

Dinheiro, e a Lei da Atração

Aprendendo a atrair

Riqueza, Saúde e Felicidade

Esther e Jerry Hicks

(Os Ensinamentos dos Abraham®)

" **Dinheiro, e a Lei da Atração**" é o livro de Esther e Jerry Hicks, inspirado nos Abraham, ainda inédito no Brasil, lançado em 2008. É possível encontrar esse livro em inglês na Internet. A tradução independente que compartilho aqui é tirada do original que comprei em 2008. Para ter acesso aos capítulos, guie-se pelo menu interno à esquerda.

Tivemos o prazer de encontrar-nos com algumas das pessoas mais influentes de nosso tempo, e não conhecemos ninguém que seja um manancial maior para a efusão da alavancagem positiva do que Louise Hay (Lulu), a fundadora da Hay House – pois, guiada pela visão de Lulu, a Hay House Inc. se tornou a maior disseminadora mundial de material espiritualista e de auto-aperfeiçoamento.

Prefácio

por Jerry Hicks

O quê você acredita que o atraiu para este livro? Por que você supõe que está lendo estas palavras? Qual parte do título chamou sua atenção? Foi „Dinheiro“? „Saúde“?

„Felicidade“? „Aprendendo a Atrair“? Ou foi, talvez, a Lei da Atração?

Qualquer razão óbvia que possa ter chamado sua atenção para este livro, a informação contida aqui chegou a você em resposta a algo pelo qual você tem pedido de alguma maneira. Este livro é a respeito de quê? Ele ensina que é suposto que a vida seja sentida como boa e que nosso Bem-Estar geral é o que é natural. Ele ensina que não importa 1

quão boa sua vida é agora, ela sempre pode ficar melhor e que a escolha e o poder de aperfeiçoar sua experiência de vida estão em seu controle pessoal. E ele oferece ferramentas filosóficas práticas que – quando postas em uso consistente – lhe habilitarão a se permitir experienciar mais da riqueza, saúde e felicidade que são seu direito natural. (E eu sei, porque isto continua acontecendo para mim. Conforme eu me movo adiante a partir de cada desejo – experiência clara do contraste para um novo desejo e, então, para uma nova manifestação – minha vida no geral fica melhor e melhor).

A vida é boa! É o Dia de Ano novo de 2008, e estou começando este Prefácio enquanto sentado à mesa de jantar de nosso novo “porto”, em Del Mar, Califórnia.

Desde o tempo em que Esther e eu nos casamos (1980), temos feito questão de visitar esta área do "Jardim do Éden" tão freqüentemente quanto possível. E agora, após todos estes anos como visitantes apreciadores de San Diego, estaremos de fato vivendo aqui como residentes apreciativos em meio período.

E o que não há para apreciar? Houve nosso amigo que nos levou a encontrar a propriedade. (Falamos para ele que estávamos procurando uma propriedade perto de Del Mar, onde pudéssemos estacionar nosso ônibus de excursão de 45 pés). Houve os arquitetos paisagistas, engenheiros, desenhistas, carpinteiros, eletricistas, encanadores, colocadores de azulejo e de esquadrias. E estas pessoas talentosas, colocadores de lajotas, pintores; e cercas, portões, e o pessoal da siderurgia. Havia os instaladores de piso e o pessoal das janelas de madeira. Havia os da “linha de ponta”, pessoas de alta tecnologia que instalaram o sistema de iluminação principal, o sistema de rede de áudio, vídeo e computadores, no novo sistema múltiplo de controle de silencio e a cozinha Snaidero / Miele / Bosch / Viking (marcas presentes na cozinha **NT**) e o sistema de lavanderia.

E os que colocaram nossa mobília nova, e colocaram novamente, e novamente –

conforme descobríamos o que nos parecia melhor. E as equipes de trabalhadores da escavação, puxadores, cimenteiros, cortadores de pedras, transplantadores de árvores adultas... E os milhares de pessoas que tiveram suas participações – e que também ganharam dinheiro da invenção, criação e distribuição de milhares de produtos envolvidos... Bem, há muito a ser apreciado.

E este é simplesmente o tipo de ponta do iceberg do que é apreciação. Houve a

descoberta de um novo restaurante “favorito” – e os donos e a equipe – há apenas um minuto de distancia e, então, aqueles vizinhos positivos inacreditavelmente encantadores e ecléticos, que nos receberam aqui em um estilo que nunca vivenciamos antes.

Há mais também. Há a visão empolgante do sul para a Reserva Estadual da Torrey Pines, através do Carmel Valley Creek e o santuário dos pássaros, e a laguna, e, abaixo, ondas espumantes do Oceano Pacífico quando elas banham completamente a praia de Torrey Pines. Sim. A vida é boa!

(Esther e eu acabamos de dar um breve passeio na praia, e agora estamos nos arrumando para o jantar, para colocar alguns toque no mais novo dos Abraham – Dinheiro e a Lei da Atração: Aprendendo a atrair Riqueza, Saúde e Felicidade).

2

Foi há mais de 40 anos, executando uma série de concertos nas faculdades pela nação, que “acidentalmente” notei um livro sobre uma mesa de centro em um motel em uma pequena cidade em Montana.

Aquele livro, „Pense e Enriqueça“ de Napoleon Hill, mudou tão dramaticamente minhas convicções sobre dinheiro que meu uso dos princípios deles atraiu sucesso financeiro para mim de uma maneira que eu não havia imaginado antes.

Pensar ou ficar rico não havia sido algo no qual eu tivesse tido muito interesse. Mas pouco antes de descobrir aquele livro, eu tinha decidido que eu queria modificar meu modo de ganhar dinheiro – e aumentar a quantidade que eu tinha recebido. E, assim, ficou demonstrado que minha atração em relação ao livro de Hill foi uma resposta direta ao que eu havia “pedido”.

Logo após ter encontrado o „Pense e Enriqueça“ naquele motel em Montana, encontrei um homem em um motel em Minnesota que me ofereceu uma oportunidade empresarial que era tão compatível com os ensinamentos de Hill que por nove alegres anos foquei minha atenção na construção daquele negócio. Durante aqueles nove anos, o negócio se transformou em um empreendimento internacional multimilionário. E neste tempo relativamente curto, minhas finanças cresceram da simples sobrevivência (que era tudo o que eu realmente queria antes) para o alcance de todas as minhas metas recém inspiradas.

O que aprendi do livro de Hill funcionou tão bem para mim que comecei a usar

aquele trabalho como um "livro de ensino" para compartilhar os princípios de sucesso dele com meus parceiros empresariais. Mas, olhando para trás, embora os ensinamentos tivessem funcionado extremamente bem para mim, me dei conta de que apenas alguns de meus sócios tinham recebido o grande sucesso financeiro que eu quis que todos eles tivessem.

E, assim, comecei a procurar por outro nível de respostas que pudesse ser mais efetivo para um número maior de pessoas.

Como resultado de minha experiência pessoal com o „Pensa e Enriqueça“, me tornei convencido que o alcance do sucesso era algo que poderia ser aprendido. Não tínhamos que ter nascido em uma família que já tivesse descoberto como fazer dinheiro. Não tínhamos que ter boas notas na escola, ou conhecer as pessoas certas, ou viver no país certo, ou ter o tamanho certo, a cor, o gênero, a religião, e assim por diante...

Simplesmente tínhamos que aprender alguns poucos princípios e, então, consistentemente colocá-los em prática.

Porém, nem todo mundo obtém a mesma mensagem das mesmas palavras – ou os mesmos resultados dos mesmos livros. E, assim, assim que comecei a “pedir” por mais compreensão, o iluminação do livro de Richard Bach, „Ilusões“, aconteceu em minha consciência. E embora „Ilusões“ tenha me trazido para um dos mais emocionantes

„Ahá!“de minha vida e me tenha me trazido alguns dos conceitos que começaram a abrir minha mente para o fenômeno que eu estava para experiência, ele não continha nenhum princípio adicional que eu pudesse conscientemente utilizar em meus negócios.

A próxima descoberta "acidental" de um livro muito valioso para mim aconteceu quando eu estava matando um pouco de tempo em uma livraria em Phoenix. Eu não estava “procurando” por nada, mas percebi um livro, no alto de uma estante, intitulado 3

„Seth fala“, de Jane Roberts e Robert F.Butts. Seth, „uma entidade não-física“ tinha

„ditado“ através de Jane uma série de livros e eu os li todos. E tão estranho quanto esta forma de comunicação possa parecer para a maioria (Esther ficava

extremamente desconfortável com isso no início), eu sempre tive a tendência de julgar a arvores por seus frutos. E, assim, olhei além dos aspectos “estranhos” e me foquei no que, para mim, eram as partes positivas, práticas do material de Seth, que eu sentia que podia utilizar para ajudar os outros a aperfeiçoar a experiência de vida deles.

Seth tinha uma perspectiva diferente sobre a vida do que a que eu tinha ouvido ser expressa antes, e eu fiquei particularmente interessado em dois dos termos de Seth:

“Você cria sua própria realidade” e “Seu ponto de poder está no presente”. Embora, independente de quanto eu lesse, nunca senti que verdadeiramente tenha entendido estes princípios, de alguma forma eu sabia que havia, dentro daquilo, respostas para minhas questões. Porém, Jane não estava mais na forma física, então “Seth” não estava disponível para qualquer explicação adicional.

Através de uma série de acontecimentos fortuitos – de um modo similar às experiências de Seth e Jane – Esther, minha esposa, começou a receber o material que agora é conhecido como “Os ensinamentos dos Abraham”.

(Você deveria ouvir uma das gravações originais detalhando nossa introdução aos Abraham, você pode encontrar nossa gravação à Introdução aos Abraham, um arquivo de 70 minutos em nosso site:www.abraham-hicks.com ou em nosso escritório, como um CD gratuito).

Em 1985, quando este fenômeno começou com Esther, eu pude sentir que isto traria as repostas ao meu desejo para entender melhor as Leis do Universo e como poderíamos ser capazes de trabalhar naturalmente, deliberadamente, em harmonia com elas de maneira a realizar nosso propósito de estar na forma física. E, assim, aproximadamente 20 anos atrás, sentei-me com Esther e um pequeno gravador de fita cassete e cobri os Abraham com centenas de perguntas em 20 diferentes temas primários, na maioria relacionados à espiritualidade prática. E, então, quando outras pessoas começaram ouvir sobre os Abraham e quiseram interagir conosco, produzimos aquelas 20 gravações e as publicamos como dois álbuns de temas especiais.

No decorrer de duas décadas, milhões de pessoas Em cima do curso de duas décadas, milhões das pessoas se deram conta dos Ensinamentos dos Abraham como resultado de nosso muitos livros, fitas, CDs, vídeos, DVDs, seminários em

grupo e aparições em rádio e televisão. Inclusive outros autores logo começaram a usar os ensinamentos dos Abraham em seus livros e rádios, televisão e aparições em seminários...e, então, há uns dois anos, uma produtora de televisão australiana nos pediu permissão para produzir uma série de televisão em torno de nosso trabalho com os Abraham. Ela nos encontrou com sua equipe de filmagem em um de nossos cruzeiros no Alaska, filmou o evento e, então, procurou outros estudantes de nossos ensinamentos a quem ela pudesse incorporar no filme piloto – e o resto (como dizem), é história.

A produtora chamou seu filme de “O Segredo” e ele tratava da doutrina básica dos Ensinamentos dos Abraham: a Lei da Atração. E embora ele não tenha sido aceito pela rede australiana (a Nine) como uma séria, o documentário foi direto para o formato de DVD e transcrito como livro..e agora, por causa de “O Segredo”, o conceito da Lei da 4

Atração alcançou muitos milhões de pessoas que estavam pedindo por uma vida de bons sentimentos.

Este livro evoluiu da transcrição de cinco de nossas gravações originais de há mais de 20 anos. Esta é a primeira vez que estas transcrições estão disponíveis impressas.

Porém, elas não estão em palavra por palavra porque os Abraham passaram por todas as páginas da transcrição original e modificou todas as partes que poderiam ficar mais fáceis para o leitor entender e colocar em uso prático imediato.

Há um provérbio no mundo pedagógico: "Diga-lhes o que você lhes dirá. Então, diga-lhes. E então lhes diga o que você disse-lhes”. E, assim, você deve decidir imergir nestes ensinamentos, você provavelmente notará muita repetição conforme avança, porque normalmente aprendemos melhor através da repetição. Você não pode continuar com os mesmos padrões antigos, limitados, de pensamento e obter resultados novos, ilimitados. Mas através da repetição simples, praticada, você pode, com o tempo, desenvolver confortavelmente novos hábitos de aperfeiçoamento de vida.

No mundo da mídia há um provérbio: As pessoas prefeririam ser entretidas a serem informadas. Bem, a menos que você seja entretido aprendendo novos modos de olhar para a vida, você provavelmente vai achar este livro mais

informativo do que entretido.

Ao invés de estar com um romance que seja lido, apreciado e então posto de lado, este –

mais que um livro de princípios de como alcançar e manter a riqueza, saúde e felicidade

– é um livro para ser lido, estudado e posto em uso prático.

Fui conduzido a esta informação por meu desejo de ajudar os outros a se sentir melhor, especialmente na área da realização financeira, então me sinto especialmente gratificado de que o livro “Dinheiro,…” esteja agora no caminho dele para aqueles que estão fazendo as perguntas que o livro responderá.

Este livro, “Dinheiro e a Lei da Atração”, é o segundo de quatro livros agendados sobre a Lei da Atração. Há dois anos atrás publicamos “A Lei da Atração, os ensinamentos básicos dos Abraham”. O próximo será “Relacionamentos e a Lei da Atração”; e o último da série será “Espiritualidade e a Lei da Atração”.

Revisitar este material transformador de vida para a preparação da publicação deste livro tem sido uma experiência encantadora para Esther e eu, pois nos lembramos novamente destes princípios básicos e simples que os Abraham discutiram conosco no começo de nossa interação.

Desde o princípio Esther e eu pretendemos aplicar à nossas vidas o que os Abraham têm ensinado. E nossa experiência de crescimento jubiloso foi notável: após duas décadas praticando estes princípios, Esther e eu ainda estamos apaixonados. (Muito embora tenhamos acabado de completar agora a construção desta nova casa na Califórnia, e estamos no processo de construção de uma nova casa em nosso complexo empresarial no Texas, gostamos tanto de estar um com o outro que ainda gastaremos a maior parte do próximo ano viajando em nosso Motor Maratona [o ônibus], de 13

metros, de seminário a seminário).



Não temos feito nenhum exame médico (ou seguro) durante 20 anos. Estamos livres de débitos e pagaremos mais impostos este ano do que a soma de todo o dinheiro que ganhamos em todos os anos antes da orientação dos Abraham – e embora todo nosso dinheiro ou toda nossa boa saúde possam nos fazer felizes, Esther e eu ainda estamos encontrando modos de sermos felizes de qualquer maneira.

E, assim, é com extraordinária alegria que podemos lhe dizer – de nossa própria experiência pessoal: Isto funciona!

(**Nota do editor:** Por favor, note que, já que nem sempre há “palavras físicas” em inglês para expressar perfeitamente os pensamentos não-físicos que Esther recebe, às vezes ela forma novas combinações de palavras, assim como quando usa palavras padronizadas de novos modos – por exemplo, deixando-as em maiúsculo quando normalmente elas não seriam assim – de maneira a expressar novos modos de olhar para modos antigos de olhar a vida).

Parte I

Pivotando e O Livro dos Aspectos Positivos

♦ Sua História e a Lei da Atração

Todo e cada componente que compõe sua experiência de vida são trazidos para você pela resposta da poderosa Lei da Atração aos pensamentos que você tem e pela história que você conta sobre sua vida. Seu dinheiro e ativos financeiros; o estado de bem-estar de seu corpo, clareza, flexibilidade, tamanho e forma; seu ambiente de trabalho, como você é tratado, satisfação profissional e recompensas - realmente, igualmente a felicidade de sua experiência de vida em geral – tudo está acontecendo por causa da história diária que você conta de sua vida, é nossa garantia absoluta a você que sua vida se tornará uma história melhorada. Pois, pelo poder da Lei da Atração, deve ser!

♦ A vida às vezes parece ser injusta?

Você quis mais sucesso e se aplicou bem, fazendo tudo o que todo mundo disse que você deveria fazer, mas o sucesso que você tem buscado está demorado. Você tentou muito arduamente, especialmente no início, aprender todas as coisas certas, estar nos lugares certos, fazer as coisas certas, dizer as coisas certas...mas, constantemente as coisas não pareciam estar melhorando nada.

Antes, em sua vida, quando você estava inicialmente mergulhando seu dedo na idéia de alcançar sucesso, você encontrava satisfação em satisfazer as expectativas dos outros que dispunham as regras para o sucesso. Os professores, pais e mentores que lhe cercavam pareciam confiantes e convencidos conforme dispunham as regras para o sucesso:

"Sempre seja pontual; sempre faça seu melhor; lembre-se de trabalhar duro; sempre seja honesto; se esforce pela grandeza; ande o quilômetro extra; não há ganho sem dor; e, mais importante, nunca desista...”

Mas, com o tempo, sua busca por satisfação em ganhar a aprovação dos que dispunham estas leis minguou quando seus princípios de sucesso – não importa

quão duro você tenha tentado – não lhe renderam os resultados prometidos. E foi mais desanimador ainda quando você olhou para trás para obter alguma perspectiva de todo o quadro e percebeu que os princípios deles não estavam, em sua maioria, trazendo sucesso real nem para eles. E então, para deixar as coisas ainda piores, você começou a encontrar outros (que claramente não estavam seguindo aquelas regras) que estavam obtendo sucesso à parte da fórmula que você tinha tão diligentemente aprendido e aplicado.

E, assim, você se pegou perguntando: "O que está acontecendo aqui? Como os que estão trabalhando tão duro recebem tão pouco enquanto os que parece trabalhar tão pouco recebem tanto? Minha educação cara ainda não foi paga – e aquele multimilionário já saiu da universidade. Meu pai trabalhou duro todos os dias de sua vida – e nossa família teve que pedir emprestado o dinheiro para pagar seu funeral…

Por que meu trabalho árduo não me paga do modo como seria suposto que me pagasse?

Por que tão poucos realmente ficam ricos enquanto a maioria de nós luta para apenas sobreviver? O que estou perdendo? O que estas pessoas prósperas sabem que eu não sei?".

♦ "Fazer o seu melhor" ainda não é o bastante?

Quando você está fazendo tudo no que pode pensar, verdadeiramente tentando seu melhor para fazer o que lhe disseram que era suposto para lhe trazer sucesso e o sucesso não vem, é fácil se sentir na defensiva e eventualmente até mesmo bravo com aqueles que estão demonstrando evidência do sucesso que você deseja. Você até mesmo se pega às vezes condenando o sucesso deles simplesmente porque é muito doloroso vê-los vivendo o sucesso que continua iludindo você. E é por esta razão – em resposta a esta condição crônica nos negócios financeiros de sua cultura – que oferecemos este livro.

Quando você entra no estado de condenar abertamente o sucesso financeiro que você almeja, não apenas o sucesso financeiro nunca chega para você como também você está esquecendo dos direitos naturais à sua saúde e felicidade.

Muitos, na verdade, chegam a esta incorreta conclusão de que os outros, no ambiente físico deles, se uniram em algum tipo de conspiração para mantê-los longe do sucesso.

Pois eles acreditam, de todo o coração, que eles fizeram todo o possível para alcançar o sucesso e o fato de o sucesso ainda não ter vindo tem que seguramente significar que há alguma força inimiga em funcionamento que os está privando daquilo que eles desejam.

Mas queremos lhe assegurar de que nada igual a isto está no coração da ausência do que 7

você deseja, ou na presença das coisas que você gostaria de remover de sua experiência.

Ninguém pode ou alguma vez poderia ter lhe privado de seu sucesso – ou lhe provido disto. Seu sucesso é com você. Ele está todo sob seu controle. E estamos escrevendo este livro agora de forma que, finalmente, de uma vez por todas, seu sucesso possa estar sob seu controle deliberado e consciente.

♦ **Tudo o que posso desejar, posso alcançar** Está na hora de você voltar à verdadeira natureza de seu Ser e de viver conscientemente o sucesso que a experiência de sua própria vida lhe ajudou a determinar que você deseja. E, assim, quando você deliberadamente relaxar, exatamente agora, respirar profundamente e ler com regularidade, você começará a, gradual, mas seguramente, se lembrar como todo sucesso vem, pois você inerentemente já entende isto e, assim, você certamente sentirá ressonância com estas verdades absolutas quando ler a respeito delas aqui.

As Leis Eternas do Universo são consistentes e seguras, e continuamente mantêm, sempre, a garantia da expansão e felicidade. Elas estão sendo apresentadas a você aqui em um ritmo poderoso de compreensão que começarão pequenas em você e, então, expandirão com cada página que você ler, até que você re-desperte no conhecimento de seu propósito e de seu próprio poder pessoal conforme você se lembra de como acessar o poder do Universo que cria mundos.

Se esta realidade tempo-espacial tiver nela a habilidade de inspirar um desejo em você, é infalível que esta realidade tempo-espacial tem a habilidade de lhe render uma manifestação completa e satisfatória deste mesmo desejo. É a Lei.

♦ **Alcançar o Sucesso é meu direito natural** A maioria das pessoas assume naturalmente que se a vida delas não está do modo que elas querem, algo fora delas mesmo deve estar impedindo a melhorar, pois ninguém deliberadamente

seguraria o próprio sucesso. Mas embora apontar a culpa para os outros possa fazer se sentir melhor do que assumir a responsabilidade pelas condições não desejadas, há uma repercussão negativa muito grande em acreditar que algo fora de você é a razão para sua própria falta de sucesso: quando você dá o crédito ou a culpa aos outros por seu sucesso ou falta dele – você é impotente para fazer qualquer mudança.

Quando você deseja sucesso, mas - de sua perspectiva - você não o está vivenciando, a níveis muito profundos de seu Ser você reconhece que algo está errado. E quando este forte sentimento de discórdia pessoal amplia sua consciência de que você não está obtendo o que quer, frequentemente isto põe em movimento outras posturas que evocam ciúme dos que estão tendo mais sucesso; ressentimento a uma miríade de pessoas que você gostaria de culpar por sua falta de sucesso; ou mesmo o denegrir-se, que é a posição mais dolorosa e contraproducente de todas. E afirmamos que este motim incômodo não é apenas normal, mas é a resposta perfeita a seu sentimento de falta de sucesso.

8

Seu desconforto emocional é um indicador poderoso de que algo está muito errado. É

suposto que você tenha sucesso e de que a falha deva ser sentida como má para você. É

suposto que você esteja bem e que a doença não deva ser aceita. É suposto que você se expanda, e a estagnação seja intolerável. É suposto que a vida fique bem para você – e quando não está, há algo errado.

Mas, o que está errado não é que uma injustiça aconteceu, ou que os deuses da boa fortuna não estão focando em você, ou que alguém recebeu o sucesso que deveria ser seu. O que está errado é que você está fora da harmonia com seu próprio Ser, com quem-você-realmente-é, com o que a vida fez você pedir, com o que você expandiu, e com as leis consistentes do Universo. O que está errado não é que há algo fora de você sobre o qual você não tenha controle. O que está errado está dentro de você – e você tem controle. E ter controle não é difícil, uma vez que você entenda a base de quem-você-é e o básico da Lei da Atração, e o valor de seu Sistema de Orientação Emocional pessoal com o qual você nasceu, que é sempre ativo, sempre presente e fácil de entender.

♦ **O dinheiro não é a raiz do mal ou da felicidade** Este importante assunto "dinheiro" e "sucesso financeiro" não é a "raiz de todo mal"

como muitos disseram – nem é o caminho para a felicidade. Porém, como o tema

"dinheiro" toca a maioria de vocês de um modo ou outro, centenas, ou até milhares de vezes diariamente, ele é um amplo fator em sua estrutura vibracional e em seu ponto pessoal de atração. Assim, quando você é capaz de, com sucesso, controlar algo que afeta a maioria de vocês todo o dia, diariamente, você terá realizado algo bastante significativo. Em outras palavras, como uma alta porcentagem de seus pensamentos em qualquer dia determinado reside em torno do tópico dinheiro ou sucesso financeiro, assim que você é capaz de guiar deliberadamente seus pensamentos, não apenas é certo que seu sucesso financeiro tem que ser melhorado, mas a evidência deste sucesso preparará você para a melhora deliberada em todo aspecto de sua experiência de vida.

Se você é um estudante da Criação Deliberada, se você quer criar sua própria realidade conscientemente, se você deseja controle de sua própria experiência de vida, se você quer a completa realização de sua razão de ser, então sua compreensão destes tópicos predominantes – dinheiro e a Lei da Atração – lhe servirão enormemente bem.

♦ **Eu Sou o Atrator de toda minha experiência** É suposto que você viva uma experiência expansiva, divertida, de bom sentimento. Este era seu plano, quando você tomou a decisão de vir focado em seu corpo físico nesta realidade tempo-espacial. Você esperava que esta vida física fosse excitante e recompensadora. Em outras palavras, você sabia que a variedade e o contraste lhe estimulariam a expandir desejos e você também sabia que qualquer e todos os desejos seriam completa e facilmente realizados por você. Você sabia também que não haveria fim para a expansão de novos desejos.

Você entrou em seu corpo cheio de excitação em relação às possibilidades que esta experiência de vida lhe inspiraria, e aquele desejo que você manteve no início não emudeceu pela trepidação ou dúvida, pois você sabia de seu poder e sabia que esta experiência de vida e todos os seus contrastes seriam chão fértil para a expansão maravilhosa. A maioria de vocês sabia que estava vindo para esta experiência de vida com um Sistema de Orientação para lhes ajudar a

permanecer verdadeiros à sua intenção original bem como às suas intermináveis intenções retificadoras que nasceriam desta experiência de vida. Em resumo, você sentiu uma avidez por esta realidade tempo-espacial quase desafia a descrição física.

Você não era um novato – muito embora você estivesse começando em seu corpo físico pequenino – mas, ao contrário, você era um gênio criativo poderoso, recém focado num novo ambiente de Linha de Ponta. Você sabia que haveria um tempo de ajuste enquanto redefinia uma plataforma a partir da qual você começasse seu processo de criação deliberada e você não estava nem um pouco preocupado com o tempo do ajuste. Na verdade, você gostou bastante do ninho no qual você nasceu e dos que estavam ali para lhe cumprimentar em seu novo ambiente físico. E embora você não pudesse falar a linguagem do idioma deles – e embora você tenha sido percebido por aqueles que lhe cumprimentaram como novinho, e desconhecedor, e precisando da orientação deles –

você possuía estabilidade e o conhecimento de que a maioria deles havia partido há bastante tempo.

Você nasceu sabendo que você é um Ser poderoso, que você é bom, que você é o criador de sua experiência e de que a Lei da Atração é a base de toda a criação aqui em seu novo ambiente. Você se lembrava, então, que a Lei da Atração (a essência de que semelhante atrai semelhante) é a base do Universo e você sabia que isto lhe serviria bem. E assim é.

Você ainda se lembra, então, de que você é o criador de sua própria experiência. Mas, ainda mais importante, você se lembrava de que faz isso através de seu pensamento, não de suas ações. Você não estava desconfortável sendo um pequeno infante que não oferecia ações ou palavras, pois você se lembrava do Bem-Estar do Universo, você lembrava de suas intenções ao vir para seu corpo físico, e você sabia que haveria muito tempo para se aclimatar à linguagem e modos de seu novo ambiente; e, mais importante de tudo, você sabia que muito embora você não fosse capaz de traduzir seu vasto conhecimento do ambiente Não-Físico diretamente em palavras físicas e descrições, não importaria, pois as coisas mais importantes para lhe colocarem em um caminho de alegre criação já estavam enfaticamente no lugar: você sabia que a Lei da Atração estava consistentemente presente e que seu Sistema de Orientação estava imediatamente ativo. E, mais que tudo, você sabia que através da tentativa, o que alguns podem chamar de “erro”, você eventualmente se tornaria completa e

conscientemente reorientado em seu novo ambiente.

♦ **Eu sabia da consistência da Lei da Atração** O fato de a Lei da Atração permanecer constante e estável no Universo foi um grande fato em sua confiança quando você veio para este novo ambiente físico, pois você sabia 10

que o retorno da vida lhe ajudaria a se lembrar e ganhar seu posicionamento. Você se lembrava que a base de tudo é vibração e que a Lei da Atração responde a estas vibrações e, em essência, as organiza, trazendo coisas de mesma vibração juntas enquanto mantêm aquelas não similares à parte.

E, assim, você não se preocupava sobre não ser capaz de articular aquele conhecimento imediatamente ou de explicá-lo àqueles ao seu redor que aparentemente esqueceram tudo que sabiam sobre isso, porque você sabia que a consistência desta poderosa Lei logo se mostraria a você através dos exemplos de sua própria vida. Você sabia, então, que não seria difícil entender que tipos de vibrações você estava emitindo porque a Lei da Atração lhe traria constante evidência de quaisquer que fossem suas vibrações.

Em outras palavras, quando você se sente oprimido, as circunstâncias e as pessoas que lhe poderiam ajudar saem de seu sentimento de opressão, não o podem achar, nem você as pode achar. Mesmo quando você tenta arduamente encontrá-las, você não consegue.

E as que vêm, não lhe ajudam, ao contrário, elas somam-se a seu sentimento de opressão.

Quando você se sente maltratado – a justiça não pode lhe encontrar. Sua percepção de seu maltrato e a vibração conseqüente que você emite por causa de sua percepção lhe previne de qualquer coisa que você consideraria justa de vir para você.

Quando você está enterrado na decepção ou no medo de não ter os recursos financeiros que acredita precisa, os dólares – ou as oportunidades que lhe trariam os dólares –

continuam iludindo você...não porque você é ruim ou não merecedor, mas porque a Lei da Atração compatibiliza as coisas que são semelhantes, não as coisas que não são semelhantes.

Quando você se sente pobre – apenas as coisas que são similares à pobreza podem vir para você. Quando você se sente próspero – apenas coisas que são similares à prosperidade podem vir para você. Esta Lei é consistente; e se você prestar atenção, ela lhe ensinará, através da experiência de vida, como ela funciona. Quando você se lembra disto, você obtém a essência daquilo no qual você pensa – e então você percebe que está conseguindo – você tem as chaves para a Criação Deliberada.

♦ O que queremos dizer com Vibração?

Quando nós falamos de vibração, na verdade estamos chamando sua atenção para a base de sua experiência, pois tudo é baseado realmente em vibração. Nós poderíamos usar a palavra “Energia” permutavelmente e há muitos outros sinônimos em seu vocabulário que se aplicam com precisão.

A maioria entende as características vibracionais do som. Às vezes quando as notas baixas, profundas, de seu instrumento musical são tocadas em alto som, você pode até mesmo sentir a natureza vibracional do som.

Queremos que você entenda que sempre que você "ouve" algo, você está interpretando vibração no som que está ouvindo.

O que você ouve é sua interpretação de vibração; o que você ouve é sua interpretação única da vibração. Cada um de seus sentidos físicos, visão, audição, olfato, paladar e tato, existem porque tudo no Universo está vibrando e seus sentidos físicos estão lendo as vibrações e lhe dando percepção sensória das vibrações.

Então, quando você entende que vive em um Universo pulsante, vibrante, de harmonia avançada, e que no âmago de seu Ser você está vibrando ao que poderia apenas ser descrito como perfeição em equilíbrio vibracional e harmonioso, então você começa a entender vibração do modo como estamos projetando.

Tudo o que existe, em seu ar, em sua sujeira, em sua água e em seus corpos, é vibração em movimento - e tudo é administrado pela poderosa Lei da Atração.

Você não poderia ordenar isso se quisesse. E não há necessidade de que você

ordene, porque a Lei da Atração está fazendo a ordenação, continuamente trazendo coisas de vibrações similares juntas enquanto as coisas de natureza vibracional diferentes estão sendo repelidas.

Suas emoções, que realmente são os intérpretes mais poderosos e importantes de seus seis intérpretes vibracionais, lhe dão constante retorno sobre a harmonia de seus pensamentos correntes (vibrações) quando elas comparam a harmonia do estado de seu âmago vibracional.

O mundo Não-Físico é vibração.

O mundo físico que você conhece é vibração.

Não há nada que exista fora desta natureza vibracional.

Não há nada que não seja administrado pela Lei da Atração.

Sua compreensão sobre a vibração o ajudará a unir conscientemente ambos os mundos.

Você não tem que entender seu complexo nervo ótico ou seu córtex primário visual de maneira a ver. Você não tem que entender a eletricidade para ser capaz de acender a lâmpada, e você não tem que entender vibrações de maneira a sentir a diferença entre harmonia ou discórdia.

Quando você aprende a aceitar sua natureza vibracional e começa a utilizar conscientemente seus indicadores emocionais vibracionais, você ganha controle consciente de suas criações pessoais e dos resultados de sua experiência de vida.

♦ **Sempre que eu me sinto abundante, a abundância me encontra** Quando você faz a correlação consciente entre o que você tem sentido e o que está acontecendo em sua experiência de vida, agora você está capacitado a fazer mudanças.

Se você não está fazendo esta correlação e continua a emitir pensamentos de falta sobre as coisas que você quer, as coisas que você quer continuarão iludindo-o.

As pessoas constantemente, nesta incompreensão, começam a dar poder às coisas fora delas mesmas de maneira a explicar o motivo pelo qual elas não estão prosperando da maneira como gostariam: Não estou prosperando porque nasci no ambiente errado; Não estou prosperando porque meus pais não prosperaram, então eles não puderam me ensinar como fazer isto; Não estou prosperando porque estas pessoas acima de mim estão prosperando e eles tiram os recursos que deveriam ser meus; Não estou prosperando porque fui enganado, porque não sou merecedor, porque não vivi do modo correto no passado, porque o governo ignora meus direitos, porque meu marido não faz a parte dele...porque, porque, porque...

E queremos lhe lembrar que seu “não estou prosperando” é apenas porque você está emitindo uma vibração que é diferente da vibração de prosperidade. Você não pode se sentir pobre (e vibrar pobreza) e prosperar. A abundância não pode lhe encontrar a menos que você ofereça uma vibração de abundância.

Muitos perguntam: "Mas se eu não estou prosperando, então como afinal posso oferecer uma vibração de prosperidade? Eu não tenho que prosperar antes de poder oferecer a vibração de prosperidade?”.

Concordamos que certamente é fácil manter uma condição de prosperidade quando ela já está em sua experiência, porque então tudo o que você tem que fazer é perceber o bem que está vindo e sua observação disto manterá isto vindo. Mas se você permanecer na ausência de algo que você quer, tem que encontrar um modo de sentir a essência disso – mesmo antes de isso vir – ou isso não virá.

Você não pode deixar seu oferecimento vibracional vir apenas em resposta ao que-é e só então mudar o que-é. Você tem que encontrar um modo de sentir a excitação ou satisfação de seus sonhos correntes irrealizados antes de esses sonhos poder se tornar sua realidade. Encontre um modo de deliberadamente imaginar um cenário com o propósito de oferecer uma vibração e, com o propósito de a Lei da Atração compatibilizar sua vibração com a manifestação da vida real... Quando você pede pela manifestação antes da vibração, você pede o impossível. Quando você está disposto a oferecer a vibração antes da manifestação, todas as coisas são possíveis. É a Lei.

♦ **Ao invés de por padrão, viva a vida deliberadamente** Nós estamos dando este livro a você para lhe lembrar das coisas que você já sabe em algum nível, portanto, para reativar aquele conhecimento vibracional em você. Não é possível

que você leia estas palavras, que representam o conhecimento que você mantém a partir de sua Perspectiva Mais Ampla, sem que um reconhecimento deste conhecimento não comece a fluir a partir de dentro.

Este realmente é o tempo de despertar - o tempo de se lembrar de seu poder pessoal e de sua razão de ser. Então, respire fundo, faça um esforço para se pôr confortável e, lentamente, leia o conteúdo deste livro para se recolocar em sua essência original vibracional...

Bem, aqui está você, em um maravilhoso estado de ser: não mais uma criança sob o controle dos outros, relativamente aclimatado em seu ambiente físico e agora – através 13

da leitura deste livro – retornando ao reconhecimento do completo poder de seu Ser...não mais golpeado pela Lei da Atração como um pequeno pedaço de cortina ou um mar furioso, mas finalmente se lembrando e ganhando controle de seu próprio destino, final e deliberadamente guiando sua vida dentro da poderosa Lei da Atração ao invés de respondendo em uma atitude padrão e simplesmente levando a vida conforme ela acontece. De forma a fazer isto, você tem que contar uma história diferente. Você tem que começar a contar a história de sua vida como você agora quer que ela seja e descontinuar os contos de como ela foi ou de como ela é.

♦ **Conte a história que você quer vivenciar** Para viver deliberadamente, você tem que pensar deliberadamente; e para fazer isto, você tem que ter um ponto de referencia, de maneira a determinar a direção correta de seu pensamento. Exatamente agora, como no tempo de seu nascimento, os dois fatores necessários estão no lugar. A Lei da Atração (a mais poderosa e consistente Lei no Universo) abunda. E seu Sistema de Orientação está em você, todos na fila e prontos para lhe dar um retorno direcional. Você tem apenas uma coisa aparentemente pequena, mas potencialmente transformadora de vida, a fazer: Você tem que começar a contar sua história de um novo modo. Você tem que contá-la como quer que ela seja.

Quando você conta a história de sua vida (e você faz isso quase diariamente, com suas palavras, seus pensamentos e suas ações), você tem que se sentir bem enquanto a conta.

A todo o momento, sobre todo assunto, você pode focar positiva ou

negativamente, pois em toda partícula do Universo – em todo momento do tempo e além – há aquilo que é desejado e a falta do que é desejado, pulsando ali para que você escolha entre eles. E

como estas escolhas constantes se revelam para você, você tem a opção de se focar sobre o que quer ou sobre a falta do que quer em relação a todo assunto, porque todo assunto é realmente dois assuntos: o que você quer ou a ausência do que você quer.

Você pode contar, pelo modo como se sente, sobre que escolha você está correntemente se focando – e você pode mudar sua escolha constantemente.

♦ **Todo assunto realmente compreende dois assuntos** Abaixo, alguns exemplos para lhe ajudar a ver como todo assunto é realmente dois assuntos:

Abundância / Pobreza (ausência de abundância) Saúde / Doença (ausência de saúde)

Felicidade / Tristeza (ausência de felicidade) Clareza / Confusão (ausência de clareza)

Energia / Cansaço (ausência de Energia)

Conhecimento / Dúvida (ausência de conhecimento) Interesse / Tédio (ausência de interesse)

Eu posso fazer isso / eu não posso fazer isso Eu quero aquele carro / eu não posso pagar

Eu quero me sentir bem / eu não sinto bem

Eu quero mais dinheiro / eu não tenho dinheiro o bastante Eu quero mais dinheiro / eu não sei conseguir mais dinheiro 14

Eu quero mais dinheiro / Aquela pessoa está ganhando mais dinheiro do que lhe é devido

Eu quero ser esbelto / eu sou gordo

Eu quero um carro novo / Meu carro é velho

Eu quero um amor / eu não tenho um amor

Quando você lê esta lista, é indubitavelmente óbvio para você o que consideramos ser a melhor escolha em cada exemplo, mas há uma coisa simples e importante que você pode estar esquecendo. Há uma tendência,quando você lê uma lista como esta, de sentir uma necessidade de declarar a verdade efetiva sobre o tema (“contar isto como isto é”) ao invés de fazer a declaração do que você deseja. Esta tendência sozinha é responsável por mais des-criação e mais desaprovação pessoal das coisas desejadas do que todas as outras coisas juntas, e, assim, os exemplos e exercícios oferecidos neste livro lhe ajudarão a se orientar em direção do que é desejado, não para explicar o que já é. Você tem que começar a contar uma história diferente se você quer que a Lei da Atração lhe traga coisas diferentes.

♦ Qual é a história que você está contando agora?

Um modo muito efetivo de começar a contar aquela nova história é escutar as coisas que agora você está dizendo durante seu dia e, então quando você se pegar no meio de uma declaração que é contrária ao que você quer, pare e diga: Bem, sei claramente o que é que não quero. O que é que quero?

Então, deliberada e enfaticamente faça outra declaração de desejo.

Eu odeio este carro feio, velho, inseguro.

Eu quero um carro bonito, novo, seguro.

Eu estou gordo.

Eu quero ser esbelto.

Meu chefe não me aprecia.

Eu quero ser apreciado por meu chefe.

Muitos protestariam, reclamando que uma simples reformulação de palavras de uma sentença não fará um carro brilhantemente novo aparecer em sua calçada, ou mudar seu corpo obeso para um esbelto, ou fazer com que seu chefe mude repentinamente a personalidade dele e comece a lhe tratar de modo diferente – mas eles estariam errados.

Quando você deliberadamente se foca sobre qualquer tema desejado, proclamando constantemente que isto é como você quer que seja, com o tempo você vivencia uma mudança real no modo como se sente sobre o tema, o que indica uma mudança vibracional.

15

Quando sua vibração muda, seu ponto de atração muda, e, pela poderosa Lei da Atração, sua evidência manifestacional ou indicador tem que mudar também. Você não pode falar constantemente das coisas que quer experimentar em sua vida sem o Universo lhe entregar a essência destas coisas a você.

♦ **O Processo da Pivotagem pode reorientar minha vida** O Processo da Pivotagem é um reconhecimento consciente de que todo tema é realmente dois temas e, então, uma oração deliberada, ou pensamento, sobre o aspecto desejado do tema. Pivotar lhe ajudará a ativar em você mesmo os aspectos que você deseja em relação a todos os temas; e uma vez que você realize isto, a essência das coisas que você deseja, em todos os assuntos, tem que vir para sua experiência.

Há um importante esclarecimento que nós temos que fazer aqui: Se você está usando palavras que falam de algo que você deseja embora ao mesmo tempo você esteja sentindo dúvida sobre suas próprias palavras, suas palavras não lhe trazem o que você quer, pois o modo como você está sentindo é a verdadeira indicação da direção criativa de seu pensamento-vibração. A Lei da Atração não está respondendo à suas palavras, mas à vibração que está emanando de você.

Porém, uma vez que você não pode falar do que quer e do que não quer ao mesmo tempo, quanto mais você fala do que quer, menos freqüentemente falará do que não quer. E se você for sério sobre contar como quer que seja, ao invés de como está, você irá, com o tempo (e normalmente em bem pouco tempo), mudar o equilíbrio de sua vibração. Se você falar disto o bastante, você começará a sentir o que fala.

Mas há algo ainda mais significativamente poderoso sobre este Processo de Pivotagem: quando a vida parece ter orientado você negativamente em direção à falta de algo que você quer, e quando você faz a declaração “Eu sei o que eu não quero; o que é que eu quero?”, a resposta a esta pergunta é convocada de dentro de você e, neste mesmo momento, o início de uma troca vibracional ocorre. A

pivotagem é uma ferramenta poderosa que instantaneamente melhorará sua vida.

♦ **Eu sou o Criador de Minha Experiência de Vida** Você é o criador de sua própria experiência de vida e como o criador de sua experiência é importante entender que não é pela virtude de sua ação, que não é pela virtude do seu fazer – não é nem pela virtude do que você está dizendo – que você cria. Você cria pela virtude do pensamento que você está emitindo.

Você não pode falar ou oferecer uma ação sem a vibração do pensamento ocorrendo ao mesmo tempo; porém, você está constantemente oferecendo um pensamento-vibração sem oferecer palavras ou ação. As crianças, ou bebês, aprendem a imitar a vibração dos adultos que os cercam longo antes de aprendessem a imitar as palavras deles.

Todo pensamento que você tem possui sua própria freqüência vibracional. Cada pensamento que você emite, tenha ele vindo para você de sua memória, seja ele uma influência de um outro, ou seja um pensamento que se tornou a combinação de algo que você estava pensando e algo que outra pessoa estava pensando – todo pensamento no 16

qual você está ponderando em seu agora – está vibrando num freqüência muito pessoal...e pela poderosa Lei da Atração (a essência do que é semelhante atraindo o que é semelhante), aquele pensamento agora está atraindo outro pensamento, e outro, e outro, e outro, até que ocasionalmente os pensamentos serão poderosos o bastante para atrair uma situação da “vida real”, ou manifestação.

Todas as pessoas, circunstâncias, eventos e situações são atraídos para você pelo poder dos pensamentos que você está tendo. Uma vez que você entenda que está literalmente pensando ou vibrando coisas para o ser, você pode descobrir uma nova resolução em você para dirigir mais deliberadamente seus próprios pensamentos.

♦ **Pensamentos alinhados são pensamentos que fazem você se sentir bem** Muitas pessoas acreditam que há mais para o Ser do que é representado na realidade física delas, como a pessoa de sangue e osso que eles sabem ser. Como as pessoas lutam com formas de rotular essa parte mais ampla delas mesmas, usam palavras como

“alma”, “fonte” ou “Deus”. Nós recorremos àquela parte mais ampla, mais

antiga, mais sábia de você como seu Ser Interior, mas o rótulo que você escolhe para descreve esta parte Eterna de você não é importante. O que é extremamente significante é que você entenda que o Você mais amplo existe, e existirá eternamente, e atua numa parte muito ampla na experiência que você está vivendo aqui no planeta Terra. Todo pensamento, palavra ou ação que você ofereça atua contra o fundo desta Perspectiva Mais Ampla.

Realmente, a razão pela qual, em qualquer momento, onde você sabe claramente o que não quer, você enfaticamente percebe o que é que você quer porque a parte mais ampla de você está dando a atenção não dividida dela ao que você quer.

Quando você faz um esforço consciente para orientar seus pensamentos, diariamente, mais na direção do que você quer, você começa a se sentir melhor e melhor porque a vibração que está ativada por seu pensamento-sentimento melhorado fica mais compativelmente íntima à vibração de sua parte mais ampla Não-Física. Seu desejo de ter pensamentos que o façam se sentir bem lhe guiarão para o alinhamento com a Perspectiva Mais Ampla de seu Ser Interior. De fato, não é possível que você se sinta bem em qualquer momento a menos que os pensamentos que você está pensando exatamente agora sejam um Compatibilizador Vibracional com os pensamentos de seu Ser Interior.

Por exemplo, seu Ser Interior se foca sobre seu valor – quando você identifica alguma falha em si mesmo, a emoção negativa que você sente é relacionada à discórdia vibracional ou resistência. Seu Ser Interior escolhe se focar apenas sobre coisas pelas quais sinta amor – quando você está se focando sobre algum aspecto de alguém ou algo que você detesta, você se focou no desequilíbrio do alinhamento com seu Ser Interior.

Seu Ser Interior se foca apenas no sucesso – quando você escolhe ver algo que está fazendo como fracasso, você está fora do alinhamento com a perspectiva de seu Ser Interior.

Escolhendo pensamentos de bom-sentimento e falando mais do que você quer e menos do que não quer, você se sintonizará suavemente à freqüência vibracional de seu Ser Interior mais amplo, mais sábio. Estar em alinhamento vibracional com esta Perspectiva Mais Ampla, enquanto vive sua própria experiência de vida física, é verdadeiramente o melhor de todos os mundos porque quando você

alcança alinhamento vibracional com a Perspectiva Mais Ampla, você vê seu mundo a partir desta Perspectiva Mais Ampla. Ver seu mundo através dos olhos da Fonte verdadeiramente é a visão mais espetacular da vida, pois a partir deste ponto vibracional vantajoso você está em alinhamento com – e, então, no processo de atrair – apenas o que você considera ser o máximo do melhor de seu mundo.

Esther, a mulher que traduz a vibração dos Abraham em palavras faladas ou escritas, faz isso relaxando e deliberadamente permitindo que a vibração de seu próprio Ser se eleve até que ele se harmonize com a vibração Não-Física dos Abraham. Ela tem feito isto por muitos anos e isto se tornou uma coisa bastante natural para ela. Há muito tempo ela entendeu a vantagem de alinhar sua vibração de forma que pudesse traduzir nosso conhecimento efetivamente para outros amigos físicos, mas ela realmente não tinha entendido um outro benefício maravilhoso deste alinhamento até uma linda manhã de primavera quando caminhava pela calçada para abrir o portão para seu companheiro, que entraria de automóvel.

Enquanto ela estava ali esperando, contemplou o céu e o achou mais bonito do que ele havia parecido antes: ele estava rico em cor e o contraste do céu azul brilhante e as nuvens notavelmente brancas lhe deixaram pasma. Ela podia ouvir as doces canções dos pássaros que estavam tão longe que ela não os podia ver, mas o lindo som deles fez com que ela tremesse de excitação quando ela os ouvia. Eles soavam como se estivessem ali sobre a cabeça dela, ou sentados no ombro dela. E então ela se tornou ciente de muitas fragrâncias deliciosas diferentes fluindo das plantas, e das flores, e da terra, movendo-se no vento e envolvendo-a. Ela se sentia viva, feliz e apaixonada com seu lindo mundo. E

ela disse bem alto: Nunca haverá em todo o Universo, um momento mais bonito no tempo do que este, aqui mesmo, exatamente agora!

E então ela disse: “Abraham, são vocês, não é?”. E nós sorrimos, um sorriso muito largo, através dos lábios dela, pois ela nos pegou espreitando através de seus olhos, ouvindo através de seus ouvidos, cheirando através de seu nariz, sentindo através de sua pele.

“Com certeza”, dissemos, “estamos desfrutando da delicia de seu mundo físico através de seu corpo físico”.

Esses momentos em sua vida, quando você sente alegria absoluta, são momentos de alinhamento completo com a Fonte em você. Esses momentos, quando você sente atração poderosa a uma idéia, ou interesse perspicaz, também são momentos de alinhamento completo. Na realidade, quanto melhor você se sente, mais em alinhamento você está com sua Fonte – com quem-você-realmente-é.

Este alinhamento com sua Perspectiva Mais Ampla, não apenas lhe permitirá agilizar a realização das grandes coisas que você quer na vida – como relacionamentos maravilhosos, carreiras satisfatórias e os recursos para fazer as coisas que você realmente quer fazer – mas esse alinhamento consciente realçará todos os momentos de 18

seu dia. Quando você se alinha com a perspectiva de seu Ser Interior, seus dias são repletos com momentos maravilhosos de clareza, satisfação e amor. E esse verdadeiramente é o modo como você pretendia viver enquanto estivesse aqui neste lugar maravilhoso, nesta época maravilhosa e neste corpo maravilhoso.

♦ **Eu posso escolher me sentir melhor deliberadamente** A razão pela qual Esther foi capaz de permitir aquela perspectiva completa dos Abraham fluir através dela, lhe provendo tal experiência deliciosa, foi porque ela tinha começado aquele dia procurando por razões para se sentir bem. Ela procurou pela primeira coisa para se sentir bem enquanto ainda estava deitada em sua cama e aquele pensamento de bom sentimento atraiu outro, e outro, e outro, e outro, e outro, até que, no momento em que ela chegou ao portão (o que aconteceu aproximadamente duas horas depois), em virtude de sua escolha deliberada por pensamentos, ela trouxe sua freqüência vibracional a um nível que estava próximo o bastante para compatibilizar-se à de seu Ser Interior e seu Ser Interior foi capaz de facilmente interagir com ela.

Não apenas o pensamento que você escolhe exatamente agora atrai o próximo pensamento e o próximo...e assim sucessivamente – isto também lhe dá as bases de seu alinhamento com seu Ser Interior. Quando você pensa consistente e deliberadamente e fala mais do que você quer e menos do que não quer, você se pega mais constantemente em alinhamento com a essência pura, positiva, de sua própria Fonte; e sob estas condições suas vida será extremamente agradável para você.

♦ **A doença poderia ser causada por emoção negativa?**

A experiência de Esther no portão foi realçada dramaticamente pelo alinhamento vibracional dela com a Fonte e, consequentemente, com seu Bem-Estar absoluto. Mas é possível também para você experienciar a oposto desta experiência realçada se você estiver fora do alinhamento coma Fonte e o Bem-Estar. Em outras palavras, indisposição e doenças, ou falta de Bem-Estar, ocorre quando você não permite seu alinhamento com o Bem-Estar.

Sempre que você sofre emoção negativa (medo, dúvida, frustração, solidão, e assim por diante), este sentimento de emoção negativa foi o resultado de você ter tido um pensamento que não vibrava numa freqüência harmônica com seu Ser Interior. Através de todas as suas experiências de vida – física e Não-Física – seu Ser Interior, ou o Você Total, tem evoluído para um estado de sabedoria. Assim, sempre que você está conscientemente focado em um pensamento que não se harmoniza com o que seu Ser Interior conhece - o sentimento resultante em você será de emoção negativa.

Se você se sentasse sobre suas pernas e cortasse a circulação do fluxo sanguíneo, ou se você colocasse um torniquete ao redor de seu pescoço e restringisse o fluxo de oxigênio, você sentia a evidência imediata da restrição. E, da mesma maneira, quando você tem pensamentos que não estão em harmonia com os pensamentos de seu Ser Interior, o fluxo da Força de Vida, ou Energia, que vem para seu corpo físico é tensionada ou restringida – e o resultado desta restrição é que você sente emoção negativa. Quando você permite que essa emoção negativa continue por um longo período de tempo frequentemente você vivencia a deterioração de seu corpo físico.

Lembre-se, todo assunto é realmente dois assuntos: o que é desejado e a falta do que é desejado. É como pegar uma varinha com dois extremos: um extremo representa o que você quer; o outro extremo representa o que você não quer. Assim, a varinha chamada

“Bem-Estar Físico” tem o “bem-estar” em um extremo e a “doença” no outro extremo.

Porém, as pessoas não sofrem experiências de “doenças” apenas porque estão olhando para o extremo negativo do “Bem-Estar Físico” da varinha, mas porque elas estão olhando para o “eu sei o que eu não quero” de muitas, muitas

varinhas.

Quando sua atenção crônica está sobre coisas que você não quer – enquanto a atenção crônica de seu Ser Interior está sobre as coisas que você quer – com o tempo você provoca uma separação vibracional entre você e seu Ser Interior, e é isso o que toda doença é: separação (provocada por sua escolha de pensamentos) entre você e seu Ser Interior.

♦ **Pivote do sentimento ruim para o sentimento bom** Todo mundo quer se sentir bem, mas a maioria das pessoas acredita que tudo ao redor delas precisa agradá-las antes de elas se sentirem bem. Na realidade, a maioria das pessoas se sente do modo como se sente em qualquer momento por causa de algo que está observando. Se o que elas estão observando agradá-las, elas se sentem bem, mas se o que estão observando não agradá-las, elas se sentem mal. A maioria das pessoas se sente bastante impotente em relação a se sentir bem constantemente porque elas acreditam que, para se sentir bem, as condições ao seu redor têm que mudar, mas elas acreditam também que não têm o poder de mudar muitas das condições.

Porém, uma vez que você entenda que todo assunto realmente é dois assuntos – o que é desejado e a falta daquilo – você pode aprender a ver mais dos aspectos positivos de qualquer coisa para a qual você está dando sua atenção. Isto é realmente tudo o que o Processo da Pivotagem é: procurar deliberadamente por um modo mais positivo – um modo de melhor sentimento – para aproximar qualquer coisa à qual você esteja dando sua atenção.

Quando você está enfrentando uma condição não desejada e, consequentemente, se sente mal, se você, deliberadamente, disser “Eu sei o que eu não quero...o que é que eu quero?”, a vibração de seu Ser, que é afetada por seu ponto de foco, mudará ligeiramente, fazendo com que seu ponto de atração mude também. Este é o modo pelo qual você começa a contar uma história diferente sobre sua vida. Ao invés de dizer “Eu nunca tenho dinheiro o bastante”, você diz “Espero ter mais dinheiro”. Esta é uma história bastante diferente – uma vibração muito diferente e um sentimento muito diferente, o que, com o tempo, lhe trará um resultado muito diferente.

Quando você continua se perguntando, a partir de seu ponto de vantagem sempre em mutação, “O que é que eu quero?”, consequentemente você estará num estado muito agradável – pois você não pode se perguntar continuamente o que é

que você quer sem que seu ponto de atração comece a mudar naquela direção... O processo será gradual, mas sua contínua aplicação do processo lhe renderá resultados maravilhosos em apenas alguns dias.

20

♦ Estou em harmonia com meu desejo?

O Processo da Pivotagem é simples: Sempre que você reconhece que está sentindo uma emoção negativa (é que realmente você está sentindo a falta de harmonia com algo que você quer), a coisa óbvia a ser feita é parar e dizer "Estou sentindo emoção negativa, o que significa que não estou em harmonia com algo que quero. O que quero?".

A qualquer hora em que você estiver sentindo emoção negativa, você está numa posição muito boa para identificar o que você está, naquele momento, querendo - porque você nunca está tão certo sobre o que quer do que quando está vivenciando o que não quer. E, assim, pare naquele momento e diga: Algo é importante aqui, caso contrário eu não estaria sentindo esta emoção negativa. O que eu quero?

E então simplesmente vire sua atenção para o que você quer... No momento em que você vira sua atenção para o que quer, a atração negativa parará; e no momento em que a atração negativa pára, a atração positiva começará. E – naquele momento – seu sentimento mudará de não se sentir bem para se sentir bem. Este é o Processo da Pivotagem.

♦ O que quero e por quê?

Talvez a resistência mais forte que as pessoas tenham ao começar a contar uma história diferente sobre a própria vida é a crença de que têm de que deveriam sempre falar "a verdade" sobre onde estão ou que elas deveriam dizer "as coisas como são". Mas quando você entende que a Lei da Atração está respondendo a você enquanto você está contando sua história de "como é" – e, consequentemente, perpetuando mais de qualquer história que esteja contando – você pode decidir que realmente é seu melhor interesse contar uma história diferente, uma história que mais intimamente se compatibilize com o que gostaria de viver. Quando você reconhece o que não quer e, então, se pergunta "O que é que eu quero?", você começa a mudança gradual para contar sua nova história em um ponto de atração muito melhorado.

Sempre é útil se lembrar de que você obtém a essência daquilo no qual pensa – você queira isto ou não – porque a Lei da ATRAÇÃO é infalivelmente consistente. Então, você nunca está apenas contando a história de "como está agora". Você também está contando a história da experiência futura que você está criando exatamente agora.

Às vezes as pessoas entendem mal o que o Processo de Pivotagem é, já que incorretamente assumem que pivotar significa olhar para algo não desejado e tentar se convencer de que aquilo é o desejado. Elas pensam que estamos lhes pedindo para olhar para algo que claramente acreditam que é errado e que pronunciem que aquilo está certo, ou que este é um modo de brincar consigo mesmas ao aceitar algo indesejado.

Mas você nunca está em uma posição onde possa brincar consigo mesmo ao se sentir melhor sobre algo porque o modo como você se sente é o modo como se sente e o modo como se sente é sempre um resultado do pensamento que você escolheu.

Realmente é uma coisa maravilhosa que, pelo processo de viver a vida e perceber ao seu redor as coisas que você não quer, você seja então capaz de chegar a conclusões claras sobre o que quer. E quando você se preocupa com como se sente, você pode facilmente 21

aplicar o Processo de Pivotagem para direcionar sua atenção mais em direção dos aspectos desejados e menos nos aspectos indesejados da vida. E, então, quando a Lei da Atração responde aos seus pensamentos crescentemente melhorados , de melhor sentimento, você perceberá que sua própria experiência de vida se transformará para se compatibilizar mais com os aspectos desejados, enquanto os aspectos indesejados gradualmente se diminuem de sua experiência.

Quando você aplica o Processo de Pivotagem deliberadamente, o que significa que você deliberadamente escolhe seus próprios pensamentos, o que significa que você escolhe deliberadamente seu ponto de atração vibracional, você também está escolhendo deliberadamente como sua vida se desenvolve. Pivotar é o processo de focar deliberadamente sua atenção com a intenção de direcionar sua própria experiência de vida.

♦ **Eu posso me sentir melhor exatamente agora** Frequentemente as pessoas reclamam de que seria muito mais fácil para elas se focarem em algo positivo se

aquilo já estivesse acontecendo na experiência de vida delas. Com precisão, elas reconhecem que é muito mais fácil se sentir bem a respeito de algo quando algo bom já está acontecendo. Certamente não discordamos de que é mais fácil se sentir bem enquanto se percebe as coisas que você acredita serem boas. Mas se você acredita que só tem a habilidade para se focar no que está acontecendo, e se o que está acontecendo não é agradável, então você poderia esperar uma vida inteira porque sua atenção às coisas não desejadas está impedindo as coisas desejadas de virem para você.

Você não tem que esperar que uma coisa boa aconteça de maneira a se sentir bem, pois você tem a habilidade de direcionar seus pensamentos em direção a coisas melhoradas, não importa o que está correntemente presente em sua experiência. E quando você se preocupa com como se sente e está disposto a pivotar e virar sua atenção em direção a pensamentos de melhor sentimento, rapidamente você começará a transformação rápida, positiva, deliberada, de sua vida.

As coisas que estão entrando em sua experiência estão vindo em resposta à sua vibração. Sua vibração é oferecida por causa dos pensamentos que você está tendo e você pode dizer pelo modo como se sente que tipo de pensamentos você está tendo.

Encontre pensamentos de melhor sentimento e a manifestação de bom sentimento tem que se seguir.

Muitas pessoas dizem: para mim, seria tão mais fácil ser feliz se eu estivesse num lugar diferente, se minha relação fosse melhor, se meu parceiro fosse uma pessoa melhor para se viver, se meu corpo físico não doesse ou se meu corpo parecesse diferente, se meu trabalho fosse mais completo, se eu apenas tivesse mais dinheiro...se as condições de minha vida fossem melhores, eu me sentiria melhor e, então, seria mais fácil de eu ter mais pensamentos positivos".

Ver coisas agradáveis faz se sentir bem e é mais fácil se senti bem quando uma coisa agradável está ali, óbvia, para você ver – mas você não pode pedir aos outros a seu redor para orquestrar apenas coisas agradáveis para que você veja. Esperar que os outros produzam o ambiente perfeito para você não é uma boa idéia por muitas razões: 1) Não é responsabilidade deles emplumar o seu ninho; 2) não é possível para eles controlar as 22

condições que você criou ao seu redor; e 3) mais importante de tudo, você estaria abrindo mão do seu poder de criar sua própria experiência.

Tome uma decisão de procurar os aspectos de melhor sentimento de tudo para o qual você tem que dar atenção, caso contrário, procure apenas por coisas de melhor sentimento para dar sua atenção – e sua vida se tornará uma de crescentes aspectos de bons sentimentos.

♦ **Atenção ao indesejado atrai mais indesejado** Para toda coisa agradável, há uma contraparte desagradável, pois em toda partícula do Universo há aquilo que é desejado, bem como a falta do que é desejado. Quando você se foca sobre um aspecto indesejado de algo em um esforço de empurrar aquilo para longe de você, ao contrário, aquilo se torna mais próximo, porque você obtém aquilo ao qual dá sua atenção, seja algo que você queira ou não.

Você vive em um Universo que é baseado na "inclusão". Em outras palavras, não há tal coisa como "exclusão" neste Universo "baseadamente inclusivo". Quando você vê algo que deseja e diz "sim" àquilo, isto é o equivalente a dizer "Sim, coisa que desejo, por favor venha para mim". Quando você vê algo que não quer e grita "não" àquilo, isto é o equivalente a dizer "Venha para mim, coisa que não desejo!".

Em tudo o que cerca você há aquilo que é desejado e aquilo que é indesejado. É com você se focar no que é desejado. Veja seu ambiente como um bufê de muitas escolhas, e faça escolhas mais deliberadas a respeito do que você pensa. Se você tentar fazer as escolhas que o fazem se sentir bem, conforme fizer um esforço para contar uma história diferente sobre sua vida, e as pessoas, e as experiências que estão nela, você verá que sua vida começa a se transformar para compatibilizar a essência dos detalhes da nova e aperfeiçoada história que agora você está contando.

♦ **Estou focado no desejado ou no indesejado?**

Às vezes você acredita que está focado sobre o que quer quando na verdade o oposto é o verdadeiro, Simplesmente porque suas palavras soam positivas, ou seus lábios estão sorrindo enquanto você as diz, isto não significa que você está vibrando no extremo positivo da varinha. É apenas estando ciente do modo como você se sente enquanto oferecendo suas palavras que você pode estar certo de que está, de fato, oferecendo uma vibração sobre o que quer, ao invés de

sobre o que não quer.

♦ Foque na solução, não no problema

No meio do que o meteorologista na televisão chamava de "uma séria aridez", nossa amiga que Esther desceu um dos caminhos de sua propriedade no Texas Hill Country, percebendo a secura da grama e sentindo preocupação real pelo bem-estar das lindas árvores e arbustos que estavam todos começando a mostrar sinais de estresse pela escassez de chuva. Ela percebeu que a fonte dos pássaros estava vazia, muito embora a 23

tivesse enchido com água algumas horas antes e, então, no cervo sedento que havia saltado a cerca provavelmente para beber a pequena quantidade de água que ela continha. E, assim, ela estava ponderando no horror da situação, ela parou, olhou para cima, e – com uma voz bastante positiva, com palavras que soavam bem positivas –

disse: Abraham, eu quero um pouco de chuva.

E imediatamente dissemos a ela: Realmente, a partir desta posição de falta você pensa que vai obter chuva?

O que estou fazendo de errado?, ela perguntou.

E perguntamos, “Por que você quer chuva?”.

E Esther respondeu, “Eu quero chuva porque ela refresca a terra. Eu a quero porque ela dá água a todas as criaturas nos arbustos, já que elas não têm o bastante para beber. Eu a quero porque ela faz a grama verde e me sinto bem com ela sobre minha pele e ela faz com que todos nos sintamos melhor”.

E dissemos, “Agora você está atraindo chuva”.

Nossa questão “Por que você quer chuva?” ajudou Esther a tirar sua atenção do problema e virá-la em direção à solução. Quando você considera o por que você quer algo, sua vibração normalmente muda ou pivota na direção de seu desejo. Sempre que você considera “como” aquilo irá acontecer, ou “quando”, ou “quem” trará aquilo para você, sua vibração normalmente volta para o problema. Você vê, no processo de tirar a atenção dela do que estava errado – perguntando a ela o porquê de ela querer a chuva –

ela realizou uma pivotagem. Ela começou pensando não apenas no que ela queria, mas no por que queria aquilo; e no processo, ela começou a se sentir melhor. Naquela tarde choveu e naquela noite o meteorologista local informa “um temporal incomum isolado em Hill Country”.

Seus pensamentos são poderosos e você tem muito mais controle sobre sua própria experiência do que a maioria de vocês percebe.

♦ O que eu quero é me sentir bem

Nós visitamos um jovem pai que estava em seu limite de juízo porque seu filho molhava a cama toda noite. Este pai não apenas estava frustrado com o disfunção física ao encontrar a cama e as roupas molhadas toda manhã, mas ele estava preocupado com as ramificações emocionais porque aquilo estava acontecendo há muito tempo e, francamente, ele estava envergonhado pelo comportamento do filho. "Ele é muito grande para isto", ele reclamou conosco.

Nós lhe perguntamos, “Quando você entra no quarto de manhã, o que acontece?”.

“Bem, assim que eu entro no quarto dele, posso dizer pelo odor que ele molhou a cama novamente”, ele nos disse.

“E como você se sente em relação a isto?”

“Desamparado, bravo, frustrado”, ele disse.

“O que você diz a seu filho?”

“Eu digo a ele para sair daquelas roupas molhadas e o coloco no banheiro. Eu lhe digo que ele é muito grande para isto e que já falamos sobre isso antes”.

Dissemos a esse pai que na verdade ele estava perpetuando esta cama molhada.

Explicamos-lhe que quando o modo como você se sente é controlado por uma condição, você nunca pode influenciar uma mudança na condição. Mas quando você é capaz de controlar o modo como você se sente em uma condição, então você tem o poder de influenciar a mudança na condição.

Por exemplo, quando você entra no quarto de seu filho, e se dá conta de que algo que não quer aconteceu, se você parasse por um momento para pensar naquilo que aconteceu que você não quer, enquanto se perguntasse o que é que você quer, e se obrigasse logo em seguida a pivotar aquela equação perguntado-se o porque de querer aquilo, não apenas você imediatamente se sentiria melhor, mas logo começaria a ver os resultados de sua influência positiva.

“O que você quer?”, nos perguntamos.

Ele disse: Eu quero que meu pequeno acorde feliz e seco, e orgulhoso de si mesmo e que não fique envergonhado.

Este pai sentiu alívio quando se focou sobre o que ele queria, porque ao fazer este esforço ele encontrou harmonia com seu desejo.

Nós dissemos a ele: Quando você está tendo este tipo de pensamento, então o que estará escoando será a harmonia com o que você quer, ao invés da harmonia com o que você não quer. E você estará influenciando seu filho mais positivamente. Então palavras virão de você, como "Oh, isto tudo é parte do crescimento. E todos nós estamos nisso. E

você está crescendo bem rápido. Agora, sai destas roupas molhadas e entre no banheiro”.

Este jovem pai nos chamou logo após isto e nos informou com felicidade que a cama parou de ser molhada.

♦ **Sempre que estou me sentindo mal, estou atraindo o indesejado** Embora quase todo mundo esteja ciente de como está se sentindo em graus variados, há poucos que entendem a importante orientação que seus sentimentos, ou emoções, provêem. Nos termos mais simples, sempre que você se sente mal, você está em processo de atrair algo que não lhe agradará. Sem exceção, a razão para a emoção negativa é que você está focado em algo que não quer, ou sobre a falta ou ausência de algo que você quer.

Muitos consideram a emoção negativa como algo não desejado, mas nós preferimos vê-la como uma orientação importante para lhe ajudar a entender a direção de seu foco; 25

consequentemente, a direção de sua vibração; consequentemente, a direção do

que você está atraindo. Você poderia chamá-la de um “sino direcionador” porque ela certamente lhe dá um sinal que o deixa saber que é tempo de pivotar. Nós preferimos chamá-la de um “sino direcionador”.

Suas emoções são seu sistema de orientação para lhe ajudar a entender “o que” você está no processo de criar com todo pensamento que você pensa. Freqüentemente as pessoas que estão começando a entender o poder do pensamento e a importância de focar em assuntos de sentimentos bons, ficam envergonhadas ou até mesmo bravas com eles quando se pegam no meio da emoção negativa. Mas não há nenhuma razão para ficar bravo consigo mesmo por ter um sistema de orientação funcionando perfeitamente.

Sempre que você se dá conta de que está sentindo uma emoção negativa, comece a se elogiar por estar ciente de sua orientação e, então, suavemente tente melhorar o sentimento escolhendo pensamentos que o façam se sentir bem. Nós chamamos este processo muito sutil de pivotar, através do qual você gentilmente escolhe pensamentos de bom-sentimento.

Sempre que você sentir emoção negativa, você poderia dizer a si mesmo: estou sentindo alguma emoção negativa, o que significa que estou no processo de atrair algo que não quero. O que é que eu quero?

Frequentemente apenas reconhecendo que você quer se sentir bem lhe ajudará a mudar seus pensamentos para uma direção de melhor sentimento. Mas é importante entender a distinção entre querer se sentir bem e não querer se sentir mal. Algumas pessoas acham que é apenas dois modos diferentes de dizer a mesma coisa, quando na verdade estas declarações são exatamente opostas com diferenças vibracionais enormes.

Se você puder começar a orientar seus pensamentos procurando por coisas que o fazem se sentir bem continuamente, você começará a desenvolver padrões de pensamentos, ou convicções, que o ajudarão a criar bons sentimentos magnificamente vivos.

♦ **Meus pensamentos se encaixam em pensamentos compatibilizadores mais fortes** Qualquer pensamento no qual você está focado, seja uma memória de seu passado, algo que você esteja observando em seu presente, ou algo que você esteja antecipando em seu futuro, aquele pensamento está ativo em você exatamente agora e está atraindo outros pensamentos e idéias similares. Não

apenas seus pensamentos atraem outros pensamentos de natureza similar, mas, quanto mais você se foca, mais fortes os pensamentos se tornam e mais poder de atração eles acumulam.

Nosso amigo Jerry compara isto às cordas que ele observou uma vez enquanto assistia um grande navio ser ancorado.

O navio estava sendo amarrado com uma corda muito, muito comprida e grossa, lançada na expansão da água para o dique. E então, ao contrário, uma pequena bola de barbante foi lançada da água para a doca. Aquele barbante tinha sido entrançado em uma corda um pouco maior, que tinha sido entrançado em uma outra um pouco maior, 26

que tinha sido entrançada em outro um pouco maior, até que eventualmente a corda bastante maior pudesse ser facilmente puxada pela expansão da água e o barco foi então puxado para a doca. É similar ao modo como seus pensamentos vai se encaixando um no outro, com um se conectando ao outro, se conectando ao outro...e assim por diante.

Em alguns assuntos, como você tem puxado a corda negativa por muito tempo, é bem fácil cair pela tangente negativa. Em outras palavras, é preciso apenas uma expressão vocal negativa de alguém, a memória de algo ou uma sugestão que o leve ao redemoinho na mesma hora. Seu ponto de atração predominantemente ocorre nas coisas do dia a dia, nas que você está pensando quando está se movendo ao longo de seu dia. E

você tem o poder de dirigir seus pensamentos positivamente ou negativamente.

Por exemplo, você está em um supermercado e percebe que algo que você regularmente compra aumentou substancialmente de preço, e você se sente como se recebesse um banho de desconforto. Você pode muito bem pensar que está apenas sentindo um choque sobre o preço deste item e, e que não tem o que dizer pelo preço dos itens, que não tem outra opção senão se sentir desconfortável. Porém, queremos que você perceba que seu sentimento de desconforto não é por causa da ação do supermercado ter aumentado o preço dos itens à venda, mas, ao contrário, é por causa da direção de seus próprios pensamentos. Exatamente como a analogia da corda amarrada à corda, amarrada à corda, amarrada à corda, seus pensamentos estão amarrados uns aos outros e viajam rapidamente intensificando estados vibracionais. Por exemplo, “Uau, o preço disto está muito

maior do que na semana passada. O aumento deste preço parece irracional. Não há nada racional sobre a ganância da área de comércio. As coisas estão saindo do controle. Não sei onde tudo isso vai parar. Não parece que saibamos aonde vamos deste jeito. Nossa economia está em dificuldade. Não posso comprar com estes preços inflacionados. Estou tendo um tempo difícil fazendo estas compras. Não vejo como ganhar isto tão rápido o bastante para me manter com o aumento do custo de vida".

E, é claro que este carrilhão negativo de pensamentos poderia se mover para qualquer direção: em direção a culpar o dono do mercado, seu governo... Mas normalmente sempre volta para o modo como você sente que aquela situação lhe impactará negativamente, pois tudo que você observa é sentido como pessoal para você. E tudo, na verdade, é pessoal para você, pois você está oferecendo uma vibração sobre aquilo, que está afetando o que agora está sendo atraído por você pela escolha dos pensamentos.

Se você está ciente de como está se sentindo, e entende que suas emoções estão indicando a direção de seus pensamentos, então você pode guiar seus pensamentos mais deliberadamente. Por exemplo:

"Uau, o preço disto está muito maior do que na semana passada. Porém, não estou ciente das outras coisas em minha cesta. Elas poderiam estar com o mesmo preço ou talvez até um pouco mais baixo. Eu realmente não estava prestando atenção. Este aqui só chamou minha atenção porque estava muito mais caro. Os preços flutuam. Eu sempre administro. As coisas ficarão um pouco caras, mas tudo está funcionando bem. Este é um sistema realmente impressionante de distribuição, que faz esta variedade de bens tão acessíveis a nós".

Uma vez que você tenha decidido se importar com o bom sentimento, você achará mais fácil escolher consistentemente uma direção para um melhor sentimento em seus pensamentos. Quando um desejo de se sentir bem é efetivamente ativo em você, uma inspiração consistente em direção a pensamentos de bom sentimento estará presente. E

você achará mias e mais fácil direcionar seus pensamentos para direções produtivas.

Seus pensamentos contêm enorme poder atrativo criativo que você encouraça

efetivamente apenas oferecendo consistentemente pensamentos de bom sentimento.

Quando seus pensamentos constantemente vão pra frente e pra trás entre o desejado e o indesejado, prós e contras, mais e menos, você perde o benefício do momentum de seu pensam

♦ **Criando um Livro dos Aspectos Positivos** No primeiro ano do trabalho de Jerry e Esther conosco, eles usavam pequenas salas de reuniões em hotéis de diferentes cidades. Sempre querendo prover um lugar confortável onde as pessoas pudessem se juntar para nos direcionar questões pessoais. Havia um hotel na cidade de Austin que sempre parecia esquecer que eles estavam vindo, embora Esther fizesse os arranjos com o hotel, contratos assinados, chegando até mesmo a ligar dias antes do evento para confirmar. O hotel sempre conseguia acomodá-los, mesmo que quando eles chegassem parecesse que ninguém estava esperando-os. Mas era muito desconfortável para Jerry e Esther estarem na posição de urgenciar o hotel para se apressar para que a sala estivesse pronta antes que os convidados chegassem.

Finalmente Esther disse “Eu acho que deveríamos achar um novo hotel”.

E dissemos “Esta pode ser uma boa idéia, mas, lembre-se, você se levará consigo”.

“O que você quer dizer?”, Esther perguntou um pouco defensivamente.

Nós explicamos a ela, "Se você entrar em ação de sua perspectiva da falta, a ação sempre é contraproducente. Na realidade, é provável que o novo hotel lhe trate exatamente como este último fez”.

Jerry e Esther riram de nossa explicação, porque eles já tinham mudado de um hotel para outro pela mesma razão.

“Mas o que devemos fazer?”, eles nos perguntaram.

Nós os encorajamos a que comprassem um caderno novo e escrevessem na capa dele: Meu livro dos aspectos positivos. E na primeira pagina do caderno: Aspectos positivos deste hotel em Austin. E, assim, Esther começou a escrever: É de uma bela simplicidade. É imaculado. É bastante bem localizado, é próximo da interestadual, é fácil de ser encontrado. Há muitos quartos de diferentes

tamanhos para acomodar o numero de participantes que vem aumentando. O pessoal do hotel é amigável.

E quando Esther estava fazendo estas anotações, seu sentimento sobre o hotel mudou de negativo para positivo. E no momento em que ela começou a se sentir melhor, sua atração a partir do hotel mudou. Ela não escreveu “Eles sempre estão prontos e 28

esperando por nós” porque esta não tinha sido sua experiência e escrever aquilo teria evocado um sentimento de contradição, ou um sentimento de defesa, ou um sentimento de justificação dela. Mas, querendo se sentir bem e focar deliberadamente a própria atenção mais sobre as coisas que o hotel fazia que a fazia se sentir bem, o ponto de atração de Esther em relação ao hotel mudou. E então algo que Esther achou interessante aconteceu – o hotel nunca mais esqueceu que eles estavam vindo novamente. Esther achou divertido perceber que o hotel não tinha esquecido sobre o acordo deles, pois eles não eram interessados ou desorganizados, a equipe simplesmente foi influenciada pelo pensamento dominante dela sobre eles. Em resumo, eles não podiam resistir à corrente negativa do pensamento de Esther.

Esther gostou tanto de seu Livro dos Aspectos Positivos que começou escrever páginas sobre muitos temas de sua vida. Nós a encorajamos não apenas a escrever sobre as coisas para as quais ela estava buscando sentimentos melhorados, mas a escrever sobre as coisas nas quais ela já sentia mais positividade, só para entrar no hábito dos pensamentos de bom sentimento e pelo prazer dos pensamentos de bom sentimento.

Este é um modo agradável de viver.

♦ **A Lei da Atração soma poder aos pensamentos** Freqüentemente, quando vivenciando uma situação indesejada, você sente uma necessidade de explicar o motivo pelo qual aquilo aconteceu, numa tentativa, talvez, de justificar o porquê você está naquela situação. Sempre que você está se defendendo, ou justificando, ou racionalizando, ou culpando algo ou alguém, você permanece num estado de atração negativa. m um lugar de atração negativa. Toda palavra que você fala quando está explicando por que algo não é do modo como você quer que seja dá continuidade à atração negativa, pois você não pode estar focado sobre o que quer enquanto está explicando o motivo pelo qual está vivenciando algo que não quer. Você não pode estar focado sobre aspectos negativos e positivos ao mesmo

tempo.

Frequentemente, numa tentativa de determinar onde seu problema começou, você apenas se mantém nesta atração negativa por mais tempo. “Qual é a fonte de meu problema? Por qual razão não estou onde quero estar?”. É natural que você queira melhorar em sua experiência, e consequentemente é lógico que você está orientado para a solução. Mas há uma grande diferença entre procurar seriamente por uma solução e justificar a necessidade de uma solução enfatizando o problema.

A compreensão de que algo não está como você quer que esteja é um primeiro passo importante. Mas, uma vez que você tenha identificado isto, mais rápido você é capaz de virar sua atenção para a direção de uma solução, melhor, porque uma exploração contínua do problema lhe impedirá de encontrar a solução. O problema é uma freqüência vibracional diferente da solução.

Quando você se torna ciente do valor do processo de pivotar, e quando você se torna adepto de identificar o que não é desejado e, então, imediatamente vira sua atenção para o que desejado, você perceberá que está cercado fundamentalmente por coisas maravilhosas, pois há muito mais que está bem em seu mundo do que mal.

Também, uma utilização diária do Livro dos Aspectos Positivos o ajudará a se tornar mais positivamente orientado. Isto lhe ajudará a, gradualmente, colaborar mais com o equilíbrio de seus pensamentos na direção do que você quer.

Quanto mais você focar sua atenção com a intenção de encontrar pensamentos crescentes de melhor sentimento, mais você perceberá que há uma grande diferença entre pensar sobre o que você quer e pensar sobre a ausência daquilo.

Sempre que você está se sentindo desconfortável quando está falando ou pensando sobre melhorar algo que você quer, como uma condição financeira melhor ou uma relação melhorada, ou uma condição física, você está, naquele momento, se privando de encontrar a melhora.

O Processo da Pivotagem e o Processo do Livro dos Aspectos Positivos são, ambos, oferecidos para lhe ajudar a reconhecer nos estágios sutis iniciais de sua criação que você está puxando as mesmas colaborações daquela bola negativa de

barbante, forma que você possa, ao contrário, imediatamente liberá-la e alcançar a linha positiva de pensamento.

É muito mais fácil ir de um pensamento de algo que lhe faz se sentir um pouco melhor para um pensamento de melhor sentimento, depois para outro pensamento de sentimento melhor ainda, para outro melhor ainda, do que ir diretamente para um pensamento de sentimento maravilhoso, porque todos os pensamentos, ou vibrações, são afetados, ou administrados pela Lei da Atração.

♦ **Começarei meu dia com pensamentos de melhor sentimento** Quando você está focado sobre algo que você realmente não quer, é realmente mais fácil para você permanecer focado naquele tópico indesejado, mesmo encontrando outra evidência para apoiar aquele pensamento, do que se mover para uma perspectiva mais positiva, porque pensamentos similares são atraídos. Assim, se você tentar dar um grande pulo imediato de um tópico indesejado verdadeiramente negativo para um tópico positivo encantador de algo que você quer, você não será capaz de dar o salto, pois há muita disparidade vibracional entre os dois pensamentos.

Uma determinação pró-suavidade geralmente, e continuamente, inclinada mais e mais em direção das coisas desejadas é realmente o melhor modo de chegar em sua melhoria vibracional pessoal.

Quando você acorda primeiro de manhã, após algumas horas de sono e, consequentemente, de uma separação vibracional das coisas não desejadas, você não está em seu estado vibracional mais positivo. Se você começasse seu dia, mesmo antes de sair de sua cama, procurando por uma boa quantidade de aspectos positivos em sua vida, você começaria seu dia num estado mais positivo e os pensamentos que a Lei da Atração agora lhe proveria como seu trampolim para cada dia seriam mais benéficos e muito melhores. Em outras palavras, todas as manhãs você tem uma oportunidade de estabelecer outra base vibracional, um tipo de ponto fixo, que estabelece o tom geral de seus pensamentos para o resto do dia. E embora seja possível que alguns eventos de seu dia possam divergir do estado inicial, com o tempo você verá que você estabeleceu 30

pleno controle de seus pensamentos, de sua vibração, de seu ponto de atração, de sua vida.

♦ **O tempo de dormir é reordenação das Energias do tempo** Enquanto você

está dormindo, ou durante o tempo em que você não está conscientemente focado através de seu corpo físico, a atração para seu corpo físico pára.

O sono é um tempo quando seu Ser Interior pode realinhar suas energias e é um tempo para repouso e reabastecimento de seu corpo físico.

Se, quando você se colocar em sua cama, você disser “Esta noite descansarei bem. Sei que toda atração para este corpo pára e quando, eu despertar de manhã, literalmente reemergirei em minha experiência física”, você receberá o melhor benefício de seu tempo de sono.

Despertar pela manhã não é tão diferente de nascer. Não é tão diferente da forma do dia que você primeiro emergiu no seu corpo físico. Assim, quando você acordar, abra seus olhos e diga “Hoje procurarei por razões para me sentir bem. Nada é mais importante do que eu me sentir bem. Nada é mais importante do que eu escolher pensamentos que atraiam outros pensamentos, que atraiam outros pensamentos, que elevem minha freqüência vibracional ao estado onde posso ressoar com os aspectos positivos do Universo”.

Você vê, sua vibração está exatamente onde você a deixou por último. Assim, se você deita em sua cama se preocupando com uma situação antes de dormir, quando você acordar você pegará seus pensamentos ou vibração deixados na noite anterior, e então seus pensamentos durante o dia ficarão naquele passo negativo. E então a Lei da Atração continuará a lhe servir outros pensamentos similares àqueles pensamentos.

Mas, quando você for dormir, se você fizer um esforço para identificar alguns dos aspectos positivos de sua vida e, então, deliberadamente liberar seus pensamentos conforme se lembra deles, durante seu sono você se separa e repousa, e então se quando você acordar você abrir seus olhos e disser “Hoje procurarei por razões para me sentir bem”, você começará a ganhar controle de seus pensamentos e de sua vida.

Ao invés de se preocupar com os problemas do mundo, ou pensar sobre as coisas que tem que fazer hoje, simplesmente deite em sua cama e procure pelos aspectos positivos do momento: quão maravilhosa esta cama o faz se sentir, quão confortável o tecido se faz sentir, quão bem meu corpo se sente, quão confortável este travesseiro é, quão refrescante é o ar que estou respirando, quão bom é estar vivo. Você terá começado a puxar o lado do bom sentimento positivo

da corda.

A Lei da Atração é como uma lupa gigantesca, ampliando tudo o que é. E, assim, quando você despertar e procurar por algumas razões, algo muito imediato a você, para se sentir bem com aquilo, a Lei da Atração lhe oferecerá então outro pensamento que o faz se sentir daquele jeito, e então outro, e então outro, e é isto realmente o que chamamos “sair da cama com o pé direito”.

Com um pouco de esforço e desejo de se sentir bem, você pode redirecionar seus pensamentos para cenários mais e mais agradáveis, até que mude seus hábitos de pensamento, bem como seu ponto de atração. E a evidência de sua melhora em pensamento começar a se mostrar imediatamente.

♦ **Um exemplo de um processo de aspectos positivos na hora de dormir** Sua orientação de ação na vida faz com que você acredite que é necessário trabalhar duro para fazer as coisas acontecerem. Mas quando você aprende a direcionar seus pensamentos deliberadamente, você descobre que há tremenda influência e poder no pensamento. Quando você se foca mais consistentemente apenas na direção do que deseja, ao invés de diluir o poder de seu pensamento pensando no que deseja e, então, no que não deseja, você entenderá a partir de sua experiência pessoal o que queremos dizer. Por causa de sua orientação para a ação, você constantemente tenta muito arduamente e trabalha arduamente e, como resultado disto, a maioria de vocês se trazem mais para a atenção do que está errado ou mais para a atenção do que precisa ser consertado do que a atenção para o que desejam.

Eis um bom modo de aplicar o processo dos aspectos positivos na hora de dormir: Uma vez que você esteja em sua cama, tente recordar algumas das coisas mais agradáveis que aconteceram durante o dia. Considerando que muitas coisas indubitavelmente aconteceram durante este dia, você pode ter que ponderar por um pouco de tempo, e pode se lembrar de algumas das menos agradáveis que aconteceram.

Mas fixe sua intenção em achar algo agradável. E quando você achar, pondere. Prepare sua exibição positiva dizendo coisas como "O que gostei disso foi...”, ou “Minha parte favorita disso foi...".

E então siga qualquer linha positiva que você achar, pensando sobre as melhores

partes de seu dia. E então, uma vez que você esteja sentindo o efeito de seus pensamentos positivos, foque em sua intenção dominante exatamente agora, que é ter uma boa noite de sono e acordar restabelecido de manhã. Diga a si mesmo: Vou dormir agora e enquanto estiver dormindo, como meus pensamentos estarão inativos, a atração parará e meu corpo físico será completamente reabastecido em todos os níveis.

Vire sua atenção para as coisas imediatamente ao seu redor, como o conforto de sua cama, ou a suavidade de seu travesseiro – para o Bem-Estar de seu momento. E então, suavemente, estabeleça a intenção: Dormirei bem e acordarei revitalizado com outro novo ponto de atração de bom sentimento.

E então vá para seu sono.

♦ **Um exemplo de um processo dos aspectos positivos para a manhã** Quando você acordar de manhã, você estará naquele estado positivo de bom sentimento e seus primeiros pensamentos serão algo como: “ah, estou acordado! Reemergi para o físico”. Fique deitado ali por um pouco e aprecie o conforto de sua cama e então emita um pensamento como: Hoje, não importa onde eu vá, e não importa o que farei, não importa com quem eu estiver fazendo algo, é minha intenção dominante procurar pelas 32

coisas que me façam sentir bem. Quando me sinto bem, vibro com meu Poder Altíssimo. Quando eu me sinto bem, estou em harmonia com o que considero ser bom.

Quando me sinto bem, estou no modo de atrair o que me agradará uma vez que aquilo chegue aqui. E quando eu me sinto bem, eu me sinto bem. É simplesmente bom se sentir bem. Se a única coisa que isto trouxe para você for o modo como você se sentir no momento...Ah, mas o bom sentimento traz muito mais, além disso”.

Nós ficaríamos na cama durante 2 ou 3 minutos. Isso é bastante. E nós procuraríamos aspectos positivos de nossos ambientes. E então, quando nos movêssemos no dia, começaríamos a reconhecer aspectos mais positivos, procurando por mais razões para nos sentir bem, não importa o que o objeto de nossa atenção fosse.

No primeiro momento de qualquer emoção negativa, o que é muito provável que aconteça, muito embora você tenha começado seu dia procurando por razões

para se sentir bem, porque há alguns assuntos já em movimento com algum momentum negativo, então não se preocupe com isto, mas ante a primeira inclinação de qualquer emoção negativa, nós pararíamos e diríamos: “Eu quero me sentir bem. Estou sentindo alguma emoção negativa, o que significa que estou focando sobre algo que não quero.

Agora, o que é que eu quero?”.

E então viraríamos nossa atenção imediatamente para o que queremos. Permanecendo focados sobre um novo pensamento ou pensamento positivo o bastante, sentiríamos a energia positiva novamente começando a fluir através de nosso corpo.

Conforme você se move em seu dia, procure por mais razões para rir e por mais razões para ter diversão. Quando você quer se sentir bem e não leva as coisas tão seriamente, e quando você não está levando as coisas tão seriamente, é provável que você não note as faltas das coisas desejadas, e quando você não está focado sobre a falta do que você deseja, você simplesmente se sente melhor. E quando você se sente melhor, você atrai mais do que você quer, e sua vida simplesmente ficar melhor e melhor e melhor. E

então esta noite quando você está deitado em sua cama, você terá muitas coisas maravilhosas nas quais ponderar quando for para seu sono restabelecedor, refrescante. E

então você acordará em um novo sentimento ainda melhor amanhã.

♦ Eu sei como quero me sentir

Às vezes, quando você está no meio de uma situação incômoda, você luta para achar qualquer aspecto positivo nisto. Algumas coisas são intoleráveis. Algumas coisas são tão grandes e tão ruins que não parece possível que você encontre qualquer coisa positivo nelas. Mas isso é porque você está tentando tirar muito de um salto, a partir da enormidade daquilo no qual você está focado para a solução do que deseja. Em outras palavras, se você quer encontrar uma solução de ação exatamente agora, que consertará isto, mas não se encontra em uma situação onde qualquer ação que você tome pareça apropriada, sempre se lembre que embora possa não haver um aspecto positivo para sua ação neste momento e embora você possa não ser capaz de perceber o que fazer que lhe fizesse se sentir melhor, você sempre sabe como você quer se sentir. Isto é um pouco como

alguém dizer: “Eu acabei de pular de um avião e não tenho pára-quedas. O que devo fazer agora?”.

33

Há situações onde, dadas as circunstâncias correntes, não há nenhuma ação ou pensamento que, a este ponto, faça diferença significativa o bastante para mudar o resultado que está se formando sobre você. E, do mesmo modo que às vezes você não pode encontrar qualquer ação para consertar as coisas, não há sentimento que imediatamente mude-a também. Mas se você entende o poder de seu pensamento e a incrível influência que a consistência dos pensamentos de bom sentimento provê, e você comece deliberadamente escolhendo seus pensamentos utilizando a orientação que seus sentimentos ou emoções estão lhe indicando, você pode transformar facilmente sua vida em experiências predominantemente com bom sentimento focando sobre o sentimento melhorado.

Se você puder encontrar ao menos um sentimento menorzinho de alívio deliberadamente na escolha do pensamento, seu caminho suave em direção à sua solução começará. O que fazer em certas situações pode não estar claro para você, e você pode às vezes nem mesmo ser capaz de identificar o que é que você quer ter, mas nunca há um tempo em que você não possa identificar até certo ponto como quer se sentir. Em outras palavras, você sabe que preferiria se sentir feliz do que se sentir triste, você sabe que preferiria se sentir reabastecido do que cansado, ou revigorado em lugar de enfraquecido. Você sabe que preferiria se sentir produtivo a improdutivo. Você sabe que preferiria se sentir livre do que limitado, e crescendo ao invés de estagnado.

Não há bastante ação disponível para compensar o pensamento de desalinhado. Mas quando você começa a ganhar controle do modo como se sente, escolhendo a direção de seu pensamento mais deliberadamente, você descobrirá a influência poderosa no pensamento. Se você se trouxer para um controle mais deliberado de seu próprio pensamento, você se trará a um controle mais deliberado de sua própria experiência de vida.

♦ **Nada é mais importante do que eu me sentir bem** Tornar-se mais deliberado sobre as coisas você pensa não é uma coisa difícil. Você é freqüentemente específico sobre o que come, ou com o veículo que dirige, ou com as roupas que usa, e ser um pensador deliberado não requer discriminação muito mais

deliberada que essa. Mas, aprendendo a direcionar seus pensamentos deliberadamente para o aspecto do tema que faz você se sentir melhor terá um impacto muito maior na melhoria de sua vida do que na escolha de uma refeição ou de um veículo ou de uma roupa.

Uma vez que você tenha lido estas palavras e sinta sua própria ressonância com o significado e poder delas, você nunca mais sentirá novamente a emoção negativa sem perceber que está recebendo importante orientação para lhe ajudar a guiar seus pensamentos em uma direção mais produtiva e benéfica. Em outras palavras, você nunca mais sentirá novamente emoção negativa sem entende que significa que você está no processo de atrair algo não desejado.

Uma coisa significante lhe acontece quando você toma consciência de suas emoções e da orientação que elas lhe provêem. Por que até mesmo em sua ignorância do que a 34

emoção negativa significa, você ainda está atraindo negativamente. E, assim, entender sua emoção agora lhe dá controle de sua experiência de vida.

Quando você estiver se sentindo menos que bem, se você parar e disser “Nada é mais importante do que eu me sentir bem. Eu quero encontrar agora uma razão para me sentir bem”, você encontrará um pensamento melhorado, o que conduzirá a outro, e a outro. E

quando você desenvolve o hábito de procurar por pensamentos de bom sentimento, as circunstâncias que lhe cercam têm que melhorar, a Lei da Atração exige isto.

Quando você se sente bem, você experimenta uma sensação de portas se abrindo quando o Universo está cooperando com você. E quando você se sente mal, você se sente como se portas estivessem se fechando, e a cooperação pára. A qualquer momento em que você sente emoção negativa, você está no modo da resistência a algo que você quer, e esta resistência cobra pedágio de você. Ela abala seu corpo físico, e abala as coisas maravilhosas que você permitiria vir para sua experiência.

Através de seu processo de viver a vida e perceber as coisas desejadas e não desejadas, você cria um tipo de escritura vibracional, o que, em certo sentido, mantém para você as coisas desejadas que você identificou, até que você se torna um compatibilizador vibracional o bastante com elas, permitindo-se ser um

receptor completo da manifestação delas. Mas, até que você encontre um modo de se sentir bem com elas, muito embora elas ainda não tenham se manifestado em sua experiência, pode parecer a você que elas estão do lado de fora da porta que você não consegue abrir. Porém, quando você começa a procurar por aspectos mais positivos em relação às coisas que ocupam seus pensamentos, e quando você deliberadamente escolhe o final mais positivo da varinha das possibilidades, em relação ao assunto que domina seus processos de pensamento, aquela porta se abrirá e tudo o que você deseja fluirá facilmente para sua experiência.

♦ Fica melhor quando melhor fica

Quando você deliberadamente busca aspectos positivos de qualquer coisa para a qual está dando sua atenção, você, de certo modo, sintoniza seu sintonizador vibracional para aspectos mais positivos de tudo. E, é claro, você poderia se sintonizar negativamente também.

Muitas pessoas lutam, em uma atitude de autocrítica, como resultado da comparação negativa que foi dirigida a elas por pais, ou professores, ou semelhantes, e não há nada mais prejudicial para sua habilidade de atrair positivamente do que uma atitude negativa para si mesmo. Assim, às vezes, escolhendo um tema sobre o qual você praticou poucos pensamentos negativos, você pode se sintonizar numa freqüência de melhor sentimento e, então, a partir daquele estado de melhor sentimento, quando você redireciona seus pensamentos em direção a si mesmo, você encontrará mais aspectos positivos sobre si mesmo do que o habitual. Uma vez que você encontre aspectos mais positivos no mundo que o cerca, você começará a achar aspectos mais positivos sobre você mesmo.

E quando isso acontece, encontrar aspectos mais positivos sobre seu mundo será ainda mais fácil. Quando você encontra sobre você que você não gosta, você encontrará mais dessas coisas nos outros. Você diz "quanto pior é, pior fica". Mas quando você está 35

deliberadamente procurando aspectos positivos em você mesmo ou nos outros, você encontra mais destas coisas; Quanto melhor é, melhor fica.

Não temos como super-enfatizar o valor de procurar por aspectos positivos e focar sobre mais sobre as coisas desejadas porque tudo que vem para você é

dependente desta premissa muito simples: você obtém mais e mais daquilo no qual pensa – queira você ou não.

♦ **Meu Universo é positiva ou negativamente equilibrado** Assim, você é o criador de sua experiência. Ou você poderia dizer que é o atrator de sua experiência. Criar não identificar algo desejado e então perseguir e conseguir. Criar é focar sobre o objeto de seu desejo, sintonizando seus pensamentos mais precisamente nos aspectos do objeto que você gostaria de experienciar e, consequentemente, permitir que a Lei da Atração traga para você. Sempre que você está se lembrando de algo do passado, imaginando algo sobre o futuro, ou observando algo do seu agora, você está oferecendo vibrações de pensamento às quais a Lei da Atração está respondendo. Você pode se referir a seus pensamentos como desejos ou crenças (uma crença é só um pensamento que você se mantém pensando), mas qualquer coisa para a qual você está dando a sua atenção, você está é estabelecendo seu ponto de atração.

Por que todo assunto é de fato dois assuntos - o que é desejado e a falta do que é desejado - é possível acreditar que você está focado positivamente quando de fato você está focado negativamente. Uma pessoa pode dizer "quero mais dinheiro", mas na verdade ela está focada sobre o fato de que não tem tanto dinheiro quanto precisa. A maioria das pessoas conversa mais frequentemente sobre o desejo de ser saudável quando está se sentindo doente. Em outras palavras, a atenção delas ao que elas não querem é o que incita as anotações sobre o que querem. Mas na maioria dos casos, muito embora possam estar falando palavras que parecem indicar que elas estão focando sobre o que elas desejam, elas não estão.

É apenas reconhecendo conscientemente como você está se sentindo enquanto está falando que você realmente saber se você está atraindo positiva ou negativamente. E

embora você possa não ver evidência imediata do que está em processo de atrair, tudo no qual você está pensando está acumulando pensamentos compatibilizadores, e vibrações, e energias. E consequentemente a evidência de sua atração será óbvia.

♦ **Meu Universo responde à minha atenção a...**

A maioria das pessoas acredita, ou gostaria de acreditar, que tudo no Universo

responde às palavras delas da mesma forma como as outras pessoas ao redor delas podem as vezes serem treinadas para se comportar. Quando você diz a alguém “Sim, venha para mim”, você espera que este alguém venha. Quando você diz “Não, vá embora daqui”, você espera que esse alguém se vá. Mas você vive num Universo baseado na atração, um Universo baseado na inclusão, o que significa simplesmente que não há tal coisa como “Não”. Quando você dá sua atenção a algo desejado e diz “Sim, venha para mim”, você inclui aquilo em sua vibração e a Lei da Atração começa o processo de trazer aquilo.

Mas quando você olha para algo não desejado e diz "Não, eu não quero. Vá embora!", o Universo também traz aquilo. Sua atenção para aquilo e, consequentemente, seu alinhamento vibracional com aquilo é o que provoca a resposta, não suas palavras. E, assim, quando você diz “Saúde perfeita, eu busco você, eu quero você. Eu me regozijo na idéia de saúde perfeita”, você está atraindo saúde.

Mas quando você diz "Doença, eu não a quero", você está atraindo doença. Quando você diz "Não, não, não!", aquilo vem mais e mais, pois quanto mais você luta contra algo que você não quer, mais engolfado naquilo você fica.

As pessoas acreditam freqüentemente que, uma vez que tenham encontrado o parceiro perfeito, ou alcançado o peso corporal perfeito, ou acumulado dinheiro o bastante, então de uma vez por todas elas acharão a felicidade que buscam. Mas em nenhum lugar há uma pequena curvinha de algo onde haja apenas aspectos positivos. O perfeito equilíbrio do Universo diz que positivo e negativo, desejado e indesejado, existem em todas as partículas do Universo. Quando você, como o criador, o escolhedor, o definidor, o decididor, quando você procura por aspectos positivos aquilo se torna o que você vive, em todos os aspectos de sua vida. Você não tem que esperar por aí que aquela coisa perfeita se mostre a você, de forma que você agora possa ter uma resposta positiva para ela, ao invés disso você pode treinar positivamente seus pensamentos e vibrações. E então você se tornará o atrator daquilo, ou o criador daquilo.

Nós lhe encorajaríamos a começar cada dia com a declaração: Hoje, não importa aonde eu vá, não importa o que eu fizer, e não importa com quem eu esteja, é minha intenção dominante procurar pelo que quero ver.

Lembre-se, quando você acorda de manhã, você está renascendo. Enquanto você dormiu, toda a atração parou. Este isolamento por algumas poucas horas de sono, onde sua consciência não mais está atraindo, lhe dá um novo começo restaurador. E, assim, a menos que você acorde de manhã e comece a regurgitar o que o aborreceu no dia anterior, aquilo não irá lhe aborrecer em seu novo dia, em seu novo nascimento, em seu novo começo.

♦ **Decisões para se sentir bem atraem bons sentimentos** Uma mulher nos disse, quando descobriu que ia comparecer a algumas festas de feriados: Assim que ouvi que estava indo, comecei a pensar: “oh, Mary estará lá. Ela parecerá tão deslumbrante”.

Ela percebeu que apenas a idéia da festa estava fazendo com que ela se comparasse com outra pessoa.

E ela nos disse: “Quero parar de fazer isto. Quero me sentir bem sobre mim, e simplesmente desfrutar das festas, não importa quem esteja lá”.

Ela nos perguntou se poderíamos ajudá-la com o processo da pivotagem e dos aspectos positivos. Ela sabia que estava se sentindo inibida e não sabia o que fazer sobre isto.

Ela disse: eu nem mesmo quero ir às festas.

Nós dissemos a ela: Enquanto você está se sentindo inibida Nós dissemos a ela, "Enquanto seu sentimento de inibição é ampliado, quando você pensa em ir a estas festas, não é Mary que é a razão de seu desconforto".

Isto freqüentemente a faz se sentir com muita dificuldade de ordenar suas relações com outras pessoas. Às vezes você tenta até mesmo localizar esses sentimentos em sua infância. Mas realmente não há nenhuma vantagem ao fazer isso. Você tem a habilidade, por direito, onde você está exatamente agora, de encontrar aspectos positivos ou negativos, de pensar no desejado ou indesejado. E sempre que você começar o processo, agora ou vários dias antes de ir à festa, ou sempre que você espera até que esteja na festa, seu trabalho é ainda o mesmo: você tem que procurar por coisas que a façam se sentir bem quando você se foca nelas.

Como você tem mais controle sobre o que está ativado em sua própria mente, é normalmente muito mais fácil achar os aspectos positivos de uma situação antes de você estar ali, no meio dela. Assim, se você imaginar a situação como você quer que ela seja, e dedicar tempo para praticar sua resposta positiva à situação que está chegando, então quando você estiver na festa, você testemunhará o controle que você colocou em movimento dias antes, antes de você estar na festa.

Você não pode se sentir bem e mal ao mesmo tempo. Você não pode se focar no desejado e indesejado ao mesmo tempo. Assim, se você treinou seus pensamentos para o que considera ser bom, ou desejado, antes de chegar à festa, a Lei da Atração lhe entregará as coisas que a fazem se sentir bem e que são desejadas. Isto realmente é simples assim.

Nós dissemos à nossa amiga: Se você quer se sentir diferente nestas festas futuras do que você se sentiu nas festas dos anos anteriores, você tem que começar a contar uma história diferente. A história que você tem contado é algo como:

"Eu só sou convidada para estas festas por causa de minha relação com meu parceiro.

Realmente não é importante para ninguém que eu esteja ali. Eu realmente não sou uma parte do ambiente de trabalho dele, e eu realmente não entendo a maioria das coisas na qual eles têm interesse. Sou como uma estranha. A Mary não se sente como uma estranha como eu. A confiança dela é óbvia no modo como ela se veste e se conduz. Eu sempre me sinto menos atraente e menos inteligente, menos tudo quando estou perto de Mary. E odeio me sentir assim. Gostaria de não ter vindo".

Dissemos à nossa amiga "eis um exemplo de uma história de melhor sentimento":

"Meu parceiro é bem respeitado na empresa dele. É agradável que a companhia dele ocasionalmente propicie uma oportunidade para as pessoas que trabalham ali incluir os cônjuges para se conhecerem uns aos outros. Ninguém lá espera que eu tenha a agilidade de entender o funcionamento interno do ambiente. Na verdade, esta é uma festa onde todos provavelmente gostam de pensar sobre outras coisa que não seus trabalhos. A vida é muito mais ampla do que acontece

no escritório de meu marido. E já que eu nunca estou ali, posso muito bem parecer como uma lufada de ar fresco para muitos deles, pois não estou atolada nas políticas do escritório ou nos problemas. Mary parece clara e amigável. Ela claramente não vive atolada nas políticas ou problemas do 38

escritório. É divertido vê-la. Ela é interessante. Gostaria de saber onde ela compra suas roupas. Muito lindas as coisas que ela usa".

Nós queríamos que nossa amiga visse que não é necessário lidar com toda insegurança que ela já sentiu e usar esta festa de escritório como meios de dissolvê-la. Nós lhe dissemos: Simplesmente encontre algo positivo sobre o qual se focar e sinta o benefício de ter feito isto. E com o tempo, Mary, ou todas as Mary‟s, não será problema. De fato, Mary poderia se tornar sua amiga. Mas em qualquer caso é sua decisão fazer isto. Você só tem que praticar vibracionalmente para fazer isto possível.

♦ Como posso não sentir a dor deles?

Nosso amigo Jerry disse nos disse que parecia a ele que a maior parte de seu desconforto é por observar os outros que estão em desconforto ou em dor. E ele queria saber como ele poderia usar o processo de pivotagem para não sentir dor sobre a dor dos outros. Nós lhe explicamos que qualquer que seja o assunto de sua atenção, ele contém coisas que você quer ver como também coisas que não quer ver. Se você estiver sentindo dor não é porque a pessoa que você está observando está em dor, sua dor é porque você escolheu olhar para um aspecto deles que lhe faz sentir dor. E há uma grande diferença. É claro, se esta pessoa não estivesse sentindo dor, mas, ao contrário, estivesse alegre, seria mais fácil para você sentir alegria. Mas você não deve confiar na mudança das condições de forma a controlar o modo como se sente. Você tem que melhorar sua habilidade de focar positivamente a despeito da condição. E para fazer isto, é de ajuda lembrar que todo assunto tem o desejado e o indesejado nele. E se você for deliberado, você pode encontrar algo que o faça se sentir melhor.

É claro, é mais fácil apenas observar algo que está em frente de seus olhos do que deliberadamente peneirar por coisas que você preferiria ver. Porém, quando sentir-se bem é o que realmente importa, você estará menos disposto a somente observar preguiçosamente ou sentimentalóidemente porque seu desejo de se sentir bem lhe inspirará a uma vontade maior de procurar pelos aspectos positivos. Também, quanto mais você procura por coisas de bom sentimento para

se focar, mais este tipo de coisas de bom sentimento a Lei da Atração lhe trará. Até que, com o tempo, você estará tão positivamente orientado que simplesmente não perceberá as coisas que não se compatibilizam com sua orientação positiva.

Nós visitamos uma vez uma mãe e a encorajamos a simplesmente ignorar os problemas de seu filho.

E ela disse “Mas ele não se sentirá como se eu o tivesse abandonado? Eu não preciso estar ali por ele?"

E explicamos a ela que não há abandono ao se focar nos aspectos positivos da vida de alguém. E há um valor poderoso em abandonar quaisquer pensamentos que não faça se sentir bem quando você pensa neles. Nós falamos para ela: Você nunca ajudará ninguém sendo a caixa de ressonância desse alguém para problemas ou reclamações.

Mantendo uma imagem de melhoria na vida de seu filho, você o ajudará a se orientar 39

em direção a isso. Esteja ali para ele. Chame-o para aquele estado de melhor sentimento.

Quando é sua intenção deliberada se sentir bem, e você realmente se importa sobre como você se sente, você encontra mais e mais pensamentos sobre mais e mais temas que o fazem se sentir bem. E então você estará melhor preparado para se associar com outros que podem se sentir bem ou mal. Por causa de seu desejo de se sentir bem você terá pré-pavimentado sua experiência com outros com quem você estará interagindo.

E então será muito mais fácil para você se focar positivamente sobre a situação deles, não importa em que tipo de confusão eles estejam. Mas e você não tem cuidado de sua própria vibração e não tem se mantido consistentemente em pensamentos de bom sentimento e vibrações, então você pode ser varrido para a situação deles e pode muito bem sentir desconforto.

Simplesmente queremos enfatizar que você não está sentindo a dor deles causada pela situação deles, mas, ao contrário, você está sentindo sua própria dor, provocada por seu próprio pensamento. Há grande controle na compreensão disto e, se fato, verdadeira liberdade. Quando você descobre que pode controlar

o modo como se sente porque pode controlar os pensamentos que pensa, então você é livre para prazerosamente se mover sobre seu Planeta. Mas quando você acredita que o modo como se sente é dependente do comportamento ou situações alheias, e você também entende que não tem controle sobre estes comportamentos ou situações, você não se sente livre. Esta era, de fato, a dor que nosso amigo Jerry estava descrevendo.

♦ **Minha simpatia não é de valor para ninguém** Então Jerry nos disse: “Então, quando eu tiro minha atenção daqueles que estão com problemas, eu me sentirei vem, mas isto ainda não os ajuda a se sentirem melhor. Em outras palavras, eu não resolvi o problema, estou apenas evitando o problema”.

E nós lhe dissemos: Se você não se foca sobre o problema deles, você continua a se sentir bem. Mas eles ainda terão o problema, que é verdadeiro inicialmente. Mas se você se focar sobre o problema deles, você se sentirá mal, eles continuarão se sentindo mal e ainda terão o problema. E se você continuar a se focar sobre o problema deles, com o tempo você terá o problema também. Porém, se você não se foca sobre o problema deles, mas, ao contrário, você tenta imaginar a solução deles ou um resultado positivo, você se sentirá bem. E então há a possibilidade de você influenciá-los a pensamentos mais positivos e resultados.

Em termos simples, você nunca é de valor para os outros e nunca oferece uma solução quando está sentindo emoção negativa. Por que a presença da emoção negativa em você significa que você está focado sobre a falta do que é desejado, ao invés do que é desejado. Assim, se alguém está tendo uma experiência ruim e entra em sua consciência com um vento poderoso de negatividade ao redor dele, se você já não alcançou deliberadamente seu alinhamento com o bom sentimento, você pode ser varrido para a negatividade desse alguém, você pode se tornar parte da cadeia de dor dele, e você pode muito bem então passar seu desconforto para outro, que passará então para outro, e assim por diante. Mas se você deliberadamente estabeleceu o tom de seu dia, colocando 40

sua cabeça em seu travesseiro cada noite e dizendo “Esta noite, quando eu dormir, toda atração parará, o que significa que amanhã terei um novo começo e amanhã procurarei pelo que quero ver, pois quero me sentir bem, pois me sentir bem é a coisa mais importante”, quando você acordar de manhã você estará sobre um caminho fresco, não trazendo nenhuma negatividade do dia anterior. E então, quando você entra numa sala e vê alguém com dor vindo para você,

quando essa pessoa vem com sua dor, você não se torna uma parte dela, ao contrário, você provê um exemplo melhor de felicidade. Pois o que você sente é o que você irradia.

Agora, provavelmente não é somente porque você permanece feliz que os outros imediatamente se unirão à você em sua felicidade. Na realidade, quando há uma grande disparidade entre o modo como você está se sentindo e o modo que outros estão se sentindo, vocês têm um tempo difícil relacionando-se um com o outro. Mas com o tempo, se você mantiver sua posição vibracional positiva, eles também se juntarão a você em seu estado positivo, ou eles irão vibrar fora de sua experiência. O único modo pelo qual pessoas infelizes podem estar em sua experiência é por sua contínua atenção a eles na infelicidade deles.

Se você e outras duas pessoas estiverem caminhando ao longo da borda de uma montanha e você não estivesse vendo onde estão indo e você tropeçasse e caísse da borda e você ficasse pendurado por um cipó bem fininho, qual deles você ficaria contente por ver ali?

Procurando os aspectos positivos é o modo pelo qual você encontra aquele em quem você confia. É quem-você-é a partir da perspectiva Interior. E quando você consistentemente se alinha com pensamentos crescentes de melhor sentimento, os recursos poderosos do Universo se tornam disponíveis para você.

Simpatizar-se com outros significa se focar sobre a situação deles até que você se sinta como eles se sentem. E já que todo mundo tem o potencial de se sentir maravilhoso ou se sentir terrível, de ter sucesso nos próprios desejos ou de falhar nos próprios desejos, você tem opções sobre quais aspectos deles você se simpatiza. Nós lhe encorajamos a se simpatizar com os aspectos de melhor sentimento dos outros que você puder achar. E ao fazer isso, você pode influenciá-los para uma condição melhorada também.

♦ **Não ferir quando eles se sentem feridos** Um homem nos perguntou uma vez: Como você termina uma relação sem se ferir pela outra pessoa estar sendo ferida? Se você decide que é tempo de mudar e a outra pessoa não está pronta para isso, então ela ou ele está distraído, como você pode manter seu equilíbrio numa situação como esta?

E nós dissemos a ele: Quando você tenta guiar seu comportamento prestando atenção em como a outra pessoa se sente sobre seu comportamento, você é

impotente. Porque você não pode controlar a perspectiva do outro e, então, você não pode alcançar a melhoria consistente em sua própria vibração ou ponto de atração, ou como você se sente. Se você decidiu entrar em ação ao deixar uma relação antes de fazer o trabalho vibracional de se focar no que quer e no motivo pelo qual quer aquilo, qualquer ação que você empreender pode lhe trazer apenas mais do mesmo desconforto que você está 41

experienciando. E mesmo que a relação termine e você esteja sozinho ou começando uma outra relação com outra pessoa, estas velhas vibrações negativas não permitirão um desdobramento agradável. Em outras palavras, é muito melhor encontrar seu equilíbrio vibracional antes de entrar na ação da separação, ou você pode experienciar um tempo bastante longo de desconforto.

Nós falamos para nosso amigo: vamos examinar os componentes da situação e trazer um pouco de clareza para suas opções. Você chegou à conclusão, como resultado de estar infeliz nesta relação por algum tempo, que seria melhor terminá-la. Em outras palavras, você acredita que sua chance de felicidade é maior fora da relação do que dentro dela. Mas quando você diz isto à sua parceira, ela fica ainda mais infeliz. E

agora, porque sua parceira está mais infeliz, você está mais infeliz. Uma opção é ficar.

Dizer "Tudo bem, não fique infeliz. Mudei de idéia. Ficarei". Mas tudo o que aconteceu é que vocês dois estavam se sentindo infelizes, você tomou uma decisão de deixá-la, o que fez com que ela ficasse mais infeliz e agora você voltou atrás naquela decisão, então sua parceira não está totalmente infeliz como antes, mas ainda assim nenhum de vocês está feliz. Assim, nada mudou, exceto que as coisas se tornaram um pouco mais intensas por enquanto. Mas, basicamente, você ainda está insatisfeito e infeliz nesta relação.

Outra opção é simplesmente partir. Você poderia se focar sobre todas as coisas que fizeram com que você se sentisse desconfortável na relação e usar aquelas coisas como sua justificativa para partir e embora aquele foco negativo sobre coisas negativas lhe dê a convicção por ter agido, você realmente não se sentirá tão bem. Embora você possa sentir algum alívio na intensidade de sua infelicidade, uma vez que esteja fora da relação, você continuará a sentir a necessidade de justificar sua ação para ter partido, o que continuará a lhe manter num estado desagradável. Assim, muito embora você tenha andado milhas longe

das coisas que realmente estavam lhe aborrecendo, você ainda estará se sentindo aborrecido.

Realmente, não há nada que você possa fazer para impedir os outros de se sentirem mal, porque eles não se sentem mal por causa de seu comportamento. Não há cilada maior no relacionamento ou na vida do que a tentativa de manter os outros felizes observando as emoções deles e, então, tentar compensá-los com suas ações. O único modo pelo qual você pode ser feliz é decidindo ser feliz. Quando você assume a responsabilidade pela felicidade de alguém, você está tentando o impossível e se preparando para uma grande discórdia pessoal.

Então agora consideremos as opções de pivotagem e os aspectos positivos. Permaneça onde você está por agora, sem fazer nenhuma grande mudança em sua ação ou comportamento. Em outras palavras, se você está vivendo junto, continue fazendo isso; se você está gastando tempo junto, continue a fazer isso. Esta opção é uma mudança em seu processo de pensamento, não no seu processo de ação. O processo de pivotagem e o processo dos aspectos positivos são projetados para lhe ajudar a se focar diferentemente e para começar a contar a história de sua relação ou de sua vida em um sentimento melhor, de um modo auto-melhorado. Por exemplo:

"Tenho pensado em deixar esta relação porque acho que não estou contente dentro dela.

Mas quando penso em partir percebo que quando eu me for, levarei a mim mesmo comigo, e se eu parto porque estou infeliz, levarei esta pessoa infeliz comigo. A razão pela qual quero partir é porque quero me sentir bem. Imagino se é possível me sentir 42

bem sem partir. Imagino se há algo sobre nossa relação sobre a qual eu possa me focar que me faça sentir bem. Lembro-me de quando conheci esta pessoa e como isto me fez sentir. Eu gostava do sentimento da descoberta. Gostava de nossa relação quando ela começou. Acho que quanto mais tempo ficamos juntos, mais percebemos que realmente não éramos uma compatibilização perfeita. Não acredito que haja alguma falha em qualquer uma de nossas partes nisto. Não ser compatibilizadores perfeitos não significa que qualquer um de nós esteja errado. Significa apenas que há parceiros potencialmente melhores lá fora para cada um de nós. Há tantas coisas sobre esta pessoa que eu gosto e que qualquer um apreciaria facilmente: tão inteligente e interessada em tantas coisas, ri

facilmente, gosta de se divertir. Estou contente por termos estado juntos. E acredito que nosso tempo juntos provará ser de valor para nós dois".

Assim, nossa resposta a esta importante pergunta é: você não pode controlar a dor que qualquer outro sinta modificando seu comportamento. Porém, você pode controlar sua própria dor dirigindo seus pensamentos até que sua dor diminua e seja substituída por sentimentos melhorados. Quando você dá sua atenção a algo que está querendo, você sempre começará a se sentir bem. Quando você dá sua atenção à falta do que está querendo, você sempre se sente mal. E se você dá sua atenção à falta do que outra pessoa está querendo, você também se sente mal.

Vocês são tão orientados para a ação como seres físicos que realmente pensam que têm que consertar tudo agora mesmo. Seu parceiro não chegou neste estado todo de repente, seu parceiro nem ao menos chegou ali apenas durante sua relação. Foi um longo caminho, com forças sendo impulsionadas ao longo do caminho. Assim, não espere que uma conversa que você está tendo neste momento faça toda a diferença. Veja você mesmo como um que está plantando uma semente, uma semente muito forte, segura, poderosa. Você a plantou perfeitamente e a nutriu por um temo com suas palavras de forma que bastante tempo depois que você se for aquela semente continuará florescendo naquilo que ela é.

Há muitas relações que não são apropriadas para você continuar. Mas nós nunca sairíamos de uma relação nos sentindo bravos, ou culpados, ou na defensiva. Faça o trabalho vibracional, ponha-se sentindo bem e então parta. E então o que acontecerá depois não será uma retomada do que você acabou de deixar.

♦ **Não sou responsável pelas criações dos outros** Você não deve aceitar a responsabilidade pelo que os outros estão fazendo na própria experiência de vida deles. Veja-os como emergindo da falta e saiba que as coisas ficarão melhores para eles mais tarde. E então você começará a se sentir melhor. Você pode até inspirá-los no estado de sono deles para uma direção melhorada. Quando você pensar neles, veja-os como felizes. Não regurgite em sua mente as conversas tristes que você teve, ou o rompimento. Ao invés disso, visione-os como se eles estivessem progredindo na própria vida, assim como você está progredindo na sua. Acredite que eles têm a orientação neles para encontrar o próprio caminho.

O que desconcerta a maioria de vocês tão freqüentemente em seu desejo de ajudar os outros é que vocês acreditam que "Eles precisam de mim porque eles

não podem se 43

ajudar sozinhos”. Mas esta crença é prejudicial para eles porque lá no fundo eles sabem que podem fazer aquilo e eles estão querendo fazer.

Comece dizendo coisas para seu parceiro como:

"Você é uma pessoa tão maravilhosa. E embora não tenhamos nos conectado em tantos níveis quanto eu gostaria, sei que há um parceiro perfeito que espera por você, e estou liberando você para esta oportunidade. Procure por isto. Não quero manter você engaiolado aqui, cativo para algo que nenhum de nós quer. Quero nos livrar, a ambos, para o que ambos desejamos. Não estou lhe dizendo adeus para sempre, estou dizendo

„deixemos esta relação ter uma nova compreensão entre nós, uma que seja inspirada a partir do desejo positivo apaixonado, não uma que nos arremesse em lugares porque estamos com medo das possíveis conseqüências“."

E então diga à pessoa: “Quando pensar em você, sempre saberei que embora você esteja triste agora, você estará feliz depois. Escolherei ver você como feliz porque este é o modo como mais gosto de você. E é o que você também mais gosta”.

Isto pode soar duro ou frio. Mas nada mais faz sentido.

♦ Escutar a orientação ou alcançar bons sentimentos?

Você tem a habilidade de pivotar sob quaisquer e todas as condições. Não importa quão negativo algo parece, você tem a habilidade de dar sua atenção aos aspectos positivos daquilo. As únicas coisas que entram em seu caminho são velhos hábitos ou talvez um pouco da forte influência dos outros. A maioria das pessoas é de hábito por natureza. E

seus padrões são tão entretecidos que às vezes o caminho mais rápido para a alegria que você procura é pivotar quando você dorme e, então, acordar no novo dia já na direção do que você está querendo.

Alcançando os pensamentos de melhor sentimento antes de ir dormir e, então, experienciando o benefício da mente total que ocorre enquanto você dorme, e então, assim que acordar, imediatamente virando seus pensamentos para o bom

sentimento, você pode realizar o máximo da experiência de pivotagem. Alguns dias seguindo este padrão lhe proverão com uma grande mudança em seu hábito de pensamento e seu ponto de atração. E você descobrirá melhoria imediata em, praticamente, todo aspecto de sua vida.

♦ E se eu jogasse o jogo do “E se...?”?

Conforme nós lhe encorajamos a isto, você faz o seu melhor para encontrar os aspectos positivos sobre todo assunto que está em sua frente, há freqüentemente aqueles que dizem: “Mas e o homem que acabou de perder seu emprego e tem esposa e cinco filhos, e seu aluguel vai vencer em dois dias e ele não tem dinheiro para pagar?”, ou “E a mulher que está com o exercito da Gestapo em sua porta pronto para matá-la numa câmara de gás? Como estas pessoas poderiam pivotar?”.

E a estas questões extremas, frequentemente respondemos: é como se você tivesse pulado de um avião a uma altitude de 20.000 pés e não tem nenhum pára-quedas e, assim, você está dizendo "Agora o que eu faço?”.

Você normalmente não enfrenta tais extremas circunstâncias a partir das quais parece que não há nenhuma possível fuga confortável. Porém, estas situações extremas, com todo o drama e trauma que trazem, também trazem um poder que, com o foco certo, pode prover resoluções que alguém assistindo do exterior acharia surpreendentes ou até mesmo milagrosas. Em outras palavras, há nenhuma situação da qual você não possa achar uma solução positiva, mas você tem que ser capaz de se focar poderosamente, de forma a realizar tal solução. E a maioria das pessoas que está neste tipo de situação não é adepta deste tipo de foco, e é por isto, para começar, que elas estão vivenciando a situação negativa.

Quando você está envolvido em situações extremas, um poder vem de dentro, e, assim, a intensidade de seu desejo o porá em uma plataforma onde, se você simplesmente ficar focado, você pode ter sua grande elevação. Em outras palavras, esses que estão muito doentes estão numa boa posição para estarem ainda melhores do que a maioria dos outros porque o desejo de Bem-Estar deles é ampliado. Mas, a menos que eles possam pivotar ou virar a atenção para o desejo deles por Bem-Estar e longe da preocupação deles sobre doença, eles não ficarão bem.

Nós lhe encorajaríamos a jogar o jogo do “E Se...?” procurando por aspectos positivos.

Em outras palavras, ao invés de olhar para sua sociedade procurando por exemplos de pessoas impotentes, que não têm controle sobre as circunstâncias das próprias vidas, conte uma história que lhe dê um sentimento de capacidade. Ao invés de contar histórias de vitimas impotentes e ampliar seu próprio sentimento de vitima, conte uma história diferente. Por exemplo:

E se esta mulher, antes que o exercito da Gestapo viesse bater à sua porta reconhecesse os estrondos do holocausto que estavam na comunidade semanas antes?

E se ela deixasse a comunidade com muitos outros que partiram?

E se ela não tivesse medo do desconhecido?

E se ela não tivesse mantido a família?

E se ela tivesse tomado a decisão de começar uma nova vida em um novo país com sua irmã, e sua tia e seu tio, duas semanas atrás, de forma que não estivesse em casa quando a Gestapo chegasse?

Quando você jogar o jogo “E se...?”, procure por coisas que você quer ver. Procure por coisas que o façam se sentir melhor. Nunca há uma situação na qual não haja um modo melhor. Na verdade, há centenas e milhares de escolhas práticas ao longo do caminho.

Mas, como hábito, as pessoas continuam a escolher a perspectiva da falta nas situações, até que possivelmente se encontram em um estado indesejado onde parece que não há mais escolhas.



Quando você mantém sua intenção de procurar por evidências de Bem-Estar, e prosperidade, e sucesso, e felicidade, você se sintoniza às vibrações destas coisas. E, assim, este tipo de coisas, de experiências de bom sentimento, dominará sua vida.

"Hoje, não importa aonde eu vá, não importa o que eu faça, é minha intenção dominante procurar o que estou querendo ver". Quando você tomar a decisão de não ser um mero observador de seu mundo, mas um contribuinte positivo deliberado de seu mundo, você achará grande prazer em seu envolvimento com o que acontece em seu Planeta. Para começar, quando você testemunha coisas que não quer que aconteça em seu mundo, em sua nação, em seu bairro, em sua família, ou até mesmo em seu corpo, e se lembra de que tem o poder de contar uma história diferente, e também sabe que há enorme poder ao contar uma história diferente, você então volta um passo atrás no exuberante conhecimento que mantém quando tomou a decisão de vir para participar neste Planeta.

Você não pode estar em um lugar diferente de onde está agora mesmo. Mas você tem o poder de começar a expressar sua perspectiva sobre onde está de modos crescentemente melhores. E quando você fizer isso consciente e deliberadamente, você verá a evidência do poder de seu foco em todo assunto para o qual você vira sua atenção.

Quando você toma a decisão de que você quer se sentir bem, e conscientemente procura por aspectos positivos no assunto no qual você está envolvido diariamente, e quando você deliberadamente identifica e se foca sobre o que quer, em relação a estes assuntos, você se colocará sobre um caminho de desenvolvimento satisfatório, eterno e alegre.

Estes processos são simples de entender e de aplicar. Mas não deixa a simplicidade deles fazer com que você subestime o poder deles. Aplique-os consistentemente e mostre a si mesmo a influência do poder do pensamento alinhado. Descubra o poder da Energia que cria mundos. O poder ao qual você sempre teve pronto acesso, mas que agora você entende como aplicar e focar para suas próprias criações pessoais.

Parte II

Atraindo Dinheiro e Manifestando Abundancia

♦ **Atraindo dinheiro e manifestando abundancia** Embora o dinheiro não seja absolutamente essencial para sua experiência, para a maioria das pessoas o dinheiro e a liberdade são sinônimos. E já que uma intensa consciência de seu direito de ser livre está no âmago do que você é, segue-se então que sua relação com o dinheiro é um dos temas mais importantes de sua experiência de vida.

E, assim, não é de espantar que você tenha tais fortes sentimentos sobre o assunto dinheiro. Embora algumas pessoas tenham descoberto a liberdade de permitir que grandes quantias de dinheiro fluam para a experiência delas, o caso é que mais 46

frequentemente você está experienciando menos dinheiro do que precisa ou deseja, a maioria de vocês não está se sentindo livre.

É nossa intenção aqui explicar claramente por que esta disparidade financeira existe, de forma que você possa começar a permitir a abundância que você quer e merece em sua experiência. Quando você ler estas palavras e quando começar a ressonar com estas verdades baseadas na Lei, você alinhará seu desejo com a abundância de seu mundo e então a evidência de seu recém encontrado alinhamento se tornará aparente para você e para os outros que observam você. Seja você alguém que tem trabalhado para alcançar abundância financeira por muitos anos ou uma pessoa muito jovem que acabou de começar o caminho, a jornada para o Bem-Estar financeiro não tem que ser longa a partir de onde você está. E isto não requer grandes quantias de tempo ou esforço físico, pois vamos lhe explicar em termos simples e fáceis de entender como utilizar a influência da Energia que está disponível para você. Nós queremos lhe mostrar a correlação absoluta entre os pensamentos que você tem pensado sobre dinheiro, o modo como você se sente quando tem estes pensamentos e o dinheiro que flui em sua experiência. Quando você for capaz de conscientemente fazer esta correlação e decidir a direcionar, adequadamente, deliberadamente, seus pensamentos, você acessará o poder do Universo e então verá como o tempo e o esforço físico são bastante irrelevantes para seu sucesso financeiro.

Assim, começaremos com a simples premissa de seu Universo e de seu mundo – VOCÊ

OBTÉM AQUILO NO QUAL PENSA A RESPEITO. Frequentemente as pessoas nos dizem: “Isto não pode ser verdade, porque eu tenho querido e pensado em dinheiro desde que posso me lembrar, mas continuo lutando e não tenho dinheiro o bastante”.

E o que dizemos a elas então é que a coisa mais importante que você tem que entender se quer melhorar sua situação financeira – o tema dinheiro é realmente dois temas:

“dinheiro, bastante dinheiro, o sentimento de liberdade e facilidade que bastante dinheiro pode prover” e “ausência de dinheiro, dinheiro quase não o bastante, o sentimento de medo ou decepção a que o pensamento da ausência de dinheiro induz”.

Freqüentemente as pessoas assumem que porque elas estão falando as palavras "eu quero mais dinheiro", estão falando positivamente sobre dinheiro. Mas quando você está falando de dinheiro, ou qualquer coisa, e está sentindo medo ou desconforto quando fala, você não está falando sobre o tema “dinheiro”, mas, ao contrário, você está falando sobre o tema “dinheiro não o bastante”. E a diferença é muito importante porque a primeira declaração traz dinheiro e a segunda o mantém longe.

É de valor para você se dar conta de como você está realmente pensando e, mais importante, de como está se sentindo sobre dinheiro. Se você está pensando ou dizendo coisas como "Oh, isso é uma coisa muito bonita, mas eu não posso comprar", você não está no estado vibracional de permitir a abundância no que você deseja. O sentimento de desapontamento que está presente quando você reconhece que não pode comprar aquilo é seu indicador de que o equilíbrio de seu pensamento está apontando mais em direção da falta de seu desejo do que em direção do desejo em si. A emoção negativa que você sente quando você reconhece que não pode comprar algo que quer é um modo de compreender o equilíbrio de seus pensamentos e a quantidade de abundância que você realmente está experienciando é outro modo de saber isto.

Muitas pessoas continuam perpetuando a experiência de não o bastante em suas vidas simplesmente porque não pensam além da realidade do que estão experienciando de fato. Em outras palavras, se elas estão sofrendo a escassez de

dinheiro, e estão cientes disso e falam sobre isto constantemente, elas se mantém nesta posição crônica. E, assim, muitas pessoas protestam quando nós lhes explicamos o poder de contar a história de suas finanças como querem que ela seja ao invés de como é, porque elas acreditam que deveriam ser factuais sobre o que está acontecendo. Mas nós queremos que você entenda que se você continua olhando para o-que-é, você não encontrará a melhor que deseja. Você pode ver uma parada de faces e lugares mudando, mas sua experiência de vida essencialmente não mostrará nenhuma melhora.

Se você quiser efetuar uma mudança significativa em sua experiência de vida, você tem que oferecer vibrações substancialmente diferentes, o que significa que você tem que pensar pensamentos que o façam se sentir diferente quando você os pensa.

♦ A ação da falta não paga salários

Jerry: Abraham, há muitos anos atrás eu possuí um motel perto de El Paso, no Texas, e um dos homens mais ricos nos Estados Unidos (ele era um dos multibilionários) me chamou. Ele comprou um pequeno resort abaixo do rio Rio Grande, que estava financeiramente falindo. E ele tinha ouvido que eu poderia ter alguma informação útil para ajudá-lo a transformar aquilo. Em sua visita, em meu pequeno café, foi difícil eu me focar em nossa conversa porque eu simplesmente não podia entender porque um homem, rico, ainda estava descontente e procurando um modo de ganhar mais dinheiro.

Eu imaginava por que ele simplesmente não vendia o lugar a qualquer preço e ia cuidar de sua vida desfrutando do dinheiro que ele já tinha acumulado. E eu tinha outro amigo que está na classe multibilionária. Nós estamos no Rio de Janeiro, Brasil, andando na praia, alguns anos atrás. E ele estava falando sobre alguns problemas empresariais que ele estava tendo. E realmente aquele homem me golpeou, tão rico, tendo qualquer tipo de dificuldade. Mas o que tenho aprendido de vocês, Abraham, e eu tenho aprendido bastante de vocês, é que nosso verdadeiro sucesso na vida não é sobre quanto dinheiro nós temos, ou sobre ter as coisas, certo?

♦ Primeiro encontrarei o equilíbrio vibracional As coisas que você tem e as coisas que você faz, todas elas pretendem realçar seu estado de ser. Em outras palavras, é tudo sobre como você se sente e como você se sente é tudo sobre chegar no alinhamento com quem-você-realmente-é. Quando você cuida de seu

alinhamento primeiro, então as coisas que junta e as ações que executa apenas aumentam seu estado de bom sentimento do ser. Mas se você não encontra este equilíbrio vibracional primeiro e tenta se sentir melhor trazendo mais coisas para sua experiência, ou participando de mais atividades, de forma a tentar se fazer sentir melhor, você simplesmente sai do equilíbrio.

Nós não o estamos orientando para não acumular coisas ou para não executar a ação, porque tudo isto é uma parte essencial de sua experiência física. Em outras palavras, você pretendia a maravilhosa experiência de explorar os detalhes de seu mundo físico de forma a ajudá-lo a determinar pessoalmente seu próprio crescimento prazeroso e a 48



expansão. Mas quando você tenta se mover adiante, caminhando desequilibradamente, é sempre desconfortável.

Se você começar identificando como quer se sentir, ou ser, e então deixar sua inspiração acumular ou vir do estado centrado, então não apenas você mantém seu equilíbrio, mas agora desfrutará das coisas que junta e das coisas que faz.

A maioria das pessoas faz a maioria do que quer a partir de um estado de falta. Elas querem as coisas em muitos casos simplesmente porque não as têm. Assim, a obtenção destas coisas realmente não satisfaz nada profundamente nelas porque há sempre algo mais que elas não têm. E, assim, isto se torna uma luta interminável para tentar trazer mais uma coisa, mais uma coisa que ainda não será satisfatória para a experiência delas.

“Como eu não tenho isto, eu quero isto”. E então elas realmente acham que obter aquilo preencherá o vazio. Mas isto desafia a Lei.

Qualquer em ação que seja assumida a partir de um estado de falta é sempre contraproducente e sempre conduz a mais do sentimento de falta.

O vazio que estas pessoas estão sentindo não pode ser preenchido com coisas ou satisfeito com a ação, porque o sentimento de vazio é sobre a discórdia vibracional entre os desejos delas e seus hábitos crônicos de pensamento. Oferecendo pensamentos de melhor sentimento, contando uma história diferente, procurando por aspectos positivos, pivotando o tema do que você realmente

quer, procurando pelo “e-se” – é como você preenche este vazio. E quando você faz isto, uma coisa mais interessante ocorrerá em sua experiência – as coisas que você desejou começarão a fluir para sua experiência.

Mas estas coisas que você desejou fluirão para sua experiência não para preencher seu vazio, porque aquele vazio não mais existe, elas fluem porque seu vazio não existe mais. Certamente você juntará muitas coisas magníficas em sua experiência. Nossa mensagem não é para que você pare de querer, ter ou fazer. Nossa mensagem é para que você queira e acumule e faça a partir de seu estado de bom sentimento.

Parte II

Atraindo Dinheiro e Manifestando Abundancia (cont.)

♦ **Nem dinheiro nem pobreza trazem alegria** Jerry: Abraham, há um provérbio dizendo que dinheiro não traz a felicidade. Mas, por outro lado, notei que pobreza não traz felicidade também. Mas ainda é óbvio que o dinheiro não é o caminho para a felicidade também. Assim, se a idéia de alcançar algo nos traz felicidade, isso significa que a realização é uma meta apropriada a estabelecermos? E como uma pessoa mantém seu sentimento de felicidade quando alcançar sua meta o faz gastar bastante de seu tempo e energia? Em outras palavras, frequentemente parece que isto é um tipo de subida à montanha para alcançar a meta e 49

então há uma fase de descanso, mas então há uma subida tediosa quase imediata para alcançar a próxima meta.Em outras palavras, como uma pessoa mantém toda a escalada em direção à suas metas prazerosas de forma que não haja luta, luta, luta e, então, “Uau, eu fiz isto!” e, então, luta, luta, luta e “Oh, aqui, eu fiz isto novamente!”?.

Abraham: Você tem razão, o dinheiro não é o caminho da felicidade e, como você observou, a pobreza não é certamente o caminho para a felicidade também. É bastante importante se lembrar que quando você oferece alguma ação com a finalidade de alcançar a felicidade, você verdadeiramente está fazendo isto de um modo retrogrado.

Ao invés disso, use sua habilidade de focar seus pensamentos e palavras para coisas que lhe façam se sentir melhor e melhor e, uma vez que você tenha deliberadamente alcançado um estado de felicidade, não apenas ações

maravilhosas serão inspiradas, mas resultados maravilhosos têm que se seguir.

A maioria das pessoas dá a maior parte de sua atenção a qualquer coisa que esteja acontecendo em sua experiência exatamente agora, o que significa, se os resultados as agradam, elas se sentem bem, mas se os resultados não as agradam, elas se sentem mal.

Mas este é realmente é um modo árduo de viver. Se você apenas tiver a habilidade de ver o o-que-é, as coisas não podem melhorar. Você tem que encontrar um modo de olhar otimistamente adiante, de forma a alcançar qualquer melhora em sua experiência.

Quando você aprende como focar seus pensamentos deliberadamente em direção às coisas de bom sentimento, não é difícil encontrar felicidade e mantê-la mesmo antes de seus objetivos terem sido realizados. O sentimento de luta que você estava descrevendo acontece por causa da comparação ininterrupta de onde você está agora mesmo em relação à meta que você está alcançando. Quando você está constantemente classificando, percebendo a distância que ainda precisa ser percorrida, você amplia a distância, a tarefa, o esforço e por isso isto é sentido como uma luta escalar.

Quando você se interessa sobre como se sente e, assim, escolhe pensamentos baseados em como eles fazem você se sentir, você então desenvolve padrões de pensamento mais interessante. E a Lei da Atração então responde à estes pensamentos de melhor sentimento, você obtém resultados mais agradáveis. Lutar, lutar, lutar, nunca conduz a um final feliz. Isto desafia a leia. “Quando eu chegar ali, então serei feliz” não é um padrão mental produtivo porque, a menos que você esteja contente, não pode chegar lá.

Quando você decide primeiro ser feliz, então você chegará lá.

♦ Estou aqui como um criador jubiloso

Vocês não estão aqui como acumuladores ou regurgitadores. Vocês estão aqui como criadores. Quando você estiver olhando para um estado de fim, você exagera o sentimento da falta entre onde está agora e aquele lugar de fim. E este hábito de pensamento não só pode reduzir a velocidade do progresso de sua criação, mas pode segurá-lo indefinidamente à parte de você. Você é o atrator de sua experiência.

Quando você procurar aspectos positivos e fizer um esforço para encontrar pensamentos de bom sentimento, você se manterá em um estado de atração positiva e o que você deseja virá mais rápido. O escultor de uma obra de arte não deriva sua maior satisfação da peça terminada. Este é o processo da criação, a escultura da peça é o que lhe dá seu 50

prazer. Este é o modo como gostaríamos que você visse sua experiência física de criação – um vir a ser de prazer ininterrupto.

Quando você focar sua atenção sobre coisas que o fazem se sentir bem e alcançar um estado de ser consistentemente prazeroso você estará então na posição de atrair mais de qualquer coisa que queira. Às vezes as pessoas reclamam que parece injusto que elas tenham que se tornar felizes antes que as coisas que lhe trazem mais felicidade possam então vir para elas. Elas acreditam que quando estão infelizes, precisam que os eventos felizes aconteçam, mas quando elas já estão felizes, então os eventos felizes são desnecessários. Mas isto desafiaria a Lei da Atração. Você tem que encontrar um modo de sentir a essência do que você deseja antes que os detalhes deste desejo possam vir para você. Em outras palavras, você tem que começar a se sentir mais próspero antes que mais prosperidade possa vir.

Freqüentemente as pessoas nos dizem que querem mais dinheiro, e quando lhes perguntarmos qual é o equilíbrio de pensamento delas sobre dinheiro, elas nos dizem que elas têm uma atitude muito positiva sobre dinheiro. Mas quando sondamos um pouco mais profundamente, perguntando-lhes como elas se sentem quando sentam para pagar suas contas, então elas frequentemente percebem que embora elas possam ter tentado soar positivas sobre o tema, na verdade elas têm sentido muita preocupação ou até mesmo medo em torno do assunto dinheiro. Em outras palavras, frequentemente sem perceber, na maior parte de seus pensamentos sobre dinheiro, tem havido o lado

"não o bastante" do assunto ao invés do lado "abundância" do assunto.

♦ **O poder de gastar vibracionalmente dinheiro vibracional** Eis um processo que pode lhe ajudar rapidamente a mudar o equilíbrio de seus pensamentos em relação a dinheiro para um estado onde você possa começa a deixar mais dinheiro fluir facilmente para sua experiência: Ponha 100 dólares em seu bolso e mantenha este valor a toda hora com você. Conforme você se move por seu dia, deliberadamente perceba quantas coisas você poderia trocar por este dinheiro:

“Eu poderia comprar isto”, “Eu poderia fazer aquilo”. Alguém nos disse que 100 dólares realmente não compra tanto na economia atual. Mas explicamos que se você mentalmente gastar estes 100 dólares 1000 vezes hoje, você gastou vibracionalmente 100.000 dólares. Este tipo de foco positivo mudará dramaticamente seu equilíbrio vibracional sobre dinheiro.

Este processo de gasto vibracional fará com que você se sinta diferente sobre dinheiro e quando isto acontecer seu ponto de atração mudará e mais dinheiro tem que fluir para sua experiência. É a Lei.

Alguém nos disse: “Eu não tinha 100 dólares, mas eu coloquei uma nota promissória em meu bolso”. E dissemos: isto desbarata o processo porque você está andando por aí com o sentimento de débito em seu bolso, que é exatamente o oposto do que você quer fazer.

Você quer sentir sua prosperidade. E, assim, mesmo que seja apenas 20 0u 50, ou se é uma nota de 1000 ou 10.000 que você tem em seu bolso, use-a efetivamente para lhe ajudar a perceber como as coisas estão boas agora. Por que em seu reconhecimento de seu próspero agora sua prosperidade tem que se tornar maior.

51

♦ **Precisando de dinheiro você não o atrairá** Jerry: Abraham, uma de minhas maiores decepções, já que trabalhei para ajudar as pessoas a encontrar maior sucesso financeiro, é que aqueles que mais precisavam de dinheiro, tinham menos sucesso com o que eu lhes ensinava enquanto aqueles que precisavam menos pareciam ter maior sucesso com ele. Isto sempre me pareceu retrógrado Parecia que aqueles que mais precisavam tentavam mais arduamente e possivelmente deveriam ter tido sucesso.

Abraham: Qualquer um que está no estado de falta, não importa quanta ação ofereça, atrai mais falta. Em outras palavras, o sentimento poderoso excede em valor a qualquer ação que eles oferecem. Qualquer ação que é oferecida de um estado de falta sempre é contraproducente. Os que não sentiam necessidade não estavam num estado de falta, então a ação deles era produtiva.

Sua experiência estava em harmonia absoluta com a Lei da Atração. Como o é toda experiência. Não há um fragmento de evidência em qualquer lugar no Universo para o qual contrário disto que nós estamos falando.

Jerry: Também notei que essas pessoas que não tinham alcançado muito sucesso ou que não estavam muito interessadas nem mesmo em ouvir sobre alcançar sucesso eram as que foram ensinadas que querer ter dinheiro era maligno ou imoral, e que a melhor coisa que elas deviam fazer era permanecer onde estavam, muito embora estivem irrealizadas.

Abraham: A razão pela qual muitos alcançam um estado onde dizem que não têm desejo é porque quiseram, e quiseram, e quiseram, mas porque não entenderam que todo assunto é dois assuntos, deram mais da atenção deles à falta do que desejavam do que ao que desejavam. E, assim, continuam atraindo a falta do que eles querem. E então possivelmente simplesmente foram nocauteados por isto. Quando uma pessoa começa a associar o querer com o não ter tanto, o querer é uma experiência desagradável, então a pessoa diz “Eu não quero mais, pois toda vez que eu quero algo, eu me vejo neste estado de desconforto. Então, para mim, em primeiro lugar, é mais fácil simplesmente não querer”.

♦ E se um “pobre” não se sente pobre?

Jerry: Bem, se os outros que estão percebendo você e comparando você com eles mesmos chegam à conclusão de que você é pobre, mas você não se sente pobre, então você estaria num estado de falta e, assim, você seria capaz de se mover rapidamente em direção à maior abundância neste caso, certo?

Abraham: Está correto. A avaliação dos outros sobre você não tem esteio nenhum em seu ponto de atração. A menos que você fique aborrecimento com a avaliação deles.

Comparar sua experiência com as experiências dos outros pode ampliar um sentimento de falta em você se você chegar à conclusão que eles tiveram mais sucesso do que você tem e, então, você ativa em si um sentimento de ser menos do que eles. Também, percebendo uma falta de prosperidade na experiência dos outros você não se põe em um 52

estado de atrair maior prosperidade para si mesmo porque você obterá aquilo no qual pensa.

O que você atrai para você ou mantém longe de você não tem nada a ver com o que qualquer outro está fazendo. Um sentimento melhorado de prosperidade, mesmo se sua realidade atual não justificar o sentimento, sempre trará mais

prosperidade a você.

Prestar atenção ao modo como você se sente sobre dinheiro é uma atividade muito mais produtiva do que perceber como os outros estão fazendo.

Permitir que mais dinheiro flua para sua experiência requer menos do que a maioria das pessoas de longe entende. Tudo que é requerido é que você alcance um equilíbrio vibracional em seus próprios pensamentos: se você quer mais dinheiro, mas duvida que possa alcançar, você não está em equilíbrio; se você quer mais dinheiro mas acredita há algo errado em ter dinheiro, você não está em equilíbrio; se você quer mais dinheiro e está bravo com os que têm mais dinheiro, você não está em equilíbrio.

Quando você está sentindo essas emoções de insuficiência, insegurança, ciúme, injustiça, raiva, e assim por diante, seu sistema de orientação emocional o está deixando saber que você está fora do alinhamento com seu próprio desejo. A maioria das pessoas não faz nenhum esforço para entrar em alinhamento pessoal com o assunto dinheiro. Ao contrário, elas gastam anos, até mesmo vidas, apontando as injustiças percebidas, tentando definir a retidão ou a injustiça do assunto, e até mesmo tentando pôr as leis no lugar para orquestrar o fluxo de dinheiro na civilização. Quando um esforço bastante pequeno, em comparação com a tentativa impossível de controlar estas circunstâncias externas, lhes renderia um retorno enorme.

Nada é mais importante do que você se sentir bem, pois quando você se sente bem, você está em harmonia com sua intenção maior. Muitos acreditam que trabalho duro e luta não apenas é uma exigência para alcançar o sucesso, mas que trabalhar duro e lutar muito é uma forma mais honorável de viver a vida. Esses árduos tempos de luta certamente o ajudam a definir o que você deseja. Mas até que você libere o sentimento da luta, o que você deseja não pode vir para sua experiência.

Freqüentemente as pessoas se sentem como se precisassem provar o próprio mérito, e que uma vez que isso é realizado, então e só então as recompensas serão dadas. Mas queremos que você saiba que você já é merecedor. E que provar a você mesmo não é apenas impossível, mas desnecessário. O que é necessário para que você receba as recompensas ou os benefícios que busca é o alinhamento com a essência destes benefícios. Primeiro você tem que se trazer para o alinhamento vibracional com a experiência que deseja viver.

Nós sabemos que palavras não ensinam, e que nosso conhecimento relativo às Leis do Universo e de seu valor necessariamente não significa que agora que você leu nossas palavras, que você sabe de seu valor. Porém, quando você considera as premissas que estamos dispondo para você aqui, e quando você começa a aplicação dos processos que nós estamos sugerindo aqui, é nosso conhecimento que a resposta do Universo à sua vibração melhorada lhe dará a evidência da existência destas Leis. Não demorará muito e não requererá muita aplicação deliberada do que você está escutando aqui antes de estar convencido de seu próprio valor e de sua habilidade de criar qualquer coisa que você deseja. A razão primária pela qual as pessoas não acreditam no próprio valor delas 53



é porque frequentemente não encontram um modo de obter o que querem, então elas assumem incorretamente que alguém fora delas não as aprova e que de alguma forma retêm a recompensa. Isto nunca é verdade. Você é o criador de sua experiência.

Faça uma declaração do tipo:

“Eu quero ser o melhor que posso ser. Eu quero fazer e ter e viver de um modo que esteja em harmonia com minha idéia de maior bem. Quero me harmonizar fisicamente aqui neste corpo com o que acredito ser o melhor ou o bom modo de vida”.

Se você fizer estas declarações e então não encetar ação a menos que você se sinta bem, você sempre estará se movendo no caminho da harmonia com sua idéia do que é bom.

Parte II

Atraindo Dinheiro e Manifestando Abundancia (cont.)

♦ Qual é minha história de abundância financeira?

Uma crença na falta é a razão pela qual mais pessoas não estão se permitindo a abundância financeira que desejam. Quando você acredita que há uma pilha finita de abundância e que não há o bastante com o que viver e, assim, você sente injustiça quando alguém tem mais que outros, acreditando que por eles

terem, os outros são privados de ter, você está se mantendo à parte da abundância. Não é a realização de sucesso dos outros a responsável por sua falta de realização, mas sua comparação negativa e sua atenção à falta de seu próprio desejo. Quando você sente a emoção negativa que sente quando acusa os outros de injustiça ou de esbanjar riqueza ou de segurá-la, ou quando você simplesmente acredita que não há o bastante para viver, você se mantém numa posição de negação de sua própria condição melhorada.

O que alguém tem ou deixa de ter não tem nada a ver com você. A única coisa que afeta sua experiência é o modo como você utiliza a Energia Não-Física com seu pensamento.

Sua abundância ou falta dela em sua experiência não tem nada a ver com o que os outros estão fazendo ou tendo. Tem a ver apenas com sua perspectiva. Tem a ver com sua emissão de pensamento. Se você quer que sua fortuna mude, você tem que começar a contar uma história diferente.

Muitas pessoas criticam os que estão vivendo bem, os que acumulam terra, e dinheiro, e coisas. E esta crítica é sintomática do próprio hábito de pensamento de falta delas. Elas querem se sentir bem e freqüentemente acreditam que se puderem fazer o que são incapazes de fazer errado, então se sentirão melhores. Mas elas nunca se sentem melhor porque a atenção delas à falta perpetua a falta em todo lugar para onde olham. Elas não se sentiriam incomodadas ao ver a realização dos outros se o desejo de realização não estive presente nelas mesmas. E esta crítica que elas frequentemente mantêm viva nelas 54

mesmas serve apenas para mantê-las numa discórdia vibracional com o que elas desejam. Em outras palavras, se alguém lhe chamasse ao telefone e dissesse: “Oi, você não me conhece. Estou lhe chamando apenas para dizer que nunca mais telefonarei novamente”, você não sentiria emoção negativa com a ausência de quem ligou porque, para começa, a presença da pessoa não é algo que você desejou. Mas se alguém com quem você se importa fizesse esta declaração para você, você sentiria uma forte emoção negativa porque seu desejo e sua crença estariam em conflito.

Quando você sente emoção negativa sobre qualquer coisa, sempre significa que você tem um desejo que nasceu de sua experiência de vida pessoal, que agora mesmo você está contradizendo com outros pensamentos. A discórdia vibracional é sempre a razão para a emoção negativa. E a emoção negativa está

sempre lhe orientando para lhe ajudar a redirecionar seus pensamentos para que você encontre alinhamento vibracional com quem-você-realmente-é e com seus desejos atuais.

♦ E se o pobre criticasse o rico?

Jerry: Abraham, quando eu era criança, eu me associava principalmente com às pessoas pobres. E costumávamos tirar o sarro dos que eram ricos. Nós criticávamos os que dirigiam carros luxuosos, por exemplo. E, assim, quando adulto, quando chegou o momento que eu gostaria de comprar um „Cadillac‟, eu não conseguia me ver dirigindo um porque eu sentia que as pessoas agora tirariam sarro de mim como eu fiz com os outros. Então, eu dirigia um „Mercedes‟ porque anos atrás as pessoas como que pensavam que eram carros econômicos. Mas o único modo pelo qual eu pude me ver dirigindo um „Cadillac‟, o que eu finalmente fiz, foi alavancar meus pensamentos dizendo "Bem, comprando este carro eu ponho todas estas pessoas que construíram esse carro para trabalhar. Eu criei empregos para todas estas pessoas que proveram as partes e os materiais: o couro, o metal, o vidro e assim por diante". E então ao encontrar esta justificativa eu fui capaz de comprar o carro.

Bem, de alguma forma eu descobri um processo de alavancar meus pensamentos, que me ajudou a permitir aquele símbolo de sucesso em minha experiência.

Abraham: Seu processo de alavancar pensamentos é eficaz.

Quando você quer se sentir bem e gradualmente encontra sentimentos crescentes de melhor sentimento, você está se trazendo para o alinhamento com seu desejo e está liberando a resistência que o impede de suas condições melhoradas. Focar nas opiniões opostas alheias nunca é produtivo porque é sempre motivo de discórdia em você, o que também lhe impede de sua condição melhorada. Sempre haverá os que não concordam com você, e sua atenção a eles sempre provocará desacordo vibracional com seus próprios desejos. Escute seu próprio sistema de orientação prestando atenção a como você se sente de modo a determinar a propriedade de seu desejo e comportamento.

Sempre haverá alguém, não importa qual o lado de qualquer assunto que você escolha, que não se harmoniza com você. E é por isto que falamos tão firmemente e queremos tanto que você entenda que seu maior empenho é

encontrar harmonia com quem-você-realmente-é.

55

Se você confiasse em você, se pudesse acreditar que através de tudo o que viveu você chegou a um estado de sabedoria muito forte e que você pode confiar no modo como se sente quando sua forma pessoal de orientação sobre a propriedade ou impropriedade do que está contemplando fazer, então você utilizaria seu sistema de orientação do modo como realmente foi planejado.

♦ **E se nosso dinheiro perdesse o valor**?

Jerry: Abraham, no passado nosso dinheiro era principalmente moedas, metal que tinha um valor em si e por si mesmo, como um pedaço de ouro de 20 dólares - o próprio ouro valia 20 dólares, e a prata no dólar prateado tinha valor. E então, parece simples entender o valor da moeda. Mas agora nosso dinheiro em si e por si mesmo não tem valor real. Em outras palavras, o papel e as moedas são essencialmente sem valor. Eu sempre apreciei a conveniência do dinheiro como um modo de trocar bens e talentos ao invés de comerciar, digamos, uma galinha por um recipiente de leite ou por uma cesta de batatas. Mas agora nosso dinheiro está sendo desvalorizado artificialmente. E está ficando continuamente difícil de realmente entender o valor de um dólar. Em outras palavras, isto me faz lembrar de minha própria procura por meu próprio valor, como quanto vale meu talento? Quando eu deveria pedir por uma troca de tempo e energia que eu coloco em algo? Mas agora estou aprendendo de vocês que não temos que considerar nosso valor deste modo. Temos apenas que considerar o que é que queremos e, então, permitir aquilo. Estou ciente de que muitas pessoas se sentem inseguras sobre seu futuro financeiro porque elas sentem que não têm controle sobre o que podem acontecer ao valor do dólar, por que é tipicamente só um punhado de pessoas que parece controlar ou manipular isto. Muitos se preocupam por acontecer mais inflação ou até mesmo outra depressão econômica. Eu gostaria que as pessoas entendessem o que vocês têm nos ensinado sobre a Lei da Atração, assim eles não ficariam preocupados com coisas que estão fora do controle deles, como o valor do dólar.

Abraham: Você tocou em algo muito essencial aqui, relativo ao assunto dinheiro, por que você tem razão, muitos de vocês estão reconhecendo que os dólares hoje simplesmente não valem o que valeram uma vez. Mas esta é outra posição de falta, na qual você frequentemente permanece firmemente, o que lhe impede de

atrair a abundância que é sua.

Nós gostaríamos que você entendesse que o dólar e seu valor nomeado realmente não são tão importantes para sua experiência quanto você acredita. E que se você pudesse pôr sua atenção no que está querendo, em termos de ser e ter e, então, fazer, todo o dinheiro ou outros meios de trazer o que você quer poderiam então fluir facilmente e sem muito esforço para sua experiência.

Continuamos voltando para a mesma terminologia. A partir de seu estado de falta você não pode atrair seu oposto. E, assim, é realmente questão de ajustar seu pensamento de maneira que seu pensamento se harmonize com o que faz você se sentir bem. Todo pensamento que você pensa vibra e é pela virtude de ter este pensamento vibrando que você atrai. Quando você tem um pensamento de falta, este pensamento está vibrando num estado que é tão estranho ao que o seu Ser Interior sabe ser que seu Ser Interior não pode ressoar com você. E o sentimento resultado em você é um de emoção negativa. Quando você tem um pensamento de alavancagem, ou de abundância, ou de Bem-Estar, estes pensamentos se harmonizam com o que seu Ser Interior sabe ser e sob 56

estas condições você é preenchido com um sentimento de emoção positiva. Você pode acreditar que o modo como você se sente é o indicador sobre que lado do assunto você está. Seja este um assunto de dinheiro ou falta dele, ou de saúde ou falta dela, ou de relacionamento ou falta dele, sempre, quando você se sente bem você está no estado de atrair aquilo que você está querendo.

♦ Para inverter uma espiral descendente

Jerry: Quando eu via pessoas tendo problemas financeiros, eu costumava me preocupar com elas. Eu as olhava como se elas estivessem numa espiral para baixo, para baixo, para baixo, até que finalmente elas batiam em baixo, na falência. Mas então, em um tempo muito curto, elas tinham outro barco novo, um novo carro luxuoso e outra casa linda. Em outras palavras, ninguém a quem eu vi pareceu permanecer no baixo. Mas por que eles não puderam parar antes em algum lugar da espiral descendente e começar a subir logo? Por que tantos deles tiveram que percorrer todo o caminho para o fundo antes de começar a subir novamente?

Abraham: Bem, a razão para qualquer espiral descendente é a atenção para a falta. No medo que eles têm de poder perder algo ou na atenção que dão às

coisas que estavam perdendo, eles estavam focados na falta do que queriam e, já que este era o ponto de atenção deles, apenas mais perda foi possível. Quando eles se sentiam cautelosos ou na defensiva, ou quando começaram a justificar ou racionalizar, ou culpar, eles estavam no lado da equação da falta e apenas mais falta poderia ser a experiência deles. Mas, uma vez que atingiram o fundo e não estavam mais no estado de cautela, pois não havia mais nada a perder, então a atenção deles mudou e a vibração mudou, assim o ponto de atração deles foi mudado. Bater no que eles acreditavam ser o fundo fez com que eles começassem a subir. Você poderia dizer que isto os forçou a começar a contar uma história diferente.

Sua experiência de vida o fez pedir muitas coisas maravilhosas que estão fazendo o caminho delas para sua experiência, mas você se preocupa ou fica em dúvida, ou medo, ou ressentimento, ou culpa, ou ciúme, ou qualquer número de emoções negativas, indicando que os pensamentos predominantes que você estava tendo estavam mantendo estas coisas longe. Seria como se você estivesse mantendo-as exatamente do lado de fora de sua porta, mas a porta estava fechada. Quando você começa a contar uma história diferente das coisas que você poderia comprar com seus 100 dólares, quando você relaxa e se foca mais sobre os aspectos positivos de sua vida, quando você escolhe mais deliberadamente o extremo de melhor sentimento da varinha vibracional, aquela porta se abre e você é inundado com as manifestações daquelas coisas desejadas, e experiências, e relações.

♦ Uma guerra contra guerra é guerra

Reconhecer que você o criador de sua própria experiência e aprender a fazer deliberadamente através da direção de seus pensamentos é um ajustamento para a maioria das pessoas porque a maioria das pessoas acredita que você faz as coisas acontecerem através da ação. Não apenas você tem acreditado que a ação é o que faz as coisas acontecerem, mas você também acredita que se aplicar pressão às coisas indesejadas, elas irão embora. E embora você possa acreditar que empurrar-se contra 57

aquelas coisas indesejadas farão com que elas deixem sua experiência, não é como as Leis do Universo funcionam. E não é a prova de sua experiência também, pois todas estas guerras estão ficando maiores. Atenção à falta do que é desejado faz com que ela aumente e fique mais próxima a você. Assim como se focar sobre o que é desejado faz com que aquilo aumente e se torne mais

próximo de você.

Quando você relaxa no seu Bem-Estar natural, quando você faz declarações como

“Procuro abundância e acredito nas Leis do Universo. Identifiquei as coisas que quero e agora vou relaxar e permiti-las em minha experiência”, mais do que você deseja virá. Se sua situação financeira faz se sentir como uma luta, você está empurrando seu Bem-Estar financeiro para longe. Mas quando você começa a sentir facilidade em relação a sua situação financeira, você está então permitindo que mais abundância flua em sua experiência. Isto realmente é tão simples quanto isso. E, assim quando você vê outros se superando na atração de dinheiro deles, e você sente emoção negativa em relação a isto, isso é seu sinal que seu pensamento atual não está permitindo a abundância que você deseja em sua experiência. Quando você se pega crítico sobre o modo como os outros estão atraindo ou usando dinheiro, você está empurrando o dinheiro para longe de você.

Mas quando você percebe que o que os outros fazem com dinheiro não tem nada a vê com você e que seu trabalho principal é pensar e fala e fazer o que o faz se sentir bem, então você estará em alinhamento, não apenas em relação ao assunto dinheiro, mas em relação a todo assunto importante em sua experiência física.

♦ Podemos ter sucesso sem talento?

Jerry: Abraham, que propósito tem o talento, ou a destreza, ou habilidade, em trazer abundância ou dinheiro para nossas vidas?

Abraham: Muito pouca. Todas são aspectos da ação na maior parte, e sua ação é responsável apenas por uma minúscula parte do que vem para você. Seus pensamentos e palavras (palavras são pensamentos articulados) são a razão por que sua vida se desenvolve como acontece.

Jerry: Então vocês diriam que as pessoas sem habilidade vendível, ou talento ainda poderiam receber toda a abundância financeira que querem em suas vidas?

Abraham: Perfeitamente. A menos que se comparem com outras e concluam que não têm talentos vendíveis ou se sintam diminuídas e, consequentemente, derrotem a própria experiência com sua própria expectativa negativa.

A habilidade mais valiosa que você poderia desenvolver é a habilidade de dirigir seus pensamentos para o que você quer, ser adepto de avaliar rapidamente todas as situações e concluir depressa o que você mais quer e, então, dar tua atenção não dividida à isto.

Há uma habilidade tremenda em dirigir seus próprios pensamentos que lhe renderá resultados que não podem ser comparados com os resultados que a mera ação pode prover.

Parte II

58



Atraindo Dinheiro e Manifestando Abundancia (cont.)

♦ Podemos obter algo sem dar?

Jerry: Como uma pessoa pode abandonar a crença de que precisa dar um dólar para receber algo de um dólar?

Abraham: Seu conhecimento em todas as coisas vem apenas através da experiência de vida. Mas sua experiência de vida vem como um resultado dos pensamentos que você está pensando. Assim, muito embora você possa ter desejado algo durante um tempo muito longo, se seus pensamentos estiverem sobre a ausência daquilo, então aquilo não pôde vir para você e, assim, a partir de sua experiência pessoal você chega à conclusão de que aquilo não é possível, ou que aquilo é uma luta. Em outras palavras, você chega a muitas conclusões válidas sobre as coisas serem árduas quando você tem uma vida difícil.

É nosso desejo ajudá-lo a entender o que está realmente no coração desta luta auto-criada. Queremos lhe ajudar a começar a partir de uma premissa diferente e entender as Leis na base de todas as coisas. Uma nova compreensão das Leis do Universo e uma vontade de começar a contar uma história diferente lhe darão resultados diferentes. E

estes resultados diferentes então lhe darão crenças diferentes, ou conhecimento.

Você é o único, você é o único que pode avaliar sua efetividade. Ninguém mais tem a habilidade de discernir onde você permanece em relação a aonde quer estar. E ninguém mais pode decidir onde deve estar. Apenas você.

♦ Eles querem ganhar a fortuna lotérica

Jerry: Muitas pessoas esperam que alguma sorte financeira inesperada aconteça para elas para libertá-las do débito ou liberá-las de trabalhar em algo que não

querem, de forma a receber dinheiro. O que as ouvimos dizer mais frequentemente é que querem ganhar na loteria, de onde eles tirarão a abundância delas trocando com alguém que esteja perdendo a dela.

Abraham: Se a expectativa delas estivesse em um estado de permitir ganhar, então esta poderia ser uma maneira de o dinheiro vir para elas. Mas a maioria sabe as disparidades disto e, assim, para a maioria a expectativa delas de ganhar na loteria não está no estado poderoso também.

Jerry: Então, como esperar ganhar está relacionado a ter a expectativa de ganhar?

Abraham: Bem, já que esperar é mais produtivo do que dúvida, ter a expectativa é mito mais produtivo do que esperar.

Jerry: Bem, então como uma pessoa poderia começar a ter a expectativa de algo que a experiência de vida dela ainda não se mostrou para ela? Em outras palavras, como você pode ter a expectativa de algo que você não experienciou?

Abraham: Você não tem que ter dinheiro para atrair dinheiro. Mas você não pode se sentir pobre e atrair dinheiro. A chave é, você tem que encontrar modos de melhorar o modo como se sente a partir de onde está agora antes de as coisas começarem a mudar.

Suavizando sua atenção às coisas que estão dando errado e começando a contar histórias que conduzem mais em direção do que você quer ao invés do que em direção do que você obteve, sua vibração mudará, seu ponto de atração mudará e você obterá resultados diferentes. E em pouco tempo, por causa dos resultados diferentes que você então obtém, você então tem crenças, ou conhecimento, de abundância que facilmente perpetuarão mais da mesma coisa. As pessoas frequentemente dizem “o rico fica mais rico e o pobre fica mais pobre”. E é por isto.

Procure por razões para se sentir bem, identifique o que você quer, e mantenha seus pensamentos em um estado que o faça se sentir bem.

♦ Viver abundantemente não é mágica

Quando explicamos a partir de nossa perspectiva a natureza abundante de seu Universo e o potencial de abundância que está disponível para você, nós entendemos que nosso conhecimento não se torna seu conhecimento apenas porque você nos ouve dizer isto.

Se você pediu a si mesmo para acreditar no que dizemos ou simplesmente para tentar entender, você não pode simplesmente adotar nossa compreensão como sua própria, pois é apenas sua própria experiência de vida que traz conhecimento para você. As crenças que você mantém como um resultado de sua própria experiência de vida são muito fortes. E nós entendemos que você não pode liberá-las imediatamente e substituí-las por outras, muito embora nós saibamos que há muitas crenças mais produtivas que você poderia nutrir. Mas há algo que você pode começar hoje que fará uma profunda diferença no modo como sua vida se desdobra, que não requer uma liberação imediata das crenças que você mantém atualmente – comece contando uma história mais positiva de melhor sentimento sobre sua vida e sobre as coisas que são importantes para você.

Não escreva sua história como um documento factual, pesando todos os prós e contras de sua experiência. Mas, ao contrário, conte a mágica história fantasticamente alavancadora da maravilha de sua própria vida. E repare no que acontece. Ela se parecerá como mágica quando sua vida começar a se transformar bem diante de seus olhos. Mas isto não é pela mágica. É pelo poder das Leis do Universo e se alinhamento deliberado com estas Leis.

♦ Trocando liberdade por dinheiro?

Se você está focado sobre a falta de dinheiro, ou falta de tempo, você ainda está focado sobre a falta de algo que você quer e, consequentemente, se mantendo na resistência das coisas que você realmente quer. Se sua emoção negativa é por causa de seu sentimento de escassez de tempo, ou se é por causa de seu sentimento de escassez de dinheiro, você ainda está sentindo emoção negativa, e você ainda está no estado de resistência, e então você está mantendo longe o que você realmente quer.

Quando você sente que não tem tempo o bastante para fazer todas as coisas que você precisa ou quer fazer, sua atenção à falta lhe impacta muito mais negativamente do que você percebe. Um sentimento de estar subjugado é seu

indicador de que você está se negando o acesso a idéias, encontros, condições e toda as maneiras de cooperação que poderiam lhe ajudar se você não estivesse desaprovando-as. Este é um ciclo desconfortável onde você sente uma escassez de tempo, você se foca sobre seu horário sobrecarregado e, então,se sente subjugado e, em tudo isto, você oferece uma vibração que faz a melhora impossível. Você tem que começar a contar uma história diferente.

Você não pode continuar comentando sobre quanto você tem a fazer sem manter a ajuda longe. Há um Universo cooperativo na ponta de seus dedos, pronto e capaz de lhe ajudar em mais modos do eu você pode começar a imaginar. Mas você se nega este benefício quando continua a reclamar sobre muito a fazer.

Quando você sente que não tem dinheiro o bastante, sua atenção à falta do dinheiro não permite que as avenidas lhe tragam mais. Você simplesmente não pode olhar para o oposto do que você quer e obter o que quer. Você tem que começar a contar uma história diferente. Você tem que encontrar um modo de criar o sentimento de abundância antes que a abundância possa vir.

Quando você começa a se sentir mais livre em relação ao gasto do temo e do dinheiro, as portas se abrirão, as pessoas virão para lhe ajudar, idéias reanimadoras e produtivas lhe ocorrerão e as circunstâncias e eventos se desdobrarão. Quando você muda o modo como se sente, você acessa a Energia que cria mundos. Está ali a toda hora para seu pronto acesso.

♦ **Sentindo-se negativo com respeito a dólares ou cânceres** Jerry: Abraham, qual a diferença entre ter um sentimento negativo sobre dinheiro e, consequentemente, não obter o dinheiro, e dizem “Eu não quero câncer”, mas você fica com câncer?

Abraham: Eis o modo como isto funciona – você obtém a essência daquilo no qual pensa. E, assim, quando você está pensando sobre a falta de saúde, você está obtendo a falta de saúde. Quando você está pensando sobre a falta de dinheiro, você está obtendo a falta de dinheiro. Você pode dizer, pelo modo como se sente, se está oferecendo seu pensamento aos aspectos negativos ou positivos do tema. O Universo não escuta “Não”.

Quando você está dizendo “Não, eu não quero doença”, sua atenção ao tema da doença está dizendo “Sim, venha para mim, esta coisa que não quero”. Qualquer coisa para a qual você está dando sua atenção, é um convite para a essência

daquilo. Quando você está dizendo “Eu quero dinheiro, mas ele não virá”, sua atenção à falta dele é a mesma coisa que dizer “Venha para mim, ausência de dinheiro, que eu não quero”.

Quando você está pensando em dinheiro do modo que o faça vir para você, você sempre se sente bem.

Quando você está pensando em dinheiro do modo que o mantém longe de vir para você, você sempre se sente mal.

É assim que você sabe a diferença.

61



Assim, você está perguntando: "Se eu posso ter câncer focando na falta de saúde, então por que eu não posso ter dinheiro focando na falta dele?”. O receber dinheiro, que você quer, é a mesmo que receber saúde, que você quer. O receber câncer, que você não quer, é o mesmo que não receber dinheiro, que você não quer. Simplesmente tenha certeza que quaisquer pensamentos que você esteja pensando, ou quaisquer palavras que você esteja falando, evoquem de você uma emoção positiva. E então você estará no modo de atrair o que você quer. Quando a emoção negativa está presente, você sempre está no modo de atrair algo que você não quer.

Parte II

Atraindo Dinheiro e Manifestando Abundancia (cont.)

♦ Ele não lutou por dinheiro

Não há muito tempo, uma mulher numa reunião estava desafiando a Lei da Atração de um modo similar quando contou sua história sobre uma amiga dela que havia sustentado o marido anterior por muitos anos. Ela explicou como sua amiga tinha trabalhado arduamente e cuidado dele por todo aquele tempo e estava frequentemente lutando para ganhar dinheiro o bastante para sustentá-los. Até que uma hora ela se cansou da incapacidade dele de contribuir financeiramente e eles se separaram. O marido dela nunca mostrou nenhuma evidência de que o dinheiro era importante para ele, mas agora, ela nos dizia, ele tinha acabado de herdar mais de um milhão de dólares e não dividiria o dinheiro dele com a ex-esposa. “Isto não parece justo”, esta mulher nos disse, “sua esposa se importava com o dinheiro e trabalhou duro pelo dinheiro e recebeu tão pouco, enquanto ele raramente trabalhava e não parecia se importar com dinheiro, e agora ele herdou mais de um milhão de dólares. Como pode ser isto?”, ela queria saber.

Nós explicamos a ela que se entendesse a Lei da Atração, como fazemos, esta história faria perfeito sentido. Esta mulher trabalhou duro e sentia ressentimento, e estava focada na falta e o Universo compatibilizou aqueles sentimentos precisamente. O marido dela sentia facilidade, recusava a sentir culpa, tinha expectativas de que as coisas viessem para ele facilmente e o Universo compatibilizou estes sentimentos precisamente.

Muitos acreditam que precisam trabalhar duro, e lutar, e pagar um preço, e sentir dor, e que, então, serão recompensados por sua luta. Mas isto não é consistente com as Leis do Universo. Você não pode encontrar um final feliz de uma jornada infeliz. Isto desafia a Lei.

Nós dissemos à nossa amiga que: não há um fragmento de evidência do contrário da Lei da Atração e você teve o benefício de conhecer estas duas pessoas, de ver as atitudes delas e olhar os resultados delas: uma lutando, trabalhando duro, fazendo o que a sociedade lhe ensinou a fazer e não obtendo o que queria; enquanto a outra se negou a 62

lutar, insistiu num sentimento de facilidade e sendo recipiente dos recursos que apoiavam mais facilidade.

Muitos diriam: “Bem, isto poder ser consistente com as Leis do Universo, mas ainda não está certo”.

Mas nós queremos que você saiba que quando você entrar na sintonia com esta poderosa Lei, você então entenderá a absoluta justiça disto. Já que você tem controle sobre o que oferece, o que poderia ser mais justo que o Universo lhe desse exatamente o que você está oferecendo vibracionalmente? O que poderia ser mais justo do que a poderosa Lei da Atração responder igualmente a todo mundo que oferece uma vibração?

Uma vez que você ganha controle sobre os pensamentos que você pensa, seu sentido de injustiça será apaziguado e substituído com a exuberância pela vida e a vivacidade de criar aquilo com o que você nasceu. Deixe tudo no Universo ser um exemplo para você do modo como as Leis do Universo funcionam. Se você acredita que tem que trabalhar duro de maneira a merecer o dinheiro que vem para você, então o dinheiro não pode vir a menos que você trabalhe duro. Mas o dinheiro que vem em resposta à sua ação física é muito pouco em comparação com o que vem através do alinhamento do pensamento.

Seguramente você notou a enorme disparidade entre algumas pessoas que aplicam tremenda ação para pequeno retorno enquanto você vê outras oferecendo bem pouca ação aparente para um retorno enorme. Nós queremos que você entenda que a disparidade só existe na comparação da ação que elas estão oferecendo. Mas não há nenhuma disparidade ou injustiça em relação ao alinhamento de Energias dentro deles.

O sucesso financeiro ou qualquer outro tipo de sucesso não requer trabalho duro ou ação. Mas requer alinhamento de pensamento. Você simplesmente não pode oferecer pensamento negativo sobre as coisas que deseja e, então, compensar com ação ou trabalho duro. Quando você aprender a dirigir seus próprios pensamentos, você descobrirá a verdadeira influência do alinhamento de Energia. A maioria de vocês é muito mais íntima de uma fortuna financeira do que ao menos se permite desejar puramente. Por que no pensamento de que ele pode vir você já começa a pensar quão desapontado você ficará se ele não vir. E, assim, eu seu pensamento de falta, você não se permite desejar ou ter a expectativa de qualquer coisa magnífica em termos de dinheiro. E esta é a razão

pela qual na maior parte vocês estão vivendo experiências financeiras bastante medíocres.

Você tem razão quando pensa que dinheiro não é tudo. Você certamente não precisa de dinheiro para ter alegria em sua experiência. Mas em sua sociedade – onde tanto do que você vive está amarrado a dinheiro de alguma forma – a maioria de vocês associa dinheiro com liberdade. E já que a liberdade é uma doutrina básica de seu ser, então entrar em alinhamento com dinheiro lhe ajudará a estabelecer um fundamento equilibrado que será de valor para você em todos os outros aspectos de sua experiência.

♦ Gastar dinheiro é confortável?

Um dia uma mulher nos disse: “Eu sempre me sinto desconfortável quando gasto dinheiro”. Ela nos disse que com o tempo ela tinha conseguido economizar bastante 63

dinheiro, mas sempre que pensava em gastar um pouco dele, ela gelava e sentia medo de dar outro passo adiante.

Nós dissemos a ela: É certamente compreensível que quando você acredita que seu dinheiro está vindo a você por causa da ação que você está oferecendo, e você também acredita que nem sempre será capaz de oferecer a ação, que você queira manter seu dinheiro e gastá-lo esparsamente para fazer com que ele dure. Porém, este sentimento de escassez reduz a velocidade do processo de mais dinheiro fluir em sua experiência.

Se você se sente incomodada com a idéia de gastar dinheiro, então nós certamente não lhe encorajamos a gastar o dinheiro enquanto você está se sentindo desconfortável. Pois qualquer ação empreendida durante a emoção negativa não é uma boa idéia. Mas a razão para seu desconforto não é sobre a ação de gastar o dinheiro, mas, ao contrário, ele é um indicador de que seus pensamentos sobre dinheiro naquele momento não estão compatíveis vibracionalmente com seu próprio desejo.

Uma convicção na escassez nunca ressonará com seu saber mais amplo porque não há nenhuma escassez. Qualquer atenção para a falta de algo desejado sempre produzirá a emoção negativa dentro de você porque sua orientação o está deixando saber que você escapou de sua compreensão básica mais ampla da abundância e do Bem-Estar.

Encontre um modo de suavizar seu desconforto e conseqüentemente transformá-lo em um sentimento de esperança e, então, em expectativa positiva. E, então, a partir daí estabeleça um estado de melhor sentimento que o sentir-se gelar será substituído por confiança e entusiasmo.

Esteja você focado na escassez de dinheiro – ou vendo-se como tendo apenas tantos anos para viver (assim cada dia que é gasto é um dia mais próximo ao fim de seus anos)

– este sentimento de declínio é contrário a sua compreensão mais ampla da natureza Eterna de seu Ser. Da mesma forma que você entende que não tem que tentar a impossível tarefa de reter ar o bastante em seus pulmões para fazê-lo durar todo o dia, ou toda a semana, ou todo o ano, mas, ao contrário, você facilmente inspira e respira, sempre recebendo o que você quer ou precisa sempre que quer ou precisa, o dinheiro pode fluir dentro e fora de sua experiência com a mesma facilidade, uma vez que você alcance esta expectativa de abundância eterna. Todo o dinheiro que você quer está disponível para você receber. Tudo o que você tem que fazer é permiti-lo em sua experiência. E quando o dinheiro flui para dentro, você pode suavemente permitir que ele flua para fora. Pois, como o ar que você respira, sempre haverá mais para fluir. Você não tem que guardar seu dinheiro, como se manter sua respiração e não deixá-la sair por não haver mais vindo. Mais está vindo.

As pessoas às vezes protestam quando contam suas história de falta ou escassez, mostrando a realidade da escassez que estão experienciando, ou testemunhando, ou ouvindo a respeito. E entendemos que há muitos exemplos a apontar, de pessoas que estão experienciando escassez de muitas coisas que desejam.

Mas queremos que você entenda que estas experiências de escassez não são porque a abundância não está disponível. Mas, ao contrário, ela não está sendo permitida. Ao continuar contando histórias de escassez você apenas continua a contradizer seu desejo por abundância. E você não pode ter ambos. Você não pode se focar no indesejado e receber o indesejado. Você não pode se focar sobre histórias sobre dinheiro que o faz se sentir desconfortável e permitir em sua experiência o que o faz se sentir confortável.



Você tem que começar a contar uma história diferente se quer resultados diferentes. Nós começaríamos dizendo:

"Eu quero me sentir bem. Eu quero me sentir produtivo e expansivo. Meus pensamentos são a base para a atração de todas as coisas que considero serem boas, o que inclui bastante dinheiro para meu conforto e alegria, o que inclui saúdes e pessoas maravilhosas ao meu redor, que são estimulantes, alavancadoras e excitantes.”

Comece a contar a história de seus desejos e então acrescente a eles os detalhes dos aspectos positivos que puder encontrar que se compatibilizem com estes desejos. E, então, embeleze sua expectativa positiva especulando com seus exemplos de bom sentimento com o “Não seria bom se...?”, dizendo coisas como:

"Apenas coisas boas vêm para mim... Embora eu não tenha todas as respostas e embora eu não conheça todos os passos e não possa identificar todas as portas que estarão abertas para mim, sei que quando me movo através do tempo e espaço, o caminho se tornará óbvio para mim. Sei que serei capaz de entendê-lo conforme sigo adiante”.

Toda vez que você contar sua história de bom-sentimento, você se sentirá bem e os detalhes de sua vida melhorarão. Quanto melhor é, melhor fica.

Parte II

Atraindo Dinheiro e Manifestando Abundancia (cont.)

♦ Como mudar meu ponto de atração?

Às vezes as pessoas se preocupam por estarem contando a história do que não querem por tanto tempo que agora não têm tempo de vida para mudar todos aqueles anos se focando sobre a escassez de dinheiro. Elas não têm motivo para se preocupar. Embora seja verdade que você não possa voltar atrás e desfazer todo aquele pensamento negativo, não há razão para fazer isto, mesmo se você pudesse, porque todo o seu poder está em seu agora. Quando você encontra um pensamento de melhor sentimento exatamente agora, seu ponto de atração muda agora. A única razão pela qual o que você pegou muitos anos atrás parecer pensamento negativo e ter um impacto em sua vida agora é porque você tem continuado o treino negativo do pensamento ou das crenças através destes anos todos. Uma crença é apenas um pensamento que você continua a pensar. Uma crença é nada mais do que um padrão crônico de pensamento e você tem a habilidade, se tentar um pouquinho, para começar um novo padrão, para contar uma nova história, para alcançar uma vibração diferente, para mudar seu ponto de atração.

Um simples ato de perceber quantas vezes você poderia comprar neste dia com 100

dólares que você está carregando consigo alteraria dramaticamente seu ponto de atração financeira. Este simples processo é o bastante para inclinar o equilíbrio de sua escala 65

vibracional, o bastante para lhe mostrar resultados tangíveis verdadeiros em sua atração de dinheiro.

Mentalmente gaste seu dinheiro e imagine um estilo de vida melhorado.

Deliberadamente convoque um sentimento de liberdade imaginando como você se sentiria ao ter uma grande quantia de dinheiro à sua disposição. Você vê, a Lei da Atração está respondendo à sua vibração, não à realidade que você está atualmente vivendo. Mas se sua vibração continua sendo apenas sobre a

realidade que você está vivendo, nada pode mudar. Você pode mudar facilmente seu ponto de atração visualizando o estilo de vida que deseja e mantendo sua atenção sobre estas imagens até que você comece a sentir alívio, o que é um indicador de que uma mudança vibracional verdadeira ocorreu.

♦ **Meus padrões são meus para eu estabelecê-los** Às vezes, a partir de uma consciência de escassez de dinheiro, você pensa que quer tudo o que você vê. Um tipo de ânsia incontrolável sobe de dentro de você, que lhe tortura quando você não tem o dinheiro para gastar, ou provoca até mesmo mais angústia quando você cede à ânsia e gasta dinheiro que não tem, caindo profundamente em débito. Mas esta ânsia para gasta dinheiro sob quaisquer condições é realmente um falso sinal. Pois ela não está vindo de um desejo real de ter aquelas coisas. Comprar uma coisa a mais e trazê-la para casa não satisfará aquela ânsia. Pois o que você realmente está sentindo é um vazio que pode ser preenchido apenas entrando em alinhamento vibracional com quem-você-realmente-é.

Você está correntemente sentindo-se inseguro, quando quem-você-realmente-é é alguém que é absolutamente seguro. Você está correntemente sentindo-se inadequado, quando quem-você-realmente-é é alguém que é adequado.

Você está sentindo falta, quando quem-você-realmente-é é alguém que é abundante.

Você está sentindo uma ânsia por uma troca vibracional, não pela habilidade de comprar algo.

Uma vez que você possa alcançar e manter consistentemente seu alinhamento pessoal, muito dinheiro fluirá em sua experiência, se esse é seu desejo. E você muito provavelmente vai gastar grandes quantias de dinheiro em coisas que você deseja. Mas suas compras o farão se sentir muito diferente então. Você não sentirá uma necessidade ou um vazio aos quais você esteja tentando preencher com aquela compra, mas, ao contrário, você sentirá interesse satisfatório no que quer comprar, o que facilmente fará seu caminho para sua experiência. E toda parte do processo – do começo da idéia para o desabrochar da manifestação daquilo em sua experiência – lhe trará um sentimento de satisfação e contentamento.

Não deixe outros estabelecerem os padrões sobre quanto dinheiro você deve ter ou sobre o que você deveria fazer com ele, pois você é o único que poderia

definir isto com precisão. Alinhe-se com quem-você-realmente-é e permita que as coisas que a vida tem lhe ajudado a saber que você quer fluam para sua experiência.

66

♦ Funciona economizar para ter segurança?

Um homem nos relatou que uma vez ele teve um professor que lhe disse para reservar dinheiro por segurança era o mesmo que se planejar para um desastre. E isto, de fato, o mesmo ato de tentar se sentir mais seguro, na verdade conduziria a mais insegurança, por que isto atrairia o desastre indesejado. Ele queria saber se esta filosofia se ajusta com nossos ensinamentos sobre a Lei da Atração.

Nós dissemos a ele que o professor estava certo ao salientar que a atenção a algo traz mais da essência daquilo para você. E, então, se você estivesse se focando sobre a idéia de possíveis coisas ruins acontecerem em seu futuro, o desconforto que você sentiria quando ponderou estas coisas indesejadas seria sua indicação de que você realmente está no processo de atraí-las. Mas é absolutamente possível considerar brevemente algo indesejado acontecendo em seu futuro, como uma situação financeira que lhe faz se sentir inseguro quando a considera, o que faria com que você então considerasse a estabilidade financeira que deseja. Quando você se foca sobre a segurança que deseja, você pode muito bem ser inspirado à uma ação que aumenta aquele estado de segurança. A ação de economizar dinheiro ou investir em ativos, em si mesma não é positiva nem negativa. Mas aquele professor estava correto ao dizer que você não pode chegar num estado de segurança a partir de um de insegurança.

Nosso encorajamento é que você use o poder de sua mente para focar na segurança do bom-sentimento que você busca e, então, encetar qualquer ação positiva que seja inspirada a partir daquele estado de boom sentimento. Qualquer coisa que o faça se sentir bem está em harmonia com o que você deseja. Qualquer coisa que o faça se sentir mal, não está em harmonia com o que você deseja. Isto é verdadeiramente simples assim.

Alguns dizem que você não deveria querer dinheiro nenhum, por que o desejo por dinheiro é materialista e não espiritual. Mas queremos que você se lembre que você está aqui neste mundo muito físico onde o espírito se materializou. Vocês estão aqui em seus corpos muito físicos neste planeta muito físico, onde

isto que é o espírito e isto que é o físico, ou material, se fundem. Você não pode se separar do aspecto de si mesmo que é espiritual. E embora vocês estejam aqui nestes corpos, vocês não podem se separar do que é físico, ou material. Todas as coisas magníficas de natureza física, que estão cercando você, são espirituais em natureza.

♦ Contando uma nova história sobre abundância, dinheiro e Bem-Estar financeiro

A Lei da Atração não está respondendo à realidade que você está atualmente vivendo e perpetuando. Mas, ao contrário, ela está respondendo aos padrões vibracionais de pensamentos que são emanados de você. Assim, quando você começa a contar a história de quem-você-é em relação ao dinheiro a partir da perspectiva do que você deseja, ao invés de a partir da perspectiva do que você está atualmente vivendo, seus padrões de pensamento mudarão e, assim, seu ponto de atração.

O-que-é não tem nenhuma relação com o que está vindo, a menos que você esteja continuamente regurgitando a história do que-é. Pensando e falando mais de como você 67

realmente quer que sua vida seja, você permite que o que está vivendo atualmente seja o lugar do salto para muito mais. Mas se você falar predominantemente do que-é, então você ainda pulará, mas pulará para mais do mesmo.

Então, considere as perguntas seguintes, deixando seu fluxo de respostas naturais fluir em resposta a elas. E então escute alguns exemplos do que sua nova história em relação ao dinheiro poderia parecer. E então comece a contar sua história pessoal nova e melhorada de seu quadro financeiro, e repare quão rápida e seguramente as circunstâncias e eventos começarão a se mover a seu redor para fazer de sua nova história uma realidade.

Você tem tanto dinheiro em sua experiência de vida quanto você quer exatamente agora?

O Universo é abundante?

Você tem a opção de ter bastante dinheiro?

A quantia de dinheiro que você receberia nesta vida já foi decidida antes que você nascesse?

Agora você está colocando em movimento, através do poder de seu pensamento atual, a quantia de dinheiro que fluirá?

Você tem a habilidade de mudar sua situação financeira?

Você está em controle de sua condição financeira?

Você quer mais dinheiro?

Sabendo o que você sabe agora, a abundância financeira está garantida?

♦ **Um exemplo de minha "velha" história sobre dinheiro** Eis um exemplo de uma "velha" história sobre dinheiro:

"Há tantas coisas que eu quero e que simplesmente não posso comprar. Estou fazendo mais dinheiro hoje do que nunca antes, mas o dinheiro se faz sentir como tão apertado, simplesmente parece que eu não posso seguir à frente. Parece que eu tenho me preocupado com dinheiro durante toda minha vida. Lembro-me quão duro meus pais trabalharam e a preocupação constante de minha mãe com dinheiro, e acho que herdei tudo isto. Mas este não é o tipo de herança pela qual eu esperava. Sei que há pessoas realmente ricas no mundo que não têm que se preocupar com dinheiro, mas elas não estão próximas de mim. Todo mundo que eu conheço agora mesmo está lutando e se preocupando com o que vai acontecer".

Note como esta história começou, pela percepção de uma condição atual indesejada e, então, se moveu para a justificação da situação e, então, olhando para o passado por mais ênfase no problema corrente, o que ampliou mais o ressentimento e, então se 68

moveu para uma visão mais ampla da percepção da escassez. Em outras palavras, quando você começa a contar uma história negativa,a Lei da Atração lhe ajudará a alcançar o passado a partir de sua perspectiva presente, até mesmo para seu futuro, mas o mesmo padrão vibracional de falta persistirá.

Quando você se foca na falta em uma atitude de reclamação, você estabelece um ponto vibracional de atração que então lhe dá acesso apenas a mais pensamentos

de reclamação, esteja você focado em seu presente, em seu passado ou em seu futuro. Seu esforço deliberado para contar uma nova história mudará isto. Sua nova história estabelecerá um novo padrão de pensamento, lhe provendo com um novo ponto de atração a partir de seu presente, sobre seu passado e para seu futuro. O simples esforço por procurar pelos aspectos positivos a partir de onde você está estabelecerá um novo tom vibracional que não apenas afetará o modo como você se sente exatamente agora, mas começará imediatamente a atração de pensamentos, pessoas, circunstâncias e coisas que lhe agradem.

♦ **Um exemplo de minha "nova" história sobre dinheiro** Eis um exemplo de uma "nova" história sobre dinheiro:

"Eu gosto da idéia de que dinheiro está tão disponível quanto o ar que eu respiro. Eu gosto da idéia de inspirar e expirar mais dinheiro. É divertido imaginar muito dinheiro fluindo para mim. Eu posso ver como meu sentimento sobre dinheiro afeta o dinheiro que vem a mim. Estou feliz por entender que com a prática eu posso controlar minha atitude em relação a dinheiro ou em relação a qualquer coisa. Percebo que quanto mais conto minha história de abundância, melhor me sinto. Gosto de saber que sou o criador de minha própria realidade e que o dinheiro que flui para minha experiência está diretamente relacionado com meus pensamentos. Gosto de saber que posso ajustar a quantidade de dinheiro que recebo através do ajuste de meus pensamentos. Agora que entendo a fórmula para criar, agora entendo que eu obtenho a essência daquilo no que penso e, mais importante, agora que entendo que posso contar pelo modo como me sinto, esteja eu focado sobre dinheiro ou falta de dinheiro, sinto-me confiante que com o tempo alinharei meus pensamentos com a abundância e o dinheiro fluirá poderosamente para minha experiência. Entendo que as pessoas ao meu redor mantêm muitas perspectivas diferentes sobre dinheiro, sobre riqueza, sobre gastar, economizar, filantropia, dar dinheiro, receber dinheiro, ganhar dinheiro, e assim por diante, e não é necessário que eu entenda suas opiniões ou experiências. Estou aliviado por saber que não tenho que ordenar tudo isso. É muito bom saber que meu único trabalho é alinhar meus próprios pensamentos sobre dinheiro com meus próprios desejos sobre dinheiro, e que sempre que estou me sentindo bem, encontrei este alinhamento. Gosto de sabe que tudo bem ocasionalmente sentir emoção negativa em relação a dinheiro. Mas é minha intenção dirigir rapidamente meus pensamentos para direções de melhor-sentimento porque é lógico para mim que os pensamentos que fazem se sentir bem quando os penso trarão resultados positivos. Entendo que o dinheiro necessariamente não se manifestará instantaneamente em minha experiência com

a mudança de meu pensamento, mas tenho a expectativa de ver estabilidade melhorada como um resultado de meu esforço deliberado para pensar pensamentos de melhor-sentimento. A primeira evidência de meu alinhamento com o dinheiro será meu sentimento melhorado, meu humor melhorado, minha atitude melhorada. E então mudanças reais em minha situação financeira se seguirão logo. Estou certo sobre isto. Estou ciente da absoluta correlação 69



entre o que tenho pensado e o sentimento sobre dinheiro, e o que está acontecendo atualmente em minha experiência de vida. Posso ver a evidência da resposta absoluta e infalível da Lei da Atração a meu pensamento, e espero mais evidência na resposta a meus pensamentos melhorados. Posso sentir uma poderosa influência da Energia ao ser mais deliberado sobre meus pensamentos. Acredito que em muitos níveis eu sempre soube disto, e me faz sentir bem retornar ao meu âmago de crenças sobre meu poder e valor e merecimento. Estou vivendo uma vida muito abundante e me faz sentir bem perceber que qualquer desejo que esta vida cause em mim, eu posso alcançar. Amo saber que sou ilimitado. Sinto tremendo alívio em reconhecer que não tenho que esperar por dinheiro ou coisas se materializarem antes de me sentir bem. E agora entendo que quando me sinto melhor, as coisas e experiências e dinheiro que eu quero têm que vir.

Tão facilmente quanto o ar flui para dentro e fora de meu ser, assim também com o dinheiro. Meu desejo os atrai e minha facilidade de pensamentos os deixa fluir. Para dentro e para fora, para dentro e para flor. Sempre fluindo...sempre fácil...tudo o que eu desejo...sempre que eu desejo...tanto quanto eu desejo...dentro e fora...”

Não há modo certo ou errado para contar sua história melhorada. Pode ser sobre sua experiência passada, presente ou futura. O único critério que é importante é que você esteja consciente de sua intenção de contar uma versão melhorada de melhor-sentimento de sua história. Contar muitas histórias curtas de bom-sentimento através de seu dia mudará seu ponto de atração. Apenas se lembre que a história que você conta é a base de sua vida. Assim, conte-a do modo como você quer que seja.

Parte III

Mantendo Meu Bem-Estar Físico

♦ **Meus pensamentos criam minha experiência física** A idéia de sucesso para a maioria das pessoas se centra ao redor de dinheiro ou da aquisição de propriedade ou outras posses. Mas nós consideramos um estado de contentamento como a maior realização de sucesso. E embora a obtenção de dinheiro e posses maravilhosas possam certamente aumentar seu estado de alegria, a realização de um corpo físico que inspire bom-sentimento é sem dúvida o maior fator na manutenção de um estado contínuo de alegria e Bem-Estar.

Cada parte de sua vida é vivenciada através da perspectiva de seu corpo físico, e quando você se sente bem, tudo o que você vê parece melhor. Certamente é possível manter uma boa atitude até mesmo quando seu corpo físico está diminuído de algum modo, mas um corpo de bom-sentimento é uma base poderosa para uma atitude continuamente 70

boa. E, assim, não é surpreendente que – já que o modo como você se sente afeta seus pensamentos e atitudes sobre as coisas, e já que seus pensamentos e atitudes igualam seu ponto de atração, e já que seu ponto de atração iguala o modo como sua vida caminha – haja poucas coisas de maior valor do que a realização de um corpo de bom-sentimento.

É bastante interessante notar que não apenas um corpo de bom-sentimento promove pensamentos positivos, mas que também pensamentos positivos promovem um corpo de bom-sentimento. Isto significa que você não tem que estar em um estado perfeito de saúde para encontrar sentimentos de alívio que possivelmente possam conduzir a um humor maravilhoso, ou atitude. Pois se você é capaz de, de alguma forma, encontrar este alívio, mesmo quando seu corpo está doendo ou doente, você encontrará melhora física, porque seus pensamentos criam sua realidade.

♦ **Reclamar sobre reclamação é também reclamar** Muitos reclamam que é fácil ser otimista quando você é jovem e tem boa saúde, mas que é muito difícil quando você está mais velho ou mais doente. Mas nós nunca o encorajamos a usar sua idade ou um estado atual de saúde falha como um pensamento limitado

que não permita a melhora ou a recuperação. A maioria das pessoas não tem idéia do poder de seus próprios pensamentos. Elas não percebem que quando continuam a encontrar coisas pelas quais reclamar, estão desaprovando seu próprio Bem-Estar físico. Muitas não percebem que antes de se queixar sobre uma dor no corpo ou uma doença crônica, estão primeiro se queixando de outras coisas. Não importa se o tema de sua reclamação é sobre alguém estar bravo com você, alguém que lhe traiu, o comportamento dos outros que você acredita que está errado, ou algo errado com seu próprio corpo físico – reclamação é reclamação, e isto não permite a recuperação.

Assim, sempre que você está se sentindo bem e está procurando por um modo de manter aquele estado de ser de bom-sentimento, ou se seu corpo físico está diminuído de algum modo e você está procurando por recuperação, o processo é o mesmo –

aprenda a guiar seus pensamentos na direção das coisas que o fazem se sentir bem e descubra o poder que vem apenas do alinhamento vibracional com a Fonte.

Quando você continua a ler este livro, as coisas que você sabia muito antes de ter nascido serão lembradas, e você começará a sentir uma ressonância com estas Leis e processos que lhe darão um sentimento de capacidade. E, então, tudo o que é requerido para a realização e manutenção de um corpo de bom-sentimento é alguma atenção deliberada aos pensamentos e sentimentos, e um sincero desejo de se sentir bem.

♦ Eu posso me sentir bem em meu corpo

Se você não está se sentindo bem ou está olhando do modo que quer olhar, há um modo de refletir para os outros aspectos de sua experiência de vida, e é por isto que nós queremos enfatizar o valor de trazer seu corpo físico ao equilíbrio, e conforto, e Bem-Estar.

Não há nada no Universo que responda mais rapidamente a seus pensamentos do que seu próprio corpo físico. E, assim, pensamentos alinhados trazem uma resposta rápida e resultados óbvios. Seu Bem-estar físico é realmente de todos os assuntos o mais fácil 71

sobre o qual você tem absoluto controle, pois é o que você está fazendo sobre você mesmo. Porém, como você está traduzindo tudo neste mundo através das

lentes de como seu corpo físico se sente, se você sair do equilíbrio, isto pode afetar negativamente uma parte maior de sua vida do que só seu corpo físico. Você nunca é mais claro sobre querer ser saudável e se sentir bem do que quando está doente e se sentindo mal. E, então, a experiência de estar doente é um lançamento muito poderoso para o pedido por bem-estar. Assim, se no momento de sua doença, ela o provocar a pedir pelo bem-estar, você poderia virar sua atenção não dividida à idéia de estar bem, isto aconteceria imediatamente. Mas, para a maioria, agora que você está se sentindo mal, é isto que recebe sua atenção. Uma vez que você esteja doente, é lóico que você agora perceberia como se sente, e ao fazer isto você prolongaria a doença. Mas não foi sua atenção à falta do Bem-Estar que fez com que você ficasse doente, ao contrário, foi sua atenção à falta de muitas coisas que você deseja. A atenção crônica às coisas indesejadas lhe mantém em um estado de não permissão de seu Bem-Estar físico, bem como ao não permitir as soluções para outros assuntos nos quais você está focado. Se você pudesse focar sua atenção na idéia de experienciar o Bem-Estar físico com tanta paixão quanto você se foca sobre a ausência dela, não apenas você o recuperaria rapidamente, mas manter seu Bem-Estar físico em equilíbrio também seria fácil.

♦ **Palavras não ensinam, mas a experiência de vida sim** Ouvir palavras simplesmente, mesmo quando elas são palavras perfeitas, que explicam verdades com precisão, não traz compreensão. Mas a combinação de palavras cuidadosas de explicação casadas com a experiência de vida, que sejam sempre consistentes com as Leis do Universo, traz a compreensão. É nossa expectativa que quando você ouvir estas palavras e, então, viver sua vida, você alcançará uma compreensão completa de como todas as coisas ocorrem em sua experiência, e você alcançará completo controle de todos os aspectos de sua vida, especialmente as coisas que têm a ver com seu próprio corpo.

Talvez sua condição física esteja exatamente como você quer que seja. Se este for o caso, então continue a se focar sobre seu corpo como ele é, sentindo apreciação pelos aspectos que o agradam, e você manterá esta condição. Mas se há mudanças que você gostaria de fazer, seja na aparência, ou na força, ou no Bem-Estar, então será de grande valor para você começar a contar uma história diferente. Não apenas sobre seu corpo, mas sobre todos os assuntos que o estão incomodando. Quando você começa a focar positivamente, conseguindo se sentir tão bem sobre muitos assuntos, onde você frequentemente sente a paixão se elevar em você, você começará a sentir o poder do Universo. O poder que cria mundos fluindo através de você.

Você é o único que cria em sua experiência. Ninguém mais. Tudo o que vem para você vem o poder de seu pensamento. Quando você se foca o bastante a ponto de sentir paixão, você se reveste de mais poder e alcança maiores resultados. Os outros pensamentos, embora sejam importantes e tenham potencial criativo, normalmente estão apenas mantendo o que você já criou. E, assim, muitas pessoas continuam a manter experiências físicas indesejadas simplesmente oferecendo pensamentos consistentes –

não poderosamente e não acompanhados por forte emoção. Em outras palavras, elas meramente continuam contando as mesmas histórias sobre coisas que parecem injustas ou indesejadas, com as quais elas não concordam. E ao fazer isso, elas mantêm condições não desejadas.

A simples intenção de contar histórias de sentimentos melhores sobre todos os assuntos nos quais você se foca, terá um grande efeito em seu corpo físico. Mas, já que palavras não ensinam, é nossa sugestão que você tente contar uma história diferente por algum tempo, e observe por si mesmo o que acontece.

♦**A Lei da Atração amplia todos os meus pensamentos** A Lei da Atração diz: “aquilo que é semelhante, se atrai”. Em outras palavras, aquilo que você pensa em qualquer momento atrai para si mesmo outros pensamentos que são similares. É por isto que sempre que você está pensando sobre um assunto desagradável, mais pensamento desagradável relacionado àquele assunto rapidamente é puxado. Você se pega, de maneira bem concisa, não apenas experienciando o que você está experienciando neste momento, mas indo até seu passado para mais dados que se compatibilizem com aquela vibração. E agora, pela Lei da Atração, conforme seus pensamentos negativos se expandem proporcionalmente, assim também sua emoção negativa. Logo você se pega discutindo os assuntos desagradáveis com outros. E agora, eles acrescem, frequentemente buscando no passado deles, até que num período muito curto de tempo, a maioria de vocês, em relação a qualquer assunto no qual pondera muito tempo, atrai dados que suportam, que trazem a essência do tema do pensamento em sua experiência. É natural que, sabendo o que você não quer, você seja capaz de ter clareza do que quer. E não há nada errado em identificar um problema antes de começar a procurar por uma solução. Mas muitas pessoas, com o passar do tempo, se tornam orientadas para o problema ao invés de orientadas para a solução, e na análise e explicação do problema continuam a perpetuação do

problema.

Novamente, contar uma história diferente é de grande valor. Conte uma história orientada para a solução ao invés de uma história orientada para o problema. Se você esperar até estar doente antes de começar a tentar focar mais positivamente, é muito mais difícil começar a contar a história de Bem-estar a partir de seu estado de bom-sentimento. Mas em qualquer caso, sua nova história com o temo lhe trará resultados diferentes. Aquilo que é similar, atraído será. Assim, conte a história que você quer viver e possivelmente você a viverá.

Algumas pessoas se preocupam, pois já que já estão doentes, não podem ficar bem, porque a doença delas agora tem a atenção delas e, consequentemente, a atenção delas para a doença perpetua mais doença. Nós concordamos que seria correto, se elas apenas tivessem a habilidade de se focar no que-é neste momento. Mas, já que é possível pensar sobre outras coisas diferentes das que estão acontecendo exatamente agora, é possível que as coisas mudem. Porém, você não pode se focar apenas nos problemas correntes e obter a mudança. Você tem que se focar sobre os resultados positivos que está buscando, de maneira a obter algo diferente.

A Lei da Atração está respondendo a seu pensamento, não á sua realidade atual. Quando você muda o pensamento, sua realidade tem que se segui-lo adequadamente. Se as coisas estão indo muito bem para você exatamente agora, então se focar sobre o que está acontecendo agora fará com que o Bem-Estar continue. Mas se há coisas que estão acontecendo agora que não estão lhe agradando, você tem que encontrar um modo de tirar sua atenção destas coisas não desejadas. Você tem a habilidade de focar seus pensamentos sobre si mesmo, sobre seu corpo, e sobre as coisas que importam a você em uma direção diferente a partir apenas do que está acontecendo agora. Você tem a 73



habilidade de imaginar as coisas que estão vindo, ou de se lembrar das coisas que aconteceram antes. E quando você faz isso com a intenção deliberada de encontrar coisas para pensar e falar, você pode mudar rapidamente seus padrões de pensamento e, consequentemente, sua vibração, e possivelmente sua experiência de vida.

arte III

Mantendo Meu Bem-Estar Físico

(cont.)

♦ **15 minutos para bem Bem-Estar intencional** Não é fácil imaginar um pé saudável quando seu dedo do pé está pulsando dolorosamente, mas é de grande valor para você fazer tudo que é possível para se distrair da pulsação no seu dedo do pé. Porém, um momento de desconforto físico agudo não é um momento efetivo para tentar visualizar o Bem-estar. O melhor momento para fazer isso é quando você está sentindo o melhor que é normal em você.

Em outras palavras, se você normalmente sentir bem fisicamente durante a primeira parte do dia, escolha aquele tempo para a visualização de sua nova história. Se você normalmente se sente bem depois de tomar um longo banho morno, escolha aquele momento para a visualização.

Separe aproximadamente 15 minutos onde você possa fechar seus olhos e se retirar tanto quanto possível de sua consciência do-que-é. Tente achar um lugar quieto, onde você não será distraído e se imagine em um estado de prosperidade física. Imagine-se animadamente, respirando profundamente, e desfrutando o aroma do ar que está respirando. Imagine-se andando animadamente numa inclinação suave e sorria na avaliação da força de seu corpo. Veja-se curvando-se e esticando-se, e desfrutando da flexibilidade de seu corpo. Aproveite seu tempo explorando cenários agradáveis com o único intento de desfrutar de seu corpo, e de apreciar seu vigor e força, e flexibilidade e beleza.

Quando você visualiza pela alegria de visualizar ao invés de com a intenção de corrigir alguma deficiência, seus pensamentos são mais puros e, então, mais poderosos. Quando você visualiza para superar algo que está errado, seus pensamentos ficam diluídos com o lado da falta na equação.

Às vezes as pessoas explicam que mantêm por muito tempo desejos que não se manifestaram e argumentam que a Lei da Atração não está funcionando para elas. Mas isto é por que elas pedem por melhora a partir de um estado agudo da falta do que desejam. Leva tempo para reorientar seus pensamentos de forma que elas se foquem 74

predominantemente em direção do que querem. Mas com o tempo você sentirá perfeitamente natural fazer isso. Com o tempo sua nova história será uma que você conta muito facilmente.

Se você separar o tempo para imaginar seu corpo positivamente, esses pensamentos de bom-sentimento serão os dominantes. E então sua condição física tem que consentir esses pensamentos. Mas se você se focar só nas condições como elas são, nada mudará.

Conforme você imagina, e visualiza, e verbaliza sua nova história, com o tempo você acreditará na nova história. E quando isso acontecer, a evidência fluirá rapidamente em sua experiência. Uma convicção é só um pensamento que você continua pensando, e quando suas convicções se compatibilizam com seus desejos, então seus desejos têm que se tornar sua realidade.

Nada fica entre você e qualquer coisa que você deseja senão seus próprios padrões de pensamento. Não há nenhum corpo físico, não importa o estado de declínio, não importa as condições, que não possam alcançar uma condição melhorada. Nada mais em sua experiência responde tão depressa quanto seu próprio corpo físico a seus padrões de pensamento.

♦ **Não estou amarrado às crenças dos outros** Com um pouco de esforço focado na direção certa você alcançará resultados notáveis. E

com o tempo se lembrará que pode ser, ou fazer, ou ter qualquer coisa sobre a qual se foque e com a qual alcance alinhamento vibracional. Você veio para este corpo físico e para este mundo físico a partir de sua perspectiva Não-Física, e você estava bastante certo de sua intenção de estar aqui. Você não definiu todos os detalhes de sua experiência de vida física antes de vir para cá, mas você estabeleceu intenções claras sobre a vitalidade de seu corpo físico a partir do qual você cria sua experiência de vida.

Você sentiu enorme avidez por estar aqui.

Assim que você chegou a seu pequeno corpo infantil, você era mais íntimo do mundo Interior do que do mundo físico, e seu sentido de Bem-Estar e força era muito forte.

Mas conforme o tempo passou e você se tornou focado no seu mundo físico, você começou a observar os outros que haviam perdido a forte conexão com o

Bem-Estar. E

pouco a pouco seu sentido de Bem-Estar começou a se desvanecer também.

É possível nascer neste mundo físico e continuar mantendo sua conexão com quem-você-realmente-é e com seu Bem-Estar absoluto. Porém, a maioria das pessoas, uma vez que se focam nesta realidade tempo/espacial, não o fazem. A razão primária para o desvanecimento de sua consciência pessoal do Bem-Estar é clamor dos que estão ao seu redor, em sua busca para encontrar modos de agradá-los. Embora seus pais e professores sejam, na maior parte do tempo, pessoas bem intencionadas, elas são, não obstante, mais interessadas em que você encontre modos de agradá-las do que em você encontrar modos de agradar a si mesmo. E, assim, no processo da socialização quase todas as pessoas, em quase todas as sociedades, perdem o próprio caminho, por que são persuadidos ou coagidos para longe do próprio sistema de orientação. A maioria das sociedades demanda que você faça de sua ação sua prioridade máxima. Você raramente é encorajado a considerar seu alinhamento vibracional, ou sua conexão com seu Mundo Interior. A maioria das pessoas normalmente se torna motivada pela aprovação ou 75

desaprovação que é dirigida a elas pelas outras. E, assim, com esta atenção extraviada para a realização da ação que é mais respeitada pelos expectadores das vidas delas, elas perdem o próprio alinhamento e, então, tudo na experiência delas é diminuído. Mas você estava ávido a respeito de nascer neste mundo físico de tal surpreendente variedade, pois você entendia o valor deste contraste a partir do qual você construiria sua própria experiência. Você sabia que viria a entender como formar sua própria experiência, o que você preferiria a partir da variedade de opções que estariam disponíveis para você.

Sempre que você sabe o que não quer, você entende mais claramente o que é que quer.

Mas muitas pessoas pegam o primeiro passo da identificação do que não querem e, ao invés de então virar a atenção em direção ao que quer e alcançar alinhamento vibracional com aquilo, continuam a falar sobre o que não querem. E, com o tempo, a vitalidade com a qual nasceram, se desvanece.

♦ Há tempo o bastante para realizar isto

Quando você não entende o poder do pensamento, e você não dedica tempo para

alinhar seu pensamento para que ele permita este poder, então você está resignado a criar pelo poder da ação, o que comparativamente não é muito. E, assim, se você tem trabalhado duro com sua ação para realizar algo, e não conseguiu alcançar aquilo, agora você freqüentemente se sente subjugado ou incapaz de fazer aquilo acontecer. Algumas pessoas simplesmente sentem que não têm tempo o bastante em suas vidas para ser, fazer e ter as coisas com as quais sonharam. Mas queremos que você entenda que se você dedicar tempo para se alinhar deliberadamente com a Energia que cria mundos através do poder de focar seus pensamentos, você descobrirá uma influencia que o ajudará a rapidamente realizar as coisas que formalmente pareciam impossíveis.

Não há nada que você não possa ser, ou fazer, ou ter, uma vez que você realiza o alinhamento necessário. E quando você fizer, sua própria experiência de vida lhe dará a evidência de seu alinhamento. Antes de as coisas de fato se manifestarem, sua prova do alinhamento vem na forma de emoção positiva de bom-sentimento. E se você entende isto, então você será capaz de manter a firmeza sem eu curso, enquanto a manifestação das coisas que você desejam esteja fazendo o próprio caminho para você. A Lei da Atração diz “semelhantes se atraem”. Qualquer que seja seu estado de ser, qualquer que seja o modo como você se sente, você está atraindo mais da essência daquilo. Querer ou desejar algo sempre o faz se sentir bem quando você acredita que pode alcançar aquilo.Mas desejar em face da dúvida o faze se sentir muito desconfortável.

Queremos que você entenda que querer algo e acreditar que você possa alcançar, é um estado de alinhamento. Enquanto querer algo e duvidar deste algo é desalinhamento.

Querer e acreditar é alinhamento.

Querer e ter a expectativa é alinhamento.

Ter expectativa de algo não desejado não é alinhamento.

Você pode sentir seu alinhamento ou desalinhamento.

♦ Por que eu quero condições corporais perfeitas?

Embora isto possa parecer estranho para você, não podemos começar

mencionando seu corpo físico sem mencionar suas raízes não físicas e sua conexão eterna com estas raízes, porque você, em seu corpo físico, é uma extensão deste Ser Interior. Em termos bastante simples, de forma a estar em seu máximo estado de saúde e Bem-Estar, você tem que estar em alinhamento vibracional com seu Ser Interior. E de forma a fazer isto, você tem que estar ciente de suas emoções, ou sentimentos.

Seu estado físico de Bem-Estar está diretamente relacionado com seu alinhamento vibracional com seu Ser Interior, ou Fonte. O que significa que todo pensamento que você pensa, relacionado a qualquer assunto, pode afetar positiva ou negativamente esta conexão. Em outras palavras, não é possível manter um corpo físico saudável sem uma aguda consciência de suas emoções e uma determinação de dirigir seus pensamentos em direção a temas de bom-sentimento. Quando você se lembra que se sentir bem é natural e faz um esforço para encontrar os aspectos positivos dos assuntos que está considerando, você treina os pensamentos para se compatibilizarem com os pensamentos de seu Ser Interior. E isto é de tremenda vantagem para seu corpo físico.

Quando seus pensamentos estão cronicamente se sentindo bem, seu corpo físico prosperará.

É claro, há uma grande gama de emoções a partir das que o fazem se sentir muito mal e das que o fazem se sentir muito bem. Mas em qualquer momento, por causa de qualquer coisa na qual você esteja focado, você realmente tem apenas duas escolhas de emoção –

uma de melhor sentimento e outra de pior sentimento. Assim, você poderia dizer precisamente que há realmente apenas duas emoções, e que você efetivamente usará seu sistema de orientação quando escolher deliberadamente o melhor sentimento destas duas opções. E ao fazer isto, com o tempo, você pode se sintonizar à freqüência precisa de seu Ser Interior. E quando você fizer isto, seu corpo físico prosperará.

♦ **Eu posso confiar em meu Ser Interior eterno** Seu Interior é sua parte Fonte que continua a evoluir atrás de milhares de experiências de vida que você vive. E com cada seleção e análise de experiência a Fonte em você sempre escolhe o melhor sentimento das escolhas disponíveis, o que significa que seu Ser Interior está eternamente se sintonizando com o amor e o contentamento, e com tudo o que é bom. Esta é a razão pela qual quando você escolhe amar outra pessoa ou a

si mesmo, ao invés de encontrar falhas, você se sente bem. Sentir-se bem é uma confirmação de seu alinhamento com sua Fonte. Quando você escolhe pensamentos que estão fora de alinhamento com a Fonte, o que produz uma resposta emocional como medo, ou raiva, ou ciúme, estes sentimentos indicam sua variação vibracional a partir da Fonte. A Fonte nunca lhe abandona, mas oferece continuamente uma vibração firme de Bem-Estar. E, assim, quando você sente emoção negativa, isto significa que você está se privando de seu acesso vibracional da Fonte e do Fluxo do Bem-Estar.

Quando você começa a contar histórias sobre seu corpo, e sobre sua vida, e sobre seu trabalho e as pessoas em sua vida, isto o faz se sentir bem quando você as conta, você alcançará uma conexão firme com aquele Fluxo do Bem-Estar que já está fluindo para você. E quando você se foca sobre as coisas que deseja, na emoção positiva do 77

sentimento quando você se foca, você acessa o poder que cria mundos e você flui em direção a seu objeto de atenção.

♦ Qual é o papel do pensamento em danos traumáticos?

Embora o trauma em seu corpo tenha parecido vir de repente como um resultado de um acidente, ou embora tenha vindo de uma doença como um câncer, você criou a situação através de seu pensamento. E a cura virá através de seu pensamento também.Pensamentos crônicos de facilidades promoverão o Bem-estar, enquanto os pensamentos crônicos de estresse, ou ressentimento, ou de raiva, ou de medo, promovem a doença. Mas, embora o resultado se mostre repentinamente, como quedas e quebra de seus ossos, ou mais estampadamente, como num câncer, qualquer coisa que você está vivendo sempre se compatibiliza com o equilíbrio de seus pensamentos. Uma vez que você tenha experienciado a diminuição do Bem-Estar, tenha acontecido como ossos quebrados ou doenças internas, não é provável que você de repente encontre pensamentos de bom-sentimento que se compatibilizem com os de seu Ser Interior. Em outras palavras, se antes de seu acidente, ou doença, você não estivesse escolhendo pensamentos que se alinhassem com o Bem-Estar, não é provável que agora que você está diante do desconforto, ou do medo, ou de um diagnostico amedrontador, você vá de repente encontrar aquele alinhamento. É muito mais fácil alcançar grande saúde a partir de um estado moderado de saúde do que alcançar grande saúde a partir de um estado de saúde pobre. Porém, você pode obter qualquer coisa que queira a partir de qualquer estado em que esteja se v for

capaz de distrair sua atenção dos aspectos indesejados de sua vida e se focar nos aspectos que são mais agradáveis. É realmente apenas uma questão de foco. Às vezes um diagnóstico amedrontador ou um dano traumático funcionem como um catalisador poderoso ao colocar você para focar sua atenção mais deliberadamente nas coisas que o fazem se sentir bem. Na realidade, alguns de nossos melhores estudantes da criação deliberada são aqueles que receberam um diagnostico amedrontador, onde os médicos lhes disseram que não havia mais nada que pudesse ser feito por eles. Que, agora, já que eles não têm outras opções, começam a focar seus pensamentos deliberadamente.

É interessante que tantas pessoas não façam o que realmente funciona até que outras opções foram exauridas. Mas nós entendemos que vocês se aclimataram ao seu mundo orientado pró-ação e, assim, a ação, para muitos de vocês parece ser a primeira melhor opção. Não estamos orientando vocês contra-ação, mas, ao contrário, encorajando-os a encontrar os pensamentos de melhor-sentimento primeiro e, então, seguir com a ação à qual vocês se sintam inspirados.

♦ Uma doença congênita poderia ser vibracionalmente solucionada?

A partir de qualquer estado em que você esteja você pode chegar a qualquer estado em que queira estar. Se você pudesse entender que seu agora é apenas o estado do pulo para aquele vir, você poderia se mover rapidamente, mesmo a partir de coisas dramáticas indesejadas para as coisas que o agradam. Se esta experiência de vida contiver um dado que faça com que você dê à luz um desejo, então a possibilidade de realizá-lo está disponível para você. Mas você tem que focar no onde você quer estar, não no onde você está, ou você não pode se mover em direção de seu desejo. Porém, você não pode criar fora de suas próprias crenças.

♦ Doenças importantes vêm e vão. Mas, por quê?

Jerry: Já que curas têm sido descobertas, por que simplesmente não escapamos de doenças a serem curadas?

Abraham: Por causa de sua atenção à falta. Sentimentos de ineficácia e vulnerabilidade, todos produzem mais sentimento de ineficácia e vulnerabilidade. Você não pode se focar sobre a conquista de uma doença sem dar sua atenção a doenças. Mas é também muito importante entender que

procurar por curas para doenças, mesmo quando você as encontra, é um tipo de limitação e, em uma longa corrida, um processo ineficaz porque novas doenças estão continuamente sendo criadas. Quando você começa a procurar e entender as causas vibracionais para doenças, ao invés de procurar por curas, então você chegará ao fim da pilha de doenças.

Quando você é capaz de deliberadamente realizar a emoção da facilidade, e seu alinhamento vibracional acompanhante, é possível viver livre de doença. A maioria das pessoas gasta bem pouco tempo desfrutando da apreciação pelo Bem-estar que já estão experienciando, mas, ao contrário, esperam até que estejam doentes e, então, viram a atenção para a recuperação. Pensamentos de bom-sentimento produzem e sustentam o Bem-Estar físico.

Você vive em tempos muito ocupados e encontra muitas coisas com as quais se excita e se preocupa. E ao fazer isso, você se mantém fora do alinhamento. E a doença é o resultado. E então, você se foca sobre a doença e perpetua mais doença. Mas você pode quebrar este ciclo a qualquer momento. Você não tem que esperar que sua sociedade entenda, de forma a você mesmo alcançar o maravilhoso Bem-estar. Seu estado natural é o do Bem-estar.

♦ **Eu testemunhei meu corpo se curar naturalmente** Seu corpo é composto de células inteligentes que sempre estão se trazendo ao equilíbrio.

E quanto melhor você se sente, menos você está interferindo vibracionalmente com este reequilíbrio celular. Se você está focado nas coisas que lhe aborrecem, as células de seu corpo são impedidas do processo de equilíbrio natural delas e, uma vez que uma doença tenha sido diagnosticada, e você então vire sua atenção para aquela doença, o impedimento é ainda maior. Já que as células de seu corpo sabem o que fazer para entrar em alinhamento, se você puder encontrar um modo de focar sua atenção sobre os pensamentos de bom-sentimento, você interromperá sua interferência negativa e sua recuperação virá.

Toda doença (ouça: des-facilidade) é causada por uma discórdia vibracional, ou resistência, sem exceção. E já que a maioria das pessoas estava desavisada sobre seus pensamentos de discórdia, antes da doença, normalmente fazendo pouco esforço para praticar os pensamentos de bom-sentimento, uma vez que a doença ocorre é muito difícil então encontrar puros pensamentos positivos. Mas se você pudesse entender que seus pensamentos – e só seus pensamentos – estão causando a resistência que lhe impede o Bem-estar, e você pudesse virar seus

pensamentos para uma direção mais positiva, sua recuperação poderia bem muito rápida. Não importa que doença seja, e não importa quanto ela progrediu, a questão é: você pode direcionar seus pensamentos 79

positivamente a despeito da condição? Normalmente, neste ponto, alguém pergunta:

“Mas e a criança doente, que acabou de nascer?”. Não assuma, por que uma criança doente ainda não está falando, que a criança não está pensando, ou oferecendo vibração.

Há tremendas influencias para o Bem-estar e a doença que ocorre mesmo quando a criança ainda está no útero, ou recém-nascida.

♦ **Pela atenção ao Bem-estar manterei o Bem-estar** Da mesma maneira que sua ferida ou doença é a evidência do desalinhamento, sua cura ou Bem-estar é a evidência do alinhamento. Sua tendência pró Bem-Estar é muito mais forte do que sua tendência para a doença. E esta é a razão pela qual, mesmo com algum pensamento negativo, na maior parte a maioria de vocês permanece bem. Você veio para ter a expectativa de suas feridas seriam curadas, o que lhe ajuda tremendamente no processo de cura, mas quando a evidência de sua doença é algo que você não pode ver, onde você tem que confiar na investigação de seu médico,que usa seus testes médicos ou equipamentos para esquadrinhar por informação, você frequentemente se sente impotente e medroso, o que não apenas reduz a velocidade do processo de cura, mas é também uma forte razão para a criação da doença. Muitas pessoas se sentem vulneráveis sobre as partes não vistas de seus corpos e este sentimento de vulnerabilidade é um catalisador bastante forte na perpetuação da doença. A maioria das pessoas vai ao médico quando estão doentes, pedindo por informação sobre o que está errado. E

quando você procura por algo errado, normalmente encontra. A Lei da Atração insiste nisto, na verdade. Uma procura contínua por coisas erradas com seu corpo, com o passar do tempo produzirá evidência de algo errado. Não por que estivesse ali espreitando durante todo o tempo e você finalmente tenha esquadrinhado o bastante para encontrar, mas por que repetido pensamento possivelmente cria o seu equivalente.

♦ **Quando inspirado, visite um médico**

Há muitos que protestariam diante de nossa perspectiva clamando que somos

irresponsáveis quando não encorajamos a exames regulares na indagação de coisas que estão erradas ou poderiam potencialmente dar errado com seu corpo físico. E se nós não entendêssemos o poder de seus pensamentos, nós poderíamos até mesmo dizer que se ir ao médico o faz se sentir seguro, então, vá. Na verdade, às vezes quando você vai procurar por problema e não encontra, você se sente melhor. Mas, mais frequentemente do que o contrário, a procura repetida por algo errado com o tempo cria aquilo. É

realmente simples assim. Não estamos dizendo que a medicina é má, ou que não há valor em ser recebido para uma visita a seu médico. Medicina, médicos, todas as profissões de cura em geral não são boas nem más por si mesmas. Mas, ao contrário, elas são tão valiosas quanto sua posição vibracional pode permitir que sejam. Nosso encorajamento é que você preste atenção a seu equilíbrio emocional, trabalhe deliberadamente para encontrar os pensamentos de melhor sentimento que você puder encontrar e pratique-os até que eles sejam habituais. E ao fazer isso você tenderá primeiro ao seu alinhamento vibracional e, então, siga com qualquer ação para a qual você se sinta inspirado. Em outras palavras, uma visita ao seu médico ou ação em direção a qualquer coisa, quando acompanhada da alegria, ou amor, ou emoção de bom-sentimento, é sempre valiosa. Enquanto a ação que é motivada por seu medo, ou vulnerabilidade, ou qualquer emoção de sentimento negativo, nunca é valiosa.

Seu Bem-Estar físico, como tudo o mais, é profundamente afetado pelas convicções que você mantém. Normalmente quando você é mais jovem, sua expectativa de Bem-estar é mais forte. Mas quando você fica mais velho, a maioria de vocês degenera num tipo de escala móvel que reflete o que você está vendo nos outros ao seu redor. E sua observação não é inexata. Pessoas mais velhas sofrem freqüentemente de mais doença e menos vitalidade. Mas a razão para o declínio das pessoas, quando elas ficam mais velhas, não é porque os corpos físicos delas estão programados para falir com o passar do tempo, mas porque quanto mais elas vivem, mais encontram coisas com as quais se preocupar e exagerar, provocando resistência ao fluxo natural do Bem-Estar delas. A doença é sobre resistência, não sobre idade.

♦ Euforia nas mandíbulas de um leão

Jerry: Eu ouvi que um homem famoso, um doutor Livingstone, enquanto na

África, foi arrastado por um leão que o agarrou por suas mandíbulas. Ele disse que entrou num tipo de estado eufórico e não sentiu nenhuma dor. Tenho visto vítimas flácidas assim quando estão para serem comidas por um animal maior. É como se houvesse uma desistência e a luta termina. Mas minha questão sobre esta declaração sobre não sentir dor: o que ele estava chamando de “euforia” é uma condição mental ou uma condição física? E é algo que acontece apenas em extremas condições, como quando você está para ser comido ou morto, ou poderia ser utilizado por qualquer um quando há algo doloroso de forma a não sentir a dor?

Abraham: Você não pode separar com precisão o que é físico do que é mental, do que está vindo a partir de seu Superior ou Ser Interior. Em outras palavras, você é um ser fisicamente focado, sim. E você é um ser pensador mental, sim. Mas a Força de Vida, ou Energia, que vem de você, é oferecida a partir de uma perspectiva mais ampla. Em uma situação onde provavelmente você não se recuperasse, em outras palavras, já que um leão tem você nas mandíbulas dele, normalmente ele seria o vencedor; seu Ser Interior intervém e oferece um fluxo de Energia que seria recebida por você como este tipo de estado de euforia. Você não tem que esperar até estar em tal intensa situação antes de ter acesso ao fluxo do Bem-Estar da Fonte, mas a maioria das pessoas não permite isto até que não tenha nenhuma outra escolha.

Você estava certo em sua escolha das palavras, de que houve uma desistência da permissão para aquele fluxo de Bem-Estar fluir poderosamente. Mas queremos que você entenda que o que estava realmente determinado era a luta, a resistência, não o desejo de continuar a viver neste corpo físico. Você tem que levar tudo isto em consideração quando está examinando situações específicas. Alguém com menos entusiasmo pela vida, com menos determinação de vida e realização pode muito bem ter experienciado um resultado diferente e ter sido morto e devorado pelo leão.

Tudo que você vivencia é sobre o equilíbrio do pensamento entre seus desejos e suas expectativas. Um estado de permissão é algo que deve ser praticado em circunstâncias cotidianas normais, não no meio de ataques de leões. Mas, mesmo no meio de tal intensa situação, o poder de suas intenções sempre provoca o resultado.

O alinhamento praticado, provocado por consistentes pensamentos de bom-sentimento, é o caminho para estar livre de dores. A dor é apenas um indicador

mais enfático da 81

resistência. Primeiro há a emoção negativa, então a emoção mais negativa, então a emoção mais negativa (você tem tremenda liberdade de movimento aqui), então a sensação, então a dor. Nós falamos para nossos amigos físicos, se você tem emoção negativa e não percebe que ela é um indicador, deixando você saber sobre o pensamento de resistência, e você não faz algo para corrigir seu pensamento resistente, pela Lei da Atração seu pensamento resistente ficará mais forte. Se você ainda não faz nada para se trazer para o alinhamento e o pensamento de melhor sentimento, ele ficará mais forte ainda. Até que eventualmente você experiencie dor ou doença, ou outros indicadores de sua resistência.

♦ Como pode alguém sentindo dor se focar em outro lugar?

Jerry: Eu ouvi vocês dizerem que de forma a nos curarmos, temos que mover nossos pensamentos do problema e colocá-los sobre o que queremos. Mas se estamos com dor, como não a sentiríamos? Como podemos tirar nossa atenção da dor tempo o bastante para nos concentrar em algo que queremos?

Abraham: Você tem razão, é muito difícil não pensar na pulsação do dedo do pé. A maioria de você não pensa claramente sobre o que quer até que esteja vivendo o que não quer. A maioria de vocês como que flutua durante o dia descuidadamente aqui e ali, não oferecendo nenhum pensamento consciente real. Como você não entende o poder de seu pensamento, você normalmente não oferece qualquer pensamento deliberado real até que encare algo que não quer. E, então, uma vez que enfrente algo que não quer, então você ataca aquilo completamente, então você dá àquilo sua atenção, o que, conhecendo a Lei da Atração como conhecemos, apenas faz as coisas piores. E, assim, nosso encorajamento seria: procure por momentos, ou segmentos, quando você não está sentindo tal intensidade de dor pulsante, e então se foque sobre o Bem-Estar. Você tem que encontrar um modo de separar o que está acontecendo em sua experiência da resposta emocional ao que está acontecendo. Em outras palavras, você pode ter dor em seu corpo e durante a dor você pode sentir medo, ou pode ter dor em seu corpo enquanto se sente esperançoso. A dor não tem que ditar sua atitude ou os pensamentos que você está pensando. É possível pensar sobre algo diferente da dor. E se você pode alcançar isto, então com o temo a dor diminuirá. Porém, se a dor ocorre, você dá à dor sua atenção não dividida, então você apenas perpetuará mais do que não quer.

Alguém que está focando negativamente sobre qualquer variedade de assuntos, e agora está experimentando dor, agora tem que superar a dor e focar positivamente. Você vê, seu hábito negativo de pensamento provocou a doença, e para mudar repentinamente para pensamentos positivos, exigir a permissão do Bem-Estar, não é provável que seja um processo rápido, porque agora você tem o impedimento da dor, ou da doença, ou de ambos, como conteúdo. O Bem-Estar preventivo é muito mais fácil de ser alcançado do que o Bem-Estar corretivo. Mas em ambos os casos, pensamentos de sentimentos melhorados, pensamentos de mais e maior alívio são a chave. Mesmo em situações onde muita dor está sendo vivenciada, há momentos de maior e menor desconforto. Escolha os momentos de melhor sentimento a partir da gama que você está vivenciando, para encontrar os aspectos positivos e escolher pensamentos de melhor sentimento. E

conforme você continua a alcançar pensamentos que lhe trazem maior alívio emocional, esta propensão eventualmente lhe trará de volta ao Bem-Estar. Sempre. Sem exceções.



♦ Meu estado natural é o do Bem-estar

No âmago do que você é está o Estar-Bem e o Bem-Estar. E se você está vivenciando qualquer coisa menos que isso, há resistência presente em sua vibração.

A resistência é causada pelo foco sobre a falta do que é desejado. Enquanto a permissão é causada pelo foco sobre o que é desejado.

A resistência é provocada pelo pensamento que não se compatibiliza com a perspectiva de sua Fonte. A permissão é vivenciada quando seus pensamentos correntes não se compatibilizam com a perspectiva de sua Fonte.

Seu estado natural é o do Bem-Estar, um de absoluta saúde, um de condições corporais perfeitas. E se você está vivenciando qualquer coisa que não seja isto, é apenas por causa do equilíbrio do pensamento em você direcionado para a falta do que você quer ao invés de para o que você quer. É sua resistência que provoca

uma doença, em primeiro lugar. E é sua resistência à esta doença que a mantém em você, uma vez que chega ali. É sua atenção ao que você não quer que cria coisas indesejadas em sua experiência. E, assim, é lógico que sua atenção ao que você quer seria mais apropriada.

Às vezes você pensa que está pensando sobre o Bem-Estar, quando na verdade está preocupado sobre estar doente. E o único modo de estar certo da diferença vibracional é prestando atenção à emoção que sempre acompanha seu pensamento. Sentir seu modo aos pensamentos que promovem o Bem-Estar é muito mais fácil do que tentar pensar em si mesmo ali. Estabeleça um compromisso consigo mesmo de se sentir bem e, então, guie seus pensamentos adequadamente, e você descobrirá que mesmo sem perceber, você tem abrigado ressentimentos, sentindo-se desmerecedor e sentindo-se impotente.

Mas agora que você decidiu prestar atenção à suas emoções, estes pensamentos resistentes produtores de doença não mais passarão despercebidos. Não é natural que você esteja doente. E não é natural que você abrigue emoção negativa. Pois em seu âmago você é como seu Ser Interior – você está bem e se sente muito, muito bem.

Parte III

Mantendo Meu Bem-Estar Físico

(cont.)

♦ Mas os pensamentos de um bebê poderiam atrair doença?

83

Jerry: Como pôde um bebê recém-nascido, que não tem ciência consciente da doença, como ele poderia atrair a doença?

Abraham: Primeiro nós queremos declarar inequivocamente que ninguém está criando sua realidade além de você. Mas é importante perceber que o "você" que você conhece como você, não começou como este pequeno infante nascido em sua mãe. Você é um ser eterno, tendo vivido muitas experiências. Você veio para este corpo físico a partir de um longo histórico de criação. As pessoas frequentemente pensam que este seria um mundo muito melhor se todos os bebês recém-nascidos pudessem nascer encontrando todos os padrões de um corpo físico perfeito. Mas esta não é necessariamente a intenção de todo ser que vem para este corpo físico. Há muitos seres que – por causa do contraste que cria um efeito interessante que se prova valioso de muitos outros modos –

deliberadamente tem esta intenção a partir do que é normal. Em outras palavras. Você simplesmente não pode assumir que algo deu errado quando os bebês nascem com diferenças.

Imagine uma atleta que se torna muito bom em jogar tênis. As pessoas sentadas na arquibancada olhando o jogo poderiam assumir que esta jogadora seria mais feliz jogando sempre contra um oponente com menor habilidade, alguém com quem ela pudesse rebater mais facilmente. Mas a atleta pode muito bem preferir exatamente o oposto. Ela pode preferir pessoas que estejam no topo do jogo, que rebata a partir de seu foco e precisão, que nunca foi rebatido antes. E da mesma maneira, muitos que estão no topo de seus jogos da criação física, querem oportunidades para ver a vida diferentemente, assim estas novas opções podem ser evocadas e novas experiências podem ser vividas. E estes seres também entendem que pode haver tremendo benefício para estes que estão próximos

deles, quando algo diferente do que é normal é vivenciado.

Frequentemente as pessoas assumem incorretamente que já que seus bebês não podem falar, não poderiam criar sua própria realidade. Mas não é o caso. Mesmo aqueles que já falam, não estão criando através de palavras, mas através de pensamentos. Seus bebês estão pensando quando nascem e, antes de nascerem eles estão vibracionalmente conscientes. As freqüências vibracionais são imediatamente afetadas pelas vibrações que os cercam em seu ambiente de nascimento. Mas não há necessidade de se preocupar com eles, pois eles, como você, nasceram com o sistema de orientação para ajudá-los a discernir a diferença entre oferecer pensamentos benéficos e não permitir pensamentos de Bem-Estar.

♦ Por que alguns nasceram com doenças?

Jerry: Bem, quando vocês falam do equilíbrio do pensamento, vocês estão falando do equilíbrio do pensamento mesmo antes de termos nascido? Em outras palavras, por que alguém nasceria com um problema físico?

Abraham: Sim. Mas da mesma maneira que o equilíbrio de seu pensamento está uniformizando o que você está vivendo agora, o equilíbrio do pensamento que você manteve antes de seu nascimento também é o que uniformizou o que você está vivendo.

Mas você tem que entender que há os que vieram deliberadamente desejando a

inaptidão física, porque eles quiseram o benefício que sabiam advir disto. Eles estavam querendo somar algum equilíbrio à perspectiva deles.

Antes de você vir para este corpo físico, você entendia que a partir de onde quer que você esteja, você pode tomar uma nova decisão sobre o que quer. E, assim, não havia nenhuma preocupação sobre seu lugar de início neste corpo físico, porque você sabia que se esta condição inspirasse um novo desejo por algo diferente, o novo desejo seria atingível. Há muitas pessoas que alcançaram tremendo sucesso em muitas áreas da vida que nasceram em condições que seriam consideradas o oposto extremo do sucesso. E

esses seres crus e rotos os serviram extremamente bem, porque nascer na pobreza, ou na deficiência, foi um forte desejo, o que foi o começo do pedir o

que era necessário antes que o sucesso pudesse começar a fluir para eles.

Todos os seres que vêem para um corpo físico têm completa compreensão do corpo para o qual estão vindo. E você pode confiar que se eles vieram, e permanecem, era intenção deles a partir do não físico fazer isso. E sem exceção, quando o onde você está atualmente lhe provoca a tomar outra decisão sobre o que agora você deseja, você tem a habilidade de, se focar seu pensamento, realizar a essência daquela criação. A maioria que está atraindo mesmo que o Bem-estar, está fazendo isso por padrão. Eles podem muito bem desejar o Bem-Estar enquanto a maioria de seus pensamentos está sobre temas que não apóiam o Bem-estar.

Não é uma boa idéia boa se pôr em sua perspectiva e tentar avaliar a propriedade do que qualquer outro está vivendo, por que você nunca será capaz de entender isto. Mas você sempre sabe onde está em relação ao que está querendo. E se você prestar atenção ao que está pensando e deixar seus pensamentos serem o guia, sentindo o que vem em seguida de dentro de você, você se pegará guiando seus pensamentos na maior parte do tempo em direção daquilo que lhe agrada no final das contas.

♦ Discutamos o conceito de doenças "incuráveis"

Não há um aparato físico, não importa qual seja o estado da deterioração, que não possa alcançar saúde perfeita. Mas o que você acredita tem tudo a ver com o que você permite em sua experiência. Se você está convencido de que algo não é curável, isto é fatal e, então, você ouve o que já tem, normalmente sua crença será que você não sobreviverá. E, assim, você não sobreviverá. Mas sua sobrevivência não tem a nada a ver com a doença e tem tudo ver com seus pensamentos. E então você diz a si mesmo

“isto pode ser verdade para os outros, mas não é verdade para mim, porque eu sou o criador de minha experiência e escolho a recuperação, não a morte agora”, você pode se recuperar. Nós sabemos que estas palavras são facilmente ditas por nós e não tão facilmente ouvidas por aqueles que não acreditam em seu poder de criar. Mas sua experiência sempre reflete o equilíbrio de seus pensamentos.

Sua experiência é uma clara indicação dos pensamentos que você pensa. Quando você muda os pensamentos que está pensando, sua experiência, ou indicador, tem que mudar também. É a Lei.

♦ Foco na diversão para recuperar a saúde de alguém 85



Jerry: Abraham, havia um autor que contraiu uma doença que era considerada incurável.

Mas ele sobreviveu a ela. E ele disse foi capaz de fazer isso assistindo uma série de programas humorísticos de televisão. Eu entendo, só assistiu aqueles programas e ria, e a doença foi embora. O que vocês diriam que está por trás a recuperação dele?

Abraham: A recuperação dele foi realizada porque ele alcançou o alinhamento vibracional com o Bem-Estar. Há dois fatores primários envolvidos no encontro do alinhamento vibracional dele. Primeiro, o desejo dele por Bem-estar foi dramaticamente aumentado por sua doença. E, segundo, os programas que ele assistia o distraiam da doença. O prazer que ele sentiu quando ria com o humor dos programas era sua indicação de que sua não permissão ao Bem-Estar tinha cessado. Estes são os dois fatores requeridos na criação de qualquer coisa – queira e permita.

Normalmente, uma vez que as pessoas se foquem sobre problemas e afins, o bastante para não permitirem o próprio Bem-Estar, e estão seriamente doentes, então elas viram a atenção não dividida para a doença, enquanto a perpetuam mais. Às vezes um médico pode aumentar sua crença no Bem-estar se ele tem um processo ou um remédio ao qual ele acredita que lhe ajudará. E neste caso, o desejo é ampliado por causa da doença e a crença é aumentada por causa do remédio proposto. Mas no caso de uma doença supostamente incurável, ou no caso de uma doença supostamente curável, os dois fatores que trouxeram a cura foram os mesmos – desejo e crença. Qualquer um que venha a ter a expectativa do Bem-Estar pode alcançá-la sob quaisquer condições. O

truque é ter a expectativa do Bem-Estar, ou, como o homem em seu exemplo fez, simplesmente se distrair da falta de Bem-Estar.

Parte III

Mantendo Meu Bem-Estar Físico

(cont.)

♦ Ignorar a doença soluciona a doença?

Jerry: Percebi que durante minha vida adulta nunca estive tão doente de forma a não ser capaz de fazer o trabalho que eu pretendia naquele dia. Em outras palavras, eu sempre senti que meu trabalho era tão importante que eu não considerava não fazê-lo. Percebi, porém, que se eu estava começando a me sentir menos que bem, como quando se eu estivesse no começo do estagio da gripe ou resfriado, uma vez que eu me focava no que eu precisava fazer em termos de meu trabalho, os sintomas iam embora logo. É por que eu estava focado em algo que eu queria?

Abraham: Como você tinha uma forte intenção de fazer seu trabalho, e como você desfrutava dele quando o fazia, você tinha a vantagem de um forte momentum em direção de seu Bem-Estar. Assim, quando parecia que algo o estava distraindo daquele Bem-Estar, por causa de alguma atenção a algo indesejado, você tinha apenas que se focar sobre sua atenção habitual e seu alinhamento retornava rapidamente. E os sintomas do desalinhamento enfraqueciam depressa.

Freqüentemente você tenta realizar muito através da ação e ao fazer você se sente cansado, ou oprimido. E estes sentimentos são seus indicadores de que está na hora de parar e se revigorar. Mas freqüentemente você se empurra adiante para a ação, ao invés de dedicar tempo para se reabastecer e se realinhar, e esta é uma razão muito comum para que os sintomas de desconforto começarem a aparecer. A maioria das pessoas, quando sentem um sintoma de doença, começa a prestar a atenção delas ao sintoma, e normalmente deslizam rapidamente para mais desconforto e desalinhamento. A chave é pegar seu desalinhamento antes. Em outras palavras, sempre que você sente emoção negativa, este é seu sinal para alcançar um pensamento diferente para melhorar seu equilíbrio vibracional. Mas se você não o faz, seu sinal fica mais forte, até que eventualmente você possa sentir desconforto físico. Mas mesmo então, como no exemplo que você acabou de colocar, você pode ainda se refocar em algo que você deseja, tirando sua atenção de qualquer coisa que o esteja colocando fora do equilíbrio, e entrar no alinhamento, e os sintomas da doença terão que deixá-lo.

Não há nenhuma condição da qual você não possa se recuperar. Mas é muito mais fácil, se você pegá-la antes nos estágios anteriores mais sutis. As vezes estar doente lhe provê ma escapada de algo que você não quer fazer. E, assim, em seu ambiente há muita aprovação à doença por causa de alguma outra coisa. Mas quando você começa a brincar com este tipo de jogo consigo mesmo, você está abrindo as portas para uma doença maior, e maior, e maior.

♦ Qual é o efeito das vacinas nas doenças?

Jerry: Abraham, já que criamos nossas doenças pelo pensamento, então por que as vacinas parecem quase dar um fim na expansão destes tipos particulares de doenças?

Abraham: A doença amplia seu desejo, e a vacina amplia sua convicção.

Consequentemente, você realizou o equilíbrio delicado da criação - você quer e você permite, ou acredita - e assim é.

♦ E sobre os médicos, curandeiros de fé e médicos feiticeiros?

Jerry: As pessoas como médicos feiticeiros, e curandeiros de fé, e médicos alopatas, todos eles têm uma reputação por terem curado algumas pessoas e por ter perdido alguns de seus pacientes também. Então, o que você vê como o lugar destas pessoas no pensamento ou na vida?

Abraham: A coisa importante que todos estes têm em comum é que eles estimulam a crença em seus pacientes. A primeira parte do equilíbrio da criação tem sido realizada, pois a doença aumentou o desejo pelo Bem-estar. E qualquer coisa que provoque a crença ou expectativa dará os resultados positivos.

Quando a medicina e a ciência deixarem de procurar por curas e começarem a procurar a causa vibracional, ou os desequilíbrios, eles verão uma taxa muito mais alta de recuperação. Se um médico não acredita que você pode se recuperar de sua doença, sua associação com aquele médico é extremamente prejudicial. E frequentemente médicos bem intencionados defenderão a dúvida deles em sua recuperação mostrando as disparidades contra a recuperação, dizendo que não é provável que você seja uma exceção. O problema com esta lógica, muito embora ela seja baseada em fatos ou evidência que a medicina e a ciência começaram a

esperar, é que ela não tem nada a ver com você. Há apenas dois fatores que têm alguma coisa a ver com sua recuperação: seu desejo e sua convicção. E este diagnose negativa o impede de acreditar. E, assim, se você tiver um forte desejo pela recuperação e os médicos não lhe derem esperança, é lógico que você se volta para recursos alternativos, onde a esperança não apenas é permitida, mas encorajada. Pois há muita evidência mostrando que as pessoas podem se recuperar de doenças supostamente “incuráveis”.

♦ Seu médico como um meio de Bem-Estar

Não condene sua medicina moderna, pois ela foi criada por causa dos pensamentos, desejos e convicções dos membros de sua sociedade. Mas nós queremos que você saiba que você tem o poder de realizar qualquer coisa que você deseja. Mas você não pode olhar para fora de você buscando a validação para agir assim. Sua validação virá de dentro de você, na forma de emoção. Procure primeiro por seu alinhamento vibracional e, então, siga com a ação inspirada. Deixe sua comunidade médica ajudá-lo em sua recuperação, mas nano peça a eles para fazer o impossível – não peça a eles para lhe dar uma cura para compensar sua energia desalinhada.

Sem pedir, não pode haver resposta. E atenção ao problema realmente não é pedir por uma solução. Assim, não é incomum que os médicos estejam examinando o corpo físico, procurando por problemas, para o qual eles poderiam ter uma solução. Mas procurar por problemas é um poderoso catalisador para atraí-los. E, assim, freqüentemente os médicos bem-intencionados são instrumentais perpetuando mais doença para as quais são capazes de achar as curas. Não estamos sugerindo que eles não queiram lhe ajudar, nós estamos dizendo que a intenção dominante deles, quando eles o examinam, é achar alguma evidência de algo que está errado. E já que é intenção dominante deles, é mais disto do que qualquer outra coisa o que eles atrairão. Com o tempo, depois que eles estão envolvidos nisto por um período de tempo, eles começam a acreditar na falibilidade humana. Eles começam a notar mais do que está errado do que o que está certo, e essa é a razão pela qual tantos deles começam a atrair doença para a própria experiência.

Jerry: Essa é a razão pela qual tantos médicos freqüentemente não podem curar a si mesmos

Abraham: Esta é a razão. Não é fácil ficar focado sobre as negatividades dos

outros sem vivenciar a emoção negativa em seu próprio ser. E a doença existe por causa da permissão da negatividade. Alguém que nunca experienciou a negatividade, não ficará doente.

♦ O que posso fazer para ajudá-los?

88

Jerry: Bem, qual é a melhor coisa que eu poderia fazer, como um indivíduo, para outras pessoas que estão tendo problemas físicos?

Abraham: Você nunca ajuda os outros quando se permitir ser uma caixa de ressonância das reclamações deles. Vê-los como você sabe que eles querem ser é a coisa mais valiosa que você pode fazer por eles. Às vezes isso significa se remover da presença deles porque quando você está próximo deles é difícil não notar as reclamações deles.

Você poderia dizer a eles "aprendi o poder de minha atenção e pensamento. E assim como eu o ouço falando do que eu sei que você não quer, eu tenho que lhe falar que eu tenho que me retirar, porque eu não quero contribuir com sua des-criação". Tente distraí-los das reclamações deles. Tente lhes ajudar a focar em alguns aspectos positivos. Faça seu melhor para imaginar a recuperação deles.

Você saberá quando é de valor a alguém quando você for capaz de pensar sobre a pessoa e se sentir bem ao mesmo tempo. Quando você ama os outros sem preocupação, você é de vantagem para eles. Quando você desfruta deles, você os ajuda. Quando você espera que eles tenham sucesso, você os ajuda. Em outras palavras, quando você os vê como seu próprio Ser Interior os vê, então, e apenas então, sua associação com eles é de vantagem para eles.

♦ Mas e se eles estão em coma?

Jerry: Há alguma coisa que possamos fazer por alguém que amamos e que está num daqueles estados de inconsciência?

Abraham: Você está se comunicando com os que estão ao seu redor mais vibracionalmente do que com suas palavras. Assim, muito embora o alguém que você ama possa não mostrar sinais de reconhecimento, isto não significa que sua comunicação não está sendo recebida em algum nível. Você pode se comunicar até mesmo com aqueles que fizeram sua transição física no que você chama de

„morte“.

Assim, não assuma que um aparente estado inconsciente barrou sua comunicação.

A razão primária por que as pessoas permanecem em um coma, ou estado inconsciente, é que elas estão buscando refrigério dos pensamentos de falta que as têm impedido. Em outras palavras, embora eles tenham tirado a atenção consciente deles dos detalhes da vida normal, eles estão num estado de comunicação vibracional com o próprio Ser Interior deles. Esta é uma oportunidade para reabastecimento e, frequentemente, um tempo de decisões, onde eles realmente determinam se encontrarão seu alinhamento retornando para o não-físico ou se despertarão novamente de volta para o corpo físico.

Em primeiro lugar, em muitos casos não é muito diferente de nascer no corpo físico.

Eis a melhor atitude para você manter em relação a tais pessoas: “Eu quero que você faça o que é importante para você. Eu aprovo qualquer coisa que você decidir. Eu amo você incondicionalmente. Se você ficar, eu ficarei em estado de êxtase. E se você se for, eu ficarei em estado de êxtase. Faça o que é melhor para você”. Isto é o melhor que você pode fazer por eles.

Jerry: E então estas pessoas que estão num estado como este por muitos anos, eles na verdade estão fazendo o que elas querem fazer?



Abraham: A maioria delas, se neste longo tempo, tomou a decisão de não retornar muito tempo antes. E alguém no físico anulou a decisão delas e as manteve conectadas numa maquina. Mas a consciência delas já se foi há muito, e não retornará a este corpo.

Parte III

Mantendo Meu Bem-Estar Físico

(cont.)

♦ Eu poderia herdar a doença de minha avó?

Jerry: Algumas pessoas realmente não herdam problemas físicos?

Abraham: O que parece ser tendências herdadas é normalmente a resposta da Lei da Atração aos pensamentos que você aprendeu dos seus pais. Porém, as células de seu corpo também estão pensando mecanismos, e suas células, como você, podem aprender vibração de outras ao redor delas. Porém, quando você identifica um desejo e você encontra pensamentos que o fazem se sentir bem, o que indica que você está em alinhamento vibracional com seu Ser Interior ou Fonte, as células de seu corpo rapidamente se alinharão à vibração do Bem-Estar que seu pensamento positivo estabeleceu. As células de seu corpo não podem desenvolver tendências negativas que conduzam a doenças quando você está em alinhamento com sua Fonte. Suas células podem apenas sair do alinhamento quando você sai.

Seu corpo é uma extensão de seu pensamento. Seus sintomas negativos contagiosos, ou chamados de herdados, são suportados por seu pensamento negativo e não poderiam ocorrer na presença dos pensamentos cronicamente positivos, não importa que doenças tenham sido vivenciadas por seus pais.

Jerry: Então, se escuto minha mãe falar de dores de cabeça nela, e aceito isto, então eu posso começar a ter dores de cabeça?

Abraham: Se você ouviu isto de sua mãe, ou de outra pessoa, sua atenção a algo que você não quer, com o tempo, lhe trará a essência disso para você. As dor de cabeça é um sintoma de resistência ao Bem-Estar, o que ocorre quando você se mantém em contradição vibracional ao Bem-Estar de seu Ser Interior. Por exemplo, preocupar-se sobre o trabalho, ou sentir raiva de seu governo, pode causar sintomas físicos. Você não tem que se focar sobre uma dor de cabeça para ter uma.

Jerry: Bem, então, se eu ouço minha mãe reclamar de dores de cabeça e eu rejeito conscientemente isto e digo “bem, isto pode ser verdade para você, mas não é para mim”, de alguma forma isto me protege?

Abraham: É sempre de vantagem para você falar do que você quer. Mas você não pode ficar em alinhamento com quem-você-realmente-é e se focar sobre a dor de cabeça de sua mãe ao mesmo tempo. Falar do que você quer enquanto olhando o que não quer, não lhe coloca em alinhamento com o que você quer. Tire sua atenção das coisas que você não quer atrair e coloque-a sobre as coisas que você quer atrair. Foque-se sobre algum aspecto de sua mãe que lhe provoca bom sentimento, ou se foque sobre alguma coisa diferente de sua mãe, que o faça se sentir bem.

♦ Qual é o papel da mídia nas epidemias?

Jerry: Agora, eu tenho ouvido recentemente na mídia que injeções gratuitas para a gripe na cidade para aqueles que querem ir lá e recebê-las. Estas noticias afetam a propagação do vírus da gripe de alguma forma?

Abraham: Sim, será de grande valor para a expansão do vírus da gripe. Não há maior fonte de influência negativa em seu ambiente hoje do que sua televisão. É claro, como em toda parte de seu ambiente, há o que é desejado e o que não é desejado. E você tem a habilidade de se focar e, consequentemente, receber o valor de sua televisão e mídia.

Mas essas fontes trazem um ponto de vista desequilibrado tremendamente distorcido para você. Elas dão uma olhada ao redor de seu mundo por bolsos de problemas, lustrando-os com os refletores e aumentando-os, ampliando a dificuldade com música dramática, e então, afunilando-os em sua sala de estar, dando-lhe uma figura tremendamente distorcida do problema versus o Bem-Estar de seu Planeta. A constante barragem de comerciais médicos é uma fonte poderosa de influencia negativa. Quando eles lhe explicam que uma, de cinco pessoas, tem esta doença que se espreita, e você provavelmente é uma, eles lhe influenciam a dar pensamento. E então eles dizem “veja seu médico”. E quando você vai a seu médico, lembre-se, a intenção do médico é encontrar algo errado. Agora sua expectativa negativa nasceu, ou foi ampliada. E com bastante desta influência seu corpo começa a manifestar a evidência destes pensamentos

infiltrados.

Sua medicina está mais avançada hoje do que já esteve antes, e ainda mais de vocês estão doentes do que antes. Lembre-se, para criar qualquer coisa você tem que apenas dar atenção àquilo e, então, ter a expectativa daquilo, e assim é. Eles lhe mostram as estatísticas, eles lhe contam as histórias de horror, eles estimulam seu pensamento e, quando você está sendo estimulado pelo pensamento em grandes detalhes, você tem a emoção (o temor, ou o medo) do "eu não quero isto". E metade da equação está completa. Então eles lhe encorajam a fazer um exame geral, ou para vir e receber a injeção gratuita da vacina ("Obviamente sabemos que esta é uma epidemia ou não estaríamos oferecendo as injeções gratuitamente") e isto completa a parte da expectativa, ou da permissão. E agora você está na posição perfeita para receber a gripe, ou a essência de tudo que eles estão falando.

Você obtém aquilo no qual pensa, queira você isto ou não. E, assim, é de grande valor para você começar a praticar sua própria história sobre seu Bem-Estar, de forma que 91

quando a televisão apresente aquela história amedrontadora, uma que você não quer viver, você possa ouvir a versão deles e sentir humor sobre aquilo ao invés de medo.

♦ **Pegue as sensações desconfortáveis enquanto elas são pequenas** A primeira indicação de que você não está permitindo seu Bem-estar físico vem a você na forma de emoção negativa. Você não verá um desarranjo em seu corpo físico ao primeiro sinal de emoção negativa, mas se focar sobre temas que provocam um sentimento prolongado de emoção negativa possivelmente provocará uma doença. Se você está desavisado de que a emoção negativa indica a desarmonia vibracional que impede o nível de Bem-Estar que você está pedindo, você pode estar como a maioria das pessoas, aceitando um certo grau de emoção negativa e não sentindo nenhuma necessidade de fazer algo a respeito.

A maioria das pessoas, até mesmo quando sentem o alarme ao nível de emoção negativa ou dão ênfase ao que estão sentindo, não sabe o que fazer a respeito disto porque elas acreditam que estão reagindo a condições ou circunstâncias que estão fora do controle delas. E, assim, já que não podem controlar as condições desagradáveis, elas se sentem impotentes para mudar o modo como sentem.

Nós queremos que você entenda que suas emoções vêm em resposta a seu foco. E sob todas as condições você tem o poder de encontrar pensamentos que o façam se sentir ligeiramente melhor ou ligeiramente pior. E quando você escolhe consistentemente o ligeiramente melhor, a Lei da Atração lhe traz firme melhoria para sua experiência.

A chave para alcançar e manter um estado físico de Bem-Estar é perceber os indicadores de discórdia nos estágios iniciais. É muito mais fácil refocar seus pensamentos nos estágios sutis iniciais do que depois que a Lei da Atração respondeu aos pensamentos negativos crônicos que trazem resultados negativos maiores. Se você pudesse tomar uma decisão de nunca permitir que a emoção negativa se demore em você e ao mesmo tempo reconhecer que é somente seu trabalho refocar sua atenção de maneira a se sentir melhor, ao invés de pedir que outra pessoa faça algo diferente ou que alguma circunstância mude para fazer você se sentir melhor, você não apenas seria uma pessoa mais saudável, mas você seria uma pessoa alegre. Alegria, apreciação, amor e saúde são todos sinônimos. Ressentimento, ciúme, depressão, raiva e doença são todos sinônimos.

♦ Artrite e a doença de Alzheimer são, de alguma maneira, resolvíveis?

Jerry: É possível se recuperar desses tipos de doenças em qualquer idade em que a pessoa esteja?

Abraham: As condições de seu corpo verdadeiramente são indicadores vibracionais do equilíbrio de seus pensamentos. E, assim, quando você mudar seus pensamentos, os indicadores também têm que mudar. A única razão pela qual algumas doenças parecem inflexíveis e inalteráveis é porque seus pensamentos são freqüentemente inflexíveis e inalteráveis. A maioria das pessoas frequentemente aprende seus padrões de pensamento contraproducentes baseadas em verdades que testemunharam ou aprenderam de outros. E como elas mantêm obstinadamente esses padrões de 92

pensamento, que não os servem, elas então experienciam os resultados destes pensamentos. E então um ciclo desconfortável ocorre, onde elas pensam sobre coisas indesejadas – válidas, coisas verdadeiramente não desejadas – e ao fazer isto, pela Lei da Atração elas privam as coisas indesejadas de virem para a experiência delas, e permitem que as coisas indesejadas venham no lugar, então elas se focam ainda mais naquelas coisas indesejadas, fazendo mais coisas

indesejadas virem.

Você pode realizar mudanças em toda experiência, mas você tem que começar a ver seu mundo diferentemente. Você tem que contar do modo como você quer que ela seja ao invés de do jeito que ela é. Quando você escolhe a direção de seus pensamentos e de suas conversas pelo modo como você se sente quando pensa nelas ou fala sobre elas, então você começa a oferecer vibrações deliberadamente. Vocês são seres vibracionais, saiba você disso ou não. E a Lei da Atração está eternamente respondendo à vibração que você está oferecendo.

Jerry: Substâncias químicas como álcool, nicotina ou cocaína, podem afetar nosso corpo negativamente?

Abraham: Seu bem-estar é afetado muito mais por seu equilíbrio vibracional do que pelas coisas que você coloca em seu corpo. E mais significante em sua questão é o fato de que a partir de seu estado de alinhamento vibracional você não se sentiria inclinado em direção de nenhuma substância que o diminuiria daquele equilíbrio. Quase sem exceção, a busca por estas substâncias vem de um estado de menos alinhamento. De fato, o impulso para usar estas substâncias vem de um desejo de preencher o vazio que está presente por causa do desequilíbrio vibracional.

♦ Exercício e nutrição são um fator de saúde?

Jerry: Uma melhor nutrição e mais exercício somam à nossa saúde?

Abraham: Você pode ter notado que os que são muito deliberados com a comida e exercício, cujo Bem-Estar físico é óbvio. E os que parecem estar oferecendo tremendo esforço em relação a comida e exercício, que lutam por anos para ganhar o benefício e ainda assim não têm sucesso em manter seu Bem-Estar físico. O que você faz em termos de ação é muito menos importante do que os pensamentos que pensa, o modo como você se sente, seu equilíbrio vibracional, ou a história que você conta.

Quando você dedica tempo para encontrar equilíbrio vibracional, o esforço físico que você aplica lhe renderá maravilhosos resultados. Mas se você não tende primeiro a seu equilíbrio vibracional, não há ação o bastante no mundo para compensar esta energia desalinhada. A partir de seu estado de alinhamento você se sentirá inspirado ao comportamento benéfico, assim como a partir de seu estado de desalinhamento você é inspirado ao comportamento prejudicial.

A razão pela qual tantos estão confusos sobre o comportamento correto para o viver saudável é porque eles só estão contando o comportamento, e eles estão deixando de fora a parte da equação que é muito responsável por todo resultado – o modo como você pensa, as emoções que você sente e a história que você conta.

93

♦ E se uma pessoa saudável se sente a maioria das vezes cansada?

Jerry: Se uma pessoa parece estar com boa saúde, mas se sente cansada ou desatenta na maior parte do tempo, o que vocês sugeririam como solução para isto?

Abraham: As pessoas recorrem freqüentemente àquele estado de estar cansado, ou desatento, como um estado de baixa energia, e isso realmente é um modo bom de dizer isto. Embora você não possa se cortar de sua Fonte de Energia, quando você oferece pensamentos que contradizem aquela Fonte, seu sentimento resultante é um de resistência, ou de baixa energia.

O modo como você se sente é sempre relacionado ao grau de seu alinhamento ou desalinhamento com sua Fonte. Sem exceções. Quando você conta a história do que você quer, que é a história que a Fonte em você está sempre contando, você se sente feliz e energizado. O sentimento de baixa energia é sempre um resultado de contar uma história diferente da que a sua parte expandida da Fonte de Energia está contando.

Quando você conta uma história que se foca sobre os aspectos positivos de sua vida, você se sente energizado.

Quando você conta uma história que se foca sobre os aspectos negativos, você se sente enfraquecido.

Quando você se foca sobre a ausência de algo que você deseja em sua experiência presente, você sente emoção negativa.

Quando você imagina uma condição melhorada, você sente emoção positiva.

O modo como você se sente é sempre sobre a relação entre o objeto de sua atenção e seu verdadeiro desejo. Dar pensamento ao que é desejado lhe dará o

avivamento que você busca.

♦ Qual é a causa principal da doença?

A doença é causada quando se dá pensamento a temas indesejados, sentindo a emoção negativa, mas ignorando-a, e continuando a se focar sobre o indesejado como aquela emoção negativa que vai ficando maior, mas ainda ignorando-a e mantendo a atenção sobre o indesejado, até que pela Lei da Atração pensamentos mais negativos ainda e experiências são atraídas.

A doença existe quando você desconsidera os sinais sutis iniciais de desalinhamento que vêm na forma de emoção. Se você sentir emoção negativa e não mudar o pensamento para aliviar o desconforto da emoção negativa, ela sempre fica maior, até que eventualmente a emoção negativa se torna sensação física e, então, deterioração física. Porém, a doença é apenas uma indicação de sua vibração. E sempre que você muda sua vibração, o indicador mudará para se compatibilizar com a nova vibração.

Doença não é nada mais que um indicador físico da energia fora de equilíbrio. Muitas pessoas que estão sofrendo doença discordam de nossa explicação para a causa da 94

doença delas ser a Lei da Atração respondendo a seus pensamentos, protestando que nunca pensaram sobre aquela doença particular. Mas a doença não ocorre por que você está pensando sobre aquela doença, ou sobre qualquer doença. A doença é um indicador exagerado dos pensamentos negativos, que começaram como um indicador sutil da emoção negativa e ficou maior quando os pensamentos negativos persistiram. O

pensamento negativo é resistência, não importa qual seja o tema do pensamento negativo. Por esta razão novas doenças continuam a vir. E até que a causa atual da doença seja tratada, nunca haverá uma cura final. Você tem o potencial para toda doença em seu corpo exatamente agora, e você tem o potencial para um estado perfeito de saúde em seu corpo exatamente agora. E você solicitará um ou outro, ou uma mistura, dependendo de seu equilíbrio de pensamento.

Jerry: Assim, de sua perspectiva, não há nenhuma causa física para a doença ou moléstia, ela é toda sobre pensamento?

Abraham: Nós entendemos seu desejo de dar crédito à ação ou ao

comportamento numa tentativa de explicar as causas. Quando você explica de onde vem sua água, você é preciso em apontar para a torneira como a fonte da água vindo para sua pia da cozinha, mas há muito, muito mais na história sobre de onde a água vem do que apenas da torneira. E da mesma maneira, há muito, muito mais na história sobre a fonte de Bem-estar ou da doença. Sua facilidade ou não-facilidade são sintomas do equilíbrio de seu pensamento. E este equilíbrio se manifestará através do caminho de menos resistência, assim como seguramente a água flui em declive.

♦ **Um exemplo de minha "velha" história sobre meu Bem-Estar físico** Deixe-nos dar um exemplo de uma "velha" história sobre seu Bem-Estar físico:

"Estou notando sintomas em meu corpo que me preocupam. Conforme fico mais velho, sinto-me menos forte, menos estável, menos saudável, menos seguro. Preocupo-me sobre para onde me levará a sabedoria de minha saúde. Tenho tentado tomar conta de mim mesmo, mas não vejo que isto me ajudou muito. Acho que simplesmente é normal me sentir pior conforme o tempo passa. Vi isso com meus pais, então estou realmente preocupado com minha saúde".

♦ **Um exemplo de minha "nova" história "nova" sobre meu Bem-Estar físico** Eis um exemplo de sua "nova" história sobre seu Bem-Estar físico:

"Meu corpo responde a meus pensamentos sobre ele e meus pensamentos sobre tudo no que eu penso. Quanto melhor meus pensamentos se fazem sentir quando penso neles, mais permito meu Bem-Estar pessoal. Gosto de saber que há uma correlação absoluta entre como me sinto e o que meus pensamentos crônicos tem sido, e como estes pensamentos me fizeram sentir quando os pensei. Gosto de saber que é suposto que estes pensamentos me ajudem a escolher pensamentos de melhor sentimento, que produzem vibrações de sentimentos melhores, que produzirão um corpo de melhor sentimento. Meu corpo é muito responsivo a meus pensamentos e esta é uma coisa boa de saber.

Estou me tornando bom em escolher meus pensamentos. Não importa em que condição eu me encontre, eu tenho o poder de mudar. Meu estado de saúde física é simplesmente uma indicação do estado de meus pensamentos crônicos. Tenho o controle de ambos.

Um corpo físico é uma coisa surpreendente, no modo como ele começou como

um glóbulo de células fetais para se transformar neste desabrochado corpo humano completo. Fico impressionado com a estabilidade do corpo humano, e a inteligência das células para fazer o corpo humano, quando percebo quão meu corpo realiza tantas funções importantes sem meu envolvimento consciente.

Gosto de não ser minha responsabilidade consciente mover o sangue através de minhas veias, ou o ar através de meus pulmões. Gosto de meu corpo saber como fazer isto e ele faz isto tão bem. O corpo humano em geral é uma coisa bastante surpreendente. Uma coisa inteligente, flexível, durável, elástico, observador, escutador, cheirador, provador e tocador. Meu corpo me serve muito bem. Amo minha exploração de vida através de meu corpo físico. Desfruto da força e flexibilidade, gosto de viver a vida em meu corpo.

Estou tão contente com meus olhos que olham para este mundo, vendo o longe e o perto a partir de onde estou, distinguindo formas e cores com tal percepção vívida de profundidades e distâncias. Sou tão contente pela habilidade de meu corpo em ouvir, e cheirar, e saborear e sentir. Amo o conteúdo sensual tátil deste planeta e minha vida neste corpo maravilhoso. Sinto apreciação e fascinação pela habilidade auto-curativa de meu corpo quando vejo ferimentos se cobrir com minha nova pele e quando descubro nova flexibilidade quando traumas em meu corpo acontecem. Estou muito ciente da flexibilidade de meu corpo, da destreza de meus dedos, e da resposta imediata que meus músculos mostram em qualquer tarefa que eu tento. Eu gosto da compreensão de que meu corpo sabe como estar bem e está sempre se movendo em direção ao Bem-estar, e que quando eu não me ponho no caminho dele, com pensamento negativo, o Bem-estar tem que prevalecer. Gosto da compreensão do valor de minhas emoções. E entendo que tenho a habilidade de alcançar e manter o Bem-Estar físico por que tenho a habilidade de encontrar e manter pensamentos felizes. Em qualquer dia neste mundo, até mesmo quando algumas coisas em meu corpo podem não estar em seu melhor, estou bem atento de que muitas, muitas, muitas coisas estão funcionando como devem e que os aspectos do Bem-Estar de meu corpo são dominantes. E, mais importante de tudo, amo a rápida resposta de meu corpo à minha atenção e intenções. Amo entender minhas conexões mente-corpo-espírito e as poderosas qualidades produtivas de meu alinhamento deliberado. Amo viver a vida em meu corpo. Sinto tamanha apreciação por esta experiência. Eu me sinto bem".

Não há nenhum modo certo ou errado de contar sua história melhorada. Pode se sobre suas experiências passadas, presentes ou futuras. O único critério que é

importante é que você seja consciente de sua intenção de contar uma versão melhorada de melhor sentimento de sua história. Contar muitas histórias curtas de bom-sentimento durante seu dia mudará seu ponto de atração.

Apenas lembre-se, a história que você conta é a base de sua vida. Assim, conte-a do modo como você quer que ela seja.

Parte IV

96



Perspectivas de Saúde, Peso e Mente

♦ Quero desfrutar de um corpo saudável

Trazer seu corpo físico para o alinhamento é uma coisa tremendamente valiosa a fazer por duas razões: (1) não há nenhum tema no qual as pessoas mais pensem do que o próprio corpo. E é lógico, já que você o leva consigo para todos os lugares para onde vai; (2) já que toda perspectiva ou pensamento que você tem flui através das lentes de seu corpo físico, sua atitude em virtualmente todo tema é influenciado pelo modo como você se sente sobre seu corpo físico. Como a ciência e a a medicina são vagarosas em reconhecer a conexão entre mente e corpo, entre pensamentos e resultados, entre atitudes e resultados, a maioria das pessoas vacila num excesso de orientação contraditória em relação a seus corpos.

Sempre que a base de uma compreensão é quebrada, nenhuma quantia de remendo com métodos ou poções ou remédios pode trazer resultados prováveis consistentes. E como o alinhamento das Energias de cada indivíduo varia por causa de tal diversidade de fatores em crença, desejos, expectativas e em influências iniciais e correntes, é de pouca surpresa que os remédios que sempre funcionem não existam. E não é de se surpreender que a maioria esteja confusa sobre seus corpos físicos.

Quando você tenta juntar e processar informação sobre o que está acontecendo com os corpos das outras pessoas, ao invés de usar seu próprio sistema de orientação emocional para entender seu alinhamento atual ou desalinhamento de Energia, é como usar um mapa de estrada de um país diferente para planejar sua rota em seu próprio país. Aquela informação simplesmente não tem nenhum esteio para você e para onde você está exatamente agora.

Você tem recebido tanta informação que é contraditória ao que sabemos e às Leis do Universo, que estamos extremamente felizes de falar para você sobre você e

seu corpo, em relação a um quadro maior. Queremos lhe ajudar a obter uma clara compreensão de como ser um ser saudável, que esteja ajustado fisicamente, que pareça como você quer parecer, em termos de mente, espírito e corpo.

Quando você usa sua mente para focar deliberadamente seus pensamentos para se alinhar com os pensamentos de seu Ser Interior, ou Espírito, seu corpo físico será a evidência manifestacional deste alinhamento.

♦ **Quero equilibrar meus desejos e experiências** Não é possível trazer seu corpo físico para um estado de saúde perfeita apenas pensando sobre os aspectos físicos de seu ser e, então oferecer ação relativa a seu corpo físico.

Sem uma compreensão da conexão entre o você físico e a vibração não física do Você Interior, não pode haver compreensão consistente ou controle. Em outras palavras, embora você possa sentir que o caminho para um corpo de bom-sentimento e de boa 97

aparência seja o resultado de seu comportamento, em termos de alimentação e atividade, é realmente muito mais sobre seu alinhamento vibracional entre os aspectos do seu ser físico e não físico. Uma vez que você aceite a totalidade de seu ser e faça do alinhamento vibracional a sua máxima prioridade, você está bem em seu caminho de alcançar e manter seu desejado corpo físico. Mas se você usar as condições alheias, as experiências alheias e as opiniões alheias como seu desafio para o bem-estar, você não será capaz de controlar a condição de seu próprio corpo físico. Em outras palavras, quando você se esforça por um padrão físico, baseado na comparação com as experiências dos outros ao invés de se esforçar por seu próprio alinhamento pessoal entre você e você, você nunca descobrirá a chave para o controle de seu próprio corpo.

♦ **Não preciso comparar meu corpo com os dos outros** Nós gostaríamos do ajudá-lo a entender que não há um estado de ser que seja o correto, ou até mesmo o mais desejado. Pois há uma grande variedade de estados de corpos físicos que foram planejados por vocês quando vocês emergiram neste corpo físico. Se fosse sua intenção serem todos iguais, mais de vocês seriam iguais. Mas vocês não são.

Você veio para cá com todos os tipos de variedades de tamanho, e forma, e flexibilidade, e destreza. Alguns são mais fortes e outros são mais ágeis. Você veio com grande variedade e em todos os tipos de diferenças que são de

tremenda vantagem para o todo. Você veio para a grande variedade para somar equilíbrio a este tempo e lugar. E, assim, gostaríamos de lhe encorajar, ao invés de se olharem e reconhecerem que estão na falta desta ou daquela característica, como a maioria de vocês faz, nós gostaríamos de lhe ajudar a olhar para a vantagem do que você é. Em outras palavras, quando c está acessando ou analisando seu corpo físico, gaste grande parte de seu tempo procurando pelas vantagens que ele oferece, não apenas para você, mas para o equilíbrio do Tudo-Que-É.

♦ E se eu me visse como perfeito?

Não estamos necessariamente encorajando que você olhe para qualquer estado atual seu e proclame-o como perfeito. Pois você sempre estará se esforçando por algo que simplesmente está além-do-que-é. Mas a encontrar aspectos de sua experiência atual que o façam se sentir bem quando você se focar neles o farão se alinhar com a perspectiva de seu Ser Interior, que sempre está focado sobre seu Bem-Estar. Nós o encorajamos a sentir a concordância entre seus pensamentos sobre seu corpo e os pensamentos de seu Ser Interior sobre seu corpo, ao invés de tentar tirar de seu corpo as condições para concordar com as condições dos corpos dos outros que você vê ao seu redor.

♦ Empurrar contra o indesejado atrai mais do indesejado Quando você compreende que está criando através de seus pensamentos mais do que através de sua ação, você realiza muito mais coisas de seus desejos com bem menos esforço. E na ausência desta luta você terá muito mais diversão. Você está oferecendo pensamento a todo desperto momento e alcançar uma tendência a pensamentos positivos de bom-sentimento lhe servirá extremamente bem.



Você nasceu em uma sociedade que começou ao lhe advertir contra as coisas indesejadas assim que você chegou. E com o tempo a maioria de vocês assumiu uma posição cuidadosa. A maioria de você realmente acredita que o modo pelo qual você chegar ao que quer é derrotando o que não quer. E, assim, você dá muita atenção a empurrar para longe o que você não quer. Se vocês pudessem ver a Lei da Atração como a vemos, se vocês pudessem se aceitar como os atratores pela virtude dos pensamentos que mantêm, vocês entenderiam que

histórico aproximado a maioria está obtendo. Quando você diz “estou doente e não quero ficar doente, então nocautearei esta doença. Agirei e derrotarei esta doença”, você está em sua posição de guarda, e defesa, e de emoção negativa, mantendo-se naquela doença.

Parte IV

Perspectivas de Saúde, Peso e Mente

(cont.)

♦ **Minha atenção para a falta, atrai mais falta** Todo assunto realmente é dois assuntos: há o assunto do que você está querendo e há o assunto da sua falta ao que você está querendo. Em relação a seu corpo, já que todo pensamento que você pensa é filtrado através de sua perspectiva deste corpo, se este corpo não o faz se sentir do modo como você quer que ele faça, é uma coisa bastante natural que um grande número de seus pensamentos, uma proporção muito desequilibrada de seus pensamentos, seja espalhada em direção ao lado da falta da equação ao invés de em direção do lado da equação do desejo verdadeiro. A partir de seu estado de falta você atrairá apenas mais disto. E esta é a razão pela qual a maioria das dietas não funciona – você está ciente de sua gordura, você está ciente do corpo parecer do modo como você não quer que ele pareça e, assim, quando ele fica mal o bastante que você não pode agüentar mais, seja a partir de sua perspectiva ou pó que os outros estão franzindo a testa para você, então você diz “Não posso suportar este estado negativo mais. Vou fazer uma dieta e me livrar de toda esta porcaria que não quero”. E, ainda, sua atenção é dada à porcaria que você não quer e, então, você a mantém consigo.

O modo de chegar aonde você quer estar é dar sua completa atenção em direção ao que você quer e não dando atenção ao que você não quer.

♦ **Plantar sementes de medo é cultivar mais medo** Jerry: Abraham, um querido amigo meu se voluntariou para fazer parte de um estudo médico. Ele disse que embora estivesse com uma saúde brilhante, estava com vontade 99

de participar se fosse de valor para os outros, pois muitos homens que estavam na faixa etária dele estavam morrendo daquilo, qualquer que seja a doença. Bem, parece que em questão de apenas semanas antes recebemos uma mensagem dele dizendo que ele havia sido diagnosticado com a doença. E agora ele não está mais em forma física. Mas ele não pareceria ter medo da doença. Ele criou aquilo em seu corpo meramente por se focar naquilo?

Abraham: Foi a intenção dele. Em outras palavras, foi intenção dele ser de valor

para os outros e, então, e lê permitiu que eles provassem, sondassem, cutucassem, e ao provar, e sondar, ele recebeu estímulo de pensamento dos outros o bastante para fazer-se ciente da possibilidade. Não apenas da possibilidade, mas da probabilidade. Eles plantaram nele a semente da probabilidade e, então, com a sondagem, e com a cutucação, e com a procura, o corpo dele respondeu ao que então se tornou o equilíbrio de seu pensamento.

É um exemplo maravilho este que você ofereceu, por que aquela doença não estava nele até que a atenção à doença estivesse nele. Mas, uma vez que a atenção à doença estava nele, então o corpo dele respondeu similarmente.

O potencial para o bem-estar ou para a doença está sempre em você. Os pensamentos que você escolhe determinam o que você vivencia e em que grau você vivencia aquilo.

♦ A atenção para a doença tem que atrair doença?

Jerry: Quanto podemos brincar na verdade com estes pensamentos de doença? Por exemplo, uma pessoa pode assistir a televisão a oferta para um exame gratuito em alguma parte de seu corpo e se esta pessoa disser “Oh, bem acho que vou lá, eu me sinto bem, mas por que não já que é de graça?”, quais são as chances de aquilo conduzir ao que vocês estavam falando sobre um estímulo ao pensamento e eventualmente um resultado indesejado?

Abraham: Quase uns 100 por cento. Por causa da atenção para a doença em sua sociedade, suas doenças estão correndo excessivamente. Com toda sua tecnologia médica, todas as ferramentas, todas as descobertas, há mais pessoas que estão extremamente doentes hoje do que já estiveram antes. A prevalência de tanta doença severa é predominantemente por causa de sua atenção para a doença. Você diz “Quanto podemos brincar com isto?”. E nós dizemos: você é muito específico sobre o que come, e sobre o que usa, sobre o que dirige, e ainda não é específico sobre o que pensa. Nós encorajaríamos que você fosse específico sobre o que pensa. Mantenha seus pensamentos no lado do assunto que está em harmonia com seu desejo. Pense no bem-estar, não na falta dele; pense sobre ser como você quer ser ao invés de na falta disto.

Sua doença não nasce e se perpetua apenas por causa de sua atenção negativa à doença.

Lembre-se, esta doença não se origina de seus sentimentos de vulnerabilidade e

cautela.

Treine seus pensamentos em todos os assuntos, não apenas no assunto da saúde física, na direção do que você deseja. E através do estado emocional melhorado que você realiza, seu Bem-Estar físico será então assegurado.

♦ Minha atenção está focada predominantemente no Bem-estar?

100

O potencial para a doença ou para o bem-estar dorme em você todo o tempo. E tudo para o qual você dá sua atenção começa a ser nutrido dentro de você manifestando a essência daquele pensamento. O pensamento é muito poderoso.

Quando alguém entra em sua experiência estimulando seu pensamento de forma que seu pensamento esteja predominantemente sobre a doença ao invés de no bem-estar, sobre a falta do Bem-Estar ao invés de no Bem-Estar, onde você está num estado em que se sente vulnerável ou defensivo, ou até mesmo com raiva, então as células de seu corpo começam a responder ao equilíbrio daquele pensamento.

Tudo o que você está vivendo é como o resultado dos pensamentos que você está pensando. E não há uma exceção a isso.

♦ A evidência física dos outros não precisa ser minha experiência Quando você vê a evidência física ao seu redor, muito frequentemente aquela evidência física parecer mais real a você do que um pensamento. Você diz coisas como

“Abraham, isto é real. Isto não é apenas um pensamento”. Como se o que é realmente real e um pensamento fossem duas coisas separadas. Mas queremos que você se lembre que o Universo não distingue entre seus pensamentos sobre a realidade corrente e os pensamentos de uma realidade imaginada. O Universo e a Lei da Atração estão simplesmente respondendo a seu pensamento, seja ele real ou imaginado, ou seja ele corrente ou lembrado. Qualquer evidência que você esteja vendo ao seu redor é não é nada mais do que o indicador manifestacional dedo pensamento de alguém. E não há nenhuma razão para que o que os outros estão criando com os pensamentos deles faça com que você se sinta temeroso ou vulnerável.

Não há tal coisa como uma condição imutável. Não há uma situação física, não

importa em que estado de degeneração negativa, que não possa receber o bem-estar. Mas isto requer uma compreensão da Lei da Atração, a orientação representada pela emoção e uma vontade de focar deliberadamente nas coisas que o fazem se sentir bem. Se você puder entender que seu corpo está respondendo ao que você está pensando e se você puder manter seus pensamentos onde você quer que eles estejam, todos vocês estariam bem.

♦ Como eu posso influenciar todos para manterem a saúde?

O processo da recuperação da saúde e manter saúde são um e o mesmo – focar mais sobre as coisas que o fazem se sentir bem. A grande diferença entre recuperar e manter é que é mais fácil ter pensamentos de bom-sentimento quando você se sente bem do que quando você se sente mal. Assim, manter a saúde é mais fácil do que recuperá-la. A melhor maneira de influenciar os outros para a boa saúde é vivê-la. A melhor maneira de influencias os outros a ficarem doentes é ficar doente. Nós entendermos que para aqueles que agora estão num estado onde não querem estar soa muito simplista simplesmente encontrar um pensamento de melhor-sentimento. Mas é nossa garantia absoluta a você, que se você estiver determinado a melhorar o modo como se sente através da escolha deliberada de pensamentos que o façam se sentir melhor, você começará a ver melhora imediata em qualquer coisa que o esteja aborrecendo.



♦ Relaxarei e dormirei no Bem-Estar

Seu estado natural é o de Bem-Estar absoluto. Você não tem que lutar mais contra a doença. Simplesmente relaxe em seu bem-estar. Ponha-se em sua cama esta noite e quando estiver indo dormir sinta o conforto maravilhoso da cama sob você. Perceba quão grande é, perceba o travesseiro sob seu pescoço, perceba o tecido em sua pele, dê sua atenção às coisas que o fazem se sentir bem. Pois a cada momento que você puder pensar sobre algo que o faça se sentir bem, você estará cortando o combustível para aquela doença. A cada momento em que você estiver pensando sobre algo que o faça se sentir bem, você estará interrompendo a doença de ir adiante. E em todo momento em que você está pensando sobre a doença, você está acrescentando um pouco mais de combustível ao fogo, por assim dizer.

Quando você é capaz de manter seus pensamentos em algo que o faz se sentir bem por cinco segundos, então por aqueles cinco segundos você interromperá o combustível para a doença. Quando você realiza isto por dez segundos, então por dez segundos você terá interrompido o combustível da doença. Quando você pensa sobre quão bem você se sente exatamente agora e quando você pensa sobre seu estado natural como sendo um estado de bem-estar, você começa a abastecer seu bem-estar.

Parte IV

Perspectivas de Saúde, Peso e Mente

(cont.)

♦ Emoções negativas indicam pensamentos insalubres?

Quando você tem pensamentos de doença, a razão pela qual você sente tal emoção negativa em relação a isto é porque aquele pensamento está tão fora de harmonia com sua sabedoria maior que você não está ressoando com quem-você-relamente-é. A emoção negativa que você sente, na forma de preocupação ou raiva, ou medo sobre sua doença, é realmente seu indicador de que você colocou uma restrição muito forte no fluxo da Energia entre você e quem-você-realmente-é. Seu bem-estar vem adiante quando você se permite o fluxo completo da energia não-física de seu Ser Interior. E, assim, quando você pensa "Estou bem", ou "Estou ficando bem", ou "Estou completo",

"Meu estado natural é estar bem", estes pensamentos vibram em um estado que estão em harmonia com o que seu Ser Interior sabe ser. E você recebe completo benefício da Energia do pensamento que vem a partir de seu Ser Interior.

Todo pensamento vibra. Então se foque sobre pensamentos que o fazem se sentir bem, o que atrairá outros, e outros, e outros, até que sua freqüência vibracional se elevará ao estado em que seu Ser Interior pode lhe envolver completamente. E então você estará no estado de Bem-Estar, e seu aparato físico será atingido muito rapidamente. É nossa absoluta garantia a você. Você pode começar a olhar para a dramática evidência de sua recuperação, pois é Lei.

♦ A que grau posso controlar meu corpo?

Seu corpo e sua mente sempre estão conectados. Seu corpo está respondendo continuamente a seus pensamentos. Na realidade, a nada mais. Seu corpo é absolutamente um puro reflexo do modo como você pensa. Não há nada mais que afeta seu corpo do que seus próprios pensamentos. Quando você reconhece conscientemente a correlação absoluta entre o que você está pensando e o que

você está obtendo, você então pode possivelmente sob todas as condições controlar sua própria experiência.

Tudo o que se requer de você para conseguir apenas o que você quer versus obter algo do que você não quer é reconhecer que o controle que você busca você já tem. E então pensar deliberadamente nas coisas que você quer experienciar. Pensamentos de declínio sempre o fazem se sentir mal porque você não quer o declínio. Então, utilize sua orientação e escolha pensamentos de bom-sentimento e você não terá nenhuma razão com a qual se preocupar sobre mover-se através do tempo. Realmente isto é uma simples questão de tomar a decisão "Eu quero saber que eu tenho o único e absoluto controle de meu aparato físico. Eu reconheço que sou o resultado de como eu penso".

No dia em que você nasceu você possuía o conhecimento, não esperança ou desejo, mas a profunda compreensão, de que sua base é liberdade absoluta, que sua questão é contentamento e que o resultado de sua experiência de vida seria o crescimento, ou a expansão. Naquele dia que você nasceu você sabia que você era perfeito e ainda alcançando mais perfeição.

♦ Podemos conscientemente fazer crescer novos músculos e ossos?

A razão pela qual mais coisas não mudam mais rapidamente em sua sociedade atual é que a maioria das pessoas está dando a atenção delas predominantemente ao que-é. De forma a afetar a mudança você tem que olhar além do-que-é. Isto lhe reduz tremendamente se você precisa ver a evidência de algo antes de acreditar naquilo. Pois isto significa que você tem que esperar por alguém para criar aquilo antes de você acreditar. Mas quando você entende que o Universo e a Lei da Atração lhe responderão à sua idéia imaginada tão rapidamente quanto responde a uma idéia observada, então você pode se mover rapidamente em novas criações sem ter que esperar que alguém realize aquilo primeiro.

A linha de ponta requer visão e expectativa positiva. Mas realmente é onde a alegria mais poderosa está. Estar em um estado de desejo e não ter dúvida é a experiência mais satisfatória possível. Mas querer algo e não acreditar em sua habilidade de realizar não traz o sentir bem.

Quando você pensa só no que deseja sem contradições constantes que estão repletas de dúvida ou descrença, a resposta Universal a seu desejo vem rapidamente. E com o 103



tempo você começa a sentir o poder de seu pensamento deliberado. Mas este tipo de pensamento puro requer prática. E isto requer que você gaste menos tempo observando o que-é e mais tempo visualizando o que você gostaria de experienciar. De forma a contar a nova e melhorada história sobre sua experiência física você tem que dedicar tempo pensando e falando sobre a experiência que você gostaria de viver. A coisa mais poderosa que você pode fazer, a coisa que lhe dará muito maior influencia do que qualquer ação é dedicar tempo todos os dias visualizando sua vida como você quer que ela seja. Nós lhe encorajamos a ir para um ambiente calmo e privado por quinze minutos todos os dias, onde você possa fechar seus olhos e imaginar seu corpo, seu ambiente, suas relações, sua vida, do jeito que lhe agrade. O que foi não tem nada a ver com o que será. E o que os outros estão vivenciando não tem nada a ver com sua experiência. Mas você tem que encontrar um modo de se separar de tudo isto – do passado e dos outros – de forma a ser o que você quer ser.

Parte IV

Perspectivas de Saúde, Peso e Mente

(cont.)

♦ E quando o desejo de alguém invalida a crença do outro?

Quando as pessoas não aquiescem ao fato de que ninguém fez algo para privá-las de fazer, elas são de grande vantagem para as outras. Pois, uma vez que elas ousam e criam, então as outras podem observar e, então, com o tempo, elas começam a acreditar ou ter a expectativa elas mesmas. E por esta razão tudo que você realiza é de valor para sua sociedade. Sua plataforma para uma vida progressiva continua a se expandir e a vida fica melhor e melhor para todo mundo. Mas nós queremos levar você além da necessidade de ver antes de poder acreditar. Nós queremos que você entenda que se você acreditar, então você verá. Qualquer coisa que você pratique em sua mente até que a idéia comece a ser sentida como natural para você, tem que vir para o usufruto físico.

A Lei da Atração garante isto. Você sentirá enorme liberação quando perceber que você não tem que esperar que alguém faça algo de forma a provar que aquilo pode ser feito ou antes que você possa se permitir a fazer aquilo. Quando você praticar novos pensamentos que alcancem emoções melhoradas e, então, ver a evidência de que o Universo lhe proverá, você começará a saber de seu próprio poder verdadeiro. SE

alguém lhe dissesse que você está experienciando uma doença incurável, você poderia então dizer com confiança “Eu decidirei o que eu viverei, pois eu sou o criador de minha experiência”.

Nós gostaríamos de lhe dizer que se seu desejo for bastante forte, um desejo forte pode exceder em valor sua convicção negativa, e sua recuperação começará.

♦ Mas e se eu acredito em germes perigosos?

Se você realmente estivesse escutando seu sistema de orientação, você não entraria em um ambiente onde acredita que há germes que poderiam compromissar seu Bem-Estar.

O medo que você sente sobre entrar no hospital é seu indicador de que você está a ponto de entrar em ação antes de ter alcançado o alinhamento vibracional. Poderia simplesmente não ir ao hospital, mas então você se sentiria desconfortável porque você sabe que seu amigo doente desfrutaria de uma visita sua. Então você encontra um jeito de visitar seu amigo sem sentir medo. E é isto que queremos dizer com encontrar alinhamento vibracional antes de encetar a ação de entrar no hospital. Com o tempo você começa acreditar tanto em seu Bem-Estar, ou o seu desejo pelo Bem-Estar se torna tão vívido, que você poderia estar em qualquer ambiente e não sentir uma ameaça a seu Bem-Estar. Quando você está em alinhamento com quem-você-realmente-é e você está escutando seu poderoso sistema de orientação, você nunca entrará em um ambiente onde seu Bem-Estar possa ser ameaçado. Infelizmente, muitas pessoas anulam o sistema de orientação delas para agradar as outras.

Duas pessoas poderiam entrar no hospital, uma que não sente nenhuma ameaça ao Bem-estar e a outra sentindo grande ameaça. A primeira não adoeceria. A segunda, sim. Não por causa dos germes que estão presentes no hospital, mas por causa da relação que a pessoa tem com seu próprio sentido de Bem-Estar. Não estamos tentando alterar suas crenças porque não vemos suas crenças como inapropriadas. É nosso desejo fazer você ciente de seu próprio sistema de orientação emocional, de forma que você possa alcançar o equilíbrio da vibração entre seus desejos e suas crenças. Fazer o que você chama de a coisa certa significa fazer o que está em harmonia com sua intenção e suas crenças atuais.

Há muitos que anulam o próprio sistema de orientação deles tentando agradar os outros.

E há muitas pessoas que o chamarão de egoísta ou covarde quando você tiver a audácia de agradar a si mesmo ao invés de a eles. Freqüentemente os outros o chamarão de egoísta porque você está pouco disposto a se render ao próprio egoísmo deles sem ao menos perceber a hipocrisia da exigência deles. Às vezes nós somos acusados de ensinar o egoísmo. E nós admitimos que é verdade, porque se você não é egoísta o bastante para cuidar de sua própria vibração, e se está de acordo em o alinhamento com sua Fonte, com quem-você-realmente-é, então você não tem nada a dar ao outro de qualquer maneira. Quando os outros o

chamarem de egoísta ou covarde, as próprias vibrações deles estão claramente fora de equilíbrio, e uma modificação de seu comportamento não os trará ao equilíbrio.

Quanto mais você pensa e fala de seu próprio Bem-Estar físico, mais fortificados seus próprios padrões vibracionais de bem-estar serão, e mais a Lei da Atração então o cerca com as coisas que aumentam e suportam estas crenças. Quanto mais você conta sua própria história de Bem-Estar, menos vulnerável você se sentirá. E então não apenas seu ponto de atração mudará como diferentes situações lhe cercarão, mas você também se sentirá diferente sobre as situações quando elas vêm.

♦ Sou guiado em direção ao que eu gosto

105

O único caminho para a vida que você deseja é através do caminho da menor resistência, ou o caminho da maior permissão, permissão de sua conexão com a sua Fonte, com seu Ser Interior, com quem-você-realmente-é, com tudo o que você deseja.

E esta permissão é indicada a você na forma de emoções de bom-sentimento. Se você deixar o bom sentimento ser sua mais importante prioridade, então sempre que você tiver uma conversa que não está em harmonia com a saúde que você deseja, você se sentirá mal e então você será alertado de sua resistência. E entoa você pode escolher um pensamento de melhor-sentimento e então você voltará ao caminho. Sempre que você sente emoção negativa, é seu sistema de orientação lhe ajudando a perceber que você está, naquele momento, oferecendo pensamento de resistência que o impede do fluxo de Bem-Estar que, ao contrário, estaria alcançando você completamente. É como se seu sistema de orientação estivesse dizendo “Aqui, você está fazendo isto novamente. Aqui, você está fazendo isto novamente. Aqui, você está fazendo isto novamente”. Esta emoção negativa significa que você está no processo de atrair o que não quer.

Muitas pessoas ignoram o sistema de orientação delas tolerando emoção negativa e ao fazerem isto elas negam a si mesmas o benefício da orientação a partir da perspectiva mais ampla. Mas, uma vez que a vida o tenha feito identificar que você deseja algo, você nunca mais será capaz de olhar para o

oposto, ou para a falta daquilo sem sentir emoção negativa. Uma vez que um desejo tenha nascido em você, você tem que olhar para o desejo se você quiser se sentir bem. E a razão para isto é que você não pode voltar atrás do que a vida fez com que você se tornasse. Uma vez que você identifica um desejo por bem-estar, ou por uma condição física específica, você nunca mais será capaz de se focar sobre a falta disto sem sentir emoção negativa. Sempre que você sente emoção negativa, simplesmente pare qualquer coisa que esteja fazendo ou pensando e diga “O que quero?”. E então, como você virou sua atenção ao que você quer, o sentimento negativo será substituído por um sentimento positivo e a atração negativa será substituída pela atração positiva. E você estará de volta ao caminho.

♦ **Primeiro devo estar disposto a agradar a mim** Quando você tem tido uma série particular de pensamento por algum tempo, não é fácil mudar abruptamente a direção de seu pensamento porque a Lei da Atração está lhe dando pensamentos que se compatibilizam com aquela série de pensamentos. Às vezes enquanto você está naquele modo negativo, alguém que não está naquele estado negativo não concordará com sua visão negativa sobre seu tema corrente, o que apenas serve para fazer com que você queira defender sua posição ainda mais. Tentando defender ou justificar sua opinião apenas faz com que você permaneça em sua resistência ainda mais. E a razão pela qual tantas pessoas se mantêm na resistência desnecessariamente é por que é mais importante para elas estarem certas do que se sentirem bem.

Quando você conhece aqueles que estão determinados a lhe convencer de que eles estão certos e eles tentam lhe manter numa conversa negativa numa tentativa de lhe convencer, às vezes você é considerado desligado ou insensível se não os ouve e possivelmente concorda com o ponto de vista deles. Mas quando você omite seu bom sentimento, que vem quando você escolhe pensamentos que se harmonizam com sua perspectiva mais ampla, para tentar agradar um amigo negativo que que lhe usar como uma caixa de ressonância, você paga um preço muito alto por algo que não ajudará nem a seu amigo. Aquele nó incômodo em seu estômago é seu Ser Interior dizendo "Este 106



comportamento, esta conversa não está em harmonia com o que você quer". Você tem que estar disposto a se agradar primeiro, ou freqüentemente será varrido pela negatividade que lhe cerca.

Parte IV

Perspectivas de Saúde, Peso e Mente

(cont.)

♦ **Primeiro devo estar disposto a agradar a mim** Quando você tem tido uma série particular de pensamento por algum tempo, não é fácil mudar abruptamente a direção de seu pensamento porque a Lei da Atração está lhe dando pensamentos que se compatibilizam com aquela série de pensamentos. Às vezes enquanto você está naquele modo negativo, alguém que não está naquele estado negativo não concordará com sua visão negativa sobre seu tema corrente, o que apenas serve para fazer com que você queira defender sua posição ainda mais. Tentando defender ou justificar sua opinião apenas faz com que você permaneça em sua resistência ainda mais. E a razão pela qual tantas pessoas se mantêm na resistência desnecessariamente é por que é mais importante para elas estarem certas do que se sentirem bem.

Quando você conhece aqueles que estão determinados a lhe convencer de que eles estão certos e eles tentam lhe manter numa conversa negativa numa tentativa de lhe convencer, às vezes você é considerado desligado ou insensível se não os ouve e possivelmente concorda com o ponto de vista deles. Mas quando você omite seu bom sentimento, que vem quando você escolhe pensamentos que se harmonizam com sua perspectiva mais ampla, para tentar agradar um amigo negativo que que lhe usar como uma caixa de ressonância, você paga um preço muito alto por algo que não ajudará nem a seu amigo. Aquele nó incômodo em seu estômago é seu Ser Interior dizendo "Este comportamento, esta conversa não está em harmonia com o que você quer". Você tem que estar disposto a se agradar primeiro, ou freqüentemente será varrido pela negatividade que lhe cerca.

♦ **Há um tempo apropriado para morrer?**

Jerry: Abraham, há algum limite de controle de nossas condições corporais quando chegamos a uns 100 anos de idade?

Abraham: Só as limitações causadas por seu próprio pensamento limitado, e todas são auto-impostas.

Jerry: Há um tempo para morrer? E se sim, quando é?

Abraham: Nunca há um fim para sua consciência, então realmente não há nenhuma morte. Mas, haverá um fim para o tempo em que sua consciência flui através deste corpo físico particular que você identifica como você. É realmente com você o tempo em que retira seu foco deste corpo. E se você aprendeu a se focar sobre temas de bom-sentimento e continuar a encontrar coisas neste ambiente que o excitem e lhe interessem, não há limite à quantidade de tempo que você pode permanecer focado em seu corpo físico. Mas quando você se foca negativamente e cronicamente diminui sua conexão com o fluxo da Fonte de Energia, sua experiência física é então encurtada, pois seu aparato físico não pode sustentar-se a longo prazo sem o reabastecimento da Fonte de Energia. E sua emoção negativa é um sinal de que você está cortando este reabastecimento da Energia da Fonte. Ponha-se feliz e viva muito.

♦ Todas as mortes são um tipo de suicídio?

Já que tudo que você vivencia acontece por causa do equilíbrio de seu pensamento e ninguém pode pensar seus pensamentos ou oferecer sua vibração, então tudo que acontece em sua experiência, incluindo o que você chama de sua "morte física", é auto-inflingido. A maioria não decide morrer. Simplesmente não decidem continuar vivendo.

Não faz diferença se o pensamento que você está pensando for um no qual você tenha escolhido deliberadamente se focar ou se você está apenas meramente observando algo e, consequentemente, tendo o pensamento – você ainda está tendo o pensamento. Você ainda está oferecendo a vibração. E você ainda está colhendo o resultado manifestacional do pensamento. Assim, você sempre está criando sua própria realidade, esteja você fazendo isto propositadamente ou não. Há aqueles que buscam controlar seu comportamento por muitas razões diferentes, que desejam até mesmo controlar seu comportamento em relação à sua própria experiência pessoal. Mas o nível de frustração deles é grande por que eles não têm como controlar os outros, e toda tentativa de controle é um esforço futilmente gasto. E então, muitos se sentem desconfortáveis com a idéia de alguém deliberadamente se remova desta experiência física através do suicídio. Mas nós queremos que você entenda que mesmo que você fizer isto, você não

deixa de existir. E se você partir desta experiência física pelo suicídio deliberado ou por não se liberar deliberadamente, o ser eterno que você é continua a ser e apenas olha para trás, para a experiência física que você acabou de deixar pra trás, com amor e apreciação pela experiência. Há aqueles que estão repletos de tanto ódio quando vivem na experiência física deles que o pinçar-se cronicamente da Fonte e do Bem-Estar é a razão para a morte. Há aqueles que simplesmente já não encontram razões interessantes para se focarem e permanecerem, que viram a atenção para o não-físico, e esta é a razão para a morte deles. E há os que ainda não entenderam a energia, ou o pensamento, ou o alinhamento, que desesperadamente querem se sentir bem, e não encontram modo de interromper a dor crônica que têm vivido por tanto tempo que deliberadamente escolhem reemergir de volta para o não-físico. Mas em qualquer caso, vocês são seres eternos que, uma vez refocados no não-físico, se tornam completos e renovados, e completamente alinhados com quem-vocês-realmente-são.

108

Você veio com a intenção de viver e de se expandir alegremente. Quando você desconsidera seu sistema de orientação, continuando a encontrar pensamentos que desaprovam sua conexão com sua Fonte, você diminui sua conexão com seu reabastecimento do Fluxo da Energia da Fonte e sem este suporte você murcha.

♦ **Um processo para administrar o peso corporal**?

Há tantas crenças sobre este tema, tantos métodos diferentes que têm sido experimentados, e a maioria dos seres que tem lutado com o controle do peso do corpo experimentou tantos destes métodos com pouco sucesso duradouro. E, assim, as crenças deles de que não podem controlar o peso corporal, e então não podem. Nós encorajaríamos a visualização do eu como você está querendo ser, vendo-se daquele modo e, consequentemente, atraindo-o. As idéias e a confirmação dos outros e todas as circunstâncias e eventos que lhe trarão isto fácil e rapidamente virão então para sua experiência, uma vez que você comece a ser ver daquele modo. Quando você se sente gordo você não pode atrair o estar esbelto. Quando você se sente pobre, você não pode atrair a prosperidade. O que você é, o estado de ser que você sente, são as bases a partir das quais você atrai. É por isto que quanto melhor é – melhor fica, e quanto pior é – pior fica.

Quando você se sente negativo sobre algo, não tente martelar aquilo e resolver

imediatamente, pois sua atenção negativa àquilo só faz aquilo pior. Simplesmente se distraia do pensamento até que você se sinta melhor. E então pegue outro rumo a partir de sua perspectiva mais positivamente fresca.

Jerry: É por isto que as pessoas normalmente entram uma dieta estrondosa e perdem muitos quilos e então se pegam ganhando tudo novamente? É por que o desejo foi forte, mas elas não tinham a crença e a imagem de si mesmas como esta pessoa magra e então elas preenchem aquela imagem gorda novamente?

Abraham: Elas querem a comida. Eles acreditam que a comida as fará engordar. E, assim, como elas estão dando pensamento ao que não querem, na crença elas criam aquilo que não querem. Mas, novamente, vão pelo modo difícil. Pois a maior parte da razão pela qual elas perdem o peso e então o ganham de volta rapidamente é porque elas nunca realmente ganharam uma imagem de si mesmas do modo como querem ser. Elas se mantêm sentindo-se gordas. Elas continuam a se pensarem como são e esta é a imagem que mantêm. Seu corpo responde à imagem do eu. Sempre. É por isto que se você se vê como saudável, assim será. Se você se vê como esbelto, ou qualquer coisa que você queira em termos de músculo ou forma ou peso, é isto que você será.

♦ Em relação à comida, posso seguir minha felicidade?

Alguns argumentam que se forem seguir nosso conselho e seguir a própria felicidade, sempre procurando por coisas que os façam se sentir bem, comeriam coisas que são prejudiciais à saúde ou ao peso corporal deles. As pessoas normalmente escolhem comida para tentar preencher o vazio quando não estão se sentindo bem. Porém, se você tender à seu equilíbrio vibracional por um pouco, e aprendeu o poder de direcionar seus pensamentos positivamente para uma imagem de seu corpo como você deseja que ele seja, então se você acreditar que comer um tipo de comida é contrário à realização 109

daquele desejo, a emoção negativa virá como orientação. Nunca é uma boa idéia procurar qualquer ação que produza emoção negativa, pois a emoção negativa significa que há um desequilíbrio energético. E qualquer ação da qual você participa durante a emoção negativa sempre produzirá resultados negativos.

A emoção negativa não acontece a alguém por uma comida particular ser contrária ao Bem-Estar, mas por causa dos pensamentos correntes contraditórios. Duas pessoas poderiam ter dietas idênticas e seguir programas de exercícios

similares e obter resultados opostos, o que significa que há muito mais na equação do que o consumo de comida e a queima de calorias. Seus resultados são sempre e apenas sobre seu alinhamento de Energia, provocado pelos pensamentos que você pensa.

Uma boa regra prática é: ponha-se feliz e, então, coma. Mas não tente comer seu caminho para a felicidade. Quando você fizer de seu equilíbrio vibracional sua prioridade máxima, seu relacionamento com a comida mudará e seu impulso em direção à comida mudará. Mas, ainda mais importante, sua resposta à comida mudará.

Alterando o comportamento sobre a comida sem tender à sua vibração produz resultados mínimos. Enquanto alterar o pensamento lhe renderá grande retorno sem a necessidade de alterar o comportamento.

E, assim, digamos que você decidiu que quer ser muito magro. Mas correntemente você não se vê como quer ser. E sua crença é “se eu comer esta comida, ficarei gordo”. Como você tem um desejo de ser esbelto, mas uma crença de que comer esta comida o fará gordo, você sente emoção negativa se começar a comer a comida. Você pode chamar isto de culpa, ou desapontamento, ou raiva, mas qualquer coisa que seja, comer a comida o faz se sentir mal porque dado o conjunto de crenças que você mantém e dado o desejo que você segura, esta ação não está em harmonia. E, assim, se você está seguindo sua felicidade, você se encontraria sentindo-se bem sobre comer aquelas coisas que se harmonizam com suas crenças e mal sobre comer as coisas que não se harmonizam. Uma vez que um desejo tenha sido estabelecido em você, não é possível oferecer um comportamento que você acredita ser contraditório sem sentir a emoção negativa.

♦ Quais são minhas crenças sobre comida?

As crenças que você mantém em relação à comida são seguramente refletidas nas experiências que você está vivendo.

Por exemplo:

Se você acredita que pode comer a maioria das coisas e não ganhar peso, esta é sua experiência;

Se você acredita que ganha peso facilmente, então você ganha; Se você acredita

que certas comidas lhe dão um aumento de energia, elas aumentam; Se você acredita que certas comidas esvaziam sua energia, eles esvaziam; 110



Se você quer ser esbelto, mas acredita que uma dieta particular não o faz ser magro, e você age comendo aquela dieta, você ganhará peso.

As pessoas normalmente evitam nossa aparentemente análise simplista de suas crenças sobre comida e como as crenças delas afetam a realidade física delas, por que elas acreditam que suas crenças vieram pela observação da experiência. E é difícil para elas argumentarem com a evidência factual que a própria vida delas e a observação das vidas dos outros lhes proveram. Porém, a observação dos resultados lhe dá informações escassas e inadequadas, pois a menos que você decomponha em desejo e expectativa, então calcular a ação do que tem ou não comido é irrelevante. Você simplesmente não pode deixar de fora o ingrediente mais importante na receita da criação e compreensão do resultado. As pessoas respondem diferentemente à comida por que a comida não é a constante. O pensamento é. É o modo como você está pensando sobre comida que faz a diferença.

Parte IV

Perspectivas de Saúde, Peso e Mente

(cont.)

♦ **As opiniões dos outros sobre meu corpo são insignificantes** Sempre que você está usando a palavra "outro", use a palavra "insignificante" em relação a eles. Claro, nós entendemos que as pessoas em sua vida são significantes, mas você não tem que deixar que as opiniões delas sobre você sejam mais importantes do que a sua própria. E a qualquer hora que o outro lhe influencie a se focar sobre algo que faz você se sentir mal, você recebeu uma influência negativa. Nós queremos que você pratique seus próprios pensamentos tão continuamente que as opiniões dos outros se tornem irrelevantes para você. A única liberdade que você experienciará vem quando você alcança uma ausência de resistência, o que significa que você terá entendido como alinhar seus pensamentos crônicos com os pensamentos de seu Ser Interior. Nunca vimos ninguém alcançar este alinhamento ou o sentimento da liberdade quando estão calculando os desejos e crenças dos outros na equação. Simplesmente há muitas partes comoventes e elas não podem ser ordenadas. E, assim, se alguém lhe diz “Vejo algo em você que não gosto”, nós diríamos “Olhe para outro lugar. O que você acha de meu nariz? Uma coisa lindinha, não é? E esta orelha aqui?”. Em outras palavras, nós encorajaríamos o outro a procurar por aspectos positivos e seriamos brincalhões, e não permitiríamos que nossos sentimentos fossem feridos. De fato, praticaríamos pensamentos sobre nossa vida até que alcançássemos o ponto em que nossos sentimentos fossem ilesos.



♦ **Um exemplo de minha “velha” história sobre meu corpo** Eis um exemplo de uma velha história sobre seu corpo:

“Não estou contente com o modo como meu corpo parece. Estive em boa forma em muitas épocas de minha vida mas nunca foi fácil e aqueles períodos nunca duraram muito. Parece-me que sempre tive que trabalhar irracionalmente duro

até mesmo para chegar perto da forma que eu queria ser. E então eu não consegui administrar para permanecer daquele jeito. Estou cansado de me privar das coisas boas para começar apenas para acabar não ficando em boa forma. Isto é difícil. Simplesmente não tenho o tipo de metabolismo que me permite comer muito de qualquer coisa que seja gostosa.

Isto realmente não é justo. Mas não gosto de ser gordo também".

♦ **Um exemplo de minha "nova" história sobre meu corpo** Eis um exemplo de uma nova história sobre seu corpo:

"Meu corpo é um reflexo da maioria dos pensamentos que penso. Estou feliz por entender o poder do direcionamento de meus pensamentos. E estou procurando ver mudanças físicas em meu corpo, que refletem minhas mudanças de pensamento. Sinto-me bem quando penso sobre meu tamanho e forma melhorados. E estou confiante em que estas mudanças estão em progresso. E no meio tempo estou geralmente me sentindo tão bem que não estou infeliz com o onde estou agora. É divertido pensar com propósito e ainda mais divertido ver os resultados destes pensamentos escolhidos deliberadamente. Meu corpo é muito responsivo aos meus pensamentos. Gosto de saber disto".

Lembres-se, não há um modo certo ou errado de contar sua história melhorada. Ela pode ser sobre suas experiências passadas, ou presentes, ou futuras. A única coisa que é importante é que você esteja consciente de sua intenção de contar uma versão melhorada de bom-sentimento de sua história. Contar muitas histórias curtas de bom-sentimento durante seu dia mudará seu ponto de atração.

Lembre-se, a história que você conta é a base de sua vida. Assim, conte-a do modo como você quer que seja.

Parte V

Carreiras como fontes lucrativas de prazer

♦ **Meus primeiros passos na escolha da carreira** Você é sempre inspirado pelos eventos de sua vida. E quando você se permite seguir o fluxo dessas idéias inspiradas, seu potencial para uma experiência prazerosa é muito maior do que se fosse selecionar sua carreira baseado nas outras razões que as pessoas 112

usam para justificar as escolhas delas, como a tradição familiar ou o potencial da renda.

Não é surpreendente que tantos de vocês tenham dificuldade em decidir o que farão para o resto da vida, pois vocês são seres multifacetados, e sua intenção dominante é desfrutar de sua base absoluta de liberdade e em sua busca pela experiência prazerosa e, então, experienciar a expansão e o crescimento. Em outras palavras, sem uma percepção real de liberdade você nunca estará contente. E sem contentamento você não pode experienciar verdadeira expansão.

Nós lhe encorajamos a decidir tão cedo na vida quanto possível que sua intenção dominante e razão para a existência sejam viver feliz para sempre. Esta seria uma escolha muito boa de carreira para gravitar em direção destas atividades para abraçar aqueles desejos que se harmonizam com seu âmago de intenções, que são liberdade, e crescimento e contentamento.

Fazer do viver feliz uma carreira ao invés de tentar encontrar um trabalho que produzirá dinheiro o bastante para que você possa fazer coisas com ele, isto fará você feliz.

Quando se sentir feliz for de suprema importância para você e o que você fizer para viver lhe fizer feliz, você terá encontrado a melhor de todas as combinações. Você pode se tornar muito bom em se sentir bem sob todas as condições. Mas quando você se torna bom em alcançar seu equilíbrio vibracional primeiro e, então, atrai as circunstâncias e eventos para si mesmo a partir do estado de felicidade, seu potencial para a felicidade contínua é muito maior.

♦ **O que você faz para viver?**

A maioria das pessoas sente uma necessidade de justificar a existência delas através de esforço ou trabalho. E esta é, talvez, a razão pela qual a primeira pergunta que você faz para alguém quando o encontra pela primeira vez é “o que você faz?”.

Quando você está em alinhamento vibracional, o que significa que você está em alinhamento coma Fonte em você, e que seus próprios desejos e crenças estão em equilíbrio, você nunca sente necessidade de se justificar para o outro. Muitas pessoas tentam justificar o comportamento delas, ou as idéias para os outros, mas nunca é uma boa idéia usar as opiniões dos outros como o guia pelo qual você está buscando alinhamento ao invés de seu próprio sistema de orientação. Muitas pessoas, cedo em sua experiência, tentam exigir sua complacência com as regras e opiniões delas. Mas se você permitir o que elas querem, ser o centro da decisão que você toma, você apenas fica mais e mais longe do alinhamento com quem você realmente é e das intenções com as quais você nasceu, bem como daqueles que evoluíram da experiência de vida que você está vivendo.

Você nunca experimentará a delícia de se sentir livre até que libere seu desejo de agradar os outros e substitua por sua poderosa intenção de alinhar-se com quem-você-realmente-é, com sua Fonte, centrando-se em como você se sente e escolhendo pensamentos de bom-sentimento que o deixem saber que você encontrou seu alinhamento.

Quando você percebe que alguém está censurando você, ou o atacando, é uma resposta natural se defender, mas a necessidade de se defender se atenuará depressa quando você 113

se treina no alinhamento com seu Ser Interior, pois todos os sentimentos de vulnerabilidade terão sido substituídos por aquela certeza de quem-você-realmente-é.

Não importa que escolhas você faça, sempre haverá alguém que não concorda com estas escolhas. Mas quando você encontra seu equilíbrio e mantém seu alinhamento, a maioria que está observando você estará mais inclinada a lhe perguntar qual é o seu segredo para o sucesso ao invés de o criticar por ter sucesso. E aqueles que continuam a lhe criticar não encontram nenhuma satisfação em sua justificativa, não importa quão atraente seu argumento seja.

Não é seu papel consertar o sentimento de falta nos outros. É seu papel manter-

se em equilíbrio. Quando você permite que sua sociedade ou até mesmo outra pessoa dite a você o que você deve querer ou como você deve se comportar, você perde seu equilíbrio. Pois seu sentido de liberdade, que é o âmago de seu profundo ser, é desafiado. Quando você presta atenção ao modo como se sente e pratica pensamentos de auto-capacitação que lhe alinham com quem-você-realmente-é, você oferece um exemplo de prosperidade que será de tremendo valor para aqueles que têm o benefício de observarem você. Você não pode ficar pobre o bastante para ajudar os pobres a prosperarem, ou doente o bastante para ajudar pessoas doentes a ficarem bem. Você se alavanca apenas a partir de sua posição de força, e clareza, e alinhamento.

♦ A Lei da Atração e a Carreira

Os que estão buscando prestígio substituíram o próprio sistema de orientação pela busca de aprovação dos outros. E este é um modo bastante incompleto de se viver, pois os espectadores que você está buscando agradar não sustentam por muito tempo a atenção sobre você. A maioria das pessoas se centra mais sobre o que os outros estão pensando sobre elas do que com o modo como estão se sentindo pessoalmente, mas não há consistência nesta forma de orientação.

Algumas pessoas se preocupam de – se elas consideram orgulhosamente o que as faz feliz acima de todas as outras coisas – serem frias e injustas com aqueles ao redor delas.

Mas sabemos que o oposto é verdadeiro. Quando você se preocupa com seu alinhamento com a Fonte, que é representada pelo modo como você se sente, e você trabalha para manter sua conexão, qualquer um que seja então seu objeto de atenção recebe o benefício de sua alegria. Você não pode alavancar os outros a menos que você mesmo esteja conectado com seu Fluxo de Bem-Estar.

Nós entendemos que é muito bom quando os outros o mantém como o objeto de atenção deles quando estão sentindo apreciação por você, pois eles estão fazendo exatamente o que nós, há pouco, estávamos explicando a você. Na apreciação deles por você, eles estão conectados à Fonte e aspergindo-a toda sobre você. Mas pedir aos outros que sempre estejam em alinhamento com a Fonte e que sempre lhe mantenham como o objeto da atenção deles de forma que você possa ser aspergido com o Bem-Estar que eles estão provendo, não é prático. Pois você não pode controlar a conexão deles e você não será sempre o único objeto de atenção deles. Você, no entanto, tem controle absoluto sobre sua própria conexão

com a Fonte. E quando sua intenção dominante é manter sua conexão, embora deixando os outros fora da equação, então você será livre para tentar agradar os outros, o que você não pode fazer consistentemente, e você será capaz de manter uma conexão consistente e o sentimento do Bem-Estar.

114



Uma coisa interessante de se notar é que aqueles que se importam com como se sentem, que consistentemente mantêm a si mesmos numa atitude de emoções de bom-sentimento, que estão conectados à Fonte e fluindo pensamentos positivos em relação a qualquer coisa na qual estejam focados, são normalmente vistos pelos outros como atraentes, e eles frequentemente são os recipientes de muita apreciação e aprovação.

Você simplesmente não pode obter a aprovação que busca a partir do estado de necessidade ou do estado de falta dela.

Um escritório com uma janela para uma visão maravilhosa, ou um estacionamento com seu nome nele, ou um título impressivo ao lado de seu nome não podem preencher o vazio provocado por não estar em alinhamento com quem-você-realmente-é. Quando você alcança este alinhamento estas coisas se fazem sentir menos importantes, mas então, interessantemente o bastante, elas vêm de qualquer maneira.

Parte V

Carreiras como fontes lucrativas de prazer (cont.)

♦ Preenchendo meu vazio através do serviço?

Jerry: Durante meus 20 anos em uma ampla variedade de posições na indústria do entretenimento eu realmente me diverti bastante. Aquilo requeria apenas algumas horas de meu tempo e eu tinha muitos desafios aventurosos porque eu tinha muitas experiências novas. E, ainda, frequentemente eu falava para as pessoas que eu me sentia como se estivesse andando através das areias da vida, mas que quando eu olhava para trás eu não estava deixando nenhum rastro. Em outras palavras, eu me sentia como se estivesse trazendo um pouco de prazer temporário, mas eu não as estava deixando com nada de valor permanente. Todos nós inerentemente temos este impulso para alavancar os outros? Eles vêm de algum outro nível de nós mesmos? Ou nós simplesmente pegamos dos outros ao nosso redor estas intenções de fazer as outras pessoas se sentirem melhores já que nascemos nesse ambiente físico?

Abraham: Você nasce querendo ser de valor, querendo alavancar. E você nasce entendendo que tem valor. A maioria deste sentimento de falta que você está descrevendo não era sobre você não ser capaz de prover valor duradouro aos outros, mas porque seus pensamentos mantinham você distante de seu próprio alinhamento pessoal.

Isto funciona assim: quando você está em alinhamento com quem-você-realmente-é, com seu Ser Interior, ou Fonte, você nada pode fazer senão alavancar aqueles com quem entra em contato. E neste alinhamento você não percebe que muitos outros não estão em alinhamento. A Lei da Atração não lhe cerca com pessoas insatisfeitas quando você está satisfeito. E a Lei da Atração não lhe cerca com pessoas satisfeitas quando você está satisfeito. Você simplesmente não pode compensar seu próprio desalinhamento 115

oferecendo mais tempo, ou energia, ou ação. Você não pode encontrar idéias que efetivamente sejam o bastante para fazer a diferença. Seu valor para aqueles ao seu redor depende de apenas uma coisa – seu alinhamento pessoal com a Fonte. E a única coisa que você tem a dar uns aos outros é um exemplo deste alinhamento – o que eles podem observar e, então, desejar e, então, trabalhar

para alcançar – mas você não pode dar isto a eles.

O entretenimento que você proveu à sua audiência foi na verdade um presente muito maior do que você é era capaz de saber na época, pois você provia distração das coisas que os aborreciam. E na ausência da atenção deles aos próprios problemas, eles alcançaram, em muitos casos, alinhamento temporário com a Fonte. Mas você não pode ir com cada um deles, manter-se como o único objeto de atenção deles, de forma a manter o bom sentimento deles. Cada um é responsável pelos pensamentos que tem e pelas coisas que escolhem como objeto de atenção.

Todos vocês têm profundamente dentro de si um entendimento de que estão aqui como felizes criadores e vocês estão sempre sendo chamados em direção desta realização.

Mas não há uma longa lista de exigências que espera-se que você realize. Sua intenção foi deixar seu ambiente físico inspirar suas idéias infinitas de expansão ou desejo. E

então você pretendia se alinhar com a Energia da Fonte em você para a realização dessas idéias. Em outras palavras, você sabia que seus desejos nasceriam de sua participação aqui e, então, uma vez que o desejo estava vivo dentro de você, você poderia focar seus pensamentos até que realizasse um sentimento de expectativa e, então, seu desejo viria para o usufruto.

O papel primário que os outros ao seu redor encetam na equação para a criação é que eles provêem uma variedade a partir da qual seus desejos nascem. Não era sua intenção medir seu valor contra o valor dos outros, mas ser inspirado a novas idéias pela combinação das coisas acontecendo ao seu redor. Qualquer comparação com os outros só é significativa para inspirar desejos expandidos. Ela nunca foi intencionada como um significado para diminuir você ou para descontar o seu valor.

Sua vida não é sobre o que você fará depois do trabalho, ou no fim de semana, ou depois que você se aposentar. Sua vida está acontecendo agora. E ela é realmente representada pelo como você está se sentindo agora. Se seu trabalho se faz sentir como desagradável, ou incompleto, ou difícil, não é por que você está no lugar errado, mas porque sua perspectiva está nublada por pensamento contraditório. Você não pode ter um final feliz para uma jornada que não foi

agradável ao longo do caminho. O fim definitivamente não justifica os meios. Os meios, ou o ao longo do caminho, sempre trazem a essência de um final idêntico.

♦ Meu sucesso alavancará os outros?

Jerry: Abraham, minha liberdade sempre foi o aquilo que era mais importante para mim, então eu nunca fui disposto a dar muito dela por dinheiro. Eu sempre disse que tinha pouco interesse em dinheiro porque eu não estava disposto a trocar minha liberdade por ele. Entretanto, com o tempo, aquele sentimento de “não deixar rastros na areia” me fez questionar se não havia realmente algo mais na vida do que apenas se divertir. Então, logo após a consciência daquilo, encontrei o livro “Pense e enriqueça”. E muito embora 116



a idéia de pensar ou de ficar rico fosse algo em que eu teria negado ter interesse, o livro chamou minha atenção e me senti fortemente puxado para ele. Eu o peguei e na verdade meus cabelos ficaram em pé como se eu tivesse encontrado algo que tivesse algum significado maior em minha vida. O livro dizia: “tome uma decisão sobre o que você quer”. Era uma declaração aparentemente simples, mas senti o poder dela de um modo estranho e novo. Então, pela primeira vez em minha vida, comecei a tomar decisões conscientes sobre o que eu queria e a escrevê-las:

"Quero ser autônomo, quero um negócio próprio, não quero ter um lugar fixo para meu negócio, não quero meu pé plantado no chão, não quero nenhum empregado, não quero este tipo de responsabilidade, o que quero é liberdade".

Eu queria ser capaz de controlar minha renda. Eu queria ter mobilidade de forma que pudesse viajar, ou estar em qualquer lugar em que eu quisesse estar. Eu queria que meu trabalho fosse algo onde cada vida que eu tocasse fosse elevada de algum modo ou que simplesmente deixasse as pessoas serem quem elas eram, mas que ninguém fosse diminuído como resultado de ter me conhecido.

As pessoas riam quando eu lhes contava isso. Elas diziam "Oh, Jerry, você é um sonhador. Não há nenhuma coisa assim”. E eu dizia “Bom, tem que haver”.

Emerson disse "Você não teria o desejo se não tivesse a habilidade para alcançá-lo". E

eu acreditava nisso. E, assim, eu realmente esperei que em algum lugar ao longo da linha as oportunidades aparecessem. E, assim, em algo em torno de 30 dias de eu ter escrito com clareza o que queria, encontrei um homem que me apresentou um negócio que eu poderia levar para a Califórnia e poderia começar, e aquilo respondia a tudo que eu estava pedindo. E, assim, durante os próximos anos de minha vida aquele negócio realmente se estabeleceu e, novamente, preencheu a essência de tudo o que eu havia escrit

Parte V

Carreiras como fontes lucrativas de prazer (cont.)

♦ **Eu quero liberdade, crescimento e alegria** Jerry: Eu não disse que tinha que ser algo que eu fosse capaz de fazer, ou para o qual eu tinha que ter o talento ou a habilidade, ou a inteligência. Eu simplesmente disse “Isto é o que eu quero”. Qualquer de nós pode ter isto? Qualquer um nós pode ter qualquer coisa que queiramos uma vez que tenhamos deixado claro o que é que queremos?

Abraham: Sim. Se esta experiência de vida lhe inspirou o desejo dentro de você, esta experiência de vida tem a possibilidade de realizá-lo até o último detalhe. Você chegou a estas decisões sobre o que queria por um longo período de tempo por causa das 117

experiências de vida que estava vivendo. Seu ponto de decisão de se focar nelas e de escrevê-las de uma maneira compreensiva causou uma ênfase na sua crença em relação a elas. E quando seus desejos e crenças se encontram, a expectativa ocorre. E uma vez que a expectativa em relação a qualquer coisa está dentro de você, aquilo vem depressa para sua experiência.

Ser livre era o elemento mais importante nos desejos que você manteve durante algum tempo. E quando você viu algo em que acreditou que não ameaçaria seu desejo de liberdade, ma que tinha o potencial de trazer renda, você então permitiu que seu desejo por mais renda se expandisse, quando previamente qualquer coisa que você percebia como tendo o potencial de refrear sua liberdade, você repelia imediatamente.

Vocês todos nasceram com a tríade de intenções pulsando em você – liberdade, crescimento e contentamento. A liberdade é a base do que você é, pois tudo que acontece a você, acontece em resposta aos pensamentos que você pensa. E ninguém tem controle sobre os pensamentos que você pensa a não ser você. Quando o contentamento é sua questão dominante, então você suavemente treina seus pensamentos para o alinhamento com quem-você-realmente-é, toda resistência cede. E então você permite a expansão, ou crescimento, à qual sua experiência de vida lhe inspira internamente.

♦ **Eu quero que minha vida se sinta bem**

Quando escolher uma carreira ou quando fizer as coisas que seu trabalho requer atualmente, se sua intenção dominante é sentir o contentamento enquanto está fazendo o trabalho, sua tríade de intenções entrará rápida e facilmente no alinhamento, pois em sua habilidade de sentir-se bem você entra em completo alinhamento com os aspectos do Não-Físico mais amplos de seu ser. Aquele alinhamento, então, permite a expansão em direção a todas as coisas que sua vida lhe ajudou a identificar que você quer.

Assim seu crescimento se torna rápido e satisfatório.

A liberdade é a base de sua experiência de vida. Não é algo que você tem que ganhar. A alegria é seu objetivo. E o crescimento é o resultado de tudo isso. Mas se você acredita que não é merecedor e tem a intenção de provar o mérito através da ação, você não pode encontrar seu equilíbrio.

Freqüentemente nós explicamos esta tríade perfeita de intenções de liberdade, e crescimento, e alegria. Mas a maioria dos seres físicos então volta imediatamente a própria atenção para a idéia do crescimento e para a própria tentativa extraviada de provar mérito, mérito que nunca esteve em questão. Você não tem nada a provar a ninguém e nada a justificar. Sua razão para a existência não necessita de nenhuma justificativa, pois sua existência em si é justificativa suficiente.

♦ **Eu crio minha própria carreira prazerosa** Nós gostaríamos que você visse sua "carreira" como a de criar uma experiência de vida prazerosa. Você é um criador, ou um regurgitador do que do que outra pessoa criou, ou um coletor de coisas. Você é um criador e o assunto de sua criação é sua experiência de vida prazerosa. Esta é sua missão. Isso é sua busca. É por isto que você está aqui.

♦ **É imoral receber sem dar?**

A pergunta ainda implica em que há um preço a pagar pelo Bem-Estar que flui para você. E que algum tipo de ação é exigido para justificar o fluir do Bem-Estar. E esse não é o caso. Não é necessário ou possível justificar o Bem-Estar que flui a você, mas é necessário se alinhar com o Bem-Estar. Você não pode se focar na falta do Bem-Estar e permitir o Bem-Estar em sua experiência. Muitas pessoas se focam sobre coisas indesejadas sem a atenção deliberada ao sistema emocional nelas e, então, tentam se compensar pelo pensamento na falta com

ação física. E por causa do desalinhamento da Energia elas não obtêm os resultados de suas ações, assim tentam mais arduamente oferecer mais ação, mas, ainda, as coisas não melhoram.

Como o ar que você respira, a abundância em todas as coisas está disponível para você.

Sua vida será simplesmente tão boa quanto você permitir que ela seja. Se você acredita que tem que trabalhar duro para que a abundância venha para você, então ela não pode vir sem trabalho duro. Mas em tantos casos, quanto mais duro você trabalha, pior você se sente, e quanto pior você se sente, menos você permite os resultados que queria receber de seu trabalho duro. Não é de se admirar que tantas pessoas são desencorajadas e não saibam para que caminho se virar. Pois parece que não importa o que façam, elas não prosperam. A apreciação, e o amor, e o alinhamento àquilo que é a Fonte é o retorno máximo, por assim dizer. Em sua dor ou luta, você não tem nada para receber.

Muitos reclamam de deslealdade ou injustiça quando vêem algumas pessoas que recebem grandemente, mas oferecem aparentemente pouco esforço, enquanto outros que trabalham muito duro normalmente mostram tão pouco sucesso. Mas a Lei da Atração é sempre consistentemente justa. O que você está vivendo é sempre uma réplica exata de seus padrões vibracionais de pensamento. Nada poderia ser mais justo do que a vida como você a está vivendo. Por que quando você está pensando – você está vibrando, e como você está vibrando – você está atraindo. E, assim, você sempre recebe de volta a essência do que está dando.

O que a maioria das pessoas está fazendo com a maior parte de suas vidas é oferecer ação para tentar compensar o desequilíbrio vibracional. Em outras palavras, elas pensam em muitas coisas que não querem e ao fazer isso elas impedem de que o que querem flua para a experiência delas. E então tentam compensar o desalinhamento através da ação.

Se você tendesse ao seu alinhamento vibracional primeiro, pelo reconhecimento do valor de suas emoções, e tentasse se focar sobre coisas que o fazem se sentir bem, você se beneficiaria tremendamente pelo alinhamento e coisas maravilhosas fluiriam para você com muito menos ação. A maioria das ações que é oferecida hoje oferece tremenda resistência vibracional. E esta é a razão pela qual tantas pessoas vêm a acreditar que a vida é uma luta. Também é a razão pela qual muitos, como você, acreditam que o sucesso e a liberdade estão em

conflitos uma com a outra, quando na realidade elas são realmente sinônimos.

Não é necessário tirar o dinheiro da equação, mas é necessário que você faça com que a alegria seja a parte mais dominante de sua equação. Quando você faz isto, a abundância em todas as áreas fluirá para você.



♦ Bem-vindo ao Planeta Terra

Se estivéssemos falando com você em seu primeiro dia de experiência física, nós poderíamos ser de grande vantagem para você, porque diríamos: “Bem-vindo ao Planeta Terra. Não há nada que você não possa ser, ou fazer, ou ter. E seu trabalho aqui, sua carreira, é procurar contentamento. Você vive em um Universo de absoluta liberdade.

Você é tão livre que cada pensamento que você pensa atrairá o equivalente para você.

Quando você tem pensamentos que o fazem se sentir bem, você estará em harmonia com quem-você-realmente-é. E, assim, utilize sua profunda liberdade, procure primeiro a alegria e todo o crescimento que você poderia imaginar virá alegre e abundantemente para você”.

Mas este não é o primeiro dia de sua experiência de vida. Na maioria dos casos você está escutando isto muito depois de ser convencido de que não é livre e que não tem merecimento e que tem que provar através de sua ação que você é merecedor de receber.

Muitos de você estão atualmente envolvidos em carreiras ou trabalhos nos quais não encontram prazer. Mas você sente que não pode simplesmente ir embora, pois as repercussões financeiras causariam um desconforto até maior que o que você já está experimentando. Muitos outros que não têm trabalho que produza renda sentem o desconforto de não ter nenhum meio de vida, ou nenhuma garantia de segurança futura.

Mas, não importa onde você está atualmente, se você tomar uma decisão de

olhar para os aspectos positivos do onde você está exatamente agora, você parará de oferecer resistência, que é a única coisa que está lhe mantendo à parte do que você deseja.Você não tem que voltar e desfazer qualquer coisa, ou se debater pelo que ainda não realizou.

Se você pudesse, de certo modo, em relação a este momento, como no início de sua experiência de vida, fazer seu melhor para resistir aos pensamentos de sentimentos ruins de não merecimento, ou ressentimento, que constantemente lhe cerca no assunto dinheiro, seu quadro financeiro começaria a mudar exatamente agora. Você tem apenas que dizer “Aqui estou, no primeiro dia do resto de minha experiência de vida física e é minha intenção dominante, deste momento em diante, procurar por razões para me sentir bem. Nada é mais importante para mim do que eu me sentir bem”.

Parte V

Carreiras como fontes lucrativas de prazer (cont.)

♦ O mais importante é sentir-se bem

Freqüentemente há coisas em seu ambiente de trabalho que não conduzem ao se sentir bem e normalmente você acredita que sua única chance de realmente se sentir bem é abandonar estas influências negativas. Mas a idéia de deixar e partir não o faz se sentir 120

bem também, pois isto poderia provocar um lapso em sua renda, quando as coisas já estão financeiramente apertadas. Então você continua se sentindo infeliz e numa armadilha.

Se você pudesse voltar atrás um pouquinho e visse sua carreira não como o trabalho que você está fazendo em troca de dinheiro, mas como o desdobrar de sua experiência de vida em troca de sua experiência de contentamento, perceberia então que muitos dos pensamentos que você pensa e as palavras que você fala não estão em alinhamento com aquela busca por alegria. Se você disser "Nada é mais importante do que eu me sentir bem", você se encontrará guiando-se para diferentes pensamentos, palavras e comportamentos.

O simples exercício de deliberadamente procurar por aspectos positivos em seu trabalho atual, nas pessoas que trabalham com você, você se dará um imediato sentimento de alívio. E este alívio indicará uma mudança em sua vibração, o que significa que seu ponto de atração mudou. Uma vez que isso ocorra, a Lei da Atração provocará um encontro com pessoas diferentes e fará com que você tenha até mesmo experiências diferentes com as mesmas pessoas. É um tipo de criação a partir de dentro ao invés de a partir de fora através da versão da ação que nunca funciona.

A partir de sua simples, mas poderosa, premissa de decidir que você quer se sentir bem, as coisas começarão a melhorar de modos dramáticos.

♦ O que está segurando minha carreira

Jerry: Abraham, o que vocês diriam para os que estão se movendo em direção ao

primeiro emprego ou fazendo uma mudança de carreira e considerando coisas como renda ou potencial de crescimento, demanda de serviço e assim por diante? O que vocês diriam a eles na tentativa de eles decidirem que direção tomar?

Abraham: A vida que você já viveu o fez determinar os detalhes da vivência que você está procurando. E a situação perfeita já está alinhada para você. Seu trabalho exatamente agora é não sair dali e encontrar o conjunto perfeito de circunstâncias, mas, ao contrário, permitir o desdobramento das circunstâncias que lhe levarão direto para a posição que satisfaz uma miríade de intenções às quais você chegou através de sua experiência de vida. Em outras palavras, você nunca sabe mais claramente o que é que você quer do que quando você está vivendo o que você não quer. Assim, não ter dinheiro suficiente faz com que você peça por mais dinheiro. Um empregador que você não aprecia o faz pedir por alguém que aprecie seu talento e disposição. Um emprego que pede muito pouco de você faz com que você deseje algo que o inspire mais clareza e expansão por você. Um emprego que requer um grande tempo no trânsito lhe faz dar à luz um desejo por trabalhar mais próximo de onde você mora, e assim por diante.

Nós gostaríamos de dizer que qualquer um que procure por uma mudança em seu ambiente de trabalho – que esta mudança já está na fila para você num tipo de escritura vibracional. Seu trabalho é se alinhar com o que suas experiências passadas e atuais lhe ajudaram a identificar que você quer. Pode soar estranho, mas o modo mais rápido para um ambiente de trabalho melhorado é procurar coisas em seu ambiente atual que lhe façam se sentir bem. A maioria das pessoas faz exatamente o oposto mostrando as 121

falhas onde permanecem num esforço de justificar um ambiente melhorado. Mas, já que a Lei da Atração lhe dá mais de tudo para o qual você está prestando sua atenção, se sua atenção estiver sobre coisas indesejadas, então mais coisas indesejadas estão no caminho também. Quando você deixa uma situação porque coisas indesejadas estão presentes, você encontra a essência da mesma coisa indesejada em seu próximo ambiente também.

Pense e fale do que você quer, faça listas das coisas que lhe são agradáveis sobre o onde você está, pense excitadamente sobre as melhoras que estão no caminho para você, tire a ênfase do que você não quer e enfatize o que você gosta. E então observe a resposta do Universo para sua vibração melhorada.

♦ **Procurarei por razões para me sentir bem** Não importa quão justificado você está em sua emoção negativa, você ainda está bagunçando seu futuro. A maioria de vocês deu bastante pensamento o que quer para mantê-los felizmente ocupados por 10 ou 20 vidas. Mas suas manifestações não podem se realizar porque sua porta está fechada. E a razão pela qual sua porta está fechada é porque você está muito ocupado reclamando sobre o que-é ou ocupado defendendo o onde você está agora. Procure por razões para se sentir bem e em sua alegria c abre a porta. E quando você abre sua porta, todas estas coisas que você disse “eu quero”, podem então fluir para dentro. E é nossa expectativa que sob estas condições você viverá feliz para sempre, o que, afinal de tudo, é o que você realmente tinha a intenção quando veio para esta carreira de experiência de vida física.

♦ **Eu quero ou eu tenho que?**

A maioria das pessoas sente uma diferença rigorosa entre as coisas que querem fazer e as coisas que acreditam que tem que fazer. E a maioria coloca qualquer coisa que as faz ganhar dinheiro na categoria das coisas que “eu tenho que fazer”. É por isto que o dinheiro frequentemente chega tão arduamente e é por isto que normalmente não há o bastante dele.

Se você for sábio o bastante para seguir o rastro dos pensamentos-de-bom-sentimento, você descobrirá que o caminho feliz o conduzirá a todas as coisas que você deseja.

Procurando deliberadamente por aspectos positivos ao longo de seu caminho, você chegará no alinhamento vibracional com quem-você-realmente-é e com as coisas que você realmente quer. E uma vez que você faça isto, o Universo tem que lhe entregar meios viáveis para alcançar seus desejos.

♦ **E se meu prazer atrai dinheiro?**

Jerry: Esther e eu não tínhamos nenhuma intenção de receber renda de nosso trabalho com vocês, Abraham. Nós realmente estávamos desfrutando da aprendizagem com vocês, e estávamos emocionados pelos resultados positivos que estávamos recebendo pessoalmente quando aplicávamos o que estávamos aprendendo. Mas nunca foi nossa intenção que nosso trabalho com vocês se tornasse um negócio. Era uma experiência 122



iluminada ou simplesmente um jogo divertido. E ainda é divertido, mas agora ele se expandiu dramaticamente em um empreendimento mundial.

Abraham: Então, você está dizendo que sua experiência de vida se expandiu, que suas idéias e desejos se expandiram também?

Jerry: Sim.

Abraham: E muito embora no princípio você não pudesse ver ou descrever os detalhes de como as coisas se desdobrariam, porque era divertido e porque você se sentia bem esta se tornou uma avenida poderosa para cumprir os desejos e metas que existiam há muito tempo antes de você nos encontrar ou começar este trabalho.

Jerry: Está certo. Minha intenção original ao fazer visitas com vocês era aprender um modo mais efetivo de ajudar os outros a se obterem mais sucesso financeiro e também queria aprender como viver nossas vidas em maior harmonia com as Leis Naturais do Universo, quaisquer que fossem elas.

arte V

Carreiras como fontes lucrativas de prazer (cont.)

♦ **Eu quero meu trabalho para me sentir livre** O segredo para todo o sucesso está em se manter feliz. Muitos de você foram ensinados que sua própria felicidade é uma questão egoísta e imprópria, e que seus reais objetivos deveriam girar em torno de compromisso, e responsabilidade, e luta, e sacrifício. Mas nós queremos que você entenda que você pode ser comprometido, e responsável, e um alavancador, e feliz. Na realidade, a menos que você encontre um modo de se conectar com sua verdadeira felicidade, todas essas outras questões normalmente são apenas palavras vazias, não apoiadas por qualquer valor verdadeiro. Você só se alavanca a partir de sua posição de conexão e força.

Frequentemente as pessoas dizem "eu não quero trabalhar", significando "eu não quero ir para algum lugar onde tenha que fazer coisas indesejadas para ganhar dinheiro". E

quando nós perguntamos o motivo, elas normalmente dizem "Porque quero ser livre".

Mas não é a liberdade da ação que você está procurando, pois a ação pode ser divertida.

E não é a liberdade do dinheiro que você quer, pois dinheiro e liberdade são sinônimos.

Você está buscando liberdade a partir da negatividade, da resistência, da não permissão de quem-você-realmente-é. Você está buscando liberdade a partir da não permissão da abundância que é seu direito nato. Você está buscando liberdade a partir da falta.

♦ **Quais são os aspectos positivos daquilo?**

Sempre que você sente emoção negativa, isto é seu sistema de orientação emocional lhe dando uma indicação de que você está, naquele momento,

olhando os aspectos negativos de algo. E ao fazer isto, você está se privando de algo desejado. Se você estabelecer uma intenção de procurar pelos aspectos positivos de qualquer coisa para a qual está dando sua atenção, imediatamente você começará a ver a evidência da alavancagem dos padrões de resistência, já que o Universo tem então a permissão, através de sua vibração modificada, de lhe entregar seus desejos há muito queridos.

As pessoas freqüentemente se mudam de trabalho a trabalho, de profissão a profissão, de empregador a empregador, apenas para encontrar o próximo lugar melhor que o anterior. E a razão para isto é que elas se levam por todos os lugares aonde vão. Quando você vai para um novo lugar e continua a reclamar sobre o que estava errado em sua última posição, de forma a explicar o motivo de ter vindo para esta nova posição, a mesma mistura vibracional de resistência vai com você e continua a lhe privar das coisas que você quer que venham para você.

O melhor modo de conseguir um ambiente de trabalho melhorado é se focar sobre as melhores coisas a respeito do onde você está atualmente, até que você inunde seus próprios padrões vibracionais de pensamento com apreciação. E nesta vibração modificada você pode, então, permitir as novas e melhoradas condições e circunstâncias a virem para sua experiência.

Alguns se preocupam com o fato de que se seguirem nosso encorajamento para procurar por coisas boas sobre onde estão, que isto apenas os mantenha mais ainda no estado indesejado. Mas o oposto é realmente verdadeiro. Em nosso estado de apreciação você alavanca todas as limitações auto-impostas (e todas as limitações são auto-impostas) e você se liberta para receber coisas maravilhosas.

A vibração do verdadeiro amor, aquele sentimento de estar apaixonado, aquele sentimento que você tem às vezes quando vê alguém e você sente como se estivessem se movendo um através do outro, o sentimento que você tem quando está olhando a inocência de uma criança e sentindo a beleza e o poder daquela criança, amor e apreciação, são vibrações idênticas. Apreciação é a vibração de alinhamento com quem você é. É a ausência de resistência. É a ausência de dúvida e medo. É a ausência de autonegação ou de ódio dos outros. Apreciação é a ausência de tudo que faz se sentir mal e a presença de tudo o que faz se sentir bem. Quando você se foca sobre o que quer, quando você conta a história de como você quer sua vida seja, você chegará mais e mais à imediação da apreciação e quando você alcança isto, isto lhe puxará para todas as coisas que

você considera serem boas de uma forma muito poderosa.

Reciprocamente, falemos sobre a diferença entre gratidão e apreciação. Muitas pessoas usam essas palavras intercambiavelmente, mas não sentimos a mesma essência vibracional nelas. Por que quando você sente gratidão, normalmente você está olhando para a luta que superou. Em outras palavras, você está contente por não estar mais na luta, mas ainda há algo daquela vibração de luta presente. Em outras palavras, a diferença entre inspiração, que é chamada a quem você é, e motivação, que é tentar se fazer ir para algum lugar, tem uma diferença similar.

A apreciação é o que sintoniza o sentimento.

124

A apreciação é o alinhamento vibracional com quem me tornei.

O estado de apreciação sou eu em sintonia com o todo do que sou.

Estar no estado de avaliação é ver qualquer coisa para a qual você está olhando através dos olhos da Fonte.

E quando você está neste estado de apreciação, você pode andar em uma rua cheia de gente, com todos os tipos de coisas para as quais as pessoas encontram razões para criticar ou com as quais se preocupar, e você não tem acesso a elas, pois sua vibração de apreciação tira de você as coisas de natureza vibracional diferente.

Um estado de apreciação é um estado piedoso.

Um estado de apreciação é ser quem-você-realmente-é.

Um estado de vibração é quem você foi no dia em que nasceu e quem você será no momento em que morrer.

E seria - se estivéssemos em seu estado físico - nossa questão a todo o momento.

Seu amigo, Joseph Campbell, usou a palavra felicidade. E achamos que é igual. Siga sua felicidade. Mas às vezes você não pode obter um lampejo de felicidade a partir de onde está.

Assim, dizemos: se você estiver em desespero, siga sua vingança. É o pró-fluxo, é a direção certa.

Se você estiver em ódio, siga sua raiva. É pró-fluxo.

Se você estiver em raiva, siga sua frustração. É pró-fluxo.

Se você está em frustração, siga sua esperança. É pró-fluxo.

Se você estiver em esperança, agora você está nas imediações. Uma vez que você entra na vibração de esperança, agora comece a fazer listas das coisas que o fazem se sentir bem. Preencha seus cadernos com elas. Faça listas de aspectos positivos, faça listas de coisas que você ama, vá ao restaurante e procure por suas coisas favoritas e nunca reclame sobre nada. Procure por coisas que você mais gosta. Mesmo se houver apenas uma única coisa em tudo o que você gosta, dê a isto sua atenção não dividida e use-a como sua desculpa para ser quem você é. E quando você usa estas coisas que brilham e fazem você se sentir bem como sua desculpa para dar sua atenção e ser quem você é, você se sintoniza com quem é e todo o mundo começa a se transformar diante de seus olhos. Não é seu trabalho transformar o mundo para os outros, mas é seu trabalho transformá-lo para você.

Um estado de apreciação é pura conexão com a Fonte, onde não haja nenhuma percepção de falta.

125

♦ Meu tempo no trabalho é perceptivo

Da mesma forma que muitas pessoas estão focadas na escassez de dinheiro, há também muitas que estão focadas na escassez de tempo. E frequentemente estes dois temas de falta estão entrelaçados impactando negativamente um ao outro. Normalmente a razão para esta junção prejudicial de assuntos de falta é o sentimento de que simplesmente não há tempo o suficiente para fazer o que é necessário para obter sucesso. A razão primária pela qual as pessoas sentem uma escassez de tempo é que estão tentando obter muita alavancagem de suas ações. Se você não está ciente do poder do alinhamento e fazendo pouco ou nenhum esforço para encontrar seu alinhamento pessoal, se você está sobrecarregado, ou com raiva, ou ressentido, ou irascível, e a partir destas perspectivas emocionais você oferece sua ação para tentar realizar as coisas, você está provavelmente

experienciando uma severa escassez de tempo. Simplesmente não há ação o bastante no mundo para compensar o desalinhamento de energia. Mas quando você cuida do modo como se sente, e tende ao equilíbrio vibracional primeiro, então você vivencia o que o faz se sentir como um Universo cooperativo que parece abrir portas para você em todos os lugares.

O esforço físico requerido de alguém que está em alinhamento é uma fração do que é requerido de alguém que não está em alinhamento. Os resultados vivenciados por alguém que está em alinhamento são tremendos comparados com os resultados vivenciados por alguém que não está. Se você está sentindo escassez de tempo ou dinheiro, seu melhor esforço seria se focar sobre pensamentos de melhor-sentimento, fazer longas listas de aspectos positivos, procurar por razões para se sentir bem e fazer mais coisas que o façam se sentir bem quando você as faz. Dedicar tempo para se sentir melhor, para encontrar aspectos positivos, para se alinhar com quem-você-realmente-é lhe renderá tremendos resultados e o ajudará a equilibrar seu tempo muito mais efetivamente.

Escassez de tempo não é seu problema. Escassez de dinheiro não é seu problema.

Escassez de conexão com a Energia que cria mundos é o que está no coração de todas as sensações de escassez que você está vivenciando. Esses vazios, ou escassezes, podem ser preenchidos com apenas uma única coisa – com a conexão com a Fonte e o alinhamento com quem-você-realmente-é.

Seu tempo é uma coisa perceptiva. E embora o relógio esteja tiquetaqueando para todo mundo, seu alinhamento afeta sua percepção bem como os resultados que você permite.

Quando você separa tempo para visionar sua vida como quer que ela seja, você acessa um poder que está disponível para você quando você se foca sobre os problemas de sua vida.

Quando você observa as enormes diferenças no esforço que as pessoas aplicam e nos resultados que elas conseguem, você tem que concluir que há mais na equação de realização do que a ação sozinha. A diferença é que algumas recebem o beneficio da influência do alinhamento por causa dos pensamentos que pensam, enquanto outras não permitem a influência por causa dos

pensamentos que pensam.

Imagine-se correndo uma milha. E nesta milha há duas mil portas pelas quais entrar.

Imagine-se chegando a cada porta e então ter que abri-las pessoalmente antes de poder 126

entrar por elas. Agora se imagine correndo a milha e quando você se aproxima de cada porta, a porta está aberta para você, então você é capaz de continuar o passo não tendo que reduzir a velocidade para chegar a cada porta.

Quando você está em alinhamento com a Energia que cria mundos, você não mais tem que parar e abrir as portas, sua Energia de alinhamento permite com que as coisas se alinhem para você. E a ação que você oferece é o modo pelo qual você desfruta do benefício do alinhamento que você conseguiu.

♦ Eu deveria tentar trabalhar mais arduamente?

Você é um criador poderoso que veio para este ambiente de linha de ponta entendendo que você cria através do poder de seu pensamento pelo direcionamento deliberado de seu foco em direção das coisas que você quer. Você não tinha a intenção de confiar em sua ação para esta criação. Pode levar algum tempo para ajustar a compreensão de que você está criando através de seus pensamentos, não por sua ação. Mas não podemos exagerar o valor de pensar e falar das coisas como você gostaria que elas fossem ao invés de como elas são. Uma vez que você não apenas entenda o poder de seu pensamento, mas que deliberadamente dirija esta poderosa ferramenta na direção das coisas que deseja, então você descobrirá que a parte da ação de sua vida é o modo pelo qual você desfruta do que criou através de seu pensamento.

Quando você alcança alinhamento vibracional, o que significa que seus pensamentos estão lhe agradando quando você os pensa, e você sente a inspiração para agir, você alcançou o melhor de ambos os mundos. Sua ação se faz sentir sem esforço quando você está sintonizado à freqüência vibracional da Fonte, e então você sente a inspiração para oferecer a ação. Esses resultados sempre são agradáveis. Mas a ação efetuada sem a tendência ao alinhamento vibracional primeiro é ação ineficiente trabalhada arduamente que, com o tempo, lhe cansa. A maioria está tão ocupada lidando com o que é imediato que não tem tempo para tender ao que é importante. Muitos nos dizem que estão tão

ocupados fazendo dinheiro que não têm tempo de desfrutar dele. Pois quando você confia em sua ação para criar, frequentemente você está muito cansado para desfrutar de sua criação.

A maioria das pessoas tem uma atitude bastante negativa sobre dinheiro. Simplesmente porque a maioria das pessoas fala mais freqüentemente do que não podem dispor ou da falta do dinheiro que desejam do que falam do benefício do dinheiro. Também a maioria das pessoas gasta mais tempo pensando sobre o que está atualmente acontecendo na experiência delas do que sobre o que preferiam que acontecesse. E, assim, sem intenção, a maioria das pessoas está pensando bastante sobre a falta de dinheiro. Então quando você junta uma idéia de algo que gosta – sua aventura, sua música, sua arte - com algo pelo qual você tem sentido forte falta por um longo tempo, como o dinheiro, o equilíbrio de seu pensamento se inclina em direção do sentimento dominante.

Quando você começa a gastar mais tempo visualizando o que deseja e menos tempo observando o que-é, e você começar a praticar sua história de bom-sentimento mais positiva, com o tempo sua aventura se tornará a vibração dominante em você. E então, quando você juntar sua aventura com seus meios de ganhar a vida, os dois se misturarão perfeitamente e aumentarão um ao outro. Não há nenhum melhor modo de ganhar 127

dinheiro do que fazer as coisas que você gosta de fazer. O dinheiro pode fluir para sua experiência por modos infinitos. Não é a escolha da profissão ou do modo que limita o dinheiro que flui, mas a atitude em relação ao dinheiro. É pro isto que tantos nichos de mercado estão continuamente sendo abertos com pessoas que se tornam muito ricas com idéias que apenas recentemente não eram mercados tão viáveis.

Você é o criador de sua própria realidade. E você é o criador de seus próprios mercados de empreendimento e seu próprio fluxo de dinheiro. Você não pode definir precisamente algumas atividades como árduas e outras como fáceis porque todas as coisas que estão em harmonia com o que você está querendo são fáceis e fluem, enquanto todas as coisas que ano estão em harmonia com o que você está querendo são mais árduas e mais resistentes.

A qualquer hora em que o que você está fazendo se faz sentir como uma luta, você tem que entender que seu pensamento contraditório está introduzindo resistência na equação. A resistência é provocada pelo pensamento sobre o que

você não quer e isto é o que o deixa cansado.

♦ **Um exemplo de minha "velha" história sobre minha carreira** Eis um exemplo de sua "velha" história sobre sua carreira:

"Sempre trabalhei duro em todo trabalho que tive, mas nunca fui realmente apreciado.

Parece-me que os empregadores sempre tiram vantagem de mim, obtendo tudo o que podem de mim e me dando tão pouco em retorno quanto podem. Estou cansado de trabalhar tão duro por tão pouco. Vou começar a fazer diferente. Vou começar a não trabalhar quando ninguém percebe. Muita gente no meu trabalho sabe menos do que eu, trabalha menos do que eu e faz mais dinheiro do que eu. Isto não é justo".

♦ **Um exemplo de minha "nova" história sobre minha carreira** Eis um exemplo de uma "nova" história sobre sua carreira:

"Sei que não estarei sempre aqui neste lugar fazendo este mesmo trabalho. Gosto de compreender que as coisas estão sempre evoluindo e é divertido antecipar o onde estou sendo levado. Embora haja muitas coisas que pudessem ser melhores onde estou, realmente este não é um problema, pois onde estou está constantemente mudando para algo melhor. Gosto de saber que quando procuro pelas melhores coisas ao redor de mim onde estou estas coisas se tornam mais prevalentes em minha experiência. É divertido saber que as coisas estão sempre funcionando para mim. Gosto de procurar pela evidência disto. E vejo mais evidência disso diariamente".

Lembre-se, não há nenhum modo certo ou errado de contar sua história melhorada. Ela pode se sobre suas experiências passadas, ou presentes, ou futuras. O único critério que é importante é que você esteja consciente de sua intenção de contar uma versão melhorada de bom –sentimento de sua história. Ao contar muitas histórias curtas de bom-sentimento durante seu dia você mudará seu ponto de atração.

♦ **Tempo de contar uma nova história**

Para muitos de vocês sua velha história tem sido sobre coisas que deram errado,

coisas que não saíram do modo como vocês gostariam que saísse ou pensam que deveriam, sobre outros que lhes colocaram para baixo, sobre outros que não foram leais com vocês. Sua velha história tem sido sobre não ter bastante dinheiro ou tempo suficiente ou como as coisas normalmente são. Sua velha história tem sido sobre como as coisas tem sido em toda sua vida, ou como as coisas tem sido ultimamente. Tem sido sobre injustiças que você vê no mundo ou sobre outros que você não entende. Sua história tem sido sobre os que não fazem o esforço, ou outros que são capazes, mas não se aplicam.

Sua história tem sido sobre a insatisfação com sua aparência, ou preocupação com a saúde de seu corpo, ou sobre as pessoas que tiram vantagem de outras, ou sobre pessoas que querem lhe controlar.

Mas comece a contar uma nova história. Deixe sua nova história ser sobre os aspectos positivos de onde quer que você seja. Deixe-a ser sobre o modo como você quer que as coisas sejam. Conte a história de como as boas coisas estão acontecendo. De como a Lei da Atração é o verdadeiro gerente de todas as coisas. Conte a história sobre a abundância que flui abundantemente, como o tempo e a percepção são infinitos. Conte sua história sobre as melhores coisas que você vê. Deixe sua nova história ser sobre suas recordações favoritas. Fale sobre a óbvia expansão em sua vida. Fale sobre os aspectos surpreendentes ou interessantes, ou maravilhosos, de seu mundo. Fale sobre a incrível variedade que lhe cerca. Fale sobre a disposição e efetividade dos outros. Fale sobre o poder de seus próprios pensamentos. Conte a história dos aspectos positivos de seu corpo. Fale sobre a base estável de seu corpo. Conte a história sobre como todos nós criamos nossa própria realidade. Deixe que sua nova história seja sobre sua liberdade absoluta e sua alegre consciência disto.

Cada e todo componente que faz sua experiência de vida são trazidos para você pela resposta da poderosa Lei da Atração aos pensamentos que você pensa e à história que você conta sobre sua vida. Seu dinheiro e ativos financeiros, o estado de bem-estar de seu corpo, clareza, flexibilidade, tamanho e forma, seu ambiente de trabalho, o como você é tratado, sua satisfação no trabalho e recompensas, realmente a própria felicidade de sua experiência de vida no geral, é tudo por causa da história que você conta.

Se você deixar sua intenção dominante ser revisar e melhorar o conteúdo da história que você conta todos os dias de sua vida, é nossa absoluta garantia para você que sua vida se tornará aquela história melhorada, pois pela poderosa Lei

da Atração tem que ser assim!