecemos seres que estejam se manifestando de maneira física, imediatamente. Por isso afirmamos que algo assim não está acontecendo. Há aqueles que estão se manifestando, imediatamente, por meio de seu pensamento, mas não de maneira física, tangível, visível para os demais. E se você está ouvindo o contrário, é aquele tipo de história que descrevemos.*

Esther falou: Abraham, você é sábio e poderoso, nós não poderíamos ter algo mágico, apenas para estimular o pensamento daqueles que não acreditam? Não poderíamos criar algo, talvez um diamante? Não seria simpático? (Risadas na platéia.)

E nós respondemos:-- O que impediria os que não acreditam de dizer que nós acabamos de tirar isso da manga como todos os mágicos fazem?

E ela disse: -- Sim, vocês estão certos, tem de ser maior. Vamos então tentar um elefante. (Risadas da platéia.)

E falamos: -- Vocês não viram um elefante aparecer no palco?

JERRY: Como um desses espetáculos de ilusionismo, tão comuns em Las Vegas...

ABRAHAM: De fato. Não há nada em que um descrente possa acreditar até que, de fato, queira acreditar.

Se tentamos transformar descrentes em crentes, então estamos negando nossa intenção, *que é a de interagir com todos que estejam à procura? Entende? Não atrair aqueles que querem ser entretidos por um mágico.*

## SOB TOTAL CONTROLE

PERGUNTA: Como eu mantenho minha visão, ou mesmo meus pensamentos, sob controle -- qual é a melhor maneira?

ABRAHAM: A melhor maneira é tomar mais decisões, a cada dia, sobre o que você quer, e permanecer sensível a seus sinais de alerta. Isso é tão simples que é difícil de acreditar. Vocês vivem numa sociedade complexa e acreditam que algo tão importante deve ser muito difícil -- e que se é algo tão simples deve haver alguma coisa errada com isso.

COMENTÁRIO: Talvez se transformássemos isso em algo mais complexo, seríamos capazes de nos lembrar.

ABRAHAM: É exatamente por isso que estamos falando. É a razão pela qual vocês insistem em fazer mais de tudo -- para corroborar determinada crença.

Vejam, vocês acham que têm de justificar tudo porque não acreditam que sejam dignos. Não entendem quem são então precisam construir um mundo ao seu redor para justificar sua existência.

E o que queremos que compreendam é justamente que não precisam justificar sua existência. Vocês "são" porque quiseram ser.

Amem-se exatamente como são, e agora mantenham-se concentrados no que querem e façam isso.

Vamos oferecer a vocês idéia para reflexão: sempre que vocês justificarem, estarão criando negativamente. O que pensam sobre isso, hein?

COMENTÁRIO: Eu acredito nisso.

ABRAHAM: Quando vocês permanecem no estado de justificação, estão tentando convencer-se de que alguma coisa, em que "talvez" vocês não acreditem, existe. A emoção presente nesses casos é sempre negativa -- e vocês tentam se convencer do contrário.

*Não justifiquem nada. Digam que vocês querem algo porque querem, e essa razão basta. E se alguém quiser partir para o confronto, exigindo razões, diga simplesmente que você quer porque quer. Dê a ela algo para considerar.*

PERGUNTA: Quando você diz "Eu quero isso" e a outra pessoa diz "Bem, eu estou apenas sendo realista", qual é a melhor réplica para isso?

ABRAHAM: Qual é a sua intenção ao "replicar"? Isso é o que você tem de perguntar para si mesmo, antes de mais nada. Para estimular alguém ao conhecimento a que você já chegou?

Aqui está o que você poderia dizer:

"*Eu acabo de perceber que meu realismo me trouxe exatamente aqui, ao lugar onde estou. Portanto, se eu permitir apenas o que é real na minha vivência eu nunca vou evoluir. Assim, decidi esquecer a realidade atual e pensar sobre a realidade futura. E o futuro trará muito mais para mim do que o presente, porque estou ficando cada vez melhor na criação diária*".

*Então alguém que está também à procura dirá:*

"*O quê?*"

*então você responderá:*

"*Você está querendo saber o que eu sei a respeito disso?*"

"*De fato.*"

"*Bem, descobri que meus pensamentos criam e eu sei que isso parece loucura. A primeira vez que ouvi isso pensei que fosse mesmo, mas então comecei a prestar atenção no que eu estava pensando e no que eu estava obtendo. Fiquei surpreso ao perceber que ambos eram a mesma coisa.*

"*Quando olhei para minha vida, tive de admitir que o que eu pensava acontecia, de qualquer forma. E quando olhei para outras pessoas ao meu redor, comecei a perceber a mesma correlação. Aquilo sobre o que elas falavam estava presente em sua vivência.*

"*Minha mãe falava demasiadamente sobre doença e tinha mais disso do que qualquer outra pessoa que conheci. Assim imaginei que isso poderia ser indício de algo que ainda não conseguia entender. No começo eu realmente não compreendia, mas decidi abrir-me à possibilidade. 'E se isso for verdade e eu estiver perdendo alguma coisa?*'

"*Assim, passei a projetar meus pensamentos e comecei a receber. Não estou dizendo que era tudo fácil, porque a princípio quanto mais eu pensava, mais eu pensava. E eu reconheci que nem sempre havia um final feliz e que eu estava fazendo TUDO PARA MIM MESMO.*

"*Foi muito decepcionante quando descobri que não podia culpar os outros pelo que eu estava passando. Era muito fácil jogar a responsabilidade em qualquer pessoa. Mas quando eu realmente compreendi que eu era essa pessoa, o sentimento de culpa foi substituído pelo sentimento de êxtase.*

"*Justamente por compreender que eu sou o criador, encontrei liberdade. Liberdade para ser quem eu sou, e, mais importante ainda, liberdade para deixar que as pessoas sejam quem são, porque sei que eu não as convido para minha vivência antes que eu pense sobre elas. E quando reconheci que elas não podiam entrar sem meu convite, parei de me preocupar com elas. Parei de temer o ladrão, parei de temer o violador; parei de temer tudo que eu temia antes, porque percebi que isso não aconteceria -- exceto se assim eu permitisse com meu pensamento.*

"*No começo, senti uma sobrecarga, porque pensar sobre meus pensamentos era muito incômodo, havia muitos. Controlar cada um deles era absolutamente impossível, mas então descobri que havia essa maravilhosa correlação entre o que eu estava pensando e como eu estava me sentindo. E tornou-se muito mais fácil distinguir meus pensamentos.*

"*Eu percebi que quando estou me sentindo bem, eu estou criando bem, e que quando estou me sentindo mal, estou criando mal. E então decidi que queria me sentir bem. E quando me sentia mal eu dizia: "Por que eu estou me sentindo assim? No que estou pensando?' Identificava o que era, descartava-o e pensava no que eu queria de fato.*

"*Eu contei a você os segredos que aprendi, meus amigos. Sigam adiante, experimentem e vejam se eles não servem para você.*"

*E eles diriam: "O quê? (Risadas da platéia.)*

A primeira vez que vocês ouvem isso não é fácil, por causa dos padrões em vigor. Por causa de uma vida inteira jogando a culpa nos outros. E assim, por força do hábito, seu primeiro instinto é dizer: "Eu não fiz isso, alguma outra pessoa fez. "Enquanto culpar alguém, você não entenderá o Processo Criativo.

## CAPÍTULO 18
## LEIS GERAM MAIS... LEIS
## 3 DE FEVEREIRO DE 1988

PERGUNTA: Nesta experiência física, temos a oportunidade de votar em coisa que queremos, como aborto, pena de morte e outros temas relacionados a outra vida. Então como devemos agir? Por nossos sentimentos interiores?

ABRAHAM: Recomendamos que vocês se deixem guiar por seus sentimentos. Eles têm origem numa perspectiva evolutiva. A única razão que leva você a se proteger dos outros é porque não entende que eles não podem penetrar na sua experiência sem o seu convite, por meio do pensamento. Quando você realmente compreende que outra pessoa -- seja ou não muito próxima e independentemente de suas intenções -- não pode invadir sua vivência, então você não sente a necessidade de coisas como essa.

**É uma questão delicada, porque você tem muitas leis, leis terrenas que podemos chamar de acordos, e nós somos favoráveis a acordos. Por essa razão existem muitas convenções como a compreensão geral de que a luz vermelha significa pare e a verde siga -- que tornam a sua coexistência mais confortável. E há muitos acordos aos quais se chegou justamente para oferecer mais facilidade de convivência.**

Mas vocês também sabem que muitas de suas leis foram criadas sob o medo, e quando você está com o foco voltado sobre qualquer coisa que foi criada sob o domínio do medo, então começa a atraí-la para sua vivência. Assim, você acaba precisando de mais leis. E de fato as cria. E assim sucessivamente amplia a atração sobre isso -- de maneira que a quantidade de leis não pára de crescer, do mesmo modo que o temor por trás delas.

Vejam, as leis dos Estados Unidos... e muitos de vocês participaram do início dessas legislações, porque muitos de vocês fizeram parte do começo desse país. Foi sua última experiência física aqui. Suas leis eram muito mais simples do que são agora... mas depois foram criadas outras e mais outras. Por isso se chegou a um volume assim tão grande, sem que a razão que as justifica deixasse de existir.

Como você está com a intenção de seguir o seu desejo, faz pouca diferença quais leis existem ao seu redor.

### AS CRENÇAS ABSORVIDAS

PERGUNTA: Nós sempre viemos para uma vida física e por causa das circunstâncias ficamos estagnados? Eu sei que vivenciamos novas experiências e a partir daí evoluímos, mas sob certo ponto de vista, parece-me, e também a outras pessoas com quem tenho conversado, que houve significativa evolução durante os últimos anos de nossa vida. Já tivemos outra experiência de vida em que isso não acontece?

ABRAHAM: Muito de sua vida é estagnação. E a razão disso é a influência alheia.

Quando vocês nasceram para esta experiência física, vocês estavam muito mais claramente voltados para sua perspectiva interior do que para sua consciência física.

Quando eram crianças vocês nem se preocupavam com esse tema. Ainda lembravam o que havia em seu interior e se sentiam invencíveis. Não havia nada que vocês tentassem que não acreditassem poder conseguir. Mas como vocês permaneceram mais e mais tempo, começaram a ouvir as palavras e a observar as experiências de vida daqueles que os cercam, e por um processo de absorção literal das crenças vocês as absorveu. Elas não são próprias. Assim, não se cria nada que já não tenha sido vivenciado.

Você fala sobre as mesmas coisas que têm sido sempre faladas. Você regurgita crenças uma vez e outra, sem procurar pelo novo. E se você ousa seguir por caminhos inéditos, as pessoas ao redor agarram-no e fazem com que volte atrás, porque não querem que você expresse ou vivencie o desconhecido. Elas estão procurando o conforto da monotonia; a maioria não entende o Processo Criativo nem sequer desconfia da existência do ser em expansão ou da intenção.

Houve um tempo em que você entendeu, inclusive de maneira mais clara do que consegue hoje, a vastidão de seu ser, mas depois de um período de inúmeras vidas a humanidade começou a abafar seu Ser Interior. Agora, você está despertando outra vez. É um tempo glorioso. Você encontrou estágios de harmonia com seu Ser Interior, o que também provoca prazer físico.

O maior prazer físico que você vivencia está sempre em perfeita harmonia com as intenções de seu Ser Interior -- e não há exceções para isso. Seus grandes estágios de emoção negativa são sempre os grandes estágios de desarmonia com suas intenções interiores, e você tem de confiar nesses sentimentos. Não há nada mais em que você possa confiar tão claramente.

## COMO EXPANDIR A AUTO-ESTIMA

## 6 DE FEVEREIRO DE 1988

APRESENTADOR DE TALK-SHOW: Nosso convidado é Abraham, canalizado por Esther Hicks. Este é um programa de entrevistas pelo rádio, aberto para chamadas telefônicas a partir de agora.

OUVINTE: Eu quero perguntar a Abraham o que posso fazer para expandir minha autoestima?

ABRAHAM: Deixe-nos falar algumas palavras antes e depois vamos lhe oferecer técnicas específicas.

Você é um ser perfeito exatamente como é. Perfeito não no sentido de que você está totalmente acabado, porque não existe fim para o crescimento, mas perfeito no sentido de que você é como é, é bom.

É apenas nesta experiência de vida física que há contínua comparação de uns com os outros... e sempre o foco da comparação é encontrar algo melhor do que o outro. Mas essa atitude não tem valor algum, justamente porque não há dois seres iguais. Vocês não são os mesmos no sentido físico, mas se pudessem enxergar seu íntimo, sua totalidade, então poderiam compreender quão diferentes são de cada outra coisa no Universo. Compreender que vocês são como são é o ápice de tudo que experimentaram nesta experiência de vida. Está tudo certo.

Você já cumpriu a parte mais importante de criar o que deseja. Disse "Como eu posso ter isso?", que é uma forte indicação do que você quer agora. E essa é a primeira parte, a mais importante, para colocar em movimento qualquer criação: querer. "Eu quero ter mais autoestima." E agora você só tem de esperar por isso.

No começo de cada dia, pegue papel e lápis e escreva, no topo da página: "Eu quero estar mais seguro de mim. Eu quero vivenciar tudo que me ajude a chegar a isso."

Agora isso pode parecer estranho para você, porque talvez nunca tenha ouvido algo assim, mas confie que o poder do Universo lhe dará o que quiser: experiências capazes de fazer com que tenha o que está pedindo. Mantenha a expectativa sobre isso, porque também esperamos o mesmo. Você terá muita ajuda para conseguir o que quer. Já pôs seu desejo em curso, com seus pensamentos e palavras. E isso vai acontecer.

APRESENTADOR: Abraham, parece que você e o Dr. Norman Vincent Peale* trabalharam juntos. Você presta atenção em outras pessoas deste velho planeta?

ABRAHAM: Estamos atentos a algumas delas. Não a todas. Estamos com a atenção voltada para esta de quem você fala.

Como estamos reunidos aqui, estamos ligados por intenção, e o ser do qual você está falando, seu Ser Interior, está aqui, com Abraham, e assim, o ser físico que ele desenvolveu chegou a esse estágio porque respondeu a um impulso gerado por seu Ser Interior. Você pode dizer que nós somos da mesma "Família".

## REVERSÃO DE DANOS ESTRUTURAIS

OUVINTE: Eu tenho apenas 35 anos de idade, mas tive de fazer uma delicada cirurgia no pescoço e tenho problemas nos discos da coluna. Então cheguei à conclusão de que fizera algo errado... uma vida passada, na Coréia... E assim acabei desenvolvendo esses problemas. Estou considerando a possibilidade de que seja algo ligado a "carma". E se for isso mesmo, terei de conviver com essa dor crônica ou posso me livrar disso?

ABRAHAM: Essa é uma questão maravilhosa. Não tem nada a ver com vida passada. Isso não existe. Você está vivenciando, nesta experiência de vida, apenas o que você criou por meio dos pensamentos. Vamos falar de você, agora. Está sentindo uma dor intensa, não?

OUVINTE: Sim, realmente. Eu também pratiquei artes marciais. Eu ainda estou tentando...

ABRAHAM: Deixe-nos oferecer a você algo que vai ajudar muito. Você ouviu as palavras que dissemos?

OUVINTE: Sim, com muita atenção.

ABRAHAM: Como você está colocando em movimento pensamentos, vai receber o que quer, mas já houve certo dano em sua estrutura física...

Quando seu dedão do pé está doendo muito, é difícil pensar em um pé saudável.

Assim, o que recomendamos que você faça imediatamente, antes de se deitar para dormir à noite, é uma forte declaração, desta forma: "Eu quero ter a saúde perfeita." Não diga "Eu quero me livrar da dor", porque isso levará sua atenção justamente à dor -- e você quer ficar completamente livre dela. Imagine-se em perfeita saúde, e se fizer isso no instante que precede o sono, ficará inconsciente durante muitas horas e então não poderá fazer nenhuma criação negativa para contrariar o que definiu. E se você fizer isso todas as noites durante os próximos 30, 40 ou mesmo 60 dias, sentirá grande melhora em relação ao que vivencia agora.

OUVINTE: Eu posso reverter o dano estrutural?

ABRAHAM: Você pode, sim.

OUVINTE: Eu certamente vou ficar muito feliz com isso.

ABRAHAM: De fato!

* Peale foi um escritor, nascido no século XIX, famoso por seus livros a respeito do poder do pensamento positivo. (N. da T.)

## CAPITULO 19

## 1º DE MAIO DE 1988

PERGUNTA: Nós devemos estar preocupados em estar num lugar seguro ou em prosseguir com nossa vida, fazendo o que sentimos que devemos fazer?

ABRAHAM: A segunda opção é a melhor a escolher, porque se você ajustar o foco sobre o que o perturba, atrairá justamente esse problema. Na verdade, vale dizer: "Eu tenho a intenção de sobreviver com alegria." Essa é a razão que nos leva a estimular os pensamentos das pessoas que vivem em determinadas áreas... não importa se estão seguras ou não. É fundamental, porém, estar consciente de que algo pode acontecer. É apenas uma probabilidade -- e não uma enorme probabilidade -- na mente de muitos.

Assim como você está sendo estimulado pela probabilidade, tudo o que acontece é que isso o leva à decisão consciente: "Eu pretendo sobreviver a isso" -- e basta. Você estará no lugar certo e na hora certa se seu desejo for continuar sua experiência física.

Não queremos que, por alguma razão, um ser seja pego totalmente de surpresa e não tenha sequer a oportunidade de tomar uma decisão consciente sobre o que escolher.

Quando você é surpreendido por algo, você reage a isso, mas com freqüência não é na direção de sua intenção dominante.

Sua ação sempre segue o curso de sua intenção dominante, e a razão pela qual recomendamos que você defina, segmento por segmento, o que você quer, é que sua intenção dominante estará sempre em primeiro lugar na sua mente. Então, quando algo ocorre, não importa o que seja, você não será pego sem defesas.

Sua intenção dominante já tomou a decisão, mas se você não tiver desejado nada sobre esse segmento e algo surgir de repente e encontrá-lo sem defesas, então trate de ficar a salvo das influências alheias --você tem de criar na direção do que realmente deseja.

Portanto, você está correto. Ocupar-se dos detalhes de qualquer coisa que tenha colocado em curso leva, em geral, às maiores criações negativas. Portanto, nós encorajamos você a voltar ao começo e dizer: "Eu tenho a intenção de criar felicidade. Eu pretendo sobreviver com alegria. Eu quero harmonia. Eu quero comer bem e estar aquecido e cercado por aqueles com quem eu estou em harmonia." E quando você colocar essas intenções em movimento, começará a atrair circunstâncias e outros pensamentos de maneira a ter o foco sempre certo no que é realmente fundamental para cada momento.

Se você ficar concentrado em detalhes vagos e distantes, como "o que farei para viver ou como conseguirei dinheiro", esse tipo de atitude não terá validade alguma. Mas como você tenta lidar com os detalhes desconhecidos porque não dispõe de suficiente informação contínua, sua criação negativa começa a acontecer. É quando o medo se instala. É quando você se preocupa. O medo e a inquietação são sinais de que você está criando negativamente.

Assim, viva sua experiência de felicidade com a intenção de ter mais. É o que, de fato, recomendamos.

## A CURA (OU A ENFERMIDADE) PELA FÉ

PERGUNTA: Eu gostaria de conversar a respeito de orações. Jesus, eu acho, curava pessoas apenas olhando para elas, como se fossem sadias e perfeitas, quando elas supunham estar doentes. E sua fé fez com que sarassem?

PERGUNTA: Bem... então podemos fazer o mesmo por outras pessoas?

ABRAHAM: De fato. Quando sua crença é suficientemente poderosa e você está apto a transmiti-la -- por meio de seu poder de influência.

*Toda cura é feita pelo indivíduo. Eu não posso curar você, mas posso convencê-lo de que há cura para seu caso, e, se você aceitar que isso pode mesmo acontecer, assim será.*

Assim, quanto mais seguro eu estiver sobre a capacidade de curar, mais influência a respeito disso posso ter sobre você.

JERRY: Então, qual é a melhor maneira de nunca ter de ser curado?

ABRAHAM: A melhor situação, a respeito de tudo isso, não apenas quanto à saúde, mas a toda a criação, é criar o que você está desejando, assim você não terá de voltar atrás para desfazer ou recomeçar. Mas isso não é realmente possível, porque você é um ser em constante transformação. Em outras palavras, seria muito fácil dizermos: "É melhor, antes de tudo, nunca ficar doente, para evitar ter de lidar com a enfermidade depois de tê-la contraído", mas então isso poderia ser aplicado a tudo no Universo, não? Seria melhor nunca cometer um erro, porque assim você não teria de corrigi-lo. Mas o conhecimento vem justamente disso. Não há nenhum valor na culpa ou na auto flagelação. Nenhum valor em dizer: "Olhe para isso que eu fiz a mim mesmo em minha

criação negativa -- eu criei a doença." Compreende? É melhor dizer:" Eu agora sei como criei isso e, então, o que escolho é a saúde perfeita."

*Você pode usar sua criação negativa como uma grande vantagem se permitir que seja uma prova de sua habilidade de criar. O mais enfermo dos seres é um criador magnífico, porque usou o poder dos pensamentos mais especificamente do que outros seres conhecidos. E por ser algo que ele não deseja, não é razão para que não goste de si mesmo ou não confie em si mesmo. É um motivo forte para dizer "olhe que poderoso criador eu sou".*

JERRY: Então, a saúde é natural e qualquer coisa além disso é algo que nós criamos, além do que já tínhamos?

ABRAHAM: Seu estado natural é de alegria, de saúde e de crescimento. Mas isso não significa que cada ser que tenha expressão física esteja olhando para esse tema desse mesmo ponto de vista, porque vem evoluindo através de vidas físicas e não-físicas e pode ter algumas intenções novas. Mas o estado natural é esse de que falamos.

COMENTÁRIO: Abraham, numa de suas aulas você realmente me ajudou muito. Na verdade, me ajudou bastante em vários sentidos, mas, neste caso... é algo em que penso muito... quando você diz: "Aquilo em que você se concentra é o que será criado."

Eu tive uma amiga que veio me ver, outro dia, completamente mutilada pela artrite. Havia trabalhado 15 anos em uma enfermaria. Tudo em que ela pensava era sobre velhos pacientes com essa enfermidade deformante. Ficou tão obcecada com isso que pediu ao marido que construísse uma casa nova, com portas e banheiros suficientemente grandes para acomodar uma cadeira de rodas caso ela tivesse de usar uma algum dia.

ABRAHAM: Ela usará.

PERGUNTA: Sim. Sou ex-técnico de raio X e estou muito contente de não estar mais trabalhando nisso, porque criei muito nessa direção.

Eu estava ouvindo uma de suas fitas, quando você diz que Esther e Jerry estavam criando uma caixa de primeiros socorros e, em seguida, começam a se machucar. Eles trouxeram isso para suas vivências porque estavam voltados para a caixa de primeiros socorros?

ABRAHAM: Certamente. O pensamento a respeito de uma necessidade a atrai.

COMENTÁRIO: Eu quero que você saiba que isso realmente me ajudou, em muitas ocasiões, a saber em que eu não quero manter o foco. É maravilhoso ser capaz de ver. Alguém que trabalhou em uma enfermaria e permaneceu com o foco nisso caminhará para a morte mais rapidamente?

ABRAHAM: Não é preciso que seja assim. É bem possível ter um trabalho como esse, lidar com seres doentes e dizer a si mesmo, todos os dias: "Eu estou cuidando dessas pessoas para aliviar seu sofrimento em relação ao que elas mesmas criaram. E eu não tenho a intenção de criar nada para mim, exceto saúde."

COMENTÁRIO: Mas a maioria das pessoas não sabe disso...

ABRAHAM: Sim. Isso é certo.

PERGUNTA: Assim, o que elas fazem é criar por omissão?

ABRAHAM: Sim.

PERGUNTA: Você pode desejar algo para outra pessoa?

ABRAHAM: Não, não pode. *Se você quer que outra pessoa compreenda o que você compreende, então, por meio de sua forte intenção e seu poder de influência, você pode estimular o compartilhamento de um pensamento, e então ela pode começar a atrair isso para a própria vivência. É o que chamamos boa ou má influência.*

*Se há um amigo que sempre fala de doença, e você fica ali, ouvindo com atenção, atuando como um amplificador de som, você é uma influência negativa, porque encoraja a criação negativa. Mas se, ao contrário, você falar apenas de saúde, de prosperidade, de coisas que você mesmo quer para sua vida, então estará influenciando por meio do desejo que considera bom. Entendeu?*

Você está correto. Muitos seres não compreendem isso, então, por força do hábito ou da influência generalizada, eles se estimulam em direção à criação negativa. Assim, pensam que é algo que está além de si mesmos, que não fizeram de propósito, mas sim que alguém provocou.

COMENTÁRIO: Eu gostaria de dizer a essa senhora: "Saia dessa enfermaria. Olhe para seus dedos. Você está criando isso..."

## CAPÍTULO 20
## SINTONIA DOS RELACIONAMENTOS

ABRAHAM: Há algo no que você disse que pode ser muito valioso em outra área com a qual entra em contato todos os dias: a das relações com outros seres humanos.

Você literalmente atrai com seus pensamentos... atrai enfermidade, saúde, prosperidade, pobreza, relacionamentos bons ou ruins -- tudo por meio do pensamento. Agora, se você puder modular a sintonia fina, reconhecerá que em cada ser com quem interage existe algo de tudo isso. Há algo do que você deseja e algo do que você não deseja.

*Até mesmo seu maior inimigo tem mais pontos de harmonia do que de desequilíbrio com você. Assim, se você quiser interagir com um ser que não tem estado próximo, com um ser que faz seus sinais de alerta tocarem continuamente, se você pretende ver concretizado um desejo, então você literalmente terá de começar a pedir para esse ser essas coisas.*

COMENTÁRIO: Porque você está atraindo apenas o que vê, certo?

ABRAHAM: Esther estava assistindo à televisão antes de você chegar. O tema era discriminação racial. E um novo conhecimento veio a ela.

A discriminação racial é criada pelo ser que se sente discriminado. Pelo ser que acredita que está sendo tratado de maneira injusta. E essa crença, essa expectativa, faz com que isso seja expresso por pessoas que, do contrário, nunca seriam racistas. Muitos seres jamais pensariam nisso, porque não é algo com que tenham interagido.

Mas porque há uma crença de que "porque eu tenho determinada cor eu sou maltratado", então quando ando pelas ruas eu solicito isso de cada ser com quem interajo. Mas não sei que o que estou fazendo é por meio de meus pensamentos, então culpo você. Justamente porque não sou da sua cor. Porque você olha para mim de modo estranho, e penso que você não gosta de mim porque não sou da sua cor. Eu pedi isso a você, por meio de meus pensamentos. Você está entendendo isso? Consegue perceber que em cada relação, sempre que tiver experiências desagradáveis, está atraindo exatamente isso porque colocou o foco de sua atenção?

Vamos dar um exemplo e depois falar a respeito. Você não conhecia uma pessoa, então a encontra. Ela está fora do ambiente em que você foi criado e cresceu longe da escola e da cidade que eram suas referências, distante também de seu pai e sua mãe e de qualquer outro ser de suas relações. Então você se vê diante dela. É um ser maravilhoso. E quando você se vê diante dela. É um ser maravilhoso. E quando você olha para esse maravilhoso ser com essa atitude, o ser se torna mais extraordinário a cada dia. Você até custa a acreditar que conheceu alguém tão maravilhoso.

Então essa pessoa leva você à casa dela, onde está sua família. Os pais dela começam a contar a você todas as coisas que ela fez enquanto se desenvolvia, contando suas fraquezas e uma série de acontecimentos negativos de que foi protagonista. Subitamente, você começa a olhar para ela de outra maneira, sob uma nova luz, e de repente você se vê dizendo: "Ah, agora eu posso ver que você não é tão forte quanto eu pensei que fosse nem tão inteligente quanto eu supunha." Ou seja, você a observava a partir de uma nova série de paradigmas, e então muda de comportamento e diz: "Eu realmente não quero estar com você; estou procurando alguém perfeito."

*Esta é a razão pela qual a maioria das relações humanas se deteriora.*

*Quando vocês estavam juntos, estavam conectados por aquele desejo que você manifestara, mas agora, quando estão juntos, seu foco não está mais naquilo que você quer... mas exatamente no que você não quer.*

Aqui está o princípio que pode ser aplicado o observar essas situações:

Você vê nesse ser todas as coisas pelas quais estava procurando, até que alguém lhe aponta as falhas dele. Como você se permite ser influenciado por outra pessoa, ou por um antigo hábito -- talvez sempre procure por defeitos --, começa a invocar, a literalmente fazer com que aflorem daquele ser as características de que você não gosta. Exatamente onde antes da influência você havia encontrado todas as coisas de que você gosta. Você consegue entender sobre o que eu estou falando?

A pessoa "imperfeita" ou "perfeita" não tem nada a ver com isso. Todos os seres que estão sendo acusados de racismo ou de discriminação racial, nos Estados Unidos, não são os que criaram esse fenômeno. Ele está sendo perpetuado (via criação contínua) por aqueles que se sentem discriminados ou maltratados.

PERGUNTA: Em relação ao exemplo dessa pessoa que você deu, no que você passa a ver todas as imperfeições, então você literalmente faz com que elas venham à tona?

ABRAHAM: De fato. Torna-se sua criação.

PERGUNTA: Tudo bem. Quanto mais você descobre de ruim, menos gosta daquela pessoa. Portanto, agora você vai tratá-la a partir desse ponto de vista. Então, é falha dela que você a esteja tratando desse jeito?

ABRAHAM:  Você vê o que quer ver. Ela é como sempre foi. Ela é tudo, e as pessoas são assim, uma combinação de todas essas coisas. Mas você só vê nela -- da mesma maneira quem faz a própria vida -- aquilo em que você permanece concentrado.

*Então, se você se concentra apenas no que você quer ver, é isso que vai resultar dessa experiência, seja a respeito do Universo inteiro ou de uma única criatura.*

COMENTÁRIO: Eu posso oferecer uma analogia. Algo que aconteceu comigo não faz muito tempo. Eu estava no jardim da casa de um amigo quando o cachorro dele, muito agressivo, começou a se aproximar. Eu gosto muito de animais, então disse algumas palavras para o cão, ele abanou a cauda e foi embora. Dois segundos depois apareceu uma mulher, atravessando a rua para levar algo à lata de lixo. Imediatamente ela reagiu de maneira negativa, demonstrando medo do cachorro que saiu correndo atrás dela. O mesmo cachorro.

ABRAHAM: De fato. Uma analogia perfeita.

PERGUNTA: Essas pessoas realmente têm as imperfeições?

ABRAHAM: Claro. Não há ninguém que não tenha.

PERGUNTA: Mas a gente pode aceitar ou não?

ABRAHAM: Sua relação com as pessoas depende da sua capacidade de se concentrar no que você quer.

(Um cachorro começa a latir forte do lado de fora do auditório; as pessoas dão risadas.)

PERGUNTA: O que eu estrava perguntando é sobre o que você delineia daquela pessoa, o que você vê naquela pessoa... eu entendi aquela parte, agora...

ABRAHAM: Deixe-me interromper você antes que você vá mais longe. *A tendência é culpar o outro pela imperfeição dele.*

*Queremos que você assuma a responsabilidade por essa imperfeição enquanto a pessoa interage com você, justamente porque você está exigindo isso dela. A tendência é ver a*

*falha na outra pessoa, julgá-la e culpá-la, e o que estamos dizendo é que aparece só o que você vê nela.*

Então, onde você está? Agora você está na posição em que pode ter relações perfeitas com qualquer pessoa, porque tem clareza sobre o que deseja e só verá exatamente isso. Portanto, quando vir que algo não está em harmonia com o que você é, afaste-se. Quando seu sinal de alerta tocar porque o que você vê não está em harmonia com o que você quer, volte sua atenção para outra coisa.

O que você está querendo entender nesta experiência de vida é qual é a sua grande intenção, e insistimos energicamente:

*Vocês querem ser seres livres. E vocês saberão quando realmente chegarem nesse ponto ao permitir que as pessoas sejam como são, mesmo quando elas não têm a mesma atitude em relação a você. quando você estiver pronto para aceitar o outro, mesmo quando o outro não aceita você, terá absoluta liberdade.*

A única coisa que o limita é a negatividade. Sem ela você fica livre, satisfeito, e, assim, quando olha para outra pessoa e vê apenas o que lhe traz grande alegria, você está livre. Ao olhar para alguém e perceber que isso gera forte negatividade, você está limitado pela própria decisão a respeito do que está reivindicando.

Queremos que você se livre da responsabilidade por aqueles que você culpa pelas coisas que estão fazendo errado e pela forma com que estão "atrapalhando" a sua vida. Eles não estão fazendo isso! Você é que está!

COMENTÁRIO: Esse é um tema bem profundo.

ABRAHAM: É a parte mais profunda. Atente para essa verdade: enquanto evolui, porque você está interagindo com outras pessoas, e isso se aplica não apenas aos outros, mas a si mesmo.

*Você também exige de si aquilo que não quer. Enquanto se você olha e vê apenas o que está errado, só considera o que não está em harmonia com seu maior desejo -- quando faz isso, você cria mais disso.*

*Vejam em vocês mesmos o que mais desejam e assim terão reforçada essa intenção.*

## CAPÍTULO 21
## A VERDADE INDIVIDUAL

PERGUNTA: Como se aprende a separar, na mente, o conhecimento de uma verdadeira e pura percepção?

ABRAHAM: Há diferença? Veja, você está olhando para o ponto de partida, porque é uma ótima questão e um tema bastante profundo, talvez o que mais nos preocupe. Você está querendo que aquele desejo se torne verdade, porque acha que é bom. Mas você não

sabe onde encontrá-lo, em quem confiar? Quem tem a verdade? Há muita diversidade a respeito do que se acredita que seja verdade, que isso usualmente se transforma numa procura ao longo da vida e ninguém estará totalmente certo de que a tenha encontrado.

Sua pergunta foi muito bem formulada e nossa resposta é que "*verdade*" *apenas pode ser aquele desejo que se acredita ser verdade em qualquer período de tempo.*

Se uma casa pega fogo e os bombeiros chegam com suas mangueiras d'água, abrem a porta e inundam a casa para extinguir o incêndio, todo mundo vai dizer que é uma coisa maravilhosa. A "verdade" é que isso é bom. Mas, do mesmo modo, se os bombeiros chegam, abrem a porta e encharcam um ambiente que não existe fogo, então todo mundo diria, a "verdade" do fato é que isso não é bom. Conseguem ver? Em síntese é a mesma história. A diferença está no tempo, nas intenções, nas razões, no conhecimento, na compreensão, nas circunstâncias.

*Assim, você poderia aceitar que toda experiência de vida é boa. Toda! Toda! Não gostaríamos de gritar, mas TODA EXPERIÊNCIA É BOA! Então vocês entendem que há VERDADE em cada experiência, embora as coisas mudem da mesma forma que os desejos e a compreensão.*

Vocês se desenvolveram numa cultura que tem uma série de crenças, o que significa "que há uma série de regras, e determinadas coisas são consideradas boas e outras, más". Mas não é assim.

*Enquanto você estiver procurando pela verdade fora de você, ouvindo isso por intermédio de palavras alheias, sempre terá essa dúvida, porque ouvirá diferentes respostas. Mas se procurar a verdade que vem de seu próprio interior, pois seu Ser Interior conhece a verdade apropriada, você poderá confiar nisso.*

Portanto, quando está sentindo emoção positiva, você está se movimentando em direção ao desejo perfeito para você, no mesmo momento. Quando está sentindo emoção negativa, está se afastando do que é bom para você.

## DE ONDE VEM A CULPA

PERGUNTA: Diga algo a respeito de "culpa".

ABRAHAM: Culpa é uma emoção negativa e geralmente surge quando você não está fazendo algo que alguém lhe diz que deveria fazer (ou fazendo algo que não deveria).

A regra diz "isso é bom e aquilo é mau", portanto quando faz aquilo você sente culpa. Não porque é mau, mas porque você pensa que o que está fazendo não é bom, e seu Ser Interior está dizendo "nem tanto". Você não está em harmonia com sua grande intenção, que é ter uma experiência. Você percebe?

Isso também é "profundamente confuso"?

Há muitas pessoas que gostariam de correr, dar pontapés e gritar ao redor da sala ao ouvir essas palavras, porque estão profundamente convencidas de que há uma série de regras que têm de ser seguidas. Mas se dissessem e realmente conhecessem o

significado de "eu sou um ser que procura felicidade" poderiam reconhecer a maneira como se sentem de fato a respeito daquilo. Talvez assim pudessem entender.

PERGUNTA: Se estou caminhando para experiências negativas enquanto procuro experiências alegres, então estou indo contra a harmonia?

ABRAHAM: Sim, está. Preste atenção à maneira como você se sente, e se a sensação for boa tenha certeza de que você está em harmonia com o que deseja. A emoção negativa significa o contrário.

Simples, não? *Cada vez que você não se sentir bem, pare imediatamente o que quer que esteja fazendo. Ouça isso: nós queremos deixar esse assunto bem claro, portanto vamos repetir a definição.*

TODA VEZ QUE VOCÊ NÃO SE SENTE BEM, PARE IMEDIATAMENTE O QUE QUER QUE ESTEJA FAZENDO. Você tem de entender que é o pensamento -- naquele momento -- que traz a emoção negativa.

Isso é muito importante, e temos de refletir um momento aqui. Estávamos falando a respeito de culpa. "Minha mãe me disse que se seu não fosse à igreja eu queimaria no fogo do inferno". Ela acredita nisso. Você quer agradá-la. Ela pensa que você foi à igreja, mas você não foi. Foi brincar. E cheio de culpa.

A culpa surge não porque você foi brincar e não foi à igreja. a culpa surge porque você está pensando que está fazendo algo errado, e seu Ser Interior está dizendo "isso não está em harmonia". Nós insistimos em esclarecer esse ponto porque dissemos exatamente: "Quando você sentir emoção negativa, pare o que estiver fazendo", então você chegou à conclusão de que deve parar de não ir à igreja porque isso faz com que você tenha esse sentimento negativo. Mas não é isso que o origina. Quando deixou de ir à igreja, você estava bem satisfeito, feliz a respeito do que ia fazer. A culpa não aparece fortemente até que você pensa em sua mãe, e no desejo dela de que você vá à igreja. Você consegue perceber o que estamos dizendo? É o seu pensamento de que está pecando que traz essa forte emoção negativa; portanto, barre esse pensamento.

Agora você consegue compreender? É aí que a confusão sobre a culpa se origina. Antes de entender completamente esse tópico, você tem de entender que toda emoção negativa é uma comunicação que vem de seu Ser Interior, mostrando que o pensamento para o qual você está voltado não está em harmonia com o que você quer. Se você aceita o sentimento de "culpa", como uma emoção negativa, revelando a você que seu pensamento presente não está em harmonia com o que você é, então estará próximo de compreender porque a culpa aparece.

Se você eliminar os rótulos que dá às emoções negativas -- como culpa, ciúme, raiva, ódio, frustração, ansiedade, estresse, medo -- e reconhecer simplesmente que são sinais de alerta, então facilmente entenderá qual é a mensagem que existe para você. *Na maioria dos casos, o sentimento de culpa surge não porque vocês está fazendo algo "errado", mas porque sua liberdade está sendo sufocada.* O sinal de alerta não aparece para que você pare de fazer o que está fazendo -- ou seja, no exemplo analisamos, não ir à igreja --, mas para que você saiba que o pensamento no qual você está concentrado não está em harmonia com o que você é.

Você sente culpa e lhe dizem que é mesmo culpado por estar pecando. Você não está sentindo culpa porque está pecando. Você está sentindo o sinal de alerta porque alguém está tentando controlá-lo -- e você é um ser que anseia por liberdade.

*Você é um ser que está aqui para viver e ter experiências felizes.*

A culpa não surge porque você está pecando. A culpa surge por causa do pensamento que você elabora a respeito.

A culpa é comum em nossa cultura. ela impede que você faça o que gosta. E, como você sente culpa, acaba procurando outros pecados cometidos. Ou seja, fica atrás de mais razões para sentir culpa. Dá para entender?

JERRY: Quando era criança, eu ia a diferentes igrejas, e em cada uma havia diferentes coisas a respeito das quais eu me sentia culpado. Por exemplo, em uma delas, dançar era pecado, mas em outra as regras eram opostas (ou seja, dançar não era pecado), então naquela igreja que permitia a dança eu não sentia culpa quando saía para me divertir assim. E o mesmo tipo de conclusão vale para outras atividades. As moças que usam maquiagem não sentem que estão pecando ao fazê-lo quando freqüentam igrejas em que isso é permitido...

ABRAHAM: Perfeito. É isso que estávamos procurando esclarecer. Então, o ponto é: a culpa não é gerada pela dança, mas sim pelo pensamento que os diferentes seres têm em relação a ela. Bom. Agora podemos voltar à questão anterior. "A verdade é algo que está fora da percepção?" Como você pode ver, não.

## CAPÍTULO 22
## MEDITAÇÃO, PASSO A PASSO

PERGUNTA: Ultimamente tenho lido muitas obras metafísicas e conversado com pessoas diferentes, então eu estou diante de um grande dilema sobre a melhor maneira de lidar com a vida neste plano, enquanto me preparo para o próximo, porque parece que existe mesmo esse conflito. Sinto grande necessidade de investir todo o meu tempo trabalhando para o próximo estágio, e não me preocupando a respeito deste, mas não consigo ver se isso realmente funciona.

ABRAHAM: Estamos muito contentes por você ter trazido esse tema para análise, porque há mesmo muita confusão a respeito e queremos nos concentrar nisso, aqui e agora.

Vocês são seres físicos, vivendo em uma dimensão física, com a intenção de ter vivências neste plano. Esse é o fator dominante. É por seu desejo que você está aqui, neste determinada dimensão.

Mescle sua consciência física com seu Ser Interior, mas não com o objetivo de sair daqui para algum outro lugar.
É muito importante que vocês compreendam que estão nesta esfera física porque manifestaram o desejo de vir. Sua carne e seus ossos são prova disso, percebem? Assim,

não imaginem que estão com o foco voltado para o que não deveriam, porque vocês desejaram exatamente vivenciar esta experiência, neste plano.

Como vocês estão querendo compreender bem a mescla -- e, do mesmo modo, o despertar de quem têm ouvido falar há tanto tempo --, encorajamos vocês a reservar um tempo de cerca de 15 a 20 minutos por dia para conseguir isso. Não mais do que isso. É suficiente. Mas é importante que permaneçam concentrados, aqui e agora, porque é onde e quando vocês estão criando. Muitos de vocês não conseguem entender isso, em parte porque querem fugir, escapar do tema. Criam um desejo de que não gostam, então agora tratam de safar-se em direção a outro lugar qualquer. Assim, literalmente, estão com o foco deslocado da razão pela qual vieram aqui. E isso faz com que não se sintam bem. Sua emoção é o guia... Isso está claro?

PERGUNTA: Sim. Você recomendaria alguma leitura específica ou uma declaração qualquer?

ABRAHAM: Sim, de fato. Comprometam-se com a vida! Essa experiência é que lhes trará conhecimento. Palavras e livros são de fundamental importância porque estimulam o pensamento, e tudo o que está escrito tem esse resultado. Uns não são melhores do que os outros. Tudo o leva a pensar. Recomendamos o direcionamento de seu desejo em um nível consciente, assim o que é apropriado para vocês a cada momento será atraído.

Nós lhe damos algumas informações específicas porque são necessárias e de grande valor. Você está querendo realizar essa mescla, e tudo o que você precisa para consegui-la é justamente querer. O querer é fácil, já existe. A permissão acontece no processo de se dedicar diariamente de 15 a 20 minutos, em estado de semiconsciência e permitir-se receber isso. Vocês compreendem o que queremos dizer com isso?

PERGUNTA: Não. Meditação? Eu nunca consegui isso ou realmente tentei.

ABRAHAM: É muito simples. Deixe-nos oferecer-lhes alguns conceitos simples que deixarão isso bem claro. Como você tem a intenção, querendo conseguir essa mescla, você já realizou metade da equação da criação: queira e consiga, é isso.

A parte do "permitir" você conseguirá da maneira que indicamos a seguir. A cada dia, reserve um tempo de 15 a 20 minutos, não mais, para aquietar sua mente, para não pensar. Se você quiser fazer isso durante mais tempo, você não conseguirá. Por isso indicamos esse limite. É suficiente. Faça isso todos os dias.

Atenção à maneira de fazê-lo. Não se trata de praticar aleatoriamente, dia sim, dia não, ou dois dias sim e outro não. É preciso que seja diariamente. Contínua e consistentemente nesse ritmo. Cerca de vinte dias bastarão para abrir a passagem a esse novo estágio.

Vamos, então, ao momento. Sente-se, coloque os pés no chão e as mãos no colo. O importante é que se sinta confortável na posição escolhida. Não deite nem escolha uma cadeira demasiadamente relaxante, porque certamente pegará no sono. Não é isso que se deve fazer. Se adormecer, você não estará fazendo seu trabalho, porque esse tempo está reservado a algo que podemos chamar de "meditação" -- é um rótulo de que não

gostamos muito, portanto é preciso que explicitemos muito bem o significado do que estamos sugerindo. A intenção nesse processo é aquietar a mente, para que você possa realmente sentir seu interior. Isso quer dizer que você precisa estar desperto, mas sem pensamentos conscientes. Se lhes dissermos: "Não pense", a primeira coisa que você fará é pensar, porque é o que você quer fazer. Todo o seu mecanismo está treinado para pensar.

Assim, sente-se em um cômodo silencioso, sem nenhum tipo de distração. Nada, portanto, de luz especial ou de música. Feche os olhos e se concentre em sua respiração, porque embora isso requeira algum tipo de pensamento, será de pouca intensidade. Assim, você aquietará sua mente. Inspire. Expire. Continue. Você alguma vez já vivenciou a hiperventilação? Manter muito oxigênio em seu interior faz com que você sinta certo formigamento. O que vai acontecer com o que sugerimos não é muito diferente disso.

Respire profundamente -- permita-se. O torpor pode acontecer só na primeira vez, e logo no começo. Em seguida, você se sentirá um pouco dissociado do físico. É uma sensação de dormência -- talvez você nem sequer sinta a cadeira sob seu corpo --, e quando isso acontecer, você terá feito seu trabalho. Atenção: dormência, não sono.

Se nada acontecer no primeiro segundo ou ao longo dos próximos dez minutos, não se preocupe, até porque você estará usando a sua mente. Então, apenas faça um pensamento bem objetivo: "Eu estou querendo aquietar minha mente e eu saberei que minha mente está quieta quando eu estiver em estado de dormência." Entendeu? E quando estiver experimentando essa dormência, aquele tipo de formigamento a que nos referimos, diferente de qualquer experiência que já tenha conhecido, você reconhecerá que é isso.

Agora que você fez a sua parte, seu Ser Interior fará a dele: começará a abrir a passagem, tão logo você chegue a esse ponto de mente silenciada. Não se trata de uma passagem física para seu ser. Não existirá nenhuma distração ou desconforto. É um alinhamento de Energia.

Cada pessoa que está em forma física tem o corpo que foi criado, é parte de você, mas há uma Energia que se expande através de você. Essa é a diferença entre os seres vivos e os seres mortos, e você está acostumado com essa Energia que emana de você. Você a conhece desde o dia em que nasceu e então diz: "Isso é como me sentir vivo." Mas agora há uma nova Energia que começará a se mesclar com a anterior, e é a isso que nos referimos como à abertura da passagem. E isso não é trabalho seu. Você não precisa conscientemente saber como fazer isso. Você não precisa saber de que cores são os chacras, onde eles estão e o que significam. Você tem muitos pontos de alinhamento em seu ser. Não se envolva com isso conscientemente. Deixe seu Ser Interior fazer isso, porque sabe muito mais do que sua mente consciente poderá perceber sobre esse assunto.

Tudo o que você precisa fazer é aquietar seu físico. Seu Ser Interior fará o resto, E quando ele estiver fazendo o seu trabalho, você simplesmente será... Estamos organizando esse tema para que você consiga fazer isso passo a passo. Siga todos os estágios que sugerimos. Sinta todas as sensações durante a abertura da passagem.

Pode acontecer um pequeno tremor aqui, outro ali. Nada que seja doloroso, mas talvez você até queira dizer: "Olhe, eles estão trabalhando em meu nariz e eu posso sentir isso nos meus pés." É apenas uma pequena sensação, e isso é tudo que a nova Energia faz ao fluir através de você. Você perceberá a diferença aqui e ali. Quando você fizer movimentos (a cabeça circulando sobre o pescoço, por exemplo), sua passagem estará aberta. E quando sua passagem estiver aberta, então não haverá mais necessidade desse processo de meditação. Muitos continuam a fazer isso porque gostam.

Há muitos propósitos para a meditação. Acabamos de expressar o nosso aqui. Agora, o que significa? Quando a passagem está aberta, quer dizer que qualquer coisa que está fora poderá entrar? De fato, não. Isso quer dizer que você está abrindo a passagem entre você e você. Seu Ser Interior, o ser que já envia sucessivas emoções para você, será agora capaz de mandar também pensamentos. E isso também significa -- você vai gostar muito do que eu vou dizer agora (para a pessoa que perguntou: você não deseja muito ser um ser egoísta, é muito importante para você fazer parte de todas as coisas) -- que você estará beneficiando TUDO-O-QUE-EXISTE. Porque quando a passagem abre, os benefícios são de mão dupla: do seu Ser Interior para você, e de você para seu Ser Interior, exatamente pelo movimento da informação e da experiência.

**ISSO É LITERALMENTE O DESPERTAR DE QUE ESTAMOS FALANDO.**

Muitos seres não sabem que cada pessoa tem algo para vivenciar. Eles pensam que alguém será o rei, terá uma magnífica vivência, e o restante vai ficar adorando essa pessoa. Só que não é isso. Acontece que todo ser terá acesso a esse despertar, a essa mescla de Ser Interior e consciência física -- e quando você chegar a isso, esta experiência física, na qual você está e para a qual quer permanecer voltado, será expandida além do seu conhecimento consciente neste tempo. Sua experiência física será mais deliciosa do que já foi antes. Sua alegria se transformará em êxtase. Seu amor será intenso. Seu sentimento de paz será mais sublime do que nunca. Pode entender?

Tudo que você já vivenciou será ainda maior. Sua orientação será mais penetrante e, se você permitir, se manifestará de maneira muito mais intensa e rápida do que já aconteceu no passado. Se você imaginar o que deseja, isso acontecerá ainda mais rápido. Na sua experiência de vida física há maravilhas para contemplar, e isso começa com a permissão consciente para abertura da passagem.

Apreciamos muito sua pergunta porque ela trouxe à tona, nessa discussão, que o desejo é a razão dominante para interagirmos com aqueles que são físicos. Para o conduzirmos, caso você queira, a isso.

PERGUNTA: Você disse que há diferentes razões para meditar. Uma vez que você abre a passagem, você afirmou que não é necessário mais continuar a fazê-lo. Mas eu medito todos os dias porque sinto que tenho de manter a passagem aberta.

ABRAHAM: Querer é suficiente.

PERGUNTA: Querer é suficiente depois que ela está aberta?

ABRAHAM: Quando qualquer coisa já foi criada, tudo o que se precisa é continuar a querê-la, e assim será.

PERGUNTA: O que poderia levar ao fechamento da passagem? Muitas coisas?

ABRAHAM:  Não querer mantê-la aberta. Veja, não existe fim para qualquer criação. Muitos de vocês não conseguem entender isso. Você cria algo em sua experiência de vida e, em seguida, sente que não vai precisar disso por muito tempo, justamente por que já tem. Consegue entender? Então você começa a querer outras coisas. Mas você precisa continuar a querer, dar atenção ao desejo que você concretizou, caso contrário, sim, ele irá embora. Muitos de vocês vivenciam isso em relacionamentos. Vocês desejam os relacionamentos. Vocês os atraem, e então porque conseguiram vocês não querem mais isso. E depois querem saber onde foi parar.

Isso é verdade para todas as coisas. Comece a não querer mais seu automóvel e observe oque ele vai ser destruído. Volte seus olhos para alguém que você deseja muito e deixe de desejar alguém que você tem, e a relação se desintegrará antes que pisque os olhos. Quando estiver olhando para as coisas que você quer, sinta apreciação por elas.

**CONTINUE A ATRAIR O QUE VOCÊ DESEJA PARA SUA EXPERIÊNCIA. QUALQUER COISA QUE VOCÊ PRETENDA TER, ATRAIA COM SEU PENSAMENTO, PORQUE SE VOCÊ PENSAR NO QUE NÃO QUER, É ISSO QUE VIRÁ, É LEI.**

COMENTÁRIO: É uma boa lei porque você sempre sabe onde você está.

ABRAHAM: Certamente, portanto vamos mantê-la.

## CAPÍTULO 23

## A INFLUÊNCIA DAS LEITURAS

PERGUNTA: Eu tenho dúvidas sobre algumas coisas que tenho lido e gostaria de ouvir sua opinião.

ABRAHAM: De fato nós estamos cheios de opiniões.

PERGUNTA: Eu comecei a ler um livro (metafísico) e abandonei já no prefácio, tentei outro e também não continuei. Eu fico aqui pensando: você tem algo a me dizer sobre esses dois livros?

ABRAHAM: Algumas obras estão absolutamente em harmonia conosco, outras não.
PERGUNTA: Então eu saberei o que tenho de ler....

ABRAHAM: Certamente sim. Aquilo que você sente quando etá lendo será um sinal para lhe mostrar se é ou não apropriado para o que você é.

Novamente precisamos falar sobre o desejo que se manifesta em cada momento. Seu entendimento da dimensão não-física, como um povo sobre a Terra, é uma coisa em evolução. Os livros de que você falou, na verdade, não estão em absoluta harmonia com o lugar para onde queremos guiar aqueles de vocês que estão em forma física, *mas no tempo em que foram escritos eles eram mais apropriados.* Entendeu?

Quando falamos "vocês", estamos nos referindo à espécie humana sob a forma física e vivendo no planeta Terra, e isso é sempre algo bem difícil porque vocês não são iguais. Houve um tempo em que a humanidade não aceitava a existência de nada que não se pudesse ver, cheirar, tocar ou saborear. Se você não pode provar isso por meio de seus sentidos físicos, não existe em seu entendimento. Mas quando um grupo significativo de seres vivenciou algumas experiências, acreditou que havia algo mais.

Você começou por chamar de DEUS, bruxas, anjos, e então começou a dizer "mortos podem comunicar-se conosco" sem entender isso, mas sabendo que havia algo chegando da dimensão não-física. Eram a tia Mary ou o tio Bill, já falecidos, querendo participar. Não tão elegantes e inteligentes quanto eram, mas ansiosos por se integrar. E depois você começou a entender que havia uma orientação chegando, uma orientação específica , e aí você começou a chamá-los de guias.

Agora queremos que você entenda que os guias não são para apenas uma ou duas pessoas; a orientação está disponível para todos que a desejem, e vocês não precisam vir aqui para tê-la: ela está dentro de vocês se acreditarem nisso.

Assim, haverá um tempo em que esse processo, com seres chegando aqui nesta mulher (Esther), será algo com que não vamos mais concordar. Diremos "não é nossa verdade neste tempo", porque vamos querer falar com cada um de vocês individualmente, trazendo o que for mais apropriado para cada um. Mas agora muitos seres não confiam em si mesmos, e assim é bom que vocês venham aqui para serem estimulados a confiar. Vocês conseguem perceber o que estamos dizendo?

Esse é um processo que está continuamente avançando, e ele chegará a um ponto em que você não terá de dizer: "Aqui estou, sou um ser físico e aqui estou desde a minha perspectiva interior." Chegará um tempo em que você dirá: "Eu sou Deus; eu sou Criador." Consegue entender? Mas você ainda não está pronto para isso. Alguns de você preferirão cortar a língua de quem fala essas palavras, portanto nós não dizemos isso com freqüência (sussurrando) porque muitos não estão prontos para ouvir. Mas chegará um tempo em que estarão.

Assim, cada livro, cada ser, cada experiência oferecem sua contribuição para a evolução do conhecimento. Do mesmo modo que cada um de vocês.

Recomendamos que vocês façam tudo que seja excitante para si. Se um livro motiva a leitura, se acha que não pode parar de ler, se sente muito entusiasmado quando está lendo, então continue. Há nele um benefício para você. Mas se enquanto estiver lendo sentir mais negatividade do que coisas positivas, então descarte-o.

PERGUNTA: Então eu começo a ler um livro e fico resistente, não quero continuar, devo abandoná-lo?

ABRAHAM: Sim. E mais, sugerimos que você nem peça opinião alheia, pois isso confunde. Siga apenas o que vem de seu interior. Se você procurar opiniões externas, elas serão muito diferentes.

## CONFIE EM SI MESMO, VOCÊ PODE

PERGUNTA: Alguma coisa me deixa perplexo. Parece que alguns desses escritos metafísicos são demais... Será que eles estão no mesmo nível que você, Abraham?

ABRAHAM: Não há dois livros iguais da mesma forma que não há dois seres num mesmo nível de conhecimento. *Apenas porque estamos mortos não nos tornamos mais inteligentes.*

Portanto, voltemos ao ponto: quando você estiver ouvindo algo que não esteja em harmonia com você, descarte-o. Do mesmo modo quando você interage com seres físicos, há opiniões que parecem mais apropriadas, porque suas experiências de vida parecem mais familiares. O mesmo acontece com os que não estão na dimensão física. Mas você não sabe a diferença até que receba o que eles oferecem. Vou dizer a você que nós somos os melhores. "Nós somos os mais inteligentes seres não-físicos."

PERGUNTA: É verdade que existe um nível além do que vocês estão agora e para onde vocês irão?

ABRAHAM: Não há fim para o crescimento. E também não há níveis definidos. Assim como não há um fim, certamente haverá muito além, adiante.

## DEPOIS DO AJUSTE DE EIXO

PERGUNTA: Estou interessado em saber o que vamos fazer depois do "realinhamento" do eixo da Terra. Estou interessado na nossa vida pessoal, na nossa interação com outras pessoas e em como podemos nos preparar para isso.

ABRAHAM: Será o que você criar. É muito cedo para começar a projetar sua visão disso porque há muita coisa desconhecida para você. Essa é a razão pela qual você está fazendo essa pergunta. Você está pedindo a Abraham para oferecê-lo informações sobre essas coisas que não sabe, porque assim começará a projetar o futuro, e estamos satisfeitos em fazer isso. Nós temos a dizer que você estará interagindo com aqueles que atrair, e será um período em que você trará para perto de si mais coisas que estão em harmonia com as suas intenções. Portanto, é muito bom que você comece a identificar suas intenções agora. Em outras palavras, se você está se vendo como alguém que pode oferecer cura, atrairá aqueles que querem ser curados. Se você se vê como um ser que quer atrair semelhantes, quer sejam professores, quer sejam alunos que queiram aprender, então serão esses que virão a você, mesmo agora. Se você se vê como um salvador que será capaz de oferecer suprimentos de feijão e arroz para aqueles que não se prepararam, você os atrairá.

Você já sabe que atrairá aquele desejo que for predominante a cada momento, e não há uma experiência melhor do que a outra. Ou seja, não existe um desejo mais nobre ou mais apropriado. Tudo depende do que você está querendo vivenciar.

Distancie-se um pouco e, de uma perspectiva mais profunda, diga: "Eu pretendo vivenciar a criação alegre, a harmonia alegre, a sobrevivência alegre e a interação alegre com aqueles que estão em harmonia comigo."

Agora, quando dizemos "em harmonia", isso tem muitos significados. *Harmonia não significa atrair alguém que seja exatamente igual a você. Harmonia quer dizer atrair aqueles que se harmonizarão com você.* Em outras palavras, se você tem talento em determinada área, ter harmonia é atrair alguém que tenha talento em outra. Como você está sempre expandindo o que tem para dar, atrairá aqueles que adicionarão algo para equilibrar essa oferta. Assim, como você está se vendo nesse evento em interação com outros, esse será um tempo feliz. Isso não significa que estejamos prevendo para você uma vivência de grupo reunido trabalhando junto, como uma comunidade ou algo do gênero. Não é isso que queremos dizer, a menos que seja isso que você esteja querendo.

## AS ESCOLHAS ALHEIAS

PERGUNTA: Há uma questão sobre a qual eu ainda não tenho clareza.

ABRAHAM: Nossa, seria muito bom se houvesse mesmo apenas uma dúvida a respeito disso tudo.

COMENTÁRIO: Neste momento é a que eu tenho. Quando você diz "Veja as pessoas como quer que sejam e é isso que delas obterá", eu não consigo entender isso...

ABRAHAM: O que você atrai de alguém é o que você vê nessa pessoa. Se você vê um ser como inacessível, ele assim será apenas para lhe agradar. Se você vê alguém como bonito, será também bonito para lhe agradar. Se você vê alguém como gordo, ele assim será para lhe agradar. E se você vê como esperto, será esperto. Ou tonto, será tonto. E se você vê alguém como morto, morto será.

PERGUNTA: Então eu estou criando isso. Certo?

ABRAHAM: Não. Você estará usando seu poder de influência. Veja bem, eles têm escolha.

JERRY: Eu tenho ouvido por anos e anos uma babá dizer "Eu não agüento esse pequeno malcriado" e outra comentar "Não consigo entender isso, ele é sempre maravilhoso para mim".

ABRAHAM: De fato.

PERGUNTA: Eu entendo isso. Eu só não consigo compreender quando o Processo Criativo diz que você não pode criar na experiência do outro.

ABRAHAM: Você não pode mesmo, porque o outro tem escolha. As pessoas tomam a decisão conscientes. Alguma vez já notou que quando se aproxima de determinadas

pessoas você não é o melhor que consegue ser, está sempre mostrando seu pior lado, e, depois, você se pergunta "Eu não compreendo o que está errado comigo"? Você está sendo varrido pelo grande poder da influência alheia. Portanto, se espera que alguém seja de certa forma, veja-o assim, e pelo seu poder de influência ele assim será para você.

COMENTÁRIO: Então as pessoas criam isso a partir de sua influência, por omissão.

ABRAHAM: Se elas não entendem o processo, e em geral não compreendem mesmo. Tudo está começando a ficar no lugar para você. Você está a caminho de entender o poder do pensamento e como se relaciona com os outros usando esse poder. Você está começando a entender o poder da influência e sua liberdade criativa individual. Você está começando a entender o que é liberdade, e não tardará para que tenha tudo isso e, você será livre.

É com grande prazer que nós estamos interagindo com você, porque nós vemos sua descoberta. Você é muito importante para nós, porque sem a sua interação não conseguiríamos nos expressar claramente. O que facilita nosso trabalho é a sua inclinação a ouvir, absorver e refletir sobre isso, e então nos devolver o que você tiver recebido. Por causa disso, estamos desenvolvendo nossa capacidade de nos comunicar com seres físicos. E como essa é a nossa intenção, existe muita gratidão. O que vocês estão testemunhando aqui é o que prometemos a princípio. A passagem está aberta, e aquele desejo que você vivenciou está sendo recebido por TUDO-O-QUE-EXISTE, e TUDO-O-QUE-EXISTE está gostando muito disso. Você consegue sentir a nossa emoção? Há muito amor aqui para você.

## CAPÍTULO 24
## ONDE COMEÇA A CRIAÇÃO NEGATIVA
## 2 DE MARÇO DE 1988

ABRAHAM: Estamos extremamente satisfeitos por sua presença aqui. Agora, enquanto começamos, faça uma pausa e traga à consciência aquele desejo que você mais quer vivenciar nesse segmento de sua vida que estamos compartilhando. Será muito importante para você.

Como vocês vão permanecer aqui um longo período, é uma boa prática trazer ao consciente esse desejo prioritário rapidamente, enquanto vocês se movimentam segmento por segmento. Sobre o que vocês querem falar?

PERGUNTA: Eu gostaria que você comentasse a questão das "realidades paralelas e probabilidades futuras", e estava pensando especificamente sobre o realinhamento da Terra. Temos discutido isso. Eu percebo que o que você focaliza é o que você traz para sua experiência, e que o realinhamento é algo que já aconteceu há muito tempo, mas alguns de meus amigos dizem:

"Bom, se você mantém o foco nas coisas boas que estão acontecendo no mundo agora mesmo, então você trará mais disso para sua experiência." O que eu estou querendo

dizer é: se a gente ficar mais alerta para os terremotos que estão acontecendo e aumentando de intensidade, isso poderá permanecer na nossa experiência? Ou se poderíamos, de algum modo, ficar envolvidos com isso e nos concentrar nas coisas positivas que estão acontecendo. Isso nos deixaria sem noção dessas mudanças na Terra? Ou seja, poderia haver "realidades paralelas"?

ABRAHAM: De fato haverá muitas realidades, porque não há dois de vocês que possam antever precisamente a mesma coisa, e você está certo. Esse desejo que você está imaginando, esse em que você está pensando, é o que você atrairá. Há muitos seres que ao ouvirem falar sobre aquilo que virá são estimulados para aquilo com pensamentos de medo, e eles projetam esses pensamentos de medo adiante e começam a atrair, mesmo agora, neste momento, aqueles tipos de experiências amedrontadoras. Mas como você se vê como quer ser, então isso é o que você atrairá para si.

Deixe-nos falar sobre isso em um contexto mais amplo, porque é algo que pode ser aplicado para toda a criação. Quando você está começando a pensar sobre algo, da mesma forma começa a atrair a experiência a respeito da qual está refletindo, seja algo que queira vivenciar ou não -- já sabemos que aquilo em que pensamos é o que atraímos.

Portanto, se você quer criar um futuro em harmonia com o que deseja, então é nisso que tem de manter o foco ajustado. Você tem de pensar em si como uma pessoa próspera, bem alimentada, aquecida, cercada por todas aquelas outras com quem está em harmonia. Deve se ver vivendo aquela experiência feliz que tanto almeja. Particularmente nessa criação, em que há tantos aspectos desconhecidos. Há tantas coisas em que você pode manter fixado seu pensamento... daí a dificuldade em antever o que você estará fazendo. É difícil para você imaginar isso, e quando você tenta manter seus pensamentos lógicos sobre o desconhecido é justamente aí que começa a atuar ma criação negativa... porque há muito que você não entende... Já sabemos que quando temos emoções negativas estamos criando negativamente. Esse momento é muito indicado para fazer uma pausa e, com distanciamento, olhar o que está movimentando a partir de uma ampla perspectiva.

Agora, preste atenção. Quando está manifestando uma intenção de uma ampla perspectiva, alguma coisa que é generalizada -- como "eu pretendo ter saúde", ou alegria ou harmonia -- você começa a atrair aqueles tipos de experiência sem nunca acrescentar detalhes. Mas se você for bastante claro sobre os detalhes do que deseja, e começar a inseri-los, então estará ajustando a sintonia fina, literalmente desenhando a criação específica que deseja. Mas nesse processo, se você estiver lutando porque há aspectos desconhecidos -- e porque eles existem você acaba tendo pensamentos negativos e, conseqüentemente, emoções no mesmo sentido --, então pare e recomece a criação a partir de uma ampla escala.

Saiba que você estará em uma posição favorável às suas decisões. Confie em si. Diga para si: "Eu sou criador, eu sou muito sábio, e todos os dias serei capaz de tomar as decisões apropriadas a cada momento." Percebe? E libere tudo que lhe cause preocupação, voltando ao ponto de vista mais amplo e geral, capaz de trazer harmonia.

PERGUNTA: Sim, e se você permanecer totalmente concentrado em criar harmonia e criar seu futuro -- sabe? Exatamente o que estávamos falando -- apenas do jeito que você quer, você jamais poderia entrar em estado de alerta sobre o processo de alinhamento da Terra?

ABRAHAM: É possível. Não seguramente. Mas possível. Veja, vocês estão continuamente tendo experiências em vários níveis. Ou seja, são atualmente seres multidimensionais, participam de diferentes dimensões enquanto estão aqui. Assim, se você estiver focado aqui, e é onde estão ocorrendo as mudanças, o você que aqui vivenciará essa experiência. As outras partes de você talvez vivenciem isso, ou não, dependendo da conexão que mantenham nesse determinado foco. E pode ser disso que você está falando, mas do ponto de vista daqueles de vocês que estão presentes, aqui neste evento, agora, fisicamente e concentrados conscientemente -- vocês serão alertados.

PERGUNTA: Eu tenho uma filha na Califórnia, que está lá por escolha, mas circunstancial. Ela é casada com um marinheiro. Suas escolhas, portanto, no dia-a-dia, são limitadas.

ABRAHAM: De fato, são.

PERGUNTA: Eu não tenho sido capaz de usar as palavras para expressar como considero importante que eles dêem uma olhada e encontrem uma maneira de estar em outro lugar. Eu preciso de ajuda com as palavras?

ABRAHAM: Aprenda isso. Quando você dá vazão a um tipo de pensamento que estimula o pensamento alheio, a intenção de sobrevivência dele é suficiente para colocar essa criação em movimento. Acredite que você ofereceu suficiente estímulo a eles.

Nenhum de nós, independente de quão poderosos sejamos com as palavras, ou de quão poderosa seja nossa intenção, pode criar dentro da experiência de outra pessoa, mas você pode estimular seus pensamentos, e eles começarão a atrair aquele desejo que lhes dará sua própria intenção.

Então, fale a partir de seu coração. Aquele desejo que você manifestou, aqui, é mais convincente, porque foi gerado com amor, e também com permissão. Você não está querendo convencê-los a fazer algo que esteja fora do desejo deles, mas é muito bom para incentivar os pensamentos deles, para que possam identificar o que realmente querem.

Enquanto você está em movimento a respeito disso, você tem muitas intenções presentes, e a dominante, especialmente neste caso, é incentivar o pensamento deles a escolher o desejo que lhes trará uma sobrevivência feliz.

Quando você está interagindo com outras pessoas e é bem claro a respeito do que deseja, as palavras perfeitas aparecem, mais ou menos algo do tipo: "Como você se sente em relação à continuidade desta experiência física?"

"Sim certamente, quero que prossiga. Essa é uma coisa muito boba...", eles dirão a você.

COMENTÁRIO: Essa será, exatamente, a resposta deles. "Realmente, mamãe!"

ABRAHAM: "Bem...eu estava querendo estimular seu pensamento, porque sei que vocês desejam sobreviver com felicidade, assim eu posso liberar minha preocupação..."

## AGENTES DE LIBERTAÇÃO

PERGUNTA: Continuemos no tema das pessoas que influenciam. Minha sogra sempre teve pressão arterial altíssima e eu tive de levá-la a uma consulta médica para fazer um check-up. Tivemos de sentar e esperar na ante-sala do consultório durante um bom tempo. Enquanto estávamos ali, ela ficou falando sobre sua tensão no pescoço, e eu lhe sugeri maneiras de relaxar. "Bem, isso é meditação", ela comentou, porque é algo a que resiste. "Não... eu estava apenas ensinando você a relaxar os músculos do seu pescoço." Ela então aceitou e se sentiu bem a respeito. Eu pensava que ela estava ali, sentada, tentando relaxar, quando a enfermeira apareceu e aferiu a pressão dela -- era a mais baixa que havia tido. Você pode explicar isso?

ABRAHAM: Foi seu poder de influência. Essa é a razão pela qual você escolheu não estar numa dimensão em que estivesse só. Você quis estar cercado por pessoas, porque quer influenciar os outros na direção do conhecimento que você já tem.

Deixe-nos falar a respeito dessa interação, porque esse é um tópico muito importante. Vocês estão juntos, envolvidos em acordos, em relações, durante sua experiência de vida. E muitos de vocês ainda não entendem como ocorre a influência mútua e também o que é, de fato, uma relação.

Qual é a grande razão disso? Sem dúvida, é porque lhes dá alegria. Vocês interagem e há encantamento em todos que participam disso. É maravilhoso. Mas há algo mais, e por isso você estão tentando entender, talvez mais do que qualquer outra coisa que desejam compreender agora: porque vocês querem tornar-se libertadores, agentes de permissão.

Quando dizemos libertadores, isso significa que vocês querem ser como são e permitir que os outros também se manifestem como são ou como querem ser -- mesmo que eles não lhe permitam ser como é.

Já falamos a respeito do Processo Criativo. Queremos que você entenda por que você obtém o que obtém em sua experiência de vida. Muitos de vocês não entendem isso. A maioria dos seres que estão em forma física cria muitas vezes por omissão. Eles têm pensamentos, atraem a criação, mas não entendem que fizeram isso, então creditam ou culpam alguém por isso.
Como você entende que é o criador do desejo concretizado, que nada entra em sua experiência sem seu convite e que você convida por meio de seu pensamento, então tem total liberdade -- não importa quão terrível seja a ação de outra pessoa ou quão próxima seja de você -- para não a temer, porque você compreende que ela não fará parte de sua experiência a menos que você permita, por seus pensamentos.

Agora está pronto para permitir que essa pessoa seja o que é, porque agora ela não é um problema para você. Não há mais necessidade de barreiras ou guerras. Você não precisa mais lutar por poder, porque entende que é individualmente forte. O suficiente

para ser ou ter, ou seja lá o que queira, independentemente do que esteja acontecendo ao seu redor.

Como você entende que ao pensar sobre algo você atrai a experiência do Universo... então você entende como é isso de que solicita resposta.

Até mesmo seu pior inimigo tem pontos de harmonia com você, da mesma forma que de desarmonia, mas é seu inimigo porque concentra o desejo no que não quer nem gosta -- e tudo que você focaliza, você atrai.

Então, enquanto você está olhando para esse ser com quem não deseja estar -- de quem não gosta, porque é seu inimigo --, mais você atrai o que não quer.

Você pode ter maravilhosos relacionamentos, mesmo com aqueles seres que normalmente você nem supõe que poderia conviver, se atentar para os pontos de harmonia. E, acredite, são muitos.

## CAPÍTULO 25
## PERMISSÃO, A GRANDE BARREIRA

COMENTÁRIO: Tenho algumas questões específicas a respeito do Processo Criativo. Parece-me que os detalhes a respeito de onde a gente quer chegar são os que nos levar a criar negativamente.

ABRAHAM: Realmente.

PERGUNTA: É justamente isso o que eu imaginava. Porque a gente diz "Eu quero triplicar minha renda financeira" ou algo do gênero, e imediatamente pensa "Como eu posso fazer isso?" É por isso que temos de deixar isso, o específico de como sair daqui e chegar ali?

ABRAHAM: Nós não queremos que você deixe disso. Ouça. Estamos tratando de Processo Criativo. Queira isso e permita -- é só. Você vai querer e então permitir, e será.

Agora há muitas coisas que você está desejando e é comum não haver muita supressão de desejos. Falaremos a respeito disso, mas é a parte "permissão" uma barreira para a maioria de vocês -- e a permissão inclui TODAS as suas crenças. Se você não acredita que deve ou pode, então não terá. Entende? Você diz: "Eu quero uma carro." Enquanto você não for absolutamente específico a respeito, talvez não fique muito entusiasmado. Ao compreender que a especificidade traz grande entusiasmo e motivação, perceberá o valor de ser específico.

Se você quer muito algo, isso virá a você rapidamente; e se você tiver muito medo de algo, também virá rapidamente.

Então você dirá: "Eu quero um carro novo." Ele está a caminho. Mas se você for mais específico e ficar mais entusiasmado, então chegará bem mais depressa.

Então, digamos que você esteja dirigindo na rua. Você já fez sua declaração nesse dia: "Eu quero uma carro novo vermelho; que seja deste ano, e tal modelo... quero todas essas coisas..." Então, você olha pela janela e o carro está bem ali! Que maravilha, olhe! Você diminui a marcha para poder ver o carro por mais tempo. E quanto mais tempo você olha para ele, mais feliz se sente. Você aumenta a velocidade, olha pelo retrovisor, diminui a marcha e olha para o mesmo objeto por trás... Você diz: "Que beleza de carro! Eu nunca o tinha visto em movimento. Posso até sentir o cheiro dele! Posso me sentir nele! Eu o terei. Ele está a caminho!" E como você está sentindo essa emoção, o objeto virá a você rapidamente.

Mas, se ao contrário, você olha, vê e fica chateado porque o deseja e ainda não tem, então você o está afastando. Do mesmo modo, se disser palavras como: "Provavelmente o pai é que comprou para ele. E eu tenho de comprar o meu!" Se a emoção que você sente ao ver o automóvel é mais negativa do que positiva, ou se não se sente bem em vez de ficar satisfeito, também estará afastando o carro de você. A maneira como você se sente ajuda você a saber se está trazendo ou perdendo a coisa.

Se você não pode atingir o ponto de excitação, então é melhor não pensar a respeito, e sim voltar à sua perspectiva mais ampla: "Eu quero um carro novo." Freqüentemente, se você coloca barreiras nos pontos específicos de sua criação, você a anula. Veja por quê:

Quando você está nos pontos específicos, você usa seu mecanismo lógico, e sua lógica pode oferecer apenas o que ela conhece por meio de sua experiência.

Assim, se você nunca teve esse veículo maravilhoso, e permanecer em sua lógica, ela dirá: "Você não pode tê-lo porque você nunca o teve." Dá para entender?

PERGUNTA:  Como se você não pudesse alcançá-lo?

ABRAHAM: Ora, há centenas de outras razões. "O seguro será mais caro... etc." Inúmeras razões podem ser apontadas para que você seja incapaz de criar este carro.

PERGUNTA: Agora eu entendo o que estava pensando. Mais especificamente (se usarmos o carro como exemplo) é dizer que sei que posso ter aquele carro porque sei que ganharei dinheiro necessário para comprá-lo... que tenho direito ao carro... Essas são as especificidades a respeito das quais estou falando.

ABRAHAM: Essa é a ponte entre o pensamento e a emoção negativos e o pensamento e a emoção positivos.

PERGUNTA: Mas e se você não tem dinheiro suficiente para comprar o carro?

ABRAHAM: Então sua emoção negativa permanecerá, e você continuará a afastar o carro de você.

PERGUNTA: Eu sei, mas e se eu quiser demais uma coisa, como, por exemplo, uma casa maravilhosa, e eu não tiver motivos para comprar uma nova, mas ainda assim a desejar e sentir excitação a respeito, eu ainda estarei criando?

ABRAHAM: No momento em que você se sente entusiasmado a respeito, você está. No momento em que você está preocupado pensando que não pode consegui-la, você a está afastando. E isso é o que acontece com a maioria de suas criações. Elas ficam flutuando em uma espécie de limbo, fora daqui... A criação não se concretiza porque você a repele depois de atraí-la, e assim sucessivamente...

A chave é monitorar como você se sente, e sempre que sentir emoção negativa parar de fazer o que estiver fazendo. Pare de pensar, falar, agir. Pare de fazer o que quer que lhe traga emoção negativa.

Isso não significa que você tenha de consertar o pensamento, nem que tenha de se convencer de que pode conseguir. Significa que você tem de parar de pensar que não conseguirá, pensando em alguma outra coisa.

COMENTÁRIO: Distração.

## INTENÇÕES DOMINANTES

ABRAHAM: Vamos voltar a um ponto para beneficiar os que ainda não ouviram falar disso ou não têm esse processo bastante claro. Querer e permitir --- é disso que se trata. Faça uma declaração: "Eu tenho a intenção." Pretender, ter a intenção é muito mais poderoso do que querer, porque inclui a expectativa e o querer. "Eu tenho a intenção", e acrescente o que quer que seja, "por tais razões". Escreva as razões que lhe chegam. Não as razões que alguém quer que você queira. Há poder no seu querer. Não há poder no que outra pessoa quer por você. Até que você esteja querendo, isso não é poderoso para você. No verso do papel escreva todas as razões pelas quais acha que terá aquilo. Isso expandirá a crença, ou a permissão, que faz parte da equação. Considere isso feito. Dobre o papel, coloque-o no seu bolso e diga: "Isso foi fácil." Qual é o próximo passo? Se você não pensar em nada de negativo a respeito, isso sreá seu. E se você pensar nessa coisa em termos positivos com muita freqüência, ela será sua rapidamente.

Agora você está vivendo seu dia-a-dia. Enquanto você estiver sentindo só emoção positiva, ou mesmo nenhuma emoção, aquilo está a caminho para você, mas no momento em que você sentir emoção negativa sobre esse assunto, você o afastará. Agora, se você disser: "Eu estou sentindo emoção negativa, o que eu desejo?" a respeito de qualquer coisa, distraindo-se, de maneira que você pare aquela criação negativa, isso é muito bom. Realmente você conseguirá parar a criação negativa.

Aquele pensamento negativo pode voltar a acontecer muitas outras vezes; então, você lida com isso dizendo "Que pensamento me despertou esses sentimentos?" Isso tomará apenas um momento seu. Essa reflexão é para isolar determinado pensamento negativo, porque se você está atento sempre há muitos pensamentos sucessivos e diferentes. Assim, você estará consciente da sua emoção negativa, talvez, poucos momentos depois de ela ter começado, porque nem sempre você consegue despertar instantaneamente. Então, tão logo reconheça que há uma emoção negativa, diga explicitamente: "Que pensamento gerou isso? Bem... eu estava pensando a respeito disso, depois daquilo, e sem seguida de outra coisa, que me levou a tal ou qual assunto..."
Quando você chegar exatamente ao pensamento que gerou a emoção negativa, será como se tivesse tocado num ponto dolorido, porque a sua emoção negativa soará mais forte e clara nesse exato instante. Então você dirá: "Esse é o pensamento. Eu estava

lembrando as palavras desencorajadoras de minha mãe quando expressei o desejo por esse maravilhoso carro. O que eu quero? Eu quero esse carro. Não ter o carro não necessariamente significa que eu a agradecerei, porque há muitas coisas que ela deseja por mim, ou que não deseja por mim, com as quais eu não concordo. Eu sou o criador da minha experiência. Ela é criadora da experiência dela. Eu quero esse maravilhoso carro e eu sei que o terei logo." Se você afastar o pensamento e a emoção negativos, e passar a pensar e a sentir positivamente, no momento em que você construir essa ponte, você terá mudado sua crença.

Uma crença é uma criação, e uma criação nunca está concluída. Você molda sua crença -- ou a criação de seu pensamento, que é uma crença -- pela aplicação de um novo pensamento nela. No momento em que você fizer isso, não haverá mais dificuldade, porque você terá feito a mudança. Mas se você usar a rota da distração sem jamais construir a ponte e mudar o pensamento, então aquilo continuará a atormentar você.

Agora a sua posição é muito boa. Enquanto você está vivenciando seu dia e subitamente for tomado por uma emoção negativa sem conseguir identificar o pensamento que a explique, então procure perceber de onde vem. Por exemplo: você está andando em um estacionamento e está escuro. Você estava pensando sobre um filme divertido a que acabou de assistir, ou sobre uma experiência que acabou de vivenciar, e caminha adiante alegremente. Mas subitamente você é tomado por intenso estresse, emoção negativa, medo. Pode muito bem ser alguma coisa que seu Ser Interior esteja pressentindo e sobre a qual você ainda não está com a consciência alerta.

Responda ao medo movendo-se rapidamente ou olhando ao redor e se certificando do que existe ali. Mas se você estiver caminhando no mesmo espaço e perceber que está tomado pelo medo, e lembrar que acabou de assistir a um filme violento e que seus pensamentos estão contaminados por ele, entenda que isso tem a ver, realmente, com o que você acabou de vivenciar. A relação fica clara. entendeu?

Suas emoções são uma comunicação direta com seu Ser Interior. Elas não são como seu nariz ou dedão do pé. Há muita comunicação que vem do seu mundo interior. Seu Ser Interior é uma parte real de você. Ele existe. Assim, se você é sensível às emoções, você se beneficia de muito conhecimento que talvez não fosse aberto para você conscientemente.

Seu Ser Interior observa de um ponto de vista mais amplo e compreende todas as intenções que você carrega.

Se você está repleto de ansiedade, há uma razão para isso, e é muito bom investir algum tempo procurando saber qual é o pensamento dominante quando essa ansiedade o assalta.

PERGUNTA: Sempre que vou visitar minha mãe eu sinto todas essas emoções. Mas eu ainda não posso e não quero deixar de visitá-la. Eu estou tentando lidar com isso, porque todas as palavras que ela diz são tão negativas, são tão fatalistas, que eu quero me preservar dessa negatividade. Preciso de orientações que talvez possam me ajudar a lidar com esses sentimentos de maneira mais clara.

ABRAHAM: Nós temos falado a respeito disso, que é algo contra o qual você está lutando. Lembre-se de que sua ação sempre segue sua intenção dominante.

Como sua intenção dominante é pensar apenas sobre o que você deseja, mas você freqüentemente está visitando alguém que influencia seu pensamento na direção do que você não quer, você tem de entender que há outra intenção que é dominante sobre seu desejo de não falar sobre o que não quer. Sua intenção dominante é agradar sua mãe. Sua intenção dominante é a de harmonia, por isso você continua mergulhando naquele mundo negativo, incapaz de manter-se distraído enquanto está interagindo.

Como você está reconhecendo que sua mãe tem mais pontos de harmonia do que de desarmonia e você insiste em se concentrar nesses últimos, você sofrerá muito mais.

Se você entender que aquele desejo que você mais quer compreender é ser alguém que permite, que libera, e que esse estado de permissão lhe trará liberdade absoluta, então você será capaz de liberá-la mesmo que ela não tenha a mesma atitude em relação a você. Enquanto ela estiver falando sobre assuntos que você não quer, não preste atenção. Esse não é realmente o problema.

Os sinais de alerta soam mais alto quando ela está preocupada com o que você anda fazendo. Você não está fazendo o que ela acha que tem de fazer. Mas quando você estiver pronto para dizer "Está tudo bem quanto à maneira que você se sente, eu compreendo" e realmente estiver convencido disso, estará livre da emoção negativa que assalta você quando está sob essas condições.

É muito fácil deixar fisicamente um ambiente, afastar-se, e se você não tivesse a intenção de querer a harmonia familiar, ela teria saído de sua vida há muito tempo. Mas a sua intenção é outra. Você está se colocando numa posição em que tem de tomar conscientemente a decisão de que você não quer participar daquilo que lhe traz uma emoção tão negativa.

Isso não quer dizer que você deva tapar a boca de sua mãe com uma fita adesiva. Mesmo porque você não se permitiria isso. Mas você pode, sim, tapar os próprios ouvidos. Pode parar de ouvir o que o perturba e desagrada -- mesmo quando você está ali, diante de sua mãe, conversando -- quando estiver pronto para afirmar internamente: "Está tudo bem. Eu sei que você está dizendo isso, mas sei o que quero ser." Então, aqueles sentimentos diminuirão de intensidade -- e você estará livre.

**A LIBERDADE VEM QUANDO VOCÊ É CAPAZ DE SER COMO É E DE PERMITIR QUE OS OUTROS SEJAM COMO SÃO!**

Você está convidando a liberdade com seus pensamentos. É você que atrai para dentro de sua experiência com seu pensamento, de fato, da mesma forma que aquilo que fere você. Mesmo quando você está falando a respeito, agora mesmo, sente a emoção negativa -- e sua mãe nem sequer está aqui. É o pensamento, você percebe?

## CAPÍTULO 26
## O INFINITO SABER

PERGUNTA: Por que usar o sistema de "sim" ou "não" quando você pode utilizar um instrumento como a tábua Ouija ou algo semelhante?

ABRAHAM: Como você é uma mescla -- este ser físico consciente que está aí sentado e o Ser Interior que está dentro de você --, então pode receber muitos significados de comunicação. Você pode falar como Esther, agora, ou usar uma tábua. Nós normalmente não recomendamos esse instrumento porque ele é considerado um jogo, e há muitos seres frívolos na dimensão não-física que acham que é disso que se trata. Portanto, pode ser levado na brincadeira se você não compreender claramente o que está querendo.

Se Ser Interior não brincará com você a respeito de um assunto sério, mas não se esqueça da existência daqueles seres frívolos.

COMENTÁRIO: Com freqüência eles mentem.

ABRAHAM: Apenas porque não estamos vivos não significa que não sejamos espertos. Do mesmo modo que não significa que não estejamos em harmonia com você. Assim, é melhor que você encontre um caminho direto que não o engane.

COMENTÁRIO: Sem pregar peças.

ABRAHAM:  De fato.

PERGUNTA: Existem certos seres, como duendes, elfos e fadas, que são considerados aqueles com quem podemos canalizar do mesmo jeito que animais?

ABRAHAM: Você precisa entender que isso que você chama de canalizar é recebido através da dimensão não-física e criado da maneira desejada ou esperada pelos seres que estão recebendo.

Abraham não é algo que você possa descrever em termos físicos. Nós somos Energia, nós somos pensamento. A maneira como Abraham está se manifestando aqui -- em razão da expectativa de Esther e de seu conhecimento do que seja Abraham --, é um mestre muito cuidadoso, sábio e amoroso, mas se as expectativas dela fossem receber um duende, é possível que fosse exatamente isso o que estivessem vivenciando agora. A expectativa de quem recebe é que cria.

Vocês são parte da experiência de vida que é literalmente aquele desejo a respeito do qual estamos falando. É UM TEMPO DE DESPERTAR. Vocês são seres físicos sobre a Terra neste grande tempo de despertar, sobre o qual já foram escritas várias obras. O despertar ocorre dentro de você e é a mescla de sua consciência física com seu Ser Interior. É como se você dissesse: "Eu reconheço que sou mais do que vejo. E estou querendo a expansão dessa experiência física por meio do imenso conhecimento que vem do meu interior."

Há algumas centenas de anos, os homens sobre a Terra não reconheciam que existia algo mais que eles não podiam ver, tocar ou cheirar. Assim, ninguém procurava por orientação celeste. Do mesmo modo que se acreditava na existência de muitos deuses

bastante específicos, dedicados a isso ou àquilo. E então depois -- nós estamos dando um salto consideravelmente grande na evolução do ser humano -- eles começaram a reconhecer que existia algo de natureza divina. Havia seres em forma física que acreditavam que os pensamentos poderiam se tornar realidade, na forma de uma morte relativa, algo que viesse de um outro plano. Então a espécie humana começou a acreditar que havia uma orientação espiritual que começou a chamar de "guias espirituais". Haveria um para cada um de vocês, e se vocês procurassem bastante finalmente conseguiriam encontrá-lo.

Queremos que vocês entendam que cada um de vocês tem acesso à Infinita inteligência, e isso acontece com a abertura da passagem entre seu Ser Interior e este físico para o qual você está naturalmente mais voltado. Quando acontece a mescla há a expansão.

Não estamos querendo que você se distraia dessa experiência física, que vá viver nas nuvens ou que fixe sua atenção em outra dimensão. Queremos que você vivencie aquele desejo que delineou, por meio da intenção, com a expansão do conhecimento que deriva disso. E esse processo é completado com a abertura da passagem.

PERGUNTA: Eu acabei de vivenciar minha primeira canalização com duas diferentes entidades e gostaria de saber se você pode me ajudar a ampliar essa vivência, ensinando a liberar o controle que eu costumo manter. Todo mundo parece pensar que eu tenho realmente o controle ou seja lá como isso se chame. Você pode me dar algum conselho?

ABRAHAM: Como com qualquer novidade, você se sentirá mais confortável com a prática constante. Não há comparação com o que acontece aqui com Esther, porque a sua experiência é apenas e tão-somente sua, e é muito boa. Continue fazendo isso e, quando você sentar para fazê-lo, defina o que quer: "Eu tenho a intenção de falar claramente."

COMENTÁRIO: Eu não sei com qual deles estou falando ou se sempre são ambos. Eu penso que eles são um tipo de experiência que vai durar algum tempo.

ABRAHAM: Peça para falar com aqueles que chegam a partir do seu Ser Interior. Isso é sempre o melhor. Peça para falar com aqueles de sua "família".

PREGUNTA: Há algum controle que eu tenha de aprender para liberar?

ABRAHAM: É uma questão de manter sua mente quieta e definir sua intenção de maneira transparente; enquanto você estiver recebendo, você terá isso cada vez melhor.

A tendência é vir aqui e ouvir essa criatura (Esther), aquela que tem falado por nós muitas horas. Se você tivesse observado esse processo desde o começo, você teria visto algo muito diferente. Haveria uma longa pergunta, lindamente formulada no estilo, e Abraham diria: "Isso está correto." Em seguida haveria outra, eloqüente e complexa questão a qual Abraham responderia: "Não é exatamente isso." E então haveria outra enorme questão... Não é que Esther não estivesse recebendo, é que ela não estava confiando em tudo que recebia, então ela devolvia a mensagem para confirmar ou não. Percebe? Assim, quanto mais você conversar, mais você confiará. Da mesma forma, isso será mais confortável. Você consegue compreender o que traz essa possibilidade?

COMENTÁRIO: Permissão.

ABRAHAM: De fato. Vocês são seres físicos que não são constituídos apenas de carne e sangue. Foram criados aqui nesta dimensão física, mas têm Energia que chega a vocês de uma dimensão interior. Essa Energia se expande de você -- e isso faz toda difernça entre a vida e a morte --, que diz: "Eu estou vivo e todos os demais têm de se sentir vivos da mesma forma que eu estou vivo, embora realmente não saibam disso."

É necessário que essa Energia que você não usa seja mesclada com a Energia que está dentro de você.

Essa é a mescla. Essa é a abertura da qual temos falado, e por isso você sente movimentos, formigamentos, pontadas. Não é que exista uma passagem que foi cortada. É que a Energia está alinhada. Assim, quanto mais tempo você investe nisso, mais confortável se torna para você.

PERGUNTA: Eu devo falar claramente quando não há ninguém mais presente para ouvir? Quando eu estou apenas meditando?

ABRAHAM: De fato! Quanto mais, melhor. Quanto mais você receber, mais confiará.

PERGUNTA: Eu devo apresentar minhas questões em voz alta?

ABRAHAM: Sim. Em benefício daqueles que querem isso, vamos falar um pouco do processo de abertura dessa passagem. Não se preocupem, porque se vocês não desejarem isso, não terão. Não é algo que será impingido a vocês.

Como acontece com toda criação, querer é permitir. É disso que se trata. Portanto, se você está querendo abrir a passagem, você já caminhou muito nesse sentido.

O que estamos oferecendo é a permissão, mediante o processo de meditação do qual já falamos bastante. Procure fazer exatamente como indicamos. Simplesmente "ser". Então diga: "Nós sempre existimos Como podemos não ser?" Bem, quando dizermos "ser", nós queremos dizer "não tente fazer nada". Quando dizemos "não pense em nada", você pensa que a mente tem de ficar em branco. Mas tudo que você tem de fazer é aquietar sua mente -- e uma boa maneira de fazer isso é se concentrar em algo que não requeira muito pensamento consciente, algo como sua respiração, como sugerimos. Se você permite que o ar entre e saia, permanece alerta sobre isso e deixa seus pensamentos fluírem através disso, logo, talvez já na primeira tentativa, você terá aquela sensação de adormecimento de que falamos. Prossiga em todos os estágios. Tenha confiança nisso porque seu Ser Interior fará tudo que for necessário, inclusive alinhar as energias.

Quando a passagem estiver aberta, não será mais necessário fazer o processo de meditação integralmente -- como já explicamos. Bastará se sentar, naquele estado que já se sabe qual é, e receber. Quando você estiver aberto, poderá receber sempre que quiser, apenas definindo sua intenção: "Eu quero receber. Entendeu?"

A meditação é o processo de abertura da passagem. Exceto por isso, ela não tem importância, a menos que você queira usá-la para outras coisas. Como, por exemplo, aquietar a mente e sentir seu Ser Interior porque você se sente cansado de suas vivências físicas e precisa de uma pausa, de um descanso. Mas não imagine que necessita estar em um estado de meditação para receber. Esther não precisa disso para que falemos por intermédio dela.

PERGUNTA: O que impede que outra entidade, que não você, tome conta de Esther durante esse período?

ABRAHAM: A clara intenção dela, Esther. Ela sabe muito bem que quer receber mensagens daqueles de quem elas vêm. Ela está querendo receber de sua "família". E enquanto ela faz contato com a sua "família" outros não podem incomodá-la.

Até que você tenha feito contato com aqueles dos quais se originou, você poderá ser um tipo de jogo para outros. Particularmente se já tiver tido uma experiência aleatória. Mas quando realmente estabelecer a ligação com a sua "Família", então outros dirão: "Já está feito." Quando Esther se direciona ao segmento de seu dia em que pretende receber, ela declara o que quer. Ou seja: "Eu quero falar com Abraham ou com aqueles de quem eu vim." Ela não diz, genericamente:

"Universo, eu estou aqui. Fale comigo. Quem quer que esteja aí. Eu captarei qualquer um que esteja mais próximo", porque se assim o fizer poderá receber algo que não esteja em harmonia com o que ela é. Não recomendamos isso, essa atitude generalizadora. Aconselhamos, sim, uma declaração bastante objetiva: "Eu quero, através dessa abertura, receber aquele de quem eu provenho." Quando você faz exatamente isso, outros seres não virão perturbar você.

PERGUNTA: Você chega a ela coo um ser?

ABRAHAM: Sim, porque essa era a expectativa dela. Ela não entendia quem nós éramos. Ela estava dizendo: "Eu quero conhecer meu guia espiritual." E no dia em que chegamos a ela, nós dissemos: "Eu sou Abraham, seu guia espiritual."

PERGUNTA: Mas e se os seres chegassem como personalidades, seres individuais. Como você os juntaria?

ABRAHAM: Pela intenção. Pelo conhecimento. Pela compreensão.

PERGUNTA: E se eles se recusassem?

ABRAHAM: Então, você teria de dizer a eles que não queria mais nada disso. Que você é o responsável por seu ser, que você é o criador de tudo o que vivencia. E é exatamente isso.

Aqueles que estão em harmonia com você nunca rejeitarão suas intenções. Libere, afaste os que não estão em harmonia.

Não se preocupe, porque a raiz disso é o temos da "possessão". Esse era o grande medo de Esther. Por isso levamos tanto tempo para estarmos juntos.

PERGUNTA: Não seria criado um desequilíbrio se eles tivessem de receber tamanha quantidade de pessoas ao mesmo tempo?

ABRAHAM: Não há nada de "ter de ser" (no sentido de obrigação). Você é criador de sua experiência aqui. Você pretende encontrar essa mescla com seu Ser Interior. Atenção, isso que vamos lhe dizer ajudará quem quer que esteja procurando comunicação com a dimensão interior:
Sua expectativa, sua permissão, suas crenças têm um grande papel naquilo que você deseja e recebe.

Se você está esperando comunicação particular e de determinada maneira, você não receberá outra diferente. E porque seu Ser Interior está desejando a comunicação, será o que quer que você tenha esperado que fosse no começo. Depois, pouco a pouco, você receberá a informação que o ajudará a receber a história toda.

Quando Abraham encontrou Esther, ela o viu como um único ser. Um guia. Uma criatura designada por ela. E ela estava tão feliz que aquele guia podia dizer a ela o que fazer. Então ela descobriu que Abraham não pretendia dizer a ela o que fazer. Abraham é mestre, quer oferecer orientação, mas Esther precisa decidir o que ela quer fazer, porque Esther é criadora da própria experiência.

Cedo, ela parou de dizer: "Abraham, eu posso ou não comer isso? Posso seguir adiante ou devo virar para à esquerda?" Logo ela entendeu que Abraham podia oferecer a ela os princípios pelos quais ela poderia tomar decisões; então pouco a pouco, a relação entre Esther e Abraham evoluiu para o que você vê hoje -- e isso ainda não está concluído. Haverá muito mais a entender com o passar do tempo.

O que nós queremos que você faça é criar a experiência que você escolher e que será indicada pela intenção de seu Ser Interior.

Todos vocês que estão em corpos físicos sobre a Terra, neste tempo, vieram de um Ser Interior. Um Ser Interior que tomou a decisão: "Eu quero ser físico agora." Você escolheu especificamente este tempo sobre o planeta Terra porque sabia muito bem que a expansão da Energia Criativa estaria um curso, não apenas por maior interação com a dimensão interior, mas por rápida criatividade. E você quis muito vir. Seu Ser Interior, você de você, é como se você tivesse dividido, e quando falamos sobre seu Ser Interior e seu ser físico, nós o fragmentamos, mas nossa intenção é mesclar você. É ajudá-lo a encontrar harmonia, a ver que você é um grandioso e maravilhoso ser -- e é com esse ser que você procura contato.

Não se veja como um instrumento que tem de falar com qualquer coisa que esteja querendo falar. Você é um criador deliberado, e sugerimos que você peça ao seu Ser Interior, seu mais profundo self, sua alma, seu Deus, seja como você queira chamar essa parte de você. Peça por aquele desejo que você quer vivenciar, e isso será o que você vivenciará.

PERGUNTA: Você permitiu que Esther usasse a tábua?

ABRAHAM: Nós não temos de permitir nada a ela. É ela quem escolhe as experiências.

PERGUNTA: Ela escolheu usar a tábua?

ABRAHAM: Sim. Duas semanas antes de ter falado conosco de novo. Depois ela não usou mais porque teve uma experiência ruim.

PERGUNTA: Eu estava pensando sobre culpa, sobre alguém que mata outra pessoa ou que tenha alguma atitude parecida. Seu pensamento não seria de culpa por ter feito isso?
ABRAHAM: Depende do estado daquele ser. O Ser Interior de quem você veio para essa dimensão física tem grande conhecimento. Você teve muita experiência de vida. Assim, quando você está conduzindo sua vida, vê atitudes que outros tomam com as quais você não se sente bem -- como com os que matam outra pessoa. Isso o faz se sentir mal, entendendo que a razão pela qual você tem esse penetrante conhecimento é porque já teve essa experiência.

Todos já mataram alguém em uma vida ou outra, e também já foram mortos -- isso é que explica o que você sente a respeito. Essas emoções brotam do seu imenso conhecimento e é por isso que existem algumas coisas... que simplesmente não estão em harmonia com o que você é.

Como alguém que está querendo sufocar sua liberdade, uma tremenda emoção negativa surge de você, que deseja liberdade porque ela é inerente ao seu ser natural. Assim, há casos em que um sentimento de negatividade surge, e que você pode chamar de culpa, quando está prestes a fazer alguma coisa que seu Ser Interior está absolutamente certo de que você realmente não quer participar nesse nível de desenvolvimento. E isso é respondido pelo pensamento. Você teria esse sentimento até mesmo se estivesse apenas pensando sobre aquilo.

PERGUNTA: Há diferentes seres interiores como são distintos os seres humanos na Terra ou cada ser físico tem um único Ser Interior? Ou um Ser Interior expressa simultaneamente vários seres físicos?

ABRAHAM: Tudo isso. Há alguns seres interiores que estão fisicamente concentrados em uma pessoa, há outros que estão com o foco voltado para mais de uma. É uma situação diferente dependendo da intenção do Ser Interior.

PERGUNTA: Então isso nos leva a uma próxima idéia. Nós somos criados a partir de uma única fonte? Somos realmente um?

ABRAHAM: Vocês são.

PERGUNTA: Todos nós? Tudo?

ABRAHAM: Sem dúvida. Certamente.

PERGUNTA: Separados em Famílias por intenção? E é por que podemos ter Famílias de diferentes intenções que nós não estamos em harmonia uns com os outros?

ABRAHAM: Isso está correto.

## CAPÍTULO 27
## O QUE ESTÁ FORA DO SEU QUERER

PERGUNTA: Se Esther tem o poder de afastar outras entidades quando está com o canal "aberto" e somente permite que uma delas se manifeste, então por que Esther não pode -- ela ou um grupo de pessoas que está pensando a mesma coisa -- evitar o realinhamento da Terra apenas desejando que ele não ocorra? Parece que a primeira coisa é muito poderosa.

ABRAHAM: De fato essa é uma excelente pergunta e talvez tenha sido a primeira que Esther nos fez quando entendeu muito bem que isso era algo que estava acontecendo. Ela nos disse: "Abraham, você me convenceu de que eu sou invencível, portanto vou lhe dizer que eu não terei isso. Então você faça o que quer que tenha de fazer, mas eu desejo que isso pare." E nós respondemos: "Muito bem. Há outras pessoas que sentem a mesma coisa?" "Sim, de fato", ela respondeu.

Nós dissemos: "Reuna seus amigos, e quando estiverem juntos tentem fazer com que o Sol não apareça a cada manhã e que o inverno não venha esse ano. Vocês vieram criar neste planeta, são parte dele e são co-criadores de tudo na Terra, mas vocês estão num nível de criação posterior ao acordo feito antes de sua vinda a respeito do planeta, e foi por desejo próprio que vocês vieram com a capacidade que tem."

A Terra, e tudo que a cerca, foi posta em movimento por um grande e poderoso desejo, e parte desse desejo era: nós queremos que essa Terra exista durante muito tempo.

É uma Terra viva, como tudo que está sobre ela é vivo. E se é vivo, está crescendo e se desenvolvendo, exatamente como você. Há uma nova pele, portanto a Terra está desenvolvendo essa nova "pele". E como está evoluindo e mudando sempre e continuamente, procura equilíbrio. Seu Ser Interior compreende que se a Terra não encontra equilíbrio, haverá absoluta destruição, porque haverá mais e mais falta de equilíbrio, e isso não poderá ser compensado facilmente.

Esse evento que vocês deverão vivenciar não é no nível do que já foi vivenciado muitas vezes na Terra. Isso já aconteceu em muitas ocasiões. Exatamente quando seus ancestrais não sobreviveram, por isso você não compreende.

A memória geológica sobreviveu. Os geólogos compreendem que isso não é algo novo. MAs está fora de sua consciência e de sua criatividade. O que você vivencia na Terra, porém, não está fora do seu controle criativo. Você pode visualizar-se sobrevivendo em alegria e essa será sua experiência.

Você fez muitos acordos quando veio ao planeta Terra. Concordou em vivenciar a gravidade, do mesmo modo que aceitou em outras ocasiões a ausência de estrutura física. Em sua dimensão não-física você pode se combinar com diferentes seres. Há muitas coisas que você faz na dimensão não-física que não faz na física, e a mudança do realinhamento da Terra é uma delas. Seu Ser Interior está em harmonia com ela, completo.

Seu Ser Interior sabe, ele diz: "Eu quero ser uma parte do planeta Terra durante este tempo de alterações, porque sei que trará novas oportunidades para grande criatividade. Eu sei que quando há mudança, há sempre estimulação de pensamento, e com isso vem a criação e dela vem a felicidade. Eu quero fazer parte da experiência do planeta Terra porque quero experimentar a alegria que vem de encontrar a minha mescla da mesma forma que aquela gerada pela minha interação com outros."

Você viveu muitas experiências sobre a Terra não tão gratificantes como aqui, agora, promete ser. Por isso que literalmente este período é de despertar. O realinhamento da Terra é parte disso. Desde seu ponto de vista anterior, você criou isso e não vai querer parar esse movimento, porque quer a sobrevivência da Terra. Você compreende quanto tempo demora para um planeta ficar inabitável, é um processo muito longo. Você não quer desistir facilmente e começar tudo de novo. Sua consciência concordou com tudo isso. É justamente por isso que é difícil reconsiderar agora. Talvez nossas palavras ajudem.

PERGUNTA: Os animais participarão?

ABRAHAM: Esse é um tema bastante interessante. Seus animais são seres maravilhosos, não? Foram criados da mesma forma que você mas com acordos diferentes? Eles vieram como seres físicos como você, e a Energia que emana deles é semelhantes à sua, mas se expressa de forma diferente e com intenção diferente.

Para ajudar você a entender isso um pouco melhor, diremos que há animais que experimentam Energia talvez vinda da mesma fonte que a sua, embora isso não seja algo muito comum. Em outras palavras, é possível que você tenha tido uma vivência com um cachorro ou gato que estivesse cheio de Energia que talvez tenha emanado de seu Ser Interior, que estivesse querendo uma experiência como essa.

Seus animais estão respondendo de seu Ser Interior, sem intervenção consciente, de um modo que você não é capaz de fazer. Eles não estão envolvidos conscientemente, como você. Então, eles reagem a esse acontecimento físico mais a partir de seu conhecimento interior. É o que vocês chamam de instinto.

COMENTÁRIO: Vocês estão falando sobre desejo, ou pensamento dirigido ou seja lá o que for.

ABRAHAM: Nós estamos falando sobre criação.

COMENTÁRIO: Antes você estava falando sobre "se você quer que seja, será, concentre-se nisso ou acredito nisso..."

ABRAHAM: Dirija seu pensamento e será.

PERGUNTA: Muito bem, vocês estavam falando do mundo espiritual, onde os seres podem passar uns através dos outros. Acreditando e se concentrando nesse objetivo, você pode, com seu corpo físico, entrar em alguma coisa, ou ter uma experiência fora do corpo?

ABRAHAM: Sim. Mas quando você tem uma experiência fora do corpo, você está fora do seu corpo.

Vocês sabem perfeitamente o quanto quiseram estar neste corpo! Experiências como essa são interessantes para nós, porque sabemos o quanto vocês quiseram estar nesta forma, e por isso nos interessa saber por que vocês estão tentando sair dele todo o tempo.

PERGUNTA: Eu só estou curioso. Existe realmente uma hierarquia espiritual, e você pode falar alguma coisa sobre isso (um nome próprio)?

ABRAHAM: Não há uma hierarquia da maneira como vocês pensam. O que existe é uma constante evolução. Não há fim para o crescimento e não existe um placar a respeito do que você está fazendo. E não há julgamento ou comparação. Existe apenas experiência de vida feliz. Existem muitos seres que não chamamos pelo nome, nem sequer conhecemos.
COMENTÁRIO: Eu apenas ouvi falar que existe um logos planetário, algo que seja uma essência...
ABRAHAM: Ele é "o maior de todos"?

COMENTÁRIO: Sim.

ABRAHAM: De fato há muitos desses.

## A VOLTA À SIMPLICIDADE

PERGUNTA: No começo de fevereiro eu estava no colorado, a negócios, e tive um tempo para ficar sozinho, durante o qual pude refletir e senti necessidade de voltar a ter uma vida simples. Percebi que não estava feliz com a minha vida atual. E quando eu voltei foi com uma feliz intenção de fazer isso. Esse evento que está chegando vai me levar a essa vida simples?

ABRAHAM: Sim. Algum de vocês já passou pela experiência de ir à escola e ouvir o anúncio de que o aquecedor estava quebrado e então não haveria aula naquele dia?

COMENTÁRIO: Sim.

ABRAHAM: E você disse "sim" porque não há ninguém mais que tenha planejado esse dia para você. Sua mãe o mandou para a escola. A escola o mandou de volta para sua mãe, e você -- por aquele dia -- estava livre. Liberdade para ser ou fazer o que quer que escolhesse. Se você já teve uma experiência como essa, lembrará o êxtase que sentiu

quando percebeu que podia, pela primeira vez, ser criador de suas experiências -- e isso é tudo que você tem de vivenciar.

Você está prestes a experimentar um tempo em que poderá fazer o que mais deseja, em vez de criar aquelas coisas que agradam os outros, ou que você definiu num tempo em que suas intenções eram diferentes. Agora chegou a vez de decidir o que quer ter e fazer hoje.

É um tempo em que mais seres serão simultaneamente os criadores de sua existência, porque até aqui muito poucos fizeram isso.

Muitos de vocês estão criando por força do hábito. Caminhando pela vida sem sentir contentamento. Porque a felicidade vem de um único lugar: de ter a intenção, permitir e receber. Mas como você fica andando em círculos por aí, fazendo tudo porque outra pessoa pensa que é o que você tem de fazer, mas não porque você quer, você experimenta muito poucas alegrias. Esse é um tempo em que você poderá experimentar muito mais satisfação do que em qualquer outro. E você está certo, será um tempo de simplicidade, porque a confusão será eliminada, e você será capaz de respirar, tomar decisões sobre o quanto deseja interagir e participar de novo.

Você é parte da reconstrução. Temos uma máxima famosa que é: "Muitas vezes é importante viver em uma casa sem muitos armários porque você sabe que na próxima que escolher haverá muito mais. Assim, como você viveu muitas experiências, há muitas partes delas em que você pode dizer "eu não quero mais isso."

O que mais deseja é liberdade, e muitos de vocês estão vinculados a coisas físicas que acumularam, e por isso tiveram a liberdade sufocada, afastada.

Você faz sua melhor criação a partir do desejo. E muitos de vocês perdem grande parte do tempo sufocando exatamente o próprio desejo. Você quer só um pouco. Você não quer demais porque não deseja vivenciar o desapontamento de querer e não obter.

Por não compreender o que o leva a obter algo ou não, por não compreender como consegue o que quer, você renuncia; e por não entender que é criador de sua experiência e controlador do desejo que recebe, você não toma decisões. Então não se transforma num Filtro Seletivo -- e você recebe um pouco de tudo.

Você vive em estado de sobrecarga porque está recebendo tudo isso que nada significa para você e que está sufocando a decisão do que é importante para você.

Você não está aqui porque é uma pessoa de sorte; você está aqui nesta forma física e neste tempo porque disse "eu quero isso". Quis e permitiu com tal intensidade que você está aí, prestes a vivenciar as mais felizes experiências.

E você está certo. Será muito simples. A simplicidade conduz você à grande alegria. A complexidade leva você à grande angústia.

## CAPÍTULO 28
## ENTRE ESCASSEZ E A ABUNDÂNCIA

PERGUNTA: Eu preciso de ajuda. Tive um sonho muito claro na noite passada, e isso me levou a pensar em uma crença que está bloqueando minha criação e na qual tenho trabalhado. É algo que eu vivo todos os dias e gostaria de ter instrumentos para superar. Trata-se de acreditar que nunca há o suficiente.

Quando eu me ponho a fazer os cálculos para pagar minhas contas, nunca há dinheiro suficiente. Quando meu filho me pergunta sobre sua festa e seu anel de formatura, tenho de admitir que não tenho reservas e que o que eu tenho não é o suficiente para gastos extras. Então, o problema é exatamente esse. Como faço para superá-lo e seguir adiante, de outra maneira?

ABRAHAM: Bem... Nós queremos que você saiba o quanto somos gratos pela clareza de sua comunicação, porque você está falando do que sente -- e por isso é ainda mais significativo. Agora... "nunca há o suficiente".

COMENTÁRIO: É minha experiência de vida, desde que nasci.

ABRAHAM: De fato. ouça o poder de suas palavras.

COMENTÁRIO: Eu sei.

ABRAHAM: Você definiu perfeitamente: "Nunca há o suficiente." E justamente porque você acredita nisso, "nunca há o suficiente". Isso basta. Não repetiremos novamente. Agora, aqui está a ponte:

"*Nunca houve o suficiente. Essa tem sido a minha experiência. Mas isso foi antes de eu entender o que sei agora. Tenho certeza de que há, sim, o suficiente, porque vejo isso acontecer com outras pessoas. Eu as observo gastando dinheiro de modo que eu não posso gastar. Eu sei que há abundância de dinheiro. Sei que também encontrarei um jeito de começar a atrair isso para minha experiência de vida. Há, sim, o suficiente. Acontece que até este momento eu somente não atraí tanto, mas agora estou prestes a conseguir. Eu sei que há suficiente. Sei que há muito mais que o suficiente.*

"*Sei que não existe um "pote de ouro" em que cada um de nós mergulhe. Mas somos criadores de abundância, e o Universo suprirá tudo que é desejado por todos que assim permitirem.*
"*Eu vejo essa cascata de abundância sem fim, e durante a maior parte de minha vida cheguei a ela com um recipiente muito pequeno. Eu agora reconheço isso. Só aconteceu, eu agora reconheço, porque eu pegava muito pouco. Há suficiente para todos nós. Não estarei provando ninguém se eu levar à fonte um recipiente bem grande. Portanto, não é que não houvesse lá, eu somente não me permitia pegar mais. Mas agora eu me permito. Estou abrindo uma grande passagem para receber a abundância.*

"*Embora não houvesse o suficiente no passado, haverá muito mais do que o suficiente no futuro, porque esse é meu desejo e eu sou criador de minha experiência. Há mais*

*que o suficiente. Há mais que o suficiente. Há mais que o suficiente. Há mais que o suficiente. HÁ MAIS QUE O SUFICIENTE!*" E isso será seu. Você está sentindo a emoção.

COMENTÁRIO: É mesmo.

ABRAHAM: Nós também.

COMENTÁRIO DE OUTRA PESSOA: Eu também.

ABRAHAM: Há também para você, e para você e para você...

COMENTÁRIO: O recipiente era o problema. (Na platéia, todo mundo fala ao mesmo tempo com muito entusiasmo a respeito de levar caminhões e barris à cascata...)

## A FORÇA DO EXEMPLO

PERGUNTA: Qual seria a melhor e mais positiva expressão para oferecer a alguém quando vier em minha direção?

ABRAHAM: A melhor expressão que você pode oferecer para os outros é vê-los como seres perfeitos que são. E encorajá-los a pensar e a falar mais sobre o que eles desejam. E quando eles vierem a você falando sobre o que não desejam, diga a eles: "*Eu acabei de descobrir quão poderosas são minhas palavras e meus pensamentos, e os seus são igualmente poderosos. Você está falando a respeito do que não deseja, e eu preciso pedir a você que pare, porque não quero ajudá-lo em sua criação negativa. Vamos falar a respeito do que você quer.*

E provavelmente eles continuarão a falar sobre o que não querem, porque isso é hábito. Então você pode dizer: "*Não, você não entendeu. É muito sério o que eu estou dizendo. Nós temos de conversar sobre o que vocês querem, e não sobre o que não querem.*"

Logo eles reconhecerão que quando enveredam por esse caminho, seus ouvidos estarão fechados. Você já falou alguma vez com alguém e percebeu que essa pessoa não estava escutando? Ela fica olhando para sua face ou para seus dedos, mas não está prestando atenção no que você diz.

Quando isso acontece, como você se sente? Você não quer continuar a falar com ela. Quando seus amigos reconhecerem que você não está prestando atenção neles, seguirão para qualquer outra pessoa, percebe?

***Suas palavras são poderosas, mas seu exemplo é ainda mais. Seja quem você é. Expresse o que você sabe.***

Prometemos a vocês um processo que ajudará na criação deliberada de sua experiência de vida cotidiana, até mesmo segmento a segmento. Quando você compreende que seus pensamentos criam, percebe a importância de concentrar seu pensamento intencionalmente. Seria perfeito se você pudesse fazer isso a todo momento, embora saibamos que é um pouco difícil.

Há basicamente duas coisas que o impedem de concretizar seu desejo ou intenção: influência alheia ou velhos hábitos. Por isso, insistimos tanto na necessidade de reafirmar o que quer a cada segmento de seu dia.

COMENTÁRIO: Em outras palavras, em vez de receber o que vem a seu encontro, você pensa a respeito do que quer?

ABRAHAM: De fato. Em todas as situações da sua vida. Se você está dirigindo e quer segurança, direcione muito bem seu desejo. Nada de olhar um acidente e dizer: "Eu não desejo isso." Porque seus pensamentos atrairão o que você não deseja, afinal, você estará focado nisso.

A chave de toda criação é observar o que você quer. Sabemos muito bem que não há fim. Mas é preciso que você enxergue tão longe quanto possível. Veja a si mesmo chegando ao seu destino, qualquer que seja o lugar para onde você se dirige.

Veja-se com saldo positivo em sua conta bancária, muito maior do que você supunha. Veja-se indo em direção ao seu banco com muito mais do que você costuma levar. Veja-se encantado com as suas reservas, após ter pago tudo que precisava pagar. Comece a imaginar esses quadros pintando-os como você gostaria de viver. E ao mesmo tempo confirme esse desejo desfrutando de uma emoção positiva. Quando você entender o poder de sua emoção, você chegará mais rápido à criação desejada. Mantenha o interesse sobre o que deseja, porque se você perder o interesse aquilo nunca chegará ou, se chegar, não será lá uma grande coisa. Aquilo que você realmente deseja muito, que lhe causa profunda emoção positiva, chegará a sua vida rapidamente. Como você está elaborando intencionalmente a visão do que quer receber, entregue-se à emoção que isso lhe causa. Visualize cada uma delas, inclusive as relacionadas com os pagamentos, e veja-se escrevendo "quitado". Veja isso como um quadro completo. E usufrua a emoção que vem. Veja-se acumulando mais e mais reservas. Veja-se acumulando tudo isso. faça tudo que for preciso para se entusiasmar com isso.

*Você antes estava concentrado na escassez. Por isso criava mais e mais escassez.* Isso é muito comum. Particularmente no que se refere a dinheiro.

*A satisfação advém do permitir e receber. Você quer, você permite, você recebe e a satisfação vem em seguida. Vem somente desse processo.*

Você não recebe satisfação de algo que outra pessoa criou. Essa sensação só vem do seu próprio desejo concretizado.

*Quando você tem a intenção de criar algo, mas cria débito, então o processo criativo fica desequilibrado. E como isso vai se repetindo, surge um círculo vicioso de criação negativa, porque ela é sempre reforçada. (A história de não ter dinheiro suficiente desde que nasceu e acreditar nisso.) A chave é alterar completamente a atitude, os hábitos e a crença: sim, é possível ter mais que o suficiente.*

COMENTÁRIO: Como você sabe disso? (Risadas na platéia.)

ABRAHAM: É porque nós vimos acontecer. Neste tempo em seu país há o que vocês chamam de "crédito fácil", em que os empréstimos são oferecidos sem complicações. Assim, sem saber nem mesmo perceber, surgiu um grande débito acumulado.

*E agora não existe muita satisfação em pagar o débito porque a recompensa ou o recebimento já aconteceu e foi embora... Em muitos casos você não pode sequer lembrar o que foi que recebeu.*

Aqui está outra chave para isso. Você viveu numa casa com armários insuficientes e agora sabe que necessita de mais. Ou seja, você está querendo se livrar desse débito e agora você precisa criar um novo desejo. Você precisa se estimular para ter entusiasmo a fim de se livrar desse débito. Mais que isso: precisa motivar-se a acumular mais dinheiro do que é necessário. E quando você colocar esse novo desejo em movimento, haverá mais satisfação ainda -- como um moto=contínuo-positivo.

*Quando você está criando em direção ao seu desejo, há entusiasmo e excitação. Quando você está criando em direção à sua necessidade, é uma criação negativa.*

Assim, volte-se para algo que seja muito desejado -- e o que você está querendo é liberdade, certo? Você está querendo se livrar de sua situação anterior. Você quer ter reserva de dinheiro. Então você vai visualizar essa liberdade. Entusiasmar-se com ela. Visualizará, também, o desejo que o motiva, e assim o "quitado" acontecerá muito mais rápido do que você pode ter imaginado.

COMENTÁRIO: Primeiramente eu quero agradecer por ter participado, porque sempre que eu venho aqui e faço uma pergunta ela é confirmada. Eu tenho escrito sobre liberdade, e tudo isso, e cada vez eu tenho a confirmação. Eu realmente aprecio isso.

ABRAHAM: é muito bom saber que somos tão inteligentes quanto você.

COMENTÁRIO: Você fez uma declaração sobre concretizar uma intenção que teve em outra época. Isso ativou uma questão em minha mente, em relação à nossa evolução como indivíduos que mantêm a capacidade de praticar a mudança de nossas intenções, momento a momento. Se nós fizermos isso, acabamos criando padrões que podemos chamar de carma.

ABRAHAM: De fato nós chamamos isso de Carma Kopout: "Eu sou gordo nesta vida porque morri de fome na passada." (Risadas na platéia.) Bem, se eu preciso encontrar culpados por algo que eu vivencio, por que não apontar para o que não pode ser visto?

## CAPÍTULO 29
## AMPLIFICAÇÃO DA VULNERABILIDADE

PERGUNTA: Fico literalmente apavorado com a idéia do realinhamento da Terra. Não sei o que fazer a respeito disso, porque eu vivo em Los Angeles, onde há terremotos...

ABRAHAM: É a primeira vez que você ouve falar a respeito, certo?

PERGUNTA: Bem, eu nunca dei atenção ao que o povo diz, como "A Califórnia será tragada pelo oceano", e saiba que eu não estou com medo de morrer. Eu realmente não tenho medo disso. Eu tenho tentado deixar o planeta desde que tinha cinco anos, portanto isso não é problema. Apenas me apavorou.

ABRAHAM: Bem, isso aumenta ou toca seus sentimentos de vulnerabilidade. Faz você recordar que há questões fora de sua capacidade de controle e expande seu senso de falta de segurança. É o que você está sentindo. Não é a mensagem sobre a qual você e eu estamos falando que pode ser vivenciada. Nós somos mestres de Bem-Estar e isso pode contradizer nossa mensagem primordial. Falamos a respeito disso porque precisamos analisar os temas importantes para todos vocês: morte, devastação e destruição -- queremos colocar esse assunto no contexto da Criação Deliberada. Queremos que você entenda que onde quer que coloque vibração harmônica, essa será sua experiência.

O Processo Criativo tem quatro estágios. O primeiro é identificar o que você não quer. O segundo é identificar o que você quer. Ambos são intercaláveis, mas você nunca vê um sem o outro. Não importa qual deles vem primeiro, é preciso tê-los em mente. Porque sem a habilidade de escolher, você não terá capacidade para decidir, e, sem decidir, você não pode ser um criador deliberado. O terceiro estágio é o mais importante: uma vez identificado o que você quer, você tem de encontrar o sentimento correspondente. O que fere você é quando se concentra nas coisas que não quer: morte, devastação e destruição para você ou para aqueles de quem gosta -- mas isso já está presente como possibilidade entre os que vivem nessas regiões de alto risco.

Se disséssemos que por volta do ano 2000 as pessoas que vivem no estado da Califórnia começariam a desenvolver uma espécie de tom azul na sua pele e em 2020 seriam conhecidas como o povo azul por serem quase fluorescentes... sua resposta a esse estímulo seria mais volátil, porque seria a primeira vez que você estaria ouvindo a informação. Provavelmente diria: "Isso é interessante" ou "Isso é loucura", mas sem que fossem acionados seus botões do alerta vermelho. Você percebe em que ponto queremos chegar?

Quando essas luzes todas acendem é que surge a enorme resistência. Mas nós não somos mestres em instigar deliberadamente a resistência apenas para que vocês se divirtam falando a respeito, como "aconselhando-os a martelar-se porque se sentiriam bem quando parassem de fazê-lo". sabemos que, uma vez que muitos de vocês têm determinados padrões de pensamento que não estão em harmonia vibracional com seu verdadeiro conhecimento, não há mal em trazê-los à tona, para que vocês possam sentir esses pensamentos e se livrar deles.

Muitas pessoas não fazem nada para liberar a resistência. Apenas continuam ajustando seu desejo de maneira a manter a resistência que já têm. Quando você manifesta seu desejo, qualquer resistência que está em sua vibração é sempre muito sentida.

Quando você nos diz: "Eu realmente não me preocupo com a morte, eu estou tentando sair do planeta desde os 5 anos de idade", nós não acreditamos. Porque se isso fosse verdade, você diria: "Que bom, isso está em perfeita harmonia vibracional com o que eu

quero! Eu vou continuar aqui porque este lugar certamente será devastado e eu estarei no caminho mais fácil para sair. Assim eu não preciso ser atropelado por um caminhão. Eu não tenho de contrair alguma doença mortal nem tenho de suportar a desaprovação de quem comete o suicídio" Você percebe o que nós estamos dizendo?

## BENEFÍCIOS PARA TODOS

COMENTÁRIO: Sim, eu entendo. Mas vocês estão certos de que isso vai acontecer?

ABRAHAM: Nós percebemos que está acontecendo. Você não? E nós também percebemos que o realinhamento de seu planeta é um processo sempre em andamento. Do mesmo modo soubemos que existe constante transformação na superfície do planeta e que vocês estão sobrevivendo muito bem. Também soubemos que vocês estão sugando petróleo e queimando-o em suas máquinas. Em outras palavras, de uma perspectiva externa, nós somos capazes de enxergar com uma visão ampla o contínuo processo de evolução e reequilíbrio realizado neste planeta.

Queremos encontrar o melhor caminho de abordar esse tema porque muitos de vocês estão refletindo sobre isso. No começo de 1988, quando Esther começou a receber este livro, havia muito alvoroço a respeito, especialmente na Califórnia. Muitos mapas estavam sendo desenhados e eram analisados de diferentes maneiras. Algumas pessoas lutavam contra. A razão pela qual falamos a respeito é porque quisemos apresentar um ponto de vista diferente. Nós quisemos colocar o assunto no contexto da criação deliberada. Quisemos que vocês percebessem que não é algo contra o qual lutar, mas sim para relaxar. Algo a ser aceito como parte do contínuo e eterno processo de vida física. Do mesmo modo que vocês têm de aceitar o que chamam de morte física como parte da vida, antes mesmo que comecem a viver. Aceitam que o que não é desejado faz parte do que é desejado.

Alguém sempre nos diz: "Abraham, este é o melhor dos tempos, porque há tantos mestres não-físico chegando e oferecendo a orientação que nós estamos procurando há tanto tempo." E outros dizem: "Este é o pior tempo. A violência está pior, o criem aumentou e o medo nunca foi tão grande."

Este é um tempo de contrastes extraordinários, um tempo de transição. Você não disse antes de começar sua experiência física: "Bem... eu gostaria de prosseguir, mas a salvo de todos os problemas; então e só depois eu vou chegar, porque eu defino condições. Portanto, vamos listar todas as condições para que eu possa ter garantidas boas respostas e viva sempre feliz." Você não disse nada disso, mas sim: "Certamente eu irei para esse mar de contrastes, porque nunca fica tão claro para mim o que eu quero a não ser quando estou exposto a algo que eu não quero, e esse contraste vai me ajudar a escolher. E quando eu escolher e deixar fluir minha Energia e conquistar harmonia vibracional com a minha escolha, essa será minha experiência."
Estamos vendo todo tipo de pessoa em disparada por aí tentando evitar catástrofes, realinhamento ou mudança da Terra, terremotos ou como quer que você queira chamar isso. Mesmo assim elas estão vivenciando sua própria mudança na Terra antes que a Terra vivencie a dela. Elas estacionaram num lugar de confusão e ainda estão lutando contra.

Se nós estivéssemos em sua condição física, não colocaríamos o realinhamento em nossa relação de processos em curso. Por uma única razão. Alguns de vocês diriam: "Universo, eu não quero morrer num terremoto", "Universo, ajude-me a estar no lugar certo, na hora certa". Mas o que vocês estão dizendo é: "Leve-me para longe de qualquer problema". Se vocês dizem "Eu amo minha vida" quando apreciam esses dias extraordinários, quando apreciam a maravilha de sua vida, é aí que vocês estabelecem harmonia vibracional com o que querem. Mas quando vocês estão em harmonia vibracional com o que querem, qualquer coisa, mesmo algo tão insignificante quanto um catastrófico terremoto, não afetará sua experiência, porque vocês vibrarão em um lugar diferente desse.

Se vocês perguntassem ao Universo: "Eu sou tão inteligente como sempre serei?", ele responderia: "Com certeza não, porque há uma constante evolução." Então se você dissesse: "Como eu agora recebo Energia Não-física e como eu traduzo isso agora, eu sempre terei essa Energia e ainda mais?", nós responderíamos: "Com certeza." Quanto melhor você faz algo, melhor ainda você se capacitará para decifrar isso.

O que queremos dizer, ao abordar o tema do realinhamento da Terra, é que ele representa o sentimento de vulnerabilidade da consciência de massa. Aquele sentimento de que há sempre algo maior, pior e que controla... então a necessidade de estar em guarda. Quando na realidade não existe isso em todo o Universo. Ao estar em sintonia com seu fluxo, você será sempre guiado a estar no lugar certo e na hora certa. Se estivéssemos no seu lugar como seres físicos, diríamos:

"Eu sei que há muitos terremotos, eu leio a respeito e ouço falar deles." Quando Esther vai a Califórnia, ela costuma fazer uma pequena brincadeira com o Universo: pede que lhe dê sinais, por meio de pequenos tremores nos olhos, caso haja algum tipo de atividade em movimento. Pois bem... seus olhos ficaram tremendo durante as três semanas em que esteve lá. Ela disse a Jerry: "Está acontecendo algo, está acontecendo algo, está acontecendo algo, está acontecendo algo, está acontecendo algo..." E Jerry perguntou: "Quão próximo isso está, onde está? Esther respondeu: "Eu recebi um aviso de que alguma coisa está em movimento, mas parece que não é nada que a gente tenha de levar em grande consideração." Você percebe em que ponto estamos querendo chegar?

Haverá mais terremotos naquela parte do mundo? Certamente. Haverá mais maravilhosos dias naquela parte da Terra? Certamente. Esses dias maravilhosos compensarão os problemas causados pelos terremotos? Certamente. É verdade que haverá mais terremotos naquela cidade, nesta década? certamente. É certo que pessoas morrerão nesses terremotos? Certamente. Muitas pessoas morrerão em acidentes de trânsito? Provavelmente.

Nós não estamos querendo dizer que esse pedacinho do Universo é diferente de qualquer outro e que contém apenas o que é desejável. Contém o que se deseja e o que não se deseja e está fora de nossa esfera de ação. Você tem de encontrar sua harmonia vibracional com o que você deseja e essa será a sua vivência.

PERGUNTA: Falamos de leis físicas. Elas podem ser mudadas?
ABRAHAM: Sim. Mas não todas ao mesmo tempo.

PERGUNTA: Quando aceitamos que podemos?

ABRAHAM: De fato. Sim. Vocês são parte da mudança de uma lei física. Talvez o primeiro alerta consciente será nessa experiência física: a velocidade da Energia Criativa que nutre seu planeta está aumentando rapidamente, e da mesma forma sua velocidade de pensamento de expandirá muito. O que é uma boa razão para que vocês comecem a prestar atenção em como se sentem para que possam concentrar esses pensamentos na direção desejada.

Você percebeu que nós não os aconselhamos a monitorar seus pensamentos. Porque isso é muito difícil e talvez até impossível. Mas, se prestarem atenção em seus sentimentos, vocês sempre criarão na direção dos seus desejos. Essa é uma lei física que tem sido aceita e vivenciada ao longo de muitas gerações. Vocês ainda verão muitas mudanças.

Talvez um dia, bem mais adiante, não haja mais tanta gravidade. Talvez uma dia vocês estejam aptos para mesclar seus seres físicos como vocês mesclaram seu Ser Interior, talvez mesmo nessa vida, se vocês assim desejarem e acreditarem.

É com muita satisfação que nós interagimos com vocês. O que estão querendo compreender é algo em que vocês talvez nunca tenham pensado antes: vocês se vêem como seres que estão aqui em forma física, na expectativa de receber um conhecimento que não faz parte da sua experiência. É por isso que vocês estão prontos para falar com seus amigos "mortos". E nós queremos que entendam que vocês não são os únicos a se beneficiar do conhecimento que vem de nós -- TUDO-O-QUE-EXISTE --, mas sim que há reciprocidade. Como a passagem está aberta, a interação flui, e vocês estão individualmente abrindo suas próprias passagens, pelas quais acontecem a comunicação e a informação. Seu Ser Interior e a "Família" da qual ele se origina e o que está conectado a isso, literalmente tudo-o-que-existe -- e tudo é um -- se beneficia dessa experiência.

Aqui há um imenso amor por vocês.

## POSFÁCIO

### COMO TEM SIDO ESSE MARAVILHOSO PROCESSO DE CONHECER E CONVIVER COM ABRAHAM

Esther me disse, muitas vezes, que acreditava que a "experiência Abraham" aconteceu por causa de meu intenso e contínuo desejo de entender. Esther também quer, mas admite, sem rodeios, que antes de mais nada procura vivências gratificantes, depois aprendizado.

Acredito que a combinação de nossa vida feliz e amorosa é que nos trouxe essa gloriosa experiência Abraham, porque somos um casal abençoado pelo amor, pela alegria e pela intensa necessidade de saber.

Não faz o menor sentido querer saber a respeito dos estágios alheios. cada um de nós está onde está e vivencia o que tem à sua frente porque, antes, pensou nessa direção.

Você e eu estamos abertos a novos aprendizados. É por isso que estamos aqui, neste momento. Queremos saber mais -- e por causa de nosso desejo Abraham escreveu este livro.

Há mais de vinte anos comecei a perceber que poderia ter qualquer coisa que eu quisesse, e o que eu realmente quis foi entender como usar minha liberdade para ser,

para aprender e para mudar. Foi de grande importância essa intenção de contínuo aprendizado, para ficar alinhado conscientemente com o "poder do Universo" e fluir em harmonia com ele, de maneira a poder passar para outros o que eu aprendera.

Até onde consigo voltar na memória, sempre tive a expectativa de encontrar respostas para minhas inúmeras e contínuas perguntas. Elas vieram... e a procura continuou.

Eu nasci no "Jardim do Éden", San Diego, Calififórnia. Quando estava aprendendo a ler, tinha em mãos livros como Fábulas de Ésopo e Mitologia, que estimularam meu interesse pela busca de respostas.

De San Diego, nós mudamos para uma seqüência de pequenas fazendas familiares no noroeste de Arkansas. Ali, minha pesquisa concentrou-se em ensinamentos de uma grande variedade de religiões. Meus pais me permitiram escolher a que quisesse. Então, eu estudei todas as que estavam disponíveis naquelas comunidades pelas quais passamos. Sentando em toras de madeira dentro de tendas, bancos de igrejas e santuários, ouvindo crenças que estavam em conflito e crenças que estavam em harmonia, minha procura continuou.

Os anos de pré-adolescência foram repletos de extremos: doença, pobreza, trabalho pesado, medo, confusão -- e contínua busca --, mas também de intenso desejo. Meu específico desejo por autoconfiança e por um corpo forte e saudável me levou à experiência de trabalhar como ginasta de acrobacias em um circo, em Cuba -- assim eu estava fazendo a vida trabalhar para mim.

## MERGULHO EM FILOSOFIAS

Há cerca de trinta anos, e logo depois de encerrar uma temporada como ator em uma série de televisão que estava sendo filmada no Arizona, aquele período de experimentação chegou ao clímax. Eu subitamente percebi que a vida não estava "trabalhando" da maneira como eu tentava fazer funcionar, e então a deliberada busca de conhecimento recomeçou.

Novamente, vivenciei uma fase de investigação, mergulhado em filosofias religiosas, ouvindo quem pudesse me oferecer algo, lendo, questionando. Freqüentava igrejas, catedrais, templos, sinagogas... onde quer que as pessoas se reunissem em adoração. Minha busca de conhecimento se intensificava, do mesmo modo que as novas experiências de aprendizado.

Algumas das mais maravilhosas vivências que tive aconteceram a partir de algo a que eu disse "não" antes de conseguir entender integralmente. Meu primeiro encontro com a tábua Ouija é um bom exemplo disso. Alguns amigos de Spokane, em Washington, D.C, com quem eu havia perdido o contato quando segui para o Canadá, me convidaram a conhecer a tábua, que diziam ser seu novo jogo. Eu me neguei com determinação. Não queria ter nada a ver com aquilo. eles, porém, insistiram. Acabaram por me persuadir a experimentar.

Graças a essa oportunidade -- uma vivência impressionante -- foram abertas portas para uma dimensão totalmente diferente de exploração. Novamente eu voltei a ler muitos

livros. Meus novos mentores passaram a ser Albert Schweitzer, William James, Carl Jung, Eric Fromm, Khalil Gibran, Mark Twain, David Seabury, Thoreau, Emerson, Eddy, Fillmore, Holmes. Todos eles, cada um a seu tempo, me guiaram para um ponto de concentração: a obra clássica de Napoleon Hill, Pense e Enriqueça -- um estágio que marcou o início de outro grande e fundamental segmento de minha vida.

E então, há cerca de vinte anos, enquanto tratava de colocar em prática, altamente motivado, os princípios que havia lido no livro de Hill, eu finalmente estava fazendo algo que queria desde a infância: era executivo e também sócio de um motel perto de El Paso, no Texas. Dois anos se passaram e aquilo se esgotou. Voltei para a Califórnia, entusiasmado para aplicar meus novos conhecimentos em um negócio com um grupo bem maior de pessoas.

Foi então que uma nova e excitante aventura começou, aproximadamente em 1978, dois anos antes de meu casamento com Esther. Eu estava vivendo o melhor e mais gratificante momento da minha vida, pessoal e financeiramente. Trabalhava em meu escritório doméstico, no centro da Califórnia, praticava e ensinava tudo o que havia aprendido. Estava no oitavo ano de construção de uma empresa distribuidora multinacional, uma experiência que correspondia a quase tudo o que eu queria até então. Mas um novo conjunto de questões começava a se formar, justamente a respeito de como eu poderia, de maneira muito efetiva, alcançar um grupo bem maior de pessoas a quem pudesse ensinar os princípios que aprendera e estava aplicando. Princípios que me serviram tão bem.

## DA AMIZADE AO AMOR

Esther e eu nos conhecemos por conseqüência de uma parceria nos negócios. Na primeira vez que nos encontramos pareceu que éramos grandes amigos desde sempre. Seguiram-se a esse momento uns quatro anos de muito êxito nos negócios que tínhamos em conjunto.

Nós nos casamos em 1980 e nos mudamos para o Arizona, para um novo começo. Mas no primeiro ano raramente permanecíamos ali. Circulávamos pelos estados do noroeste com nosso motorhome, e fizemos repetidas viagens para as Ilhas Virgens, para o Caribe e para o Havaí. Enquanto isso, continuávamos a expandir nossos negócios.

Desde nosso primeiro momento compartilhado, sempre estivemos na mesma sintonia. Abraham nos contou que inclusive compartilhamos o mesmo corpo em outras vidas -- um conceito que não é fácil de entender. Durante um período de sete anos estivemos sempre juntos, 24 horas por dia. Foi verdadeiramente maravilhoso.

A única questão em que divergíamos completamente era quando eu começava a falar com alguém sobre minhas experiências passadas com seres de outras dimensões por meio da tábua Ouija. Esse assunto fazia Esther sair imediatamente da sala ou de onde quer que estivéssemos.

Esther nascera em uma pequena cidade montanhosa e havia sido criada em uma cultura que considerada demoníaco qualquer contato consciente entre um ser humano e um ser não-físico. Isso era proibido, de acordo com as regras que aprendera. Assim, para não a perturbar, eu decidi parar de  discutir esse assunto. completamente. De qualquer forma, não era mesmo algo que eu conseguia compreender muito bem.

Eu havia tido experiências com a tábua durante cerca de um ano, por intermédio do trabalho de um amigo que contatava diferentes criaturas da dimensão não-física. A maioria delas era frívola, amava se divertir e se comunicava conosco por centenas de horas. Eram seres claros, concisos e interessantes, mas nada tinham a dizer que fosse significativo para mim. Minha intenção, ao fazer isso, era aprender algo prático, mas aquele tipo de jogo acabou parecendo inútil, então me afastei. Acabei com a experiência.

## FONTE DE CONHECIMENTO

Continuei, porém, a compartilhar o que havia sentido e visto a respeito, justamente porque interrompi a prática com a certeza de que aqueles seres não-físicos eram verdadeiramente vivos, comunicativos e abertos. Em termos de inteligência e perspectiva, alguns pareciam estar em estágios mais atrasados que os seres humanos mais primitivos, ao mesmo tempo que outros, ao contrário, estavam acima dos nossos mais brilhantes cérebros. Cheguei à conclusão de que aí havia uma interessante e acessível fonte de conhecimento sempre que quiséssemos mergulhar nela.

De qualquer maneira, embora eu soubesse que receberia, seja lá quando fosse, as respostas para encontrar tudo que eu sempre procurei, nunca houve indicação de que esse conhecimento viria a mim por intermédio de um grupo de seres não-físicos, falando e escrevendo por meio de minha mulher!

No começo de 1985, um casal que fazia negócios conosco nos ofereceu uma fita cassete, dizendo que se tratava de algo "canalizado". Nós nunca havíamos ouvido esse termo, "canalizado", com o significado que agora eles nos passavam. O processo, como descreveram, parecia muito semelhante ao que havíamos lido nos livros de Seth. Jane Roberts, uma escritora, entrava em estado de transe, e um ser não-físico, que se apresentava como Seth, falava com ela. Ele ditou alguns livros extraordinários. Enquanto ela dizia as frases, seu marido, Robert Butts, anotava tudo em papel. Seth speaks [Set fala], um livro que descobri em uma livraria de Phoenix, em 1983, foi o segundo a ter maior significado para mim -- depois do de Hill, que encontrara em 1965.

De acordo com nossos amigos, na fita que nos ofereciam, quem "canalizava" era uma moça chamada Sheila. Uma entidade denominada Theo falava por meio dela. Pelo preço que nosso advogado nos cobrava por consulta, podíamos ter cerca de meia hora de conversa privada com ela para fazer as perguntas que quiséssemos. Bem... eu estava

entusiasmado. Que emoção! Estava prestes a ter respostas a perguntas que fazia desde os 6 anos de idade...

Durante nossos 30 minutos de conversa com Theo, Esther permaneceu em silêncio, mas eu tinha uma longa lista de questões. Saímos da sessão em um estado de... não tenho uma palavra exata para aquilo que sentíamos... um incrível misto de amor, alegria, confiança. Esther, cujo medo havia dado lugar a um grande sentimento de afeto, pediu para retornar no dia seguinte, porque agora, sim, sentia-se pronta para fazer suas próprias perguntas.

## "PEGUEM A PRÓXIMA SAÍDA"

Durante outras sessões, nos dias seguintes, Theo sugeriu -- diante de nossa solicitação para que apontasse um meio pelo qual pudéssemos avançar de maneira mais efetiva -- que Esther e eu começamos, juntos, uma meditação diária, bastante simples. Fomos informados de que ambos éramos "canais" e que o nome de nosso "guia" seria informado mais adiante, durante uma "experiência clarividente".

Ao voltar para casa, imediatamente trocamos nossas roupas por outras mais confortáveis, colocamos o despertador para tocar o alerta dentro de 15 minutos e então nos sentamos e começamos a focalizar nossa respiração -- seguindo à risca as instruções de Seth. Logo, algo começou a "respirar" Esther. Era, ao mesmo tempo, incrível e extraordinário. Uma experiência realmente espetacular.

Passaram-se nove meses, durante os quais silenciávamos nossa mente por 15 minutos, todos os dias, mas nunca mais se repetiu aquele primeiro fenômeno. Sempre havia uma sensação de agradável adormecimento, mas nenhum movimento, até que, em novembro de 1985, percebi que a cabeça de Esther se movimentava. Não demorei a perceber que palavras eram desenhadas no ar, com letras soletradas através de movimentos do nariz dela... EU SOU ABRAHAM... EU AMO VOCÊS... E ESTOU AQUI PARA AJUDÁ-LOS... Em janeiro de 1986 eles começaram a ditar palavras, que Esther datilografava, e depois passaram a falar por intermédio dela. Essa fase começou enquanto estávamos viajando em uma estrada de Phoenix, ao lado de dois enormes caminhões. As primeiras frases foram: "Esta estrada é muito perigosa... Peguem a próxima saída."

O primeiro livro deles começou a ser elaborado em maio do mesmo ano. Depois se seguiram grandes seminários, pequenos workshops, consultas particulares e programas no rádioe na televisão. Que emoção incrível eu sentia ao participar disso tudo! É um prazer imenso observar outras pessoas perguntando e aprendendo, como eu e Esther havíamos feito, e constatar a felicidade com que essas criaturas recebiam as respostas. Vivenciavam uma nova experiência de vida e um novo estágio de evolução.

Esther e eu gostamos muito da companhia um do outro e ambos apreciamos novas experiências, novos amigos e novos ensinamentos, e estamos muito encantados com o nosso papel nesse crescente fenômeno de Abraham que temos compartilhado desde aquele momento.

Abraham não nos oferece ajuda mística ou mágica. Tudo que esses seres nos dão nós podemos dar ao próximo.

Esther e eu estamos alinhados com a sabedoria que Abraham tem nos oferecido em resposta às nossas questões. Precocemente nós aplicamos o que aprendemos enquanto Vivenciávamos nossas novas experiências de vida. Nós estamos igualmente ansiosos para compartilhar as palavras de Abraham com vocês porque sabemos muito bem a importância que elas podem ter para você e a partir de você.

## NOVOS PIONEIROS

Desde o começo, foi escolha nossa manter esses ensinamentos para nosso uso pessoal ou publicá-los para beneficiar outras pessoas. O material a respeito das mudanças na Terra nos chegou nas primeiras datilografadas, e, para mim, aquela parte parecia meio fora de contexto em relação ao trabalho inteiro. Embora nós já estejamos preparados para isso, física e emocionalmente, não podemos saber exatamente quando isso vai acontecer, se vai acontecer ou se já aconteceu, portanto consideramos mais apropriado, até para nosso próprio conforto, manter essa parte da mensagem.

De qualquer maneira, preferimos nos preparar para a mudança, mesmo que ela não aconteça, em vez de não fazer nada a respeito disso e eventualmente ter de viver essa experiência pegos de surpresa. Podemos dizer apenas que acreditamos que há muitas outras pessoas que gostariam de ter as informações para fazer suas próprias escolhas a respeito.

Recolhi histórias de pioneiros que carregaram suas carretas ou carros com provisões limitadas e levaram suas famílias para áreas desconhecidas do oeste, para um novo começo que pudesse estar sob seu controle. Isto foi uma opção deles. Lá não havia empregos esperando por eles, nem casas, nem mercados, nem terras: havia apenas liberdade e a promessa de um novo futuro. Eles acreditavam na própria capacidade pessoal de obter êxito nessa movimentação e de criar um mundo com o qual realmente haviam sonhado.

Assim como eu considero seus sonhos, seus desejos, suas forças e sua capacidade para decidir por si mesmos, e acredito no seu poder de criar para si o que quer que seja importante para você, eu me senti mais confortável ao transmitir o que havia ouvido de Abraham.

Sua alegria e sua evolução estão agregadas a TUDO-O-QUE-EXISTE. Assim eu estou encantado, por mim e por vocês, ao imaginar sua contínua experiência consciente de sua liberdade e feliz jornada em direção a mais.

De maneira nenhuma consideramos este livro concluído. Isso porque se há uma coisa que realmente aprendemos, durante nossa experiência com Abraham, é que para cada resposta oferecida sempre surge uma nova dúvida.

Do fundo do meu coração,

*Jerry Hicks*
*San Antonio, Texas,*
*Janeiro de 1988*