

THE *NEW YORK TIMES* BESTSELLER

Excuse Me,



YOUR LIFE IS WAITING

The Astonishing Power of Feelings

Lynn Grabhorn



Índice

[Folha de rosto](#)
[direito autoral](#)
[Dedicação](#)
[Acreditação](#)
[Conteúdo](#)
[Introdução](#)
[capítulo um: como chegamos nessa bagunça](#)
[Slugger Jessie](#)
[“Condição Humana”, Meu Pé](#)
[Fomos ensinados ao contrário](#)
[Olha, mãe, estou vibrando](#)
[De sem comissões a sem comissões](#)
[Diapasões e a Lei da Atração](#)
[Contas, contas, contas](#)
[Concentre-se, fique maior](#)
[Quatro etapas para sair](#)
[Não há mais vítimas](#)
[capítulo dois: nosso gênio mágico](#)
[Apenas dois tipos](#)
[Engolindo Vidro](#)
[Sorrisos de Pat](#)
[O que faz os sentimentos](#)
[Ahhh é do intestino](#)
[Intenção Original, Nosso Mapa do Tesouro do Desejo](#)
[Bandeira Vermelha/Bandeira Verde](#)
[Obtendo seu carro](#)
[A boa e velha mídia](#)
[A síndrome das 18 rodas](#)
[O poder de você](#)
[capítulo três: não, não, isso não](#)
[O que há de errado é o que há de errado](#)
[Receita para Criação](#)
[Brinquedos 'R' seus](#)
[Velhas crenças mofadas](#)
[Aagitado Padre Fred](#)
[Não quero](#)
[Tem mais ...](#)
[Em sincronia ou fora](#)
[Mas cuidado](#)
[Viva o negativo](#)
[Sabor não importa](#)

[capítulo quatro: sim, sim! isso, isso e aquilo!](#)

[Não, obrigado, Sameville](#)

[A tortura do querer](#)

[Quebrando a barreira do desejo](#)

[Querer: a necessidade da vida](#)

[Ah, sim, você merece](#)

[Você ainda os tem](#)

[Quem está em primeiro lugar!](#)

[A chave](#)

[Tornando-se animado](#)

[Os porquês disso](#)

[Porque ... Porque ... Porque](#)

[Aquela válvula mágica](#)

[Pretendendo](#)

[Ouse querer](#)

[capítulo cinco: condições que se danem](#)

[Ela começou com “Seguro”](#)

[Nossos problemas queridos](#)

[Nunca, nunca enfrente a realidade](#)

[Truques para mudar o foco](#)

[Condições não significam nada](#)

[A síndrome do “Hi Ho Silver”](#)

[Abençoe todos eles](#)

[capítulo seis: rapazes, estou sentindo!](#)

[Uau!](#)

[Zumbindo sob comando](#)

[Início rápido](#)

[A seguir, o sentimento de substituição](#)

[Aspectos positivos \(eca\)](#)

[Fúria da Luz da Varanda](#)

[O Tesouro das Pedras de Toque](#)

[A magia da apreciação](#)

[Estar apaixonado](#)

[Sempre a doçura](#)

[Nos dias mais difíceis](#)

[Ligue, ligue, ligue!](#)

[capítulo sete: a força ESTÁ com você](#)

[Inspirado versus Whacking](#)

[Slides untados](#)

[Os Sinais, os Sinais, os Sinais](#)

[Sem hesitação](#)

[A etapa final](#)

[Mas onde diabos está?](#)
[O que está me incomodando?](#)
[Paixão é Criação](#)
[Deixe vir](#)
[capítulo oito: dinheiro! dinheiro! dinheiro!](#)
[Dane-se velhas crenças](#)
[Escrevendo um novo roteiro](#)
[De nenhum negócio a um grande negócio](#)
[O truque dos US\\$ 100](#)
[Preparação – O tiro rápido](#)
[O Universo como Gerente de Vendas](#)
[Apenas lembra-te ...](#)
[capítulo nove: relacionamentos e outros tesouros](#)
[Não são os hábitos idiotas](#)
[O culpado é a culpa](#)
[Nós podemos escolher](#)
[Pingue-pongue Vibracional](#)
[Perdoar é o quê?](#)
["Como posso ajudar?"](#)
[Separando](#)
[Cadeia de Dor](#)
[Famílias e Harmonia?](#)
[Não importa o que aconteça, não importa o que aconteça](#)
[capítulo dez: vivendo o corpo, morrendo o corpo](#)
[Nossa tábua de salvação crucial](#)
[Se você estiver doente](#)
[Cozinha suave/cozimento pesado](#)
[Enganando o adulto](#)
[Mude a aparência](#)
[O que está errado nunca está certo](#)
[A morte é uma piada](#)
[Tudo é uma cocriação](#)
[Nossa mudança de bem-estar](#)
[capítulo onze: seu traje de bem-estar](#)
[Tão seguro, tão seguro, tão feliz](#)
[Coisas ruins](#)
[Nosso Espelho, o Globo](#)
[Está em toda parte: é o que você é!](#)
[capítulo doze: trinta dias para a descoberta](#)
[Nossa necessidade de precisar](#)
[Três meses frenéticos](#)
[Introdução ao início](#)

[Os primeiros dez dias](#)

[Dos dez aos trinta](#)

[Em treinamento](#)

[É o seu jogo](#)

[É o seu navio](#)

[apêndice](#)

[Guia de estudo para indivíduos e pequenos grupos](#)

[Capítulo 1](#)

[Capítulo 2](#)

[Capítulo 3](#)

[Capítulo 4](#)

[capítulo 5](#)

[Capítulo 6](#)

[Capítulo 7](#)

[Capítulo 8](#)

[Capítulo 9](#)

[Capítulo 10](#)

[Capítulo 11](#)

[Capítulo 12](#)

[Sobre o autor](#)

THE NEW YORK TIMES BESTSELLER

Excuse Me,
 YOUR
LIFE IS
WAITING

The Astonishing Power of Feelings

Lynn Grabhorn



OceanoofPDF.com

Copyright © 2000 por Lynn Grabhorn
Guia de estudo com direitos autorais © 2015 da Hampton Roads Publishing, Inc.

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte desta publicação pode ser reproduzida ou transmitida de qualquer forma ou por qualquer meio, eletrônico ou mecânico, incluindo

fotocópia, gravação ou por qualquer sistema de armazenamento e recuperação de informações, sem permissão por escrito da Hampton Roads Publishing, Inc. breves passagens.

Design da capa por Jim Warner

Arte da capa com direitos autorais © cobalt88/Shutterstock

Ilustrações de interiores © iStockphoto.com

Hampton Roads Publishing Company, Inc.

Charlottesville, VA 22906

Distribuído por Red Wheel/Weiser, LLC

www.redwheelweiser.com

Inscreva-se para receber nosso boletim informativo e ofertas especiais acessando

www.redwheelweiser.com/newsletter/.

ISBN: 978-1-57174-735-8

Dados de catalogação na publicação da Biblioteca do Congresso disponíveis mediante solicitação

Impresso nos Estados Unidos da América

MG

10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

www.redwheelweiser.com

www.redwheelweiser.com/newsletter

OceanoofPDF.com

Dedicação

*Para cada um de nós
que finalmente... talvez... possivelmente...
acredita que tem
direito à felicidade perpétua,
começando agora.
OceanoofPDF.com*

Acreditação

Os princípios filosóficos e de autocapacitação deste livro são inspirados nos ensinamentos de Abraham e inspirados por Jerry e Esther Hicks. Esses ensinamentos estão disponíveis através de:

Publicações Abraham-Hicks™
Caixa Postal 690070
Santo Antonio, Texas 78269
Telefone: 830-755-2299
Site: www.abraham-hicks.com

OceanoofPDF.com

CONTEÚDO

Introdução
capítulo um
Como chegamos nessa bagunça
capítulo dois
Nosso Gênio Mágico
capítulo três
Não, não, isso não (*primeiro passo*)
capítulo quatro
Sim Sim! Isso, Isso e Aquilo! (*Passos Dois e Três*)
capítulo cinco
Condições sejam condenadas
capítulo seis
Ye Gads, estou sentindo!
capítulo sete
A força *está* com você (*Quatro Passo*)
capítulo oito
Dinheiro! Dinheiro! Dinheiro!
capítulo nove
Relacionamentos e outros tesouros
capítulo dez
Vivendo o Corpo, Morrendo o Corpo
capítulo onze
Seu terno de bem-estar
capítulo doze
Trinta dias para o avanço
Apêndice
Guia de estudo para indivíduos e pequenos grupos

OceanoofPDF.com

Introdução

Por bem mais de uma década, minha paixão tem sido uma grande jornada espiritual rumo ao que chamo de “a física do pensamento”, com o objetivo de que um conhecimento mais profundo desse tópico um tanto ultrajante possa fornecer maneiras para todos nós – eu em particular – chegarmos mais da vida.

Meus estudos me levaram a todos os lugares, desde professores eruditos de física até as profundezas das ciências esotéricas, desde a simples e antiga medicina e quase tudo mais, até o ponto em que decidi que poderia me considerar um especialista leigo no assunto. O único problema era que, com ou sem conhecimento, “aproveitar melhor a vida” não estava acontecendo e isso estava começando a me irritar. Algo estava faltando e eu simplesmente não conseguia identificar o que era.

Naturalmente, com o meu vasto conhecimento sobre o assunto, quando me deparei com alguns ensinamentos novos, mas provinciais, desta família de professores iletrados e não científicos, o meu primeiro impulso foi desprezar a informação por causa da sua enorme simplificação do que eu considerava ser um tópico bastante formidável. Portanto, foi mais do que um pouco a contragosto que concordei em investigar essa besteira gravada que um amigo bem-intencionado havia jogado indelicadamente na minha cara.

Eu virei! Aqui estou eu, este estudioso do pensamento - seu magnetismo, seu propulsor, suas frequências, sua relação com a emoção, seu efeito em nossa experiência, etc. - e esses caras vêm para fornecer indiferentemente, na forma mais simples, o que falta peças para os obstáculos da vida que eu estava começando a pensar que não existiam. Mais ou menos como, “Aaa, com licença, senhora, seria isso que você estava procurando?”

Então eu mergulho nessas informações (no final das contas, centenas de horas vale a pena) e em duas semanas estou atordoado, em um mês estou pasmo, e em noventa dias há uma reviravolta na minha vida, eu digo: “É isso! Tenho que escrever sobre isso para que o resto do mundo possa me acompanhar.”

Ora, garanto-lhe que existem provavelmente oito milhões e meio de livros sobre o árduo tema de tirar o máximo partido da vida, mas o que há de mais bizarro nestes

princípios pouco conhecidos é que (a) são descomplicados, (b) funcionam rapidamente. e (c) são garantidos.

E assim, com minhas próprias palavras e estilo prosaicos, reeditei aqui os ensinamentos profundamente simples da família Hicks no Texas, * temperados com meus próprios ângulos e palavras da moda, minhas próprias observações e experiências ao longo dos últimos anos, e misturei-os com meus anos de estudo. Ofereço descaradamente o produto final como o maior elo perdido para a vida e o viver já conhecido pela humanidade, o que significa que fiz essas coisas. . . ainda estou fazendo isso. . . e nunca vai parar de fazer isso. . . porque, caramba, funciona!

Lynn Grahorn

* Caixa Postal 690070, San Antonio, TX 78269

OceanoofPDF.com

capítulo um



como chegamos nessa bagunça



Como obtemos o que obtemos na vida? Por que algumas pessoas parecem ter

tudo enquanto outras sofrem tanto? Por que aquele idiota esbarrou em você na estrada? Por que aquela criança teve que morrer tão jovem? Por que aquele cara foi promovido e você não? Por que nem todos podem ter prosperidade, alegria e segurança?

Em nossa eterna busca por encontrar mais felicidade na vida, nós devoramos livros de pensamento positivo aos milhões. Mas se esses livros realmente guardam os segredos para uma vida abundante e alegre, por que continuamos comprando novos? Claro, existem alguns que chegaram perto de nos dar as chaves para aquela indescritível “boa vida”, mas nenhum verdadeiro vencedor; nossas vidas não mudam muito. “Talvez tenha sido apenas o livro errado”, racionalizamos. “Vamos tentar outro.” Ou outra religião. Ou um tipo diferente de meditação. Ou outro professor, ou médium, ou médico, ou relacionamento.

Procuramos em qualquer lugar e em qualquer lugar o alívio do tédio e da luta da vida diária, mas a grande maioria de nós ainda está procurando. Por quê? Como é que nunca aprendemos o segredo simples para viver uma vida boa, seja lá o que isso possa representar para nós? Como é que continuamos a bater e a arranhar como cães loucos e frenéticos para conseguir o que queremos, quando o tempo todo a chave para alcançar os nossos desejos mais íntimos tem sido tão elementar como a própria vida?

Se você realmente acha que as coisas acontecem a você por algum golpe de boa ou má sorte, ou por acidente, ou coincidência, ou por bater seus miolos contra algumas paredes de pedra muito antipáticas, então controle-se. Este livro pode ser perigoso para o seu descontentamento.

Slugger Jessie

Anos atrás, muito antes de eu ter ouvido falar da Lei da Atração, minha amiga Mindy insistiu que eu fosse com ela assistir a um jogo da liga infantil. O filho dela jogava na esquerda, mas não foi por isso que ela quis que eu fosse com ela.

O tamanho da multidão do fim de semana me surpreendeu. Você pensaria que o próprio Babe Ruth estava reencarnando para uma aparição especial. Mas, por mais que eu a questionasse, nenhuma insistência poderia acabar com a pequena intriga de Mindy. Então, que diabos; Eu concordei com isso.

Seu filho veio rebater e rebateu. Nosso time conseguiu duas rebatidas, mas nenhuma corrida antes de ser retirado. Depois vieram os outros caras; você não podia deixar de sentir a excitação da multidão. Alguns jovens buldogues caminharam até a base e prontamente rebateram, graças ao excelente arremessador de nosso time. Agora foi a vez de Jessie e os aplausos começaram. De ambos os lados.

Jessie era pequena, quero dizer, muito pequena. Seu bastão parecia mais longo do que ele. Ele se aproximou da base com uma confiança sem cerimônia e começou a acertar a primeira bola tão longe dos arbustos que eles nunca a encontraram. Fiquei pasmo, a multidão enlouqueceu e Mindy olhou para mim e piscou.

Este cenário impossível repetiu-se mais quatro vezes. Little Slugger Jessie foi uma sensação, um fenômeno em carne e osso. E com a pesquisa que eu estava fazendo sobre a física da manifestação, eu certamente queria descobrir o que fazia esse pequeno litro funcionar, assim como Mindy sabia que eu faria.

Quando a maior parte dos tapinhas nas costas terminaram, fui até ele no meio da multidão e perguntei se poderíamos sentar e conversar por um minuto. Quando chegamos ao topo da arquibancada eu disse: “Jessie, como você faz isso? Como você acerta tantos home runs?”

“Não sei”, ele ofereceu inocentemente, acenando um adeus casual para alguns de seus companheiros de equipe. “Cada vez que me levanto para rebater, sinto como será a conexão, e é o que sinto.”

Embora eu não soubesse disso na época, Jessie tinha acabado de descrever o princípio fundamental de manifestação conhecido como Lei da Atração, a física que cria cada momento do nosso dia.



Hoje Jess vive em grande estilo com uma esposa adorável, dois filhos lindos, uma casa com itens colecionáveis de suas viagens pelo mundo e um computador com o qual ele ganha grandes quantias de dinheiro gerenciando seus investimentos. Ele deixou de lado o beisebol como carreira porque queria ser seu próprio patrão em seu próprio tempo. Como ele se tornou tão bem sucedido? Da mesma forma que ele bateu na bola: sentindo. Não apenas pelo pensamento, pela *sensação*!

“Condição Humana”, Meu Pé

Nunca lhe pareceu bizarro que nossas vidas fossem tão difícil quando somos todos tão brilhantes? Aqui estamos nós, esta espécie extremamente inteligente que pode dividir átomos, voar até a lua e criar os Flintstones, mas estamos todos correndo por aí explodindo uns aos outros, tendo ataques cardíacos ou morrendo de fome. Isso não faz sentido. Como entramos nessa bagunça? Ou é apenas a chamada condição humana?

Tudo começou há incontáveis eras, com as primeiras declarações falsas daqueles que desejavam o poder, que proclamavam que as nossas vidas giravam em torno e eram o resultado de circunstâncias sobre as quais não tínhamos controle, incluindo sermos dominados por outros. Como é nisso que todos acreditam há eras incontáveis, é nisso que ainda acreditamos até hoje.

E assim, como nossos pais antes de nós e os deles antes deles, há Deus sabe quantos milhares de anos atrás, nós lutamos, batemos, nos esforçamos, nos preocupamos e morremos muito antes do nosso tempo devido às demandas desnecessárias da vida. . Acreditávamos que fosse a condição humana, parte da infeliz aflição que passamos a chamar de realidade.

Mas a condição humana é um mito. E assim, aliás, é o que chamamos de realidade.

A verdade é que, no nosso estado natural cotidiano, temos a capacidade sagrada de manobrar esta coisa chamada “nossa vida” para ser da maneira que quisermos. *De qualquer forma!* Bar nada! De uma família feliz a uma camada de ozônio preenchida.

Então, por que os zilhões de livros escritos sobre como ter tudo, como pensar e ficar rico, como visualizar nosso caminho para o sucesso e como adquirir poder através do

pensamento positivo não nos mostraram como nos ajudar a sair dessa bagunça? ? Simples! Cada um desses livros deixou de fora a chave mais importante de todos os tempos para a vida e o viver:

Criamos pelo sentimento, não pelo pensamento!

É isso mesmo, conseguimos o que conseguimos pela forma como nos sentimos, não tentando encaixar as coisas no lugar ou controlar nossas mentes. Cada acidente de carro, promoção no emprego, amante excelente ou péssimo, conta bancária cheia ou vazia chega até nós pela lei mais elementar da física: semelhante atrai semelhante. E como a maioria de nós não se sentiu muito entusiasmada com o que tivemos durante a maior parte de nossas vidas, nos tornamos mestres altamente talentosos em atrair uma superabundância de circunstâncias que preferiríamos não ter.

Você quer um carro novo? Você entendeu! Você quer trabalhar com sucesso por conta própria? Você entendeu! Você quer fechar esse negócio? Fazer mais dinheiro? Tem um ótimo relacionamento? Viver sem medo? Ter uma vida espiritualmente plena? Tem excelente saúde, liberdade, independência? Você acertou, *se* souber como *fazer com* que isso aconteça.

A Lei da Atração – semelhante atrai semelhante – é absoluta (e não tem nada a ver com personalidades). Ninguém vive além desta lei, pois é a lei do universo. Acontece que, até recentemente, nunca nos apercebemos de que a lei também se aplica a nós. Esta é a lei por trás do sucesso ou do fracasso. É o que causa danos ou fatalidades. É, direto ao ponto, o que comanda cada momento de nossas vidas.

Portanto, se quisermos mudar as nossas vidas, ou trazer maior abundância, ou saúde, ou segurança, ou felicidade de qualquer tipo, só temos que aprender os passos simples de manipular os nossos “sentimentos”, e um novo mundo de abundância. abre para perguntar.

Fomos ensinados ao contrário

A maioria de nós não tem ideia de como conseguimos o que conseguimos na vida. Primeiro, há aquela longa lista de coisas que queremos e nunca conseguimos, nem

esperamos conseguir. Depois, há aquela lista ainda mais longa de todas as coisas que não queremos, mas que parecemos conseguir com uma regularidade desanimadora. Ninguém é culpado por esta incessante destruição de sonhos. Fomos ensinados ao contrário.

Provavelmente a coisa mais destrutiva que nos ensinaram é que a vida nasce de uma série de circunstâncias que nos são servidas nesta bandeja gigantesca chamada Pot Luck, ou Destino, começando sempre pelos pais em que nascemos e pelo ambiente em que vivemos. cresceu. Se nascemos ricos, tivemos um sorteio. Se nascêssemos pobres, a luta seria o nosso destino mais comum. Se encontramos a felicidade, foi pelo toque querido da Senhora Sorte. Se algum idiota bêbado nos atropelasse na estrada, seria um destino podre.

Fomos ensinados que só ganhamos quando trabalhamos, que ação é a palavra mágica. Faça, faça, faça; trabalhar, trabalhar, trabalhar, esforçar-se, suar, labutar e, se tivermos sorte, poderemos sair na frente.

Fomos ensinados por anciãos amorosos e equivocados a sermos cautelosos e cautelosos. “Não suba na árvore, querido, ou você cairá.” “Não use essa coisa boba, ou as pessoas vão rir.” “Não se esqueça de trancar as portas ou você será assaltado.” Nós nos tornamos uma espécie tão defensiva que toda a nossa vida gira em torno de credos temerosos de Seja Cuidadoso, Seja Cauteloso, Esteja Seguro e Protegido. Deus nos livre de baixarmos essa guarda!

Mas o maior obstáculo para vivermos nosso potencial vem da época em que éramos pequenos, quando éramos treinados para procurar o que há de errado — em tudo! Com os nossos empregos, os nossos carros, os nossos relacionamentos, as nossas roupas, as nossas formas, a nossa saúde, as nossas autoestradas, o nosso planeta, a nossa fé, o nosso entretenimento, os nossos filhos, o nosso governo e até os nossos amigos. No entanto, a maior parte do mundo não consegue sequer concordar sobre o que é certo ou errado, por isso guerreamos, fazemos greves, manifestamo-nos, fazemos leis e recorremos a psiquiatras.

“Essa é a vida”, você diz. “Temos que encarar o bom com o ruim, os altos com os baixos. Temos que estar atentos, trabalhar duro, fazer as coisas direito, estar atentos e esperar uma pausa. Sim, é assim que a vida é.”

Não, não e NÃO! Simplesmente não é assim que a vida real é, e é hora de encararmos como realmente criamos o que temos em nosso mundo, nossas contas bancárias vazias ou cheias, nossos empregos grandiosos ou chatos, nossa boa ou má sorte, e tudo mais. outra coisa nesta arena que chamamos de realidade com tanta indiferença.

Como fazemos isso? Não ria; tudo vem de. . . *como estamos vibrando!*

Olha, mãe, estou vibrando

Tudo neste mundo é feito de energia: você, eu, a pedra, a mesa, as folhas da grama. E como a energia é na verdade vibração, isso significa que tudo o que existe vibra. Tudo! Incluindo você e eu.

Os físicos modernos finalmente concordaram que energia e matéria são a mesma coisa, o que nos leva de volta ao ponto de partida: que tudo vibra, porque tudo – quer você possa ver ou não – é energia. Energia pura, pulsante e sempre fluindo.

Mas mesmo que haja apenas uma energia, ela vibra de forma diferente. Assim como o som que sai de um instrumento musical, alguma energia vibra rápido (como notas altas) em frequências altas, e outra vibra lentamente (como notas graves) em frequências baixas. Ao contrário dos tons de um instrumento musical, no entanto, a energia que flui de nós vem de nossas emoções altamente carregadas para criar padrões de ondas *eletromagnéticas* de energia altamente carregadas, tornando-nos poderosos - mas voláteis - ímãs ambulantes.

Isso é legal, mas quem se importa? Bem, se você quiser saber por que teve que lutar tanto em sua vida, você sabe! Se você quer saber como mudar sua vida para ser exatamente do jeito que você quer, é melhor tomar cuidado, porque as vibrações eletromagnéticas que você emite a cada fração de segundo de cada dia são o que trouxeram - e continuam a trazer traga - tudo para sua vida, grande ou pequeno, bom ou ruim. Tudo! *Sem exceções.*

De sem comissões a sem comissões

A Califórnia Central é uma meca para quem gosta de vender terras. Fazendas de gado, vinhedos, resorts, empreendimentos residenciais, fazendas leiteiras, comunidades planejadas; se você tiver o conhecimento e a paciência para trazer um acordo à mesa onde todas as partes estão ansiosas para assinar, você pode ganhar uma fortuna com as comissões gigantescas.

Tom era um conhecido meu que fazia exatamente isso com uma regularidade escandalosa. Ele era um corretor de imóveis de quarenta e poucos anos (tínhamos mais ou menos a mesma idade) e um profissional reconhecido em vendas de terrenos comerciais.

Eu tinha acabado de vender outro negócio em Los Angeles e me mudado para a costa central sem ter ideia do que fazer a seguir, até conhecer Tom. Em poucos meses, adquiri minha licença imobiliária e comecei meu aprendizado sério sob a tutela magistral de Tom em seu conhecido escritório imobiliário. Como minhas vendas engordariam tanto o bolso dele quanto o meu, ele reservou um tempo para me ensinar bem. Passávamos longas horas analisando comparações de colheitas de uvas, testes de solo e rendimentos potenciais de ração de vários segmentos de terra que seriam capazes de sustentar um número “X” de gado. Considerando que o mais próximo que já estive de uma vaca ou gado foi leite e bife comprados em lojas, e que, embora eu já tenha bebido muito, o que sabia sobre vinhos caberia na cabeça de um alfinete, achei a instrução fascinante.

Tom trabalhou comigo durante meses antes de me permitir molhar os pés. Enquanto aprendia sobre esse novo mundo, também desenvolvia um plano para comercializar terras no centro da Califórnia para compradores offshore. Quando terminei a primeira fase do meu aprendizado, já havia formado a imobiliária especializada Western Lands, EUA, junto com um conceito de marketing tão impecável que me perguntei por que ninguém havia pensado nisso antes de mim.

Foi aí que cometi meu primeiro erro. Meu plano era tão fácil, tão infalível, tão pronto e maduro para produzir grandes vendas, que eu simplesmente sabia que devia haver algo

errado com ele. Foi bom demais. Tudo aconteceria muito rápido. Alguém iria roubá-lo. Na verdade, foi tão bom que me assustou completamente.

Finalmente chegou o dia. Eu estava mostrando meu primeiro pedaço de terra, um grande rancho com vista para o magnífico litoral de Big Sur, Califórnia. Não só o preço estava na casa dos milhões, mas a comissão seria muito maior do que eu ganhei coletivamente durante toda a minha vida profissional. Em poucas semanas, comprador e vendedor concordaram. Fiz uma venda e entrei em pânico instantâneo.

Tom ficou satisfeito; todos ficaram satisfeitos; Fiquei apavorado. E quanto mais perto chegávamos do fechamento, mais paranóico eu ficava. Era tudo bom demais para ser verdade, fácil demais, incrível demais. Meu estômago embrulhou como uma máquina de lavar embalada.

Tom zombou dos meus medos, dizendo-me o quão orgulhoso ele era meu, e que ele nunca tinha visto um negócio tão limpo e descomplicado. Mas eu estava uma pilha de nervos. Era muito irreal, isso nunca aconteceria. E isso não aconteceu! No dia — no *dia* — em que a grande venda seria fechada, o comprador encontrou um motivo legal para desistir. Meus piores medos se concretizaram.

Isso aconteceu mais duas vezes, até que finalmente disse a Tom que simplesmente não conseguia lidar com a pressão e o estresse desses fechamentos de grandes comissões que chegaram ao limite, mas nunca aconteceram. Tudo o que ele disse foi: “Querida, você os surpreendeu com seus medos. Você tem que sentir aqueles pequenos otários se aproximando, sentir-se apertando a mão de todo mundo e sentir-se comemorando. Você tem que saber que vai funcionar, querido, ou acredite em mim, nunca funcionará. Se você não consegue sentir isso acontecendo, não acontecerá.”

Eu não tinha ideia do que ele estava falando. Depois que a primeira venda fracassou, mergulhei em todos os livros mais vendidos sobre pensamento positivo e como ficar rico rapidamente. Mas quando mais duas vendas explodiram na minha cara, também poucos dias e horas após o fechamento, decidi que essa terra da fantasia em potencial não era para

mim e optei por abrir uma empresa hipotecária, que tinha consideravelmente menos apreensão envolvida.

Só anos depois, quando finalmente me envolvi com a Lei da Atração, é que percebi o que Tom queria dizer. Mesmo sem perceber o que estava fazendo, Tom aprendeu a controlar a energia a seu favor. Instintivamente, ele sabia que fechar negócios significava mais do que apenas pensar grande, pensar positivo ou fazer bons contratos. Tom, assim como Jessie, de alguma forma sabia que você precisava *sentir* seus desejos se concretizarem.

Diapasões e a Lei da Atração

Nos anos 30, alguns rapazes do Oriente tentavam provar que os pensamentos eram coisas reais e que diferentes tipos de pensamentos criam diferentes tipos de vibrações. Então eles decidiram ver se conseguiam realmente fotografar vibrações de pensamento. E, caramba, eles conseguiram, através de paredes de aço, um experimento que foi replicado muitas vezes desde então.

Mas também provaram outra coisa talvez ainda mais importante. Eles descobriram que quanto mais emoção o pensador/emissor carregava em seus pensamentos, mais clara a imagem se tornava! Esses sujeitos foram possivelmente os primeiros a provar que existe energia magnética ligada aos nossos pensamentos e que o pensamento é impulsionado pelas nossas emoções. O que eles perderam, porém, é que, como as ondas vibracionais (emoções) que emitimos são carregadas magneticamente, somos literalmente ímãs ambulantes, atraindo constantemente de volta para o nosso mundo qualquer coisa que esteja tocando na mesma frequência ou comprimento de onda.

Por exemplo, quando estamos nos sentindo bem, cheios de alegria e gratidão, nossas emoções estão enviando vibrações de alta frequência que irão magnetizar apenas coisas boas de volta para nós, ou seja, qualquer coisa com a mesma frequência vibratória elevada que corresponda ao que estamos enviando. fora. Semelhante atrai semelhante.

Por outro lado, quando experimentamos algo que *não é alegria*, como medo, preocupação, culpa ou mesmo uma preocupação leve, essas emoções emitem vibrações de

baixa frequência. Como as frequências baixas são tão magnéticas quanto as frequências altas, elas atrairão apenas coisas ruins de volta para nós, ou seja, qualquer coisa dessa mesma frequência baixa que nos fará sentir (e vibrar) tão ruim quanto o que estamos enviando fora. Crud fora, crud de volta; é sempre uma correspondência vibracional.

Portanto, seja alegria de alta vibração ou preocupação de baixa vibração, o que estamos oferecendo vibracionalmente a qualquer momento é o que estamos atraindo de volta. Somos os iniciadores das vibrações, portanto os ímãs, a causa. Goste ou não, nós criamos – e estamos criando – tudo. Podemos ser de carne e osso, mas antes de mais nada somos energia – energia magnética! O que nos torna ímãs vivos e respiradores. (Você não adora isso? Você pode *pensar* que é presidente de uma empresa Fortune 500, ou mãe e esposa, ou orador da turma, ou mecânico de linha aérea, mas o que você realmente é é um ímã ambulante! Ah, você mal sabia.)

Por mais louco que possa parecer, já é hora de acordarmos para o fato de que somos seres eletromagnéticos viajando por aí com essa capacidade incompreensível de magnetizar para nossas vidas tudo o que desejamos no mundo, controlando os *sentimentos* que vêm de nossos pensamentos.

Mas porque existimos neste planeta num campo de energia predominantemente de baixa frequência, nascido de mais de seis mil milhões de pessoas que vibram mais sentimentos de stress e medo do que de alegria, involuntariamente absorvemos essas vibrações e reagimos a elas. O que significa que, até que aprendamos conscientemente a ignorar as baixas frequências generalizadas em que existimos, continuaremos a reciclar resultados desagradáveis nas nossas vidas, dia após dia cansativo. Assim como nadar em água salgada, se não lavarmos os resíduos, mais cedo ou mais tarde isso nos deixará extremamente desconfortáveis.

Simplesmente não há como evitar isso; a maneira como sentimos é a maneira como atraímos. E na maioria das vezes esses sentimentos vêm de nossos pensamentos, estabelecendo reações eletromagnéticas instantâneas em cadeia que, em última análise,

fazem com que as coisas aconteçam, sejam criadas, retidas ou destruídas (como minhas grandes encomendas).

Então, mais uma vez: nossos sentimentos saem de nós em ondas eletromagnéticas. Qualquer que seja a frequência emitida, atrairá automaticamente a sua frequência idêntica, fazendo com que as coisas aconteçam - boas ou más - ao encontrar as vibrações correspondentes.

Vibrações elevadas e felizes atraem circunstâncias vibracionais elevadas e felizes. Vibrações baixas e nojentas atraem circunstâncias vibracionais baixas e nojentas. Em ambos os casos, o que volta faz com que nos sintamos tão altos ou baixos quanto o que estávamos transmitindo (sentindo), porque é uma correspondência vibracional exata com o que enviamos.

É o mesmo princípio de um diapasão. Toque um diapasão em uma sala cheia de todos os tipos diferentes de diapasões calibrados para vários tons, e apenas aqueles calibrados para a *mesma frequência* daquele que você acabou de tocar também tocarão, mesmo que estejam do outro lado do Astrodome. Forças semelhantes se atraem; é uma regra clássica da física.

Mas, ao contrário de um diapasão, que nunca muda sua frequência tonal, nós, humanos, com nossas emoções em constante mudança, mudamos de direção. nossas frequências e intensidades magnéticas espalhadas por todo o lugar, como bolas de loteria em uma máquina de sopro. Num minuto podemos estar tão altos quanto uma pipa e tão poderosos quanto o sol e, no minuto seguinte, tão ligados energeticamente quanto uma caixa de papelão debaixo do sofá. O que nos faz mudar dessa forma vem dos tipos de *sentimentos — e da intensidade* — que estamos tendo: de uma felicidade morna para um caminho para cima, ou de apenas um blá para um caminho para baixo.

Então, em vez de sermos um diapasão constante e certo, somos mais como um monte deles agrupados, cada um com um tom ou frequência diferente, e coletivamente pingando aleatoriamente em todos os lugares com nossos movimentos para cima e para baixo, para cima. - emoções negativas. Como em um minuto estamos com um ping alto e no

minuto seguinte estamos com um ping baixo, fazendo com que uma frequência cancele a outra, nada muda em nossas vidas, ou pelo menos não muito rapidamente.

Só que não somos diapasões. O que volta para nós como resultado da confusão de energia emocional desfocada (vibrações) que vomitamos a cada instante raramente são pequenos sinais agradáveis, mas uma procissão implacável de eventos e circunstâncias confusos, acertos ou erros, não planejados.

Escusado será dizer que o que temos criado com todo esse fluxo indiscriminado de energia é, na pior das hipóteses, puro pandemônio e, na melhor das hipóteses, uma vida de segunda categoria, à medida que continuamos a magnetizar em nossa existência cotidiana cada experiência, pessoa, jogo, acontecimento. , encontro, incidente, evento, perigo, ocasião ou episódio *pela forma como estamos vibrando*. O que significa sentimento.

Contas, contas, contas

Tomemos como exemplo um tema que não é muito favorito: pagar contas. A menos que você esteja em uma situação financeira excelente, como você geralmente se sente quando chega a hora de pagar as contas? Entusiasmado? Exaltado? Eufórico? Não é provável. Que tal preocupado, ansioso ou simplesmente deprimido? Junte-se ao grupo!

Bem, o problema é o seguinte: é por causa desses mesmos sentimentos de desespero que continuamos tendo tanta dificuldade com as contas! Por que? *Porque tudo o que sentimos é o que estamos vibrando, e tudo o que estamos vibrando é o que estamos atraindo*. Lei universal. É assim que as coisas são.

Tony, sua esposa, Ginger, e eu nos reuníamos regularmente para comparar notas sobre nosso progresso com a Lei da Atração. Graças a Deus eles estavam por perto, já que eram as únicas pessoas que eu conhecia que moravam por perto, onde eu poderia relaxar e comparar anotações.

Certa noite, quando estávamos terminando o jantar em minha casa, começamos a relembrar como era antes de nos envolvermos no controle da energia. A conversa foi leve e cômica até que Tony começou a falar sobre como tinha sido feio tentar pagar as contas sem dinheiro. Embora eu sempre tenha gostado da companhia deles, os sentimentos que

começaram a surgir a partir dessa conversa estavam me deixando desconfortável, pois só recentemente eu havia começado a sair de uma longa e difícil seca financeira. Eu queria que a conversa mudasse. Não aconteceu.

Tony sempre teve uma vida decente e, com os filhos crescidos e mortos, os dois poderiam ter se dado bem facilmente apenas com sua renda. Mas Ginger queria expandir seu trabalho novamente, então ela voltou para o negócio imobiliário que havia deixado anos atrás. Isso foi bem antes dos anos da Lei da Atração, mas mesmo assim ela se saiu muito bem. “Por que então”, eles lembraram enquanto eu servia o café, “nunca tínhamos dinheiro suficiente para pagar nossas contas?”

“Presumo que vocês se esforçavam demais sempre que Ginger fazia sucesso”, eu disse, na esperança de afastar o discurso emocional que eu sabia que estava surgindo sobre como era difícil viver sem dinheiro suficiente no banco.

“Claro que sim”, riu Tony. “Estávamos vivendo isso até percebermos em que confusão nos havíamos metido. Já havíamos refinanciado a casa, então essa não era uma opção. Nunca havíamos economizado muita coisa, então não tínhamos reservas para recorrer. E agora aqui estávamos nós com toda essa nova renda chegando, mas de alguma forma pior do que estávamos antes, com mais contas que não podíamos pagar. Se Ginger tivesse um bom fechamento, nós estavam quase bem. Mas se nada acontecesse para ela, estaríamos em sérios apuros e levaríamos meses para nos recuperar.”

“Uh huh, eu conheço o sentimento. Mas não é ótimo como tudo isso ficou para trás agora? Tentei levar a conversa para uma nova direção, mas Ginger não aceitou. Por alguma razão, ela precisava reviver aqueles dias dolorosos.

“Juro”, prosseguiu Ginger, “a cada mês ficava tão ruim que, quando chegava a hora de pagar aquelas bobagens — que adiei o máximo que pude —, ou eu tinha uma erupção na pele ou tinha uma enxaqueca. Eu retirava a pilha, colocava-a sobre a mesa e olhava para ela por um ou dois dias. Então eu tinha aquela sensação horrível na boca do estômago porque sabia que o que tínhamos que pagar e o que tínhamos no banco simplesmente não

correspondia. Então, eu escolheria uma conta e decidiria quanto poderia pagar. Foi terrível. Você sabe como foi isso, Lynn; você esteve lá.

“Mais vezes do que gostaria de contar”, refleti.

“Graças a Deus tudo mudou”, suspirou Tony, olhando com carinho para Ginger. “Mais um ano disso e você estaria cobrando meu seguro de vida.” Quando ele estendeu a mão para Ginger, meu coração se aqueceu quando vi seus olhos lacrimejarem com a felicidade que ambos estavam experimentando agora. Eles haviam superado sua situação financeira há alguns anos, transformando suas vidas em abundância e felicidade sublime. Eles aprenderam como comandar a energia. Que contentamento vibrava entre eles. E que longo caminho eles percorreram. Que longo caminho todos nós percorremos!

Tony, Ginger e eu passamos anos em vários graus de caos financeiro porque não sabíamos nada sobre como controlar nossa energia. Cada um à sua maneira, à medida que chegava a hora de pagar as contas e víamos quanto precisávamos mas não tínhamos, mais tensos ficávamos. Quanto mais nos concentrássemos naquilo que não tínhamos, mais cresceriam as nossas energias negativas, magnetizando ainda mais dívidas e menos rendimentos para compensá-las.

Nosso foco emocional na falta do que tínhamos continuava a atrair mais do mesmo de volta à nossa experiência, geralmente maior, mais cruel e mais desagradável do que no mês anterior.

O processo é como lançar um bumerangue, uma daquelas coisas que você lança para longe de você e que gira de volta para você pegar (ou dar uma surra se você não estiver olhando). O que enviamos – vibracionalmente – é o que recebemos de volta. Então, até que mudemos nossas vibrações, vamos trazer de volta para nós tudo o que enviamos.

Em outras palavras, se não pararmos de sentir — e de enviar — vibrações negativas, então as circunstâncias negativas serão tudo o que conseguiremos recuar!

Conseguimos aquilo em que focamos emocionalmente! Concentre-se no que queremos com paixão e entusiasmo, e pronto! Está a caminho. Concentre-se no que não

queremos com a mesma paixão (como preocupação, preocupação, etc.) e pronto! Também estará a caminho.

O universo não dá a mínima se queremos ou não queremos algo; funciona estritamente de acordo com o princípio da física que chamamos de Lei da Atração. Enviamos os sentimentos magnéticos, o universo entrega obedientemente. Não reage aos nossos apelos; ele responde apenas às nossas vibrações, que vêm puramente de como nos sentimos.

Importa o que causou os sentimentos em primeiro lugar? Não. Eles podem vir de um pensamento, de um evento externo ou apenas de um estado de espírito geral. Mas, independentemente de como sejam iniciados, os acontecimentos que constituem as nossas vidas provêm unicamente do fluxo de sentimentos que temos a cada momento, dia a dia, ano a ano.

Concentre-se, fique maior

Então vamos cair na real por um minuto. Ninguém está sugerindo que andemos por aí sendo bonzinhos o dia todo, tentando ficar felizes por termos sido demitidos, perdermos o trem ou perdermos as chaves do carro.

Mas fatos são fatos. Como o que enviamos é o que recebemos de volta, e como o que enviamos vem daquilo em que estamos nos concentrando, talvez seja conveniente prestarmos muito mais atenção ao que estamos pensando *e como isso acontece. nos fazendo sentir.*

Concentre-se no que queremos, e isso acontecerá se não o sabotarmos. Concentre-se naquilo que não queremos, e isso também acontece, geralmente com mais impacto do que inicialmente!

De volta às contas. Digamos que você esteja pensando muito sobre o quanto não gosta de pagá-los. Cada um desses pensamentos (que está muito vivo) carrega a vibração emocional, ou assinatura, de quando você o pensou, e sai para encontrar e conectar-se com outros pensamentos que tenham vibrações idênticas. Quando dois pensamentos com a

mesma intensidade emocional se juntam, eles vibram com mais força, numa frequência mais elevada e mais rápida do que um pensamento isolado.

Então agora, em vez de apenas um pequeno pensamento insignificante sobre suas contas, você tem um pensamento maior e mais poderoso do que tinha no início, porque toda vez que você pensa sobre isso, ele se junta e se aglomera junto com o aqueles que você enviou antes. Ah, mas tem mais.

Você não apenas tem seus *próprios* pensamentos desanimadores sobre as contas se acumulando lá fora e ficando maiores e mais poderosas com cada novo sentimento de abatimento que você envia, mas agora eles estão se juntando a outras bolas de pensamentos deprimentes na mesma frequência enviadas de outros pessoas. Sobre qualquer coisa. Eu as chamo de bombas de sucata. Eles se agrupam em frequências correspondentes de medo e ansiedade e podem facilmente voltar em sua direção, a menos que você se transforme emocionalmente. O que significa que, mais cedo ou mais tarde, uma ou mais daquelas bombas de lixo com todos os tipos de coisas desagradáveis ligadas a elas, provenientes das preocupações de todos os outros, voltarão e lhe darão um soco alto e forte *SE* você ainda estiver vibrando da mesma maneira e transmitindo seu comprimento de onda na mesma frequência.

Agora você tem uma verdadeira bagunça em suas mãos: mais contas do que você tinha em primeiro lugar, junto com muito mais circunstâncias desagradáveis que podem ou não ter a ver com o pagamento dessas contas. Seu carro quebra e você não tem dinheiro para consertá-lo. Sua lavadora quebra. Seus filhos quebram a janela de alguém. Seu cachorro ataca alguma alma legal para passear. E no domingo do Super Bowl, com uma casa cheia de fãs fanáticos, sua TV explode.

Seu “ímã de atração” é poderosamente ativado com aquela vibração deprimente carregada de emoção e continuará atraindo mais lixo como um farol até que você mude essa vibração. Depois de fazer isso, o bumerangue não retorna; outra pessoa será atingida em vez de você. É uma pena para eles, mas pelo menos você está livre disso. Por agora.

Vamos dar atenção a um item mais agradável, como um carro novo. Se você se concentrar no carro que deseja, e continuar focando e focando, você conseguirá. Mas se você se concentrar no fato de que ainda não chegou, ou na falta dele, *ou em como você não pode pagar*, então é exatamente isso que você atrairá: muito mais “sem carro”.

Então você diz: “Bem, isso só prova que essas coisas não fazem sentido; Há anos que me concentro no que quero, nomeadamente mais dinheiro, e ainda não o tenho.”

Certo! Porque primeiro tem o assunto do dinheiro, depois tem o assunto da *falta* de dinheiro! E adivinhe no que 99,9% de nós temos nos concentrado na maior parte de nossas vidas? Certo de novo.

Conseguimos aquilo em que nos concentramos. Concentre-se na *falta* do que queremos e teremos a garantia de obter mais porque, por meio de vibrações correspondentes, *nós o magnetizamos*. Lei da Atração, pura e simples.

Quatro etapas para sair

Então aqui está de novo: quanto mais pensamos em algo, mesmo com uma emoção fraca, maior e mais poderoso esse algo se torna em nossa vida, independentemente de ser a falta do que queremos ou a própria coisa.

Se dissermos: “Quero uma saúde perfeita” e pensarmos emocionalmente sobre uma saúde perfeita o tempo todo, ou a teremos agora ou ela estará a caminho. Mas se dissermos: “Não quero a doença” e pensarmos emocionalmente sobre isso com bastante frequência, estaremos optando por problemas de saúde porque o nosso foco está na doença.

Se pensarmos muito em querer uma casa nova e pudermos sentir nós mesmos nele, está a caminho. Mas se dissermos constantemente: “Não quero mais morar neste lugar”, ficaremos por aqui por um tempo.

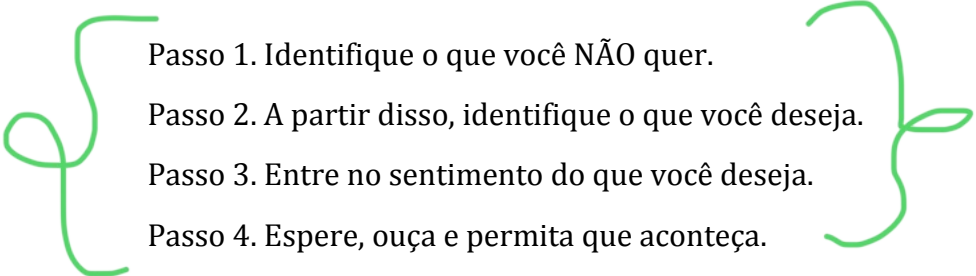
Se pensarmos emocionalmente sobre algo por tempo suficiente, seja algo que queremos ou não, isso virá ao nosso mundo, gostemos ou não.

O que chega até nós não tem nada a ver com o que estamos fazendo fisicamente, ou com o quão dignos somos, ou com o quão bons somos, ou com qual possa ser o nosso

destino inexistente. Tem apenas a ver com a forma como estamos vibrando! O que significa sentimento. O que significa atrair. Período!

Então aqui está o que mamãe e papai nunca nos contaram, porque mamãe e papai nunca souberam. E aqui está o que todo livro de pensamento positivo ou palestrante motivacional tem namorado, mas nunca se casou porque, honestamente, também não sabia.

Aqui estão os quatro passos para a criação deliberada, os quatro passos que são garantidos — isso mesmo, *garantidos* — para trazer para a sua vida qualquer que seja a sua paixão e muito, muito mais. São garantidos porque são a lei universal, os princípios básicos dos quais toda a criação surgiu. Agora eles são seus, se você quiser.



Passo 1. Identifique o que você NÃO quer.

Passo 2. A partir disso, identifique o que você deseja.

Passo 3. Entre no sentimento do que você deseja.

Passo 4. Espere, ouça e permita que aconteça.

É isso. Isso é tudo que há para fazer. À medida que você entra no ritmo desta nova jornada notável, as coisas parecem mudar magicamente em todas as áreas da sua vida. Preocupações, preocupações, dúvidas e medos passam de um zumbido constante e sempre presente a uma ocorrência incomum em questão de semanas, e você pode realmente ver e sentir isso acontecendo todos os dias.

Sua saúde muda. Sua conta bancária fica lotada. Seus relacionamentos fazem tudo o que você gostaria que eles fizessem. Fechamento de vendas. Promoções acontecem. A vida se torna uma alegria diária. É real. Você pode ver isso funcionando. E então você sabe, você realmente sabe, o único que está no comando do seu navio é você. Realmente, realmente é. . . só você!

Não há mais vítimas

Ao embarcarmos nesta aventura de viver a Lei da Atração, chegamos muito em breve à conclusão bastante perturbadora de que realmente não existe vítima, e que continuar a jogar o jogo de ser vítima de qualquer coisa ou de alguém garante apenas descontentamento contínuo com a emissão implacável de baixas vibrações.

Ah, claro, o resto do mundo ainda está fazendo isso, culpando “eles” pelo que aconteceu, e não por seus sentimentos; culpar as “circunstâncias” pela sua má sorte e não pelos seus sentimentos; culpar o bêbado da rodovia, ou o chefe podre, ou a economia, ou Deus por bagunçar tudo, em vez de culpar seus sentimentos.

Podemos ter sido ensinados, e portanto ter acreditado, que vivemos à mercê dos outros, ou do destino, ou da sorte, ou do acaso; certamente é assim que vive a maioria das pessoas neste planeta. Mas uma vez que você começa a ver a Lei da Atração em operação, você finalmente entende que não existe vítima; Nunca foi, nunca será. Não existe boa sorte, azar, boa sorte ou coincidência. Não há destino, destino ou providência. Não há nenhum grande juiz no céu que avalie o quão certo ou errado você esteve. Não há carma de vidas passadas nem penitência. Isso é tudo coisa de vítima. E não há nenhuma vítima entre nós, apenas cocriadores em pensamentos e sentimentos, ímãs poderosos que atraem, como abelhas ao mel, a frequência correspondente de nossas vibrações sempre fluidas.

Você nunca mais terá que acreditar que circunstâncias externas controlam sua vida. Você nunca mais terá que acreditar que é errado querer. Você nunca mais terá que acreditar que algum grande poder fora de você está puxando os cordelinhos, ou que alguém ou alguma coisa além de você está no controle. Você nunca mais terá que ter medo “deles” ou “isso”, não importa quem ou o que sejam, a menos que você assim escolha.

Então, como entramos nessa bagunça? Você entendeu! Mais de seis bilhões de pessoas (além de muitas outras que existiram ao longo de incontáveis séculos) nasceram em ambientes vulneráveis, carentes e medrosos. vibrações, todos focando no que não querem e conseguindo mais.

Nunca foi planejado que fosse assim, mas em nosso estado de ansiedade de necessidade de encontrar uma razão pela qual as coisas nunca parecessem acontecer do jeito que queríamos, percebemos que a culpa deveria ser de algum fator separado de nós: o governo , a economia, nosso chefe, nosso casamento, nossa formação, nossa educação, nossa péssima sorte, até mesmo Deus.

Ou talvez tenha sido porque não éramos dignos, não estávamos à altura, estávamos muito cheios de pecados, não tínhamos sido totalmente testados ou não havíamos, de uma forma ou de outra, pago o que devíamos.

A realidade – a *verdadeira* realidade – é que já somos dignos, não há teste para passar e o pecado nada mais é do que uma abominação feita pelo homem para fomentar o controle dos outros.

A *verdadeira* realidade é que viemos aqui para prosperar e prosperar, e viver esta grande experiência humana com alegria despreocupada, não com luta e dor. Viemos aqui para nos divertir enquanto aprendemos, para crescer sem sofrimento e para colher nossos desejos com a certeza absoluta de que podemos ter tudo uma vez que aprendermos como administrar nossas energias. . . significado . . . nossas emoções.

Vimos aqui com uma liberdade de escolha garantida, imposta pela própria natureza da nossa existência. Chegou a hora de exercermos esse direito de nascença. Não estamos presos na teia de ninguém. Não estamos vinculados a nenhuma circunstância. Somos vítimas de nenhuma condição. Em vez disso, somos seres que possuem a capacidade sagrada de implementar qualquer desejo estranho que as nossas mentes ilimitadas possam inventar, pois possuímos liberdade de escolha irrestrita, irrestrita e incontestada, não importa quais sejam essas escolhas.

É hora de acordar. É hora de lembrarmos como fazer essas escolhas acontecerem. É hora de tirar a cabeça da areia e aceitar que não é por acaso que conseguimos o que conseguimos na vida. É hora de pararmos de criar a partir da configuração padrão inadequada e lembrarmos dos segredos da sabedoria antiga que conhecíamos tão bem

antes da história registrada, sabedoria que nos permitiu criar nossas paixões com uma intenção simples. Está na hora.

Você merece tudo isso. Você merece ter todas as suas aspirações realizadas, não importa quais sejam. Você só precisa desejá-lo e *senti-lo*, e uma nova vida de felicidade extraordinária será sua. Não pode ser; *vai* ser! Essa é uma garantia cósmica.

OceanoofPDF.com

capítulo dois



nosso gênio mágico

• • • • •

O processo de criação é o mesmo em todos os lugares, seja em um star system ou em jeans de grife. Pense em algo que você infundiu com o sentimento apropriado. . . o que cria a vibração apropriada. . . e aí vem.

Todos os pensamentos positivos do mundo não farão diferença, nem ser uma pessoa boa e de coração generoso, nem orando, visualizando e meditando até o amanhecer, nem mesmo batendo a cabeça contra inúmeras paredes de pedra em nossas fervorosas tentativas de capturar sonhos de toda a vida. Nada disso criará nada até que lancemos a vibração magnética para atrair esses sonhos através do nosso gênio mágico infalível chamado sentimentos, aquela autoridade eletromagnética da qual os sonhos são feitos.

Apenas dois tipos

Você pode pegar todos os livros já escritos sobre sentimentos e emoções, todas as aulas já ministradas sobre os obscuros mistérios freudianos da mente, todos os grupos de aconselhamento que já tentaram nos colocar em contato com aquela obscura criança interior, e qualquer outra pessoa que tente. para nos mostrar como emancipar aquelas coisas assustadoras que chamamos de sentimentos, e resumir todas as técnicas sofisticadas em um remédio simples para criar uma vida abundante e plena:

Aprenda a identificar um sentimento bom de um sentimento ruim.

É isso. Aprenda a fazer isso e você terá o curso feito. Você pode criar qualquer coisa que seu coração desejar.

Este é o segredo que nos transforma em criadores deliberados em vez de criadores por acidente. Este é o poder que transforma o pensamento positivo em realidade, a simples arte de ser capaz de identificar um sentimento bom de um sentimento ruim. Isso é tudo; fim da aula.

Não se preocupe, esses tipos de sentimentos não têm nada a ver com desenterrar o lixo do seu passado ou confrontar qualquer bicho-papão que possa estar residindo atualmente em seu armário emocional. Eles são apenas os sentimentos mais variados que temos o dia todo. Mas depois que você aprender a controlar quais são bons e quais não são tão bons, você estará livre para voltar para casa.

Este é o âmago da questão. É disso que se trata “boa sorte”. É isso que fecha a grande venda, consegue a casa à beira-mar, promove a boa saúde, traz realização espiritual e deixa

confortável somas no banco! Aprenda a diferenciar um sentimento maravilhoso de um sentimento deprimente do dia a dia e observe a mágica acontecer.

Engolindo Vidro

Os sentimentos, aquelas coisas das quais todos temos tanto medo se forem negativos, nada mais são do que cargas eletromagnéticas de energia que percorrem nosso corpo, desencadeadas por nossos pensamentos. A única razão pela qual nos esforçamos tanto para evitá-las é que algumas dessas emoções negativas não são tão intensas. Não gostamos da sensação que eles nos dão. Então, nós os enfiamos bem fundo, onde pensamos que não precisamos mais lidar com eles, e onde, francamente, eles estão criando o inferno com o nosso magnetismo.

Por enquanto, vamos apenas dar uma olhada naqueles que conhecemos e que não ficam enterrados, começando com nosso hábito diário de sentir-se mal. Isso pode significar qualquer coisa, desde flat-line (que é o nosso estado diário normal de nem para cima nem para baixo, apenas existindo), até um pouco para baixo, até uma raiva estrondosa.

Sentimo-nos *mal* quando temos qualquer tipo de pensamento que não tenha a ver com alegria, como culpa, solidão, raiva, ressentimento, preocupação, dúvida, frustração, estresse, até mesmo uma leve preocupação. Todos esses são pensamentos baseados no medo que vibram dentro de nós em uma frequência extremamente baixa, e é por isso que não nos sentimos bem. Eles são totalmente contrários ao nosso estado natural de alta frequência.

Por outro lado, nos sentimos *bem* quando temos pensamentos que têm a ver com alegria, como apreciação, deleite, prazer, alegria, entusiasmo, reverência, admiração, gratidão, amor, todos aqueles sentimentos calorosos que apreciamos quando acontecem. A razão pela qual esses pensamentos são tão bons para nós é porque eles vibram em alta frequência, o que definitivamente é o nosso estado natural.

Ninguém pode engolir vidro cortado e esperar se sentir bem, mas é isso que fazemos o dia todo com nossos pensamentos e sentimentos sombrios. Nós literalmente nos banhamos em energia negativa inconsciente (de nossos próprios pensamentos e também

dos de todos os outros). . . qual é totalmente contrário ao nosso estado natural de alegria. . . é por isso que raramente nos sentimos entusiasmados. Não podemos. Não enquanto estivermos nadando o dia todo na energia de baixa frequência que consideramos perfeitamente normal.

Torna-se assim um círculo vicioso: tanto os nossos sentimentos diários conscientes como inconscientes, que consideramos normais, estão a enviar vibrações negativas não naturais por todo o nosso corpo. . . que nos fazem sentir deprimidos, ou blá, ou como se estivéssemos simplesmente existindo, ou como se não tivéssemos nenhum sentimento. Como todos esses sentimentos são vários graus de fluxo de energia de baixa frequência, e como tudo o que emitimos são vibrações de baixa frequência, então eventos de baixa frequência e de segunda categoria são tudo o que estamos atraindo de volta. O que nos faz sentir para baixo. . . que emite mais vibrações de baixa frequência. . . que atrai mais circunstâncias de baixa frequência. . . o que nos faz sentir para baixo. E giramos e giramos e giramos.

Sorrisos de Pat

Há alguns anos, em um dos meus seminários de fim de semana sobre a Lei da Atração, havia uma garota atraente de trinta e cinco anos (vou chamá-la de Pat) que simplesmente não conseguia parar de ser legal. Bom, dois sapatos, lindos.

Ela me elogiou pelas minhas roupas (eu uso moletons e jeans furados nesses seminários). Ela babava gratificações verbais em cima da cozinheira. Ela estava sempre elogiando os participantes por sua franqueza sincera, pois eles correlacionavam certos acontecimentos desagradáveis do passado com os sentimentos desanimados do presente. Para alguém tão abertamente ensolarado, essa garota estava me dando nos nervos de baixa vibração.

Depois que a sessão da primeira noite terminou e fizemos nosso lanche antes de dormir, Pat saiu da sala de jantar, foi direto para a grande lata de cinzas de cigarro colocada do lado de fora da porta e caiu de cara em uma poça de lama. Ela se levantou toda alegre. Algo estava definitivamente errado aqui.

No dia seguinte foi Pat, como sempre: elogios, elogios, pequenos sorrisos perpétuos e mais acidentes. Ela esbarrou em uma cadeira na sala de jantar, derramando sua xícara de café fresco no prato de alguém. Ela engoliu um doce da maneira errada durante a história verdadeiramente comovente de alguém e teve que receber a manobra de soco no estômago, após a qual ela não conseguia parar de acenar em agradecimento ao urso de um cara que salvou sua vida. Pat não foi um acidente esperando para acontecer; ela era um acidente perpétuo em andamento.

Finalmente, com o estímulo dos participantes, a história de Pat começou a se desenrolar. Ela veio de uma família profundamente religiosa em que “ser bom” era o que você fazia. O ditador desse estilo de vida severo era o pai dela, que também era ministro da igreja deles e, ainda por cima, ministro de terceira geração! Portanto, esse “mostre apenas bondade para o mundo, não importa como você se sinta” estava tão profundamente enraizado nela por seu pai que Pat realmente acreditava que esse era um comportamento apropriado. E poderia ter sido, se não fosse pelos fortes sentimentos internos de animosidade que acompanhavam seus sorrisos.

“Eu costumava odiar ter que ser tão correta e lisonjeira o tempo todo, especialmente com os mais velhos”, disse ela calmamente durante uma sessão. “Elogiar os adultos me apavorava, mas eu tinha que fazer isso. O tempo todo, eu tinha que fazer isso.”

A vida atual de Pat era uma bagunça. Embora ela tivesse um diploma universitário, ela nunca passou do nível inicial onde quer que trabalhasse. Ela já havia passado por três casamentos e tinha tido sinistros de acidentes suficientes para ter seu seguro automóvel cancelado. Sua vida tinha sido mais extrema do que a maioria, mas a maioria de nós conseguia se identificar de uma forma ou de outra. Com sua permissão, começamos a dissecar sua vida no que se referia aos seus sentimentos.

Os resultados foram impressionantes. Não demorou muito para que todos percebessem como os sentimentos de confusão, hostilidade e indignidade, de longa data, mas ocultos, de Pat criaram uma onda constante de vibrações muito baixas com cada elogio ou sorriso que ela emitia. E ela conseguiu! Em pouco tempo, ela pôde ver a correlação

direta entre o que ela estava fluindo e o que estava acontecendo. resultados que ela vinha atraindo de volta para sua vida. “Eca, eca de volta”, alguém disse. E ela podia ver isso claramente.

Pat manteve contato e me contou sobre uma nova emoção em sua vida que está lhe trazendo recompensas mais ricas do que ela jamais ousou sonhar. Ela parou de tentar agradar a todos, exceto a si mesma, e até se aventurou a fazer algumas críticas de vez em quando. Ela me disse que sorri apenas quando é sincero e elogia apenas quando se sente sincera.

Hoje Pat é chefe de sua própria casa de recuperação de abuso de substâncias. Ela está com o mesmo cara há dois anos e nem sequer bateu em outro carro.

O que fluímos é o que recebemos de volta. Pat teve que trabalhar duro para mudar seu fluxo negativo e, embora as emoções negativas não tenham desaparecido 100 por cento (nunca desaparecerão para nenhum de nós), seus sentimentos predominantes de apreço e gratidão (em oposição a sentir-se sem esperança e sem sorte) desapareceram. transformou irrevogavelmente sua vida.

Os sentimentos que fluímos tornam-se os tangíveis que atraímos de volta. É simples assim.

O que faz os sentimentos

A maioria de nós tem essa noção maluca de que simplesmente entramos neste lugar por acidente. Não dificilmente. Cada um de nós veio com um parceiro, esse acompanhante exclusivo e profundamente amoroso que, em geral, optamos por ignorar. Chame isso de Ser Interior, Eu Superior (eu realmente não gosto disso), Eu Expandido, Eu Divino ou Mickey Mouse; chame como quiser, é a maior parte de nós à qual estamos apegados que vem com o pacote físico. Não podemos ser físicos sem ele, pois é a fonte que nos mantém vivos (não vivos, talvez, mas vivos). É a pura energia positiva de Tudo O Que É, do qual fazemos parte; a pura energia positiva da Vida, que somos.

Você nunca sentiu que há uma parte secreta de você que sabe tudo o que há para saber, mas simplesmente não enfia a cabeça fora? Há. É aquela parte mais ampla, mais

antiga e mais sábia, aquela extensão vastamente expandida de cada um de nós que se comunica conosco da única maneira que conhece. . . através dos sentimentos!

Essa expansão de nós mesmos com a qual viemos vibra apenas em um lugar que para nós pareceria o nirvana (e mais um pouco!), *bem* lá em cima na escala de frequência. Na verdade, essa parte de nós não conheceria uma vibração de carência ou de estresse se tropeçasse nela em um buraco negro. Mas se *vibrássemos* tão rápido, não permaneceríamos físicos, então chegamos o mais perto possível das altas vibrações da velha alegria, alegria, apreciação, euforia, todas aquelas sensações luxuosas que equivalem à felicidade e ao bem-estar. . É por isso que é tão bom se sentir bem. *Você está vibrando mais perto do seu verdadeiro Eu.* Você e seu Eu não-físico estão em sincronia, conectados nessa maravilhosa alta frequência e em tudo que ela tem a oferecer.

Então, quando nos sentimos bem, estamos vibrando mais rápido, do jeito que fomos projetados para fazer. Não estamos mais reciclando nenhuma das coisas de baixa vibração baseadas no medo em que vivemos e que são totalmente estranhas ao corpo. Estamos naquele espaço onde podemos obter respostas e orientação, porque agora estamos caminhando vibracionalmente de mãos dadas com o Ser que realmente somos.

Da mesma forma, se estivermos emitindo vibrações de falta ou preocupação, do tipo que nos faz sentir outra coisa senão alegria, desligamos esse parceiro invisível e agora tudo está funcionando com propósitos cruzados, e parece dessa maneira. É como dar a um jovem um ursinho de pelúcia grande e fofo e depois arrebatá-lo. O jovem não vai sentir muito calor por estar desconectado daquilo que lhe dá tanta alegria.

Então, quando nos sentimos bem, estamos conectados, vibrando mais perto da frequência mais elevada do nosso Eu Expandido. Quando nos sentimos mal, ou deprimidos, *ou sem muita coisa*, estamos desconectados e fazendo fluir as vibrações estranhas da negatividade de baixa frequência por todo o nosso corpo. Em outras palavras, se não se trata de alegria, é *sempre* negativo. Se não se trata de alegria, engolimos vidro cortado.

A boa notícia é que não precisamos vigiar nossos pensamentos a cada segundo de cada dia para colocar nossas vidas de volta nos trilhos. Homem, nós ficaríamos malucos!

Tudo o que precisamos fazer é ficar atentos ao que estamos sentindo, para cima ou para baixo, bem ou mal.

Ahhh é do intestino

Um exemplo um tanto extremo, mas divertido, de como controlar nossos sentimentos veio de uma garota que era cantora de estúdio. Não me lembro do nome dela, apenas que ela parecia ter dado a volta no quarteirão mais do que algumas vezes.

Estávamos gravando um grupo de músicas que um amigo meu havia escrito para um programa educacional fundamental que minha empresa estava produzindo. Eu nunca tinha feito nenhuma gravação em estúdio antes, então tudo o que estava acontecendo era novo e emocionante. Eu estava me divertindo.

Nosso arranjador sugeriu que contratássemos alguns cantores para essa música. Como eu não tinha ideia do que ele estava falando, ele explicou que eles eram um pequeno grupo de cantores capazes de criar harmonia de fundo em um estilo que se adaptasse a quase qualquer música, dando um som mais completo e profissional à peça.

Incrível! Como poderia um grupo de pessoas. . . que não conhecia a música. . . que não tinha ideia do que se tratava o programa. . . criar um som entre si que combinasse com o tema e a música? Bem, imaginei que descobriria.

Quando a trupe de três chegou, fiquei em dúvida. Eles foram muito rápidos. Cada um deles olhou para a música individualmente, conversou um pouco, acenou com a cabeça um para o outro e disse: “Tudo bem, Sam, estamos prontos quando você estiver”.

Huh??? Como eles poderiam ser?! Sem prática? Não conversa com o arranjador? Não me pergunte, o chefe?

A introdução começou, a solista estava ao microfone e nossos cantores estavam atrás dela com seu próprio microfone, apresentando esse tipo de confiança indiferente.

Depois que nossa solista fez sua primeira parte, um dos cantores da sessão saltou direto para assumir o próximo verso. Todos nós ficamos surpresos, mas meu Deus, parecia ótimo. Então os três foram cantarolando, depois “ahhhing”, depois “ooooing”, depois “mmm” e, de repente, cantando as palavras em harmonia logo atrás do solista.

Fiquei pasmo. Nosso arranjador sorriu. Meu amigo que escreveu a música ficou de boca aberta. Nosso solista estava exultante. Os caras na cabine estavam sorrindo e balançando a cabeça. E a garota da sessão que parecia couro desgastado agora parecia vinte anos mais jovem. Uma tomada e nós conseguimos. Apenas uma tomada. Impossível! Incrível!

Quando os cantores estavam prestes a sair, fui até a garota mais velha, que obviamente era a líder, e perguntei como eles fizeram isso. Como eles poderiam entrar, sem conhecer a música, e criar uma sensação melhor do que alguma vez imaginamos? E em uma tomada?

“Ah, não é nada demais, querido”, disse a garota, com sua voz quase grave. “Fazemos isso há tanto tempo que sabemos o que 'oooos' vai para onde. E a harmonia não é problema. A única coisa que é um problema é meu intestino.”

“Diga novamente?”

“Bem, se tudo estiver se encaixando, sinto como se estivesse navegando para a lua. Meu intestino fica todo animado como quando estou descendo uma montanha-russa. Mas se eu não tiver esse sentimento, podemos fazer cem tomadas e nenhuma delas estará certa, mesmo que pareça bom para o produtor. Simplesmente não estará certo. Tem que ser essa alegria, só isso; apenas pura alegria do meu íntimo. Então eu sei que conseguimos. Desta vez, veio logo na primeira tomada e eu sabia que tínhamos terminado. O mesmo aconteceu com todo mundo. Foi pura alegria e pude senti-la em cada célula do meu corpo. Eu sempre faço. Você sabe o que eu quero dizer?”

Não, eu certamente não sabia o que ela queria dizer, embora saiba agora. Essa garota violenta não tinha ideia de que o que ela estava experimentando era a verdadeira mudança vibracional de energia de baixa para alta frequência surgindo por todo seu corpo. Ela também não o criou de propósito, como aprenderemos a fazer. Tudo o que ela sabia era que podia sentir algo muito especial acontecendo dentro dela quando seu grupo clicava, e ela corretamente chamou a sensação de “pura alegria”.

Agora, é verdade, o tipo de consciência de sentir-se bem/sentir-se mal de que tenho falado pode ser muito mais sutil do que o dela, mas, ao contrário de suas sensações de alegria, que só aconteciam quando tudo fora dela combinava perfeitamente, vamos aprender a clicar na alegria à vontade.

Intenção Original, Nosso Mapa do Tesouro do Desejo

Por mais egoísta que possa parecer, viemos aqui a este planeta abençoado com apenas uma intenção: encontrar maneiras de nos sentirmos bem na maior parte do tempo, não apenas algumas vezes.

Essa intenção singular — sentir-se bem — está embutida em cada um de nós e, se apenas prestarmos atenção a ela, teremos um mapa do tesouro gravado pessoalmente para a felicidade. Aqui está o porquê:

Quando temos bons sentimentos sobre qualquer coisa, significa que estamos no caminho certo com nossa Intenção Original – sentir-nos bem, ser felizes e vibrar lá no alto. Significa que estamos no caminho certo para algo que desejávamos há muito tempo ou até mesmo queríamos recentemente. De qualquer forma, receber isso nos deixará felizes. Estamos no caminho certo em direção a algo que acreditamos que irá melhorar a nossa vida, portanto, nos fará sentir melhor, portanto, aumentará as nossas frequências, portanto, nos aproximará do nosso estado natural, que é todo o desafio de estarmos aqui.

Então aqui está a chave: a Intenção Original sempre se manifesta como desejo. . . desejo por qualquer coisa que dê impulso à nossa paixão, seja uma nova Ferrari vermelha ou o desejo de viver em harmonia com toda a vida. Pode surgir como um novo desejo de uma garagem limpa, de aprender dança ocidental ou de administrar uma loja de ferragens antiquada no campo. Ou pode ser uma vontade antiga de morar perto da praia, ou aprender a tocar piano. De qualquer forma, é um desejo, algo que queremos.

No entanto, onde temos tantos problemas com os nossos desejos são os problemas que temos em relação a eles, porque, dependendo da natureza do desejo, a sociedade tem uma maneira de nos chamar de egoístas se nós persegui-los. No entanto, se estivermos realmente seguindo esses impulsos internos - que nos farão felizes simplesmente porque

acreditamos que sim - estaremos seguindo nossa Intenção Original de nos divertir enquanto estamos aqui e aprender tudo o que viemos aprender aqui no vibração de alegria, não de luta. Isso dificilmente é egoísta.

Mas a pressão da sociedade é implacável, fazendo com que muitas vezes sucumbimos aos nossos “deveres”, afastando-nos na direcção oposta aos nossos desejos de produção de felicidade. Agora estamos fora do curso, que é, infelizmente, onde a maioria de nós vive a maior parte do tempo. Nós nos afastamos de nossa Intenção Original ao vibrar na baixa frequência de coisas baseadas no medo e com consciência social. Embora essa frequência possa não nos fazer sentir péssimos, certamente não estaremos transbordando de alegria. Não poderíamos estar; uma frequência é deprimente (consciência social) e a outra é superior (intenção original). Eles nunca se misturarão.

Então agora, se permanecermos nesse caminho fora do curso, desautorizando nossa própria alegria, exigindo altruísmo de nós mesmos, privando-nos de nossa Intenção Original, nós nos juntaremos às multidões seguindo justamente seus odiados “deveres” de baixa frequência, em vez de seus odiados “deveres” de baixa frequência. alegrias de frequência. Escusado será dizer que os resultados desse tipo de fluxo de energia implacável neste planeta não têm sido agradáveis.

Bandeira Vermelha/Bandeira Verde

Voltemos ao seu desejo de um carro novo. E digamos que o carro que você tem agora esteja em muito bom estado, então você não tem nenhuma necessidade urgente de ter rodas novas, apenas um desejo profundo. Na verdade, desde que você se lembra, você sempre teve essa paixão por um pequeno e elegante conversível vermelho com rodas de arame. (Se você mora no Alasca e não suporta o vermelho, jogue comigo de qualquer maneira.)

Mas onde diabos está? Você tem esse desejo há anos. Você tem pensado nisso há anos, então por que não está estacionado na sua garagem? Aqui está o porquê:

Um dia você está viajando pela rodovia e, com certeza, o carro dos seus sonhos está bem na sua frente. Você geme da inveja porque você acha que não pode pagar. A saudade

começa. Você olha para o carro com muita saudade e balança a cabeça num tipo de desânimo do tipo “Cara, não seria legal”. Em vez de se sentir entusiasmado ao ver o carro dos seus sonhos, você se sente afundado, acompanhado daquela reação instintiva de “Oh, inferno, esqueça”.

É precisamente por isso que não está estacionado na sua garagem.

Você está se concentrando na *falta* do seu carro e não na alegria de tê-lo. Você está enviando um monte de vibrações negativas de sentimento ruim, seu Eu Expandido está agitando grandes bandeiras vermelhas e gritando: “Ei, amigo, você está se sentindo mal porque está se concentrando no fato de que não tem o carro. Continue pensando assim e você certamente obterá mais do mesmo, muito mais No Car. Se você realmente quer aquilo, comece a se sentir bem ao pensar sobre isso e observe o que acontece.”

Você acabou de receber um aviso de bandeira vermelha na forma de um sentimento sombrio chamado emoção negativa. O aviso diz que você está se concentrando em algo que não quer – a *falta* de ter o carro – tudo por causa da sua percepção de que não pode pagar por isso.

Essa sensação deprimente é uma bandeira vermelha, sua pista de que a maneira como você está fluindo sua energia (pensando e sentindo sobre isso) certamente manterá seu carro afastado. Então agora tudo que você precisa fazer é mudar a maneira como você pensa e sente sobre aquele carro (seu desejo), e ele será seu.

Fluímos de nós esse tipo de energia deprimente todos os dias, e é por isso que obtivemos muito pouco daquilo que esperávamos ter. Vemos algo que queríamos na vida (que pode ser qualquer coisa, desde um carro vermelho caro até a compreensão da física quântica) e da nossa posição de carência - o que significa que não o temos e não temos certeza de que algum dia conseguiremos. isso - nosso foco e sentimentos estão diretamente naquilo *que não temos*. Então isso é tudo em que iremos magnetizar. . . mais “não tenho”. A lei da física nunca muda; obtemos aquilo em que nos concentramos.

Ansiar, desejar, ansiar e até ter esperança não são atividades de concentração naquilo que queremos. Eles são apenas negativos pensamentos que vibram em um lugar de

desânimo, um lugar de carência nascido das crenças pessimistas de que provavelmente nunca teremos o que queremos. E com esse tipo de sentimento fluindo, não o faremos.

Conseguimos aquilo em que nos concentramos; concentre-se na falta de algo, e é isso que temos a garantia de conseguir, porque o que o universo nos dá, em cada momento de cada dia, corresponde precisamente ao que estamos vibrando.

O resultado final é este: se não estamos nos sentindo bem quando pensamos em algo, estamos fluindo algum grau de emoção negativa, um alerta de bandeira vermelha nos dizendo para prestar atenção ao que estamos enviando.

Em nosso exemplo lúdico do seu carro vermelho, se o que você está sentindo quando pensa nele não está lhe dando algum tipo de euforia emocional, algum tipo de excitação arrepiante, algum tipo de zumbido legal, algum tipo de caloroso, algum tipo de pressa ou algum tipo de prazer em *qualquer* forma, então você está sentindo e projetando exatamente o oposto: vibrações negativas de sua frustração por não ter o carro.

Do nosso foco na falta, nunca poderemos atrair o oposto. Para atrair tudo o que queremos para a nossa vida, temos que mudar o nosso foco, o que mudará os nossos sentimentos, o que mudará as nossas vibrações.

Obtendo seu carro

Ok, vamos resolver essa confusão agora para que aquele carro vermelho possa ser seu. De volta à nossa fórmula original:

- 1) Você identifica o que NÃO quer. (Você não quer mais não ter o carro vermelho.)
- 2) Você identifica o que deseja. (Isso é fácil.)
- 3) Você entra no sentimento do que deseja. (É onde estamos agora.) Então,
- 4) Você espera, ouve e permite que isso aconteça.

Agora, em vez de desejar ou ansiar pelo carro quando você o vê ou pensa sobre ele - o que só faz você se sentir péssimo - comece a apreciar aquele docinho. Aprecie o seu estilo,

as suas rodas, o seu interior, a sua velocidade, o apelo do seu ego. Isso certamente fará você se sentir - e vibrar - como uma baleia muito mais rápida e elevada do que focar na falta de tudo isso. E é apenas a alta vibração que irá atraí-la, não a baixa.

Vamos continuar.

Enquanto você se banha no orgulho abrangente de sua futura aquisição e absorve os cheiros opulentos de carros novos, o acabamento espelhado e o sistema de som de outro mundo, todos os seus sons cada vez mais magnéticos as vibrações são totalmente positivas, o que significa que você está enviando um novo e poderoso sinal que está criando um caminho desobstruído para o seu desejo se magnetizar em seu mundo.

Na verdade, com todas aquelas vibrações positivas que você está enviando, você é um verdadeiro ímã ambulante de alta frequência, sentindo-se realmente muito bem, hasteando *Bandeiras Verdes* do Feel Good por todo o lugar. Seus sentimentos estão de acordo com sua intenção original de se divertir. Você parou de atrair mais daquilo que *não* quer e agora está atraindo seriamente o que *deseja*. (Não importa como você vai pagar por isso, não é sua função descobrir). Contanto que você pare de se concentrar no fato de que ele ainda não está estacionado em sua garagem, seu sonho vermelho elegante está definitivamente a caminho.

Sentimentos negativos, que vêm de pensamentos de “não tenho”, “não posso ter” ou “nunca terei”, simplesmente não estão de acordo com sua Intenção Original. (E nem os seus “deverias”). É tão simples: coloque de lado os sentimentos taciturnos e você terá as circunstâncias sombrias de volta.

Se, por outro lado, você se deixar excitar ao pensar no carro dos seus sonhos e insistir consigo mesmo que as coisas estão agora em processo de mudança - *não importa o contrário que você possa ver à sua frente* !! - então esses pensamentos positivos acabarão por magnetizar seus desejos. Eles devem; é a física do universo.

Lembre-se, são os *sentimentos* que farão isso, e não apenas os pensamentos. São os *sentimentos* que criam o magnetismo e a vibração nas ondas que enviamos. São os sentimentos, os sentimentos, os sentimentos... que vêm dos nossos pensamentos!

A boa e velha mídia

Algumas noites atrás, enquanto preparava o jantar, liguei o noticiário da TV local e quase vomitei antes mesmo de provar um pedaço de comida.

Primeiro veio a notícia do último surto de alguma estranha cepa de gripe, tão exótica, na verdade, que era duvidoso que as mais poderosas vacinas contra a gripe pudessem derrotá-la.

“Na cidade de Blah Blah, a 2.400 quilômetros de distância, foi relatado que três em cada cinco residentes foram gravemente atingidos por este novo vírus incontrolável.”

Maravilhoso! Agora, provavelmente, quatro em cada cinco que assistem ao programa começarão a concentrar seus medos e emoções de “não querer” nesse pequeno inseto cafona, o que garantirá absolutamente seu crescimento e o tornará maduro para ser sugado por qualquer pessoa com uma frequência de medo correspondente. O que poderia ter sido nada mais do que algumas fungadas pela cidade sem a reportagem da TV agora vai ser uma bagunça.

Mas essa foi apenas a primeira parte do noticiário noturno local. A seguir (então me ajudem, esta é uma história verdadeira!) veio um relatório sobre um novo incidente de intoxicação alimentar por hambúrguer descoberto fora da cidade, e a preocupação estava sendo expressada sobre a recuperação das crianças agora hospitalizadas, desde a última vez que isso aconteceu. aconteceu, alguns jovens não sobreviveram.

Ah, que bom! Agora teremos milhares de pais agitando grandes bandeiras vermelhas, fluindo cargas assustadoras de vibrações negativas (como terror) para aquele pobre pedaço de bactéria até que ele e todos os eventos tristes que são sugados com ele - que todos queriam evitar - explodirá em realidade. (Sim. Meia dúzia de mortes foram atribuídas a essa bactéria em um mês.)

A essa altura eu estava ficando furioso e começando a perceber que meus próprios sentimentos dificilmente eram de natureza alegre. Em voz alta eu gritei: “Ok, ok, Eu Expandido, estou ouvindo; isso não está me fazendo sentir bem. Vou desligar essa coisa idiota. Mas não antes de a última notícia que ouvi ser sobre uma senhora idosa que acabara

de ser encontrada estuprada e assassinada. Naquela época, eu estava furiosa, me sentindo péssima e me perguntando quantas mulheres idosas conseguiriam isso nos próximos dias, por meio de eventos ignorantemente magnetizados em sua realidade, concentrando seus próprios medos titânicos naquilo que elas mais queriam evitar.

Ouvimos isso o tempo todo na nossa mídia: outro atentado bombista, outro incêndio criminoso, outra onda de algum vírus terrível. Assim, todos se concentram no horror do acontecimento, o que serve apenas para atrair mais do mesmo.

Eles tinham armas na escola, estupros coletivos, prédios explodidos e incendiários em série em 1865? Não, porque eles não tinham a mídia para criar o foco e fazer com que as vibrações produzissem isso em massa. Em vez disso, eles tinham jornais e cartazes sobre seus ladrões de trens e assaltantes de bancos, então o que mais conseguiam eram assaltos a trens e assaltos a bancos.

Acredite em mim, a Lei da Atração estava tão ativa na época de Billy the Kid quanto hoje, porque é a lei fundamental da criação em todo o universo. Concentre-se com emoções intensas e repetidas em algo que não queremos (ou queremos) e, mais cedo ou mais tarde, esse algo estará em nosso colo.

A síndrome das 18 rodas

É claro que não existem dois tipos de energia: uma que nos faz sentir bem e outra que nos faz sentir péssimos. Mas existem vários graus de vibrações de sensação de bem e de sensação de mal em qualquer pensamento que enviamos. Vamos chamá-las de energia positiva e energia negativa, embora sejam todas iguais, apenas vibrando de forma diferente.

Cada vez que pensamos em alguma coisa, estamos fluindo algum tipo de energia (sentimento) positiva ou negativa em direção ao que estamos pensando, e a ladainha nunca muda: conforme pensamos, sentimos; conforme sentimos, vibramos; conforme vibramos, atraímos. Então podemos viver os resultados.

Mas como esses chamados resultados realmente chegam até nós? Qual é a rotina que nos faz entrar em algo que estivemos pensando?

Em sua juventude e imprudência, você já se divertiu dirigindo muito perto da traseira de um caminhão de dezoito rodas? Coloque o nariz do seu carro até a traseira de um grande caminhão e garanto que você entenderá rapidamente! Você pode tirar o pé do acelerador, recostar-se e relaxar, e ser sugado direto para o destino do caminhão. Não estou defendendo esse comportamento idiota, mas o princípio da atração é o mesmo.

Duas coisas acontecem cada vez que pensamos seriamente sobre alguma coisa. A primeira é a vibração que se configura a partir do sentimento que o pensamento evoca (feliz, triste, etc.). O segundo é a ativação, pelas nossas emoções, de pequenas partículas de pensamento que chamo de pensamentos *particums*. Uma vez que essas partículas magnéticas são ativadas pelos nossos sentimentos, elas são instantaneamente programadas para magnetizar de acordo com o que quer que estejamos vibrando.

Então pensamos em algo, e pensamos um pouco mais, e falamos sobre isso, e refletimos sobre isso no dia seguinte, e no próximo e no próximo, até que muito em breve há tantos desses pensamentos da mesma frequência flutuando por aí, eles começam a se aglomerar como bolas de massa. Quanto mais pensamentos do mesmo tipo enviamos, maiores esses aglomerados crescem até se tornarem aglomerados em expansão de incrível poder magnético, grandes o suficiente para formar seus próprios redemoinhos imensamente poderosos de energia magnética, seja de natureza positiva (feliz) ou negativa (que chatice)..

Esses centros de poder, vórtices de energia magnética monumental, agora atraem para seus centros giratórios tudo e qualquer coisa com vibrações semelhantes - incluindo você - o que acabará por fazer com que os eventos aconteçam. Antes que você perceba, você foi sugado para o meio de algum acontecimento que iniciou com seus pensamentos e sentimentos recorrentes. Pode ser aquilo em que você estava se concentrando ou pode ser algo *completamente diferente, mas composto das mesmas vibrações*. Embora certamente possamos fluir sentimentos sem pensar, em nosso exemplo foi o pensamento repetitivo que criou os sentimentos repetitivos que fizeram a bola magnética rolar.

O ponto crítico a lembrar aqui é que quanto mais pensamos sobre qualquer coisa, seja algo que queremos em nossas vidas ou algo que não queremos, mais rápido iremos magnetizar isso em nossa experiência. Essa, em poucas palavras, é a Lei universal da Atração: “Aquilo que é semelhante a si mesmo é atraído”.

O poder de você

Fomos criados em uma sociedade que fluiu energia de forma desordenada por incontáveis séculos, sendo inconscientemente sugados por um monte de veículos de 18 rodas que não estavam indo nem perto de onde queríamos ir.

Não há vítimas aqui, apenas fluxos de energia; no nosso caso, fluindo direto para o infeliz esquecimento de que sempre tivemos o poder de criar nossas vidas e nosso mundo da maneira que quiséssemos que fosse. Em vez disso, devido à nossa falta de compreensão do fluxo de energia, nos tornamos magistralmente adeptos da criação por padrão.

Embora o processo de se tornar um criador deliberado seja extraordinariamente simples, nem sempre é fácil, pois o conceito é, de longe, muito estranho para nós. A ideia de que criamos o nosso mundo sentindo-nos sozinhos – seja ela fabricada a partir do pensamento ou de emoções contínuas – provavelmente será altamente suspeita no início. Perceber que sempre tivemos o poder de fazer essa coisa de criação a qualquer hora que quisermos, da maneira que quisermos, certamente poderia ser desanimador e até mesmo além da nossa disposição de aceitar. . . por um tempo.

No entanto, a física é física, o magnetismo é magnetismo, e ambos nos dizem que “aquilo que é semelhante a si mesmo é atraído”. Quer se trate de uma nebulosa, de um buraco negro ou de um ser humano vagando pela existência física, é assim que funciona.

Mas não precisamos mastigar sozinhos toda essa novidade, pois não estamos sozinhos nessa jornada. Cada um de nós tem um parceiro profundamente amoroso de conhecimento, beleza e poder incompreensíveis, um Eu grandemente expandido, um Ser Interior/Externo ao qual estamos irrevogavelmente unidos nesta viagem física, um Ser cujo apoio devotado nunca nos abandona, e cuja Orientação é tão tangíveis quanto as últimas

emoções que acabamos de vivenciar, aquelas joias preciosas que chamamos de *sentimentos*, *sensações*, *sentimentos*, o gênio mágico de toda a criação.

OceanoofPDF.com

capítulo três



não, não, isso não

(passo um)

• • • • •

eu estava dirigindo pela rodovia ouvindo uma fita favorita de Neal Diamond, sem me concentrar em muita coisa, quando percebi que tinha um daqueles pequenos nós engraçados no estômago, do tipo que parece que há um buraco sério no estômago. com uma brisa não tão suave navegando. Algo estava errado em algum lugar, e o bom e velho O

Eu Expandido estava me enviando um sinal claro para prestar atenção aos meus sentimentos. Mas como nada me veio à mente, decidi ignorar.

Grande erro!

Deixei meus pensamentos vagarem, prestando pouca atenção à óbvia bandeira vermelha que estava sentindo. Com certeza, meus pensamentos sinuosos foram direto para um dos empréstimos que eu estava fechando. Naquela época, eu dirigia minha própria empresa de hipotecas, uma empresa que encontra as melhores taxas de juros para pessoas que desejam comprar ou refinar suas casas e depois organiza o financiamento e o fechamento final do empréstimo.

Estávamos quase prontos para fechar o empréstimo desse jovem casal quando surgiram alguns problemas complicados que eu não tinha certeza se conseguiria resolver. Isso por si só já era bastante ruim, tão perto da linha de chegada, mas o pior era que essas crianças estavam realmente contando com esse empréstimo para acabar com alguns de seus terríveis problemas financeiros. Então aqui está meu foco 100% no que eu não quero que aconteça (o empréstimo não dar certo), eu tenho bandeiras vermelhas de sentimentos negativos voando por todo lado - um pouco de pavor, um pouco de culpa, uma grande dose de melancolia – e estou ignorando-os! Os resultados desse fluxo de energia negativa foram imediatos.

Eu tinha cerca de mais um quilômetro de música antes que o toca-fitas começasse a consumir minha fita *Jonathan Livingston Seagull*. Cerca de três quilômetros depois disso, fiquei espremido em um engarrafamento de quatro pistas devido a trabalhos diurnos na estrada. Cerca de vinte minutos e mais um quilômetro depois disso, sou atropelado (apenas uma colisão traseira) por um cara mais distante, na terra da loucura, do que eu. Cerca de dez minutos depois disso, derramei o resto do meu café sobre um arquivo de documentos originais do empréstimo. E quando finalmente saí daquela confusão e cheguei ao telefone, o credor me disse que o empréstimo havia fracassado.

Considerando como eu estava fluindo minha energia, não fiquei surpreso. Eu sabia exatamente o que tinha acontecido, que idiota eu tinha sido e exatamente o que tinha que fazer... rápido!

O que tinha acontecido? O que causou toda aquela cadeia de eventos incômodos? Foi apenas coincidência, uma série desagradável de circunstâncias infelizes? Não em uma aposta! É assim que cada um de nós vem criando os nossos dias desde a creche, focando em todos os coisas ao nosso redor que não gostávamos, não queríamos, e nos sentíamos impotentes enquanto víamos as coisas piorarem.

Temos vivido uma vida que sentíamos estar em grande parte à mercê de forças externas a nós, sobre as quais não tínhamos controle. Quero dizer, quantos de nós receberíamos o crédito por ter um péssimo chefe, sermos assaltados, sermos demitidos ou pegarmos uma gripe? E quantos de nós não culparíamos o governo, ou a economia, ou as nossas famílias, ou o “sistema” por tudo o que está errado nas nossas vidas? Ah, claro, receberemos o crédito por parte disso, pelas coisas que nos propusemos a fazer. . . e fez. Mas estaríamos honestamente dispostos a assumir a responsabilidade por cada coisa que já aconteceu conosco? Não é provável!

O que há de errado é o que há de errado

Há um mundo de sofrendores enrustidos andando por este planeta que jurarão para você em seus novos Toyotas que quase nunca têm um pensamento negativo.

Eles dirão que sua vida está ótima e que estão muito felizes. No entanto, estas são as mesmas pessoas que lhe dirão que a vida nunca é justa, é cheia de provações e que todos devemos aprender a suportar a nossa quota-parte de golpes. Mas sim, eles estão muito felizes, obrigado. Nunca obtivemos tudo o que gostaríamos, mas devemos encarar a vida como ela é tratada. Então sim, eles estão bastante contentes.

Ao que eu digo: “Touro!”

Não podemos fluir energia negativa de qualquer tipo, em qualquer grau, em qualquer quantidade, e sermos felizes. E isso significa qualquer coisa, desde irritação leve, até a ausência normal de sentimento (forro plano), até pavor perpétuo. É uma

impossibilidade fisiológica ficar feliz com esse tipo de energia fluindo, porque estamos fluindo duas vibrações diferentes que ativam dois resultados externos (e internos) diferentes.

As pessoas que sofrem no armário são vítimas, pura e simplesmente, tal como a maioria de nós já o foi numa altura ou noutra, vendo o nosso mundo como o resultado de inúmeras circunstâncias sobre as quais acreditávamos não ter controlo. Todos nós já estivemos lá, ou estamos lá. É só uma questão de quanto do mito da vítima escolhemos aceitar e viver.

Mas não precisamos ficar lá. Na verdade, uma vez que você começa a ver realmente esse negócio magnético em ação, fica muito difícil ignorar a evidência evidente: nossas vidas foram moldadas pelo fluxo diário de nossa energia, não pela sorte, pelo destino, pelas circunstâncias ou por um tio rico. .

Quando você para para pensar que passamos décadas questionando o que há de errado com tudo, concentrando-nos, portanto, em todas as coisas em nosso mundo que não gostávamos, não queríamos ou queríamos mudar, não é de admirar que tenhamos atraído tais pessoas. um barril cheio de provações. Nenhum ser humano pode estar tão continuamente desconectado de sua energia Fonte e chegar aonde quer que queira.

Então aqui está o flash: continuar a viver a vida como vítima das circunstâncias, sempre focando no que há de errado com tudo e com todos, nunca, jamais, trará a vida desejada. Só trará uma coisa: mais daquilo que desejamos tão desesperadamente mudar.

Receita para Criação

A receita para criar qualquer coisa é bastante simples. Pegue sentimentos bons ou ruins (ou seja, vibrações positivas ou negativas), cozinhe com vários graus de emoção para aumentar o magnetismo, e aí vem o que atraímos, gostemos ou não. Aquilo em que nos concentramos e como vibramos sobre isso é o que obtivemos. . . do nascimento.

Então, se estivemos em constante busca por maneiras de consertar todas as coisas ao nosso redor das quais não gostamos, ou mesmo se permitimos que elas estivessem lá,

mas ainda não gostamos delas, então estamos em uma situação difícil. estado constante de foco no que não queríamos. Por anos!

Leva apenas dezesseis segundos para nos conectarmos vibracionalmente com o que quer que estejamos focando. É isso mesmo, apenas dezesseis segundos de pensamento puro e focado, bom ou ruim, negativo ou positivo. Nesse breve espaço de tempo, começamos a vibrar na mesma frequência que seja lá o que estivermos pensando emocionalmente, o que significa que estamos maduros para atrair essa coisa, se continuarmos assim. Escusado será dizer que todos nós tivemos um oceano cheio de coisas sobre as quais pensamos repetidamente em segmentos repetitivos de dezesseis segundos, todas aquelas vibrações de frustração, tensão e preocupação com as inúmeras coisas que não queríamos, não queríamos. não gostava, não conseguia lidar com isso, não sabia o que fazer ou achava que tínhamos que aguentar. É por isso que, durante a maior parte de nossas vidas, continuamos a atrair mais do mesmo. Encantador!

Até agora, essa é a forma fundamental como esculpimos as nossas vidas, através desta atenção incessante a todas as coisas que poderíamos prescindir, produzindo uma corrente incessante de tensão negativa.

Lembre-se, não estou falando de raiva diária aqui, apenas daquele murmúrio perpétuo e silencioso de “tenho que consertar, tenho que fazer melhor, tenho que consertar, tenho que encontrar um caminho” que é chamado de preocupação silenciosa ou nó na barriga.

E do outro lado da mesma moeda, chama-se “tenho que aceitar, tenho que conviver com isso, não há nada que eu possa fazer a respeito, goste ou não”. A mesma coisa, as mesmas vibrações.

É por isso que é tão importante para nós ter uma compreensão ampla do que é a emoção negativa, quão secretamente ela funciona, como identificá-la, por que continuamos a tê-la e, curiosamente, quão verdadeiramente vital ela é para o processo. de assumir o controle.

Então, por favor, não olhe para este capítulo sobre “Negativo” como algo negativo. É o componente secreto para nos levar aonde queremos ir.

Brinquedos 'R' seus

Imagine ser um jovem solto na maior e mais brilhante loja de brinquedos que você já viu em todo o mundo e ouvir que você pode se servir do que quiser. Uau! É quase impossível imaginar, mas é isso que o nosso universo é, uma gigantesca loja de brinquedos onde tudo o que sempre quisemos brincar já está lá para ser escolhido ou esperando para ser criado. Tudo o que precisamos fazer é *sentir* o que queremos e magnetizá-lo.

Digamos, por exemplo, que aqui na sua loja de brinquedos mágicos há um novo trabalho interessante esperando por você. Ou talvez seja a sua próxima casa, aquela com todos os luxos imagináveis e mais gadgets bobos do que você já viu. Ao virar da esquina há um novo relacionamento fantástico (ou um relacionamento antigo e polido) e cachorro-quente! Aí está o seu corpo atualizado com todas as correções apropriadas.

Isso é ótimo! Mas de onde virão todas essas guloseimas? Eles simplesmente cairão do céu ou virão dos nossos anjos da guarda no campo externo? Não, eles virão de você. Para atraí-los, tudo o que você precisa fazer é desejá-los com uma vibração forte e de sentir-se bem.

Velhas crenças mofadas

É difícil engolirmos o conceito de que o que aconteceu na vida não tem absolutamente nada a ver com o que pode ser. Isso é diametralmente oposto à forma como pensamos que as coisas funcionam. No entanto, o que aconteceu – ou o que quer que esteja diante de nós neste exato momento – é simplesmente o resultado de como fluímos nossas energias nos dias passados. Não é “como as coisas são”.

O que aconteceu não é resultado de nada nem de ninguém “lá fora”, nem é resultado de boa ou má sorte, resultado de ser uma pessoa boa, uma pessoa justa ou um idiota hipócrita. O que aconteceu não tem nada a ver com família, governo ou escolaridade.

O que aconteceu em nossa vida vem diretamente de onde nosso foco esteve. E uma grande parte do nosso foco vem de crenças antiquadas, daquelas velhas filosofias fedorentas que foram marteladas em nossas cabeças, ou que aceitamos cegamente como realidade desde os tempos de criança. Estávamos cheios deles e ainda estamos – padrões arcaicos de pensamento sobre o que pensamos ser a realidade, padrões de pensamento que francamente pertencem à lata de lixo.

Agitado Padre Fred

Num verão, há muitos anos, eu estava namorando um padre episcopal. Por muito tempo pensei que esse cara fosse o princípio e o fim de tudo da raça masculina. Ele era alto, bem constituído, bonito, cerca de dez anos mais velho que eu, inteligente, bem-educado e vinha de uma adorável família da Nova Inglaterra. Apenas o meu tipo de cara.

Padre Fred era um orador brilhante, proferindo sermões educacionais e também espirituais, mas sua igreja geralmente estava vazia. Na tentativa de remediar a situação constrangedora, ele mudava o estilo, mudava o tom, mudava a organização do material, até trocava os enfeites do altar, mas nada parecia funcionar. As pessoas simplesmente não gostavam de ouvi-lo nem de estar perto dele.

Foram dias despreocupados para mim. Eu tinha vinte e poucos anos, ainda não tinha definido o que queria fazer da minha vida e estava descobrindo que beber era cada vez mais agradável. Como o Padre Fred aparentemente encontrava o mesmo grau de prazer em sua bebida, nós dois estávamos nos divertindo muito.

Mas, maldição ou não, algo estava começando a me incomodar. Foi sutil, mas nunca parou. Enquanto bebíamos, passeávamos de carro, imersos em festas, parecia que não importava onde estivéssemos ou o que estivéssemos fazendo, Fred estava atacando algo ou alguém na igreja. Era como se ele estivesse obcecado. Numa noite seria um bispo, na noite seguinte seria algo relacionado com a sua formação inadequada, ou com orçamentos baixos, ou com as restrições da diocese a serviços “altos”. Seus ataques pareciam intermináveis. E eles estavam começando a me deixar maluco.

Eu não era estudante de psicologia, mas isso era um absurdo. Quando finalmente perguntei a ele sobre isso, sua resposta muito prosaica foi: “É assim que eu sou. Tenho a capacidade de ver o que há de errado com as coisas. A igreja está ultrapassada e precisa de reformas, mas não cabe a mim fazer isso. Eu só tenho talento para ver o que precisa ser mudado.”

Logo pude perceber que Fred abordava tudo na vida como uma queixa, não apenas a igreja. O mundo estava uma bagunça, tudo precisava ser mudado ou consertado, mas ele nunca foi o único para fazer isso. Na verdade, ele se sentia incapaz de fazer qualquer coisa, e é por isso, imaginei, que ele estava tão obcecado em realizar seus serviços da maneira mais perfeita possível. Lá, pelo menos, ele sentiu que poderia se destacar, quer sua igreja estivesse vazia ou não.

Mas, apesar de todo o seu bacamarte, Fred realmente tinha medo da autoridade. “Eu não posso porque. . .” era sua litania. Não conseguiu um aumento, um secretário, uma mesada melhor para a sua paróquia, nem mesmo um orador convidado quando quis ir embora. Ele só podia se concentrar no fato de que isso nunca aconteceria. Então, é claro, isso não aconteceu.

O pobre Fred vivia em um mundo perpétuo de Não Quer, acreditando que quanto mais ele se concentrasse neles e se preocupasse com eles, maiores seriam as chances de fazê-los ir embora. Ele via-se como uma vítima indefesa, obrigada a submeter-se aos poderes maiores que estavam à espera para cortar pela raiz a sua ascensão ecuménica. Olhando para trás agora, posso ver por que as pessoas não queriam estar perto dele. Embora seus sermões raramente refletissem sua negatividade, as pessoas captavam intuitivamente sua energia e não queriam participar dela.

Novamente, este é um exemplo extremo (eles são os únicos de que me lembro) de como a maioria de nós viveu e, ainda assim. . . e ainda?

Esses tipos de crenças antigas e mofadas, como as poderosas que Fred tinha em relação à autoridade e ao destino, são nossos maiores obstáculos à criação intencional, porque elas surgem e nos derrotam sempre que pensamos que gostaríamos de tomar outra

direção. Você sabe o que quero dizer: você pensa que gostaria de conseguir um novo emprego e surge um pensamento emocional altamente carregado: “Ah, não posso, porque. . .”

Ou um carro novo: “Ah, não posso, porque. . .”

Ou um novo relacionamento: “Ah, não, não, não, REALMENTE não posso, porque. . .”

Eles são os valores e a ética dos nossos ancestrais sobre “deveres” e “se ao menos” e “certos e erros”.

São filosofias ultrapassadas das nossas religiões que nos dizem que não podemos ter uma vida melhor até sairmos daqui, ou que “somente através do sofrimento podemos esperar alcançar o reino de Deus”.

São convicções sobre realização e sucesso, trabalho e ganho.

São crenças que nos obrigaram a procurar sempre o que há de errado com tudo, convencidos de que devemos encontrar maneiras de consertar tudo antes de podermos seguir em frente: o trabalho, o meio ambiente, nosso companheiro, o governo, as escolas, nossos filhos e majoritariamente . . . nós mesmos.

“Tenho que consertar, tenho que consertar, tenho que consertar; não quero assim, não gosto assim, tenho que consertar.”

Talvez nossas crenças mais prejudiciais, porém, sejam aquelas que temos sobre como a culpa é sempre do outro: nossos líderes estúpidos, nossas famílias bêbadas, nosso chefe excitado. Culpamos a constância do sol nascente, pensando que não há nada de errado nisso porque é assim que o mundo funciona. Temos certeza de que culpar nos faz sentir melhor, então fazemos isso um pouco mais, e um pouco mais, e um pouco mais, sem nunca ter ideia de quão destrutivas essas vibrações negativas têm sido — e estão sendo — para nossas vidas.

Mas aqui está a boa notícia: não importa o que o desfile atual de psicólogos e conselheiros diga em contrário, não precisamos *desenterrar* todo esse lixo inútil para fazer a vida funcionar do nosso jeito. Com alguns truques simples e a consciência de que isso não é mais difícil do que prestar atenção em como estamos nos *sentindo*, simplesmente

aprendemos a superar todas aquelas coisas velhas e mofadas que nos mantiveram aprisionados por tanto tempo, vivendo uma vida árdua. que sempre pensamos ser perfeitamente normal.

Não quero

Só existe um lugar de onde vem a energia negativa — *toda* energia negativa —: o que não queremos. Às vezes chamamos isso de culpa; outras vezes chamamos isso de medo, ou culpa, ou preocupação, ou dúvida. Mas, por enquanto, para que possamos ficar fora de todo o lixo dos psiquiatras banais, estamos chamando tudo isso de “Não Quero”.

Por mais difícil que seja de acreditar, a maioria dos nossos pensamentos diários – e, portanto, sentimentos – são sobre coisas que não queremos: grandes e pequenas, aqui e ali, agora, naquela época e no futuro. futuro. Esse tipo de pensamento é interminável, em sua maioria automático e inconsciente, e terrivelmente restritivo. Dê uma olhada:

Não queremos dirigir para o trabalho com mau tempo.

Não queremos chegar atrasados ao trabalho.

Não queremos desagradar o chefe.

Não queremos que a seca continue.

Não queremos comprar carne estragada na loja.

Não queremos ficar mal.

Não queremos que nossos filhos se machuquem.

Não queremos pegar gripe.

Não queremos ser demitidos.

Não queremos ficar em uma longa fila.

Não queremos acordar de manhã.

Não queremos mais contas.

Não queremos viver num clima tão frio.

Não queremos que o sinal fique vermelho.

Não queremos o divórcio.

Não queremos falhar no teste. etc., etc., etc., etc., etc., etc., etc., etc.

Agora, é verdade que uma ou duas das coisas listadas nada mais são do que escolhas que estamos fazendo no momento, então elas não vão provocar muita emoção em nós e, portanto, não causarão muitos danos. Mas por mais inconsequentes que o resto desses itens possam parecer, eles definitivamente não são. Concentre-se em qualquer um por qualquer período de tempo e você verá isso em seu rosto antes de saber o que o atingiu.

Pior ainda, o poder coletivo de todos os Não Queres pessoais, conscientes e inconscientes, que vomitamos energeticamente durante todo o dia, torna-se a mistura vibracional que compõe o nosso mundo individual. Goste ou não, essa mistura normalmente é negativa.

Tomemos, por exemplo, todas aquelas teias de aranha obsoletas do nosso passado, nossos “se ao menos”:

Se ao menos eu tivesse tido pais diferentes.

Se ao menos eu tivesse feito faculdade.

Se ao menos eu não tivesse casado com aquele.

Se ao menos eu tivesse aceitado aquele trabalho.

Se ao menos eu não tivesse mudado de faixa.

Se ao menos, se ao menos, se ao menos. . .

If Onlys é simplesmente o pretérito de Don't Wants. “Eu realmente não queria aqueles pais.” “Eu não queria ter que procurar trabalho sem um diploma.” “Eu não queria um casamento infeliz.” “Eu não queria um emprego tão mal remunerado.” “Eu não queria sofrer um acidente de carro, mas mudei de faixa.”

E depois há todos aqueles Desejos Negativos complicados, que nada mais são do que Não Quero disfarçados:

Eu quero ficar bem.

Quero sair das dívidas.

Eu quero perder peso.

Eu quero parar de fumar.

Quero que nosso péssimo casamento dê certo.

Quero que meu cônjuge consiga um emprego melhor.

Você pode pensar que está sendo positivo ao não declarar Não Quero, mas onde está seu foco? Ele mira exatamente naquilo que você não quer mais em sua vida. E já que conseguimos aquilo em que nos concentramos. . . *olá!* Aqui vem ao seu encontro.

Agora eu seria o primeiro a concordar com você quando você protesta que *não é* uma pessoa negativa. A maioria de nós não é – graças a Deus – como o Padre Fred. Aproveitamos a vida o melhor que podemos. Emocionamo-nos ao ver um pôr do sol. Jogamos peixes pequenos de volta na água. Ficamos satisfeitos quando amigos são promovidos. Rimos das piadas sem graça dos nossos filhos. Gostamos de sair nas noites de sexta-feira. Temos orgulho de nossas realizações. Damos crédito onde o crédito é devido. Fazemos o que podemos para trazer alegria à vida dos outros e também a nós mesmos.

E, no entanto, o nosso interminável foco na vida tem sido o Não Quer. Não queremos ter que trabalhar tanto, não queremos que nosso carro quebre, não queremos isso e não queremos aquilo o dia todo, o que apenas magnetiza mais daquilo que somos. não estou querendo.

Digamos que há algo no seu trabalho que você não gosta, ou que você dirige um carro quebrado, ou que tem um amigo que é deixando você maluco. E digamos que você pense sobre isso Não Quero repetidas vezes. Bem, cada vez que você volta a esse assunto e adiciona mais dezesseis segundos a ele com algumas emoções estimuladas, você não está apenas desenvolvendo-o e adicionando mais poder a ele, você está tornando muito mais fácil pensar sobre isso. . Uau!

Como abrir uma trilha na selva, você bate aqui e ali, e logo você tem um caminho limpo e bonito para caminhar de um lado para o outro. Então você faz. Sobre o mesmo assunto! Você pensa sobre isso, e pensa sobre isso, e pensa sobre isso até que logo é tão fácil pensar nisso que você mal consegue tirar isso da cabeça. E antes que você perceba, exatamente aquilo que você não queria que acontecesse. . . tem!

Se você não quer - muito mesmo - que seu carro novo seja roubado, você é uma escolha certa para atrair uma vibração correspondente chamada "idiota no estacionamento".

Se você não quer - muito - vizinhos desagradáveis se mudem para a casa ao lado, você está pronto para atrair nerds com cães latindo e mantê-los lá.

Se você não quiser - muito - mais problemas com contas, esses problemas certamente piorarão.

Se você não quer - muito - ficar sozinho nas férias. . . tudo bem, você entendeu.

Tudo o que você inclui em sua vibração por dezesseis segundos ou mais está a caminho de você, goste você ou não. Então, quando você está falando sobre todas as coisas que você não quer, e fluindo apenas dezesseis segundos de sentimento cada vez que você fala sobre uma delas, essa coisa agora se tornou parte de você, parte da sua vibração diária. Em breve você estará vivendo isso. . . não gostando nada disso. . . vibrando isso. . . falando sobre isso. . . reclamando disso. . . cozinhando sobre isso. . . e tornando-o uma combinação ainda mais forte com a sua vibração diária do que era em primeiro lugar. Você está vibrando exatamente com aquilo que não deseja.

Agora essa coisa não pode te deixar. Faz parte de você. Não importa o quanto você continue reclamando ou se preocupando com isso, ele não pode ir embora! Agora está incluído em sua vibração diária. E quanto mais você vive isso, se concentra nele e medita sobre isso, mais Sua vibração se torna mais forte para combinar e segurar essa coisa da qual você tanto deseja se livrar.

Tem mais . . .

Há outro problema. Lembra-se dos diapasões em que você tocava um em uma sala e todos os outros de uma frequência correspondente tocavam junto também? A mesma coisa acontece com nossos pensamentos. À medida que você pensa mais e mais sobre alguma coisa, você não apenas atrai mais daquilo em que está pensando, mas também *atrai qualquer outra coisa – QUALQUER COISA – que por acaso esteja em uma frequência semelhante*.

Os resultados podem variar desde um forte caso de gripe até uma demissão, quando o que você realmente estava pensando era que não tinha dinheiro suficiente para consertar o telhado. Agora, de repente, você está recebendo esses lindos pacotes surpresa *com a mesma vibração* - mas não a mesma coisa - do seu Não Quero, e igualmente indesejáveis. Ao pensar em um, você está enviando um convite aberto para qualquer outra coisa que esteja fazendo ping na mesma frequência. Se for uma combinação vibratória, pode ser sua, esteja você focado nisso ou não.

Você nunca percebeu que quando uma coisa começa a dar errado, o mesmo acontece com todo o resto? Isso ocorre porque as vibrações que você emite combinam com todos os tipos de coisas diferentes no mesmo comprimento de onda. Ao pensar sobre essa coisa repetidamente, você está criando uma espiral de pensamento que agora se tornou consideravelmente maior, com sabe-se lá o que mais girando em seu centro magnético e vindo em sua direção.

Por exemplo, pense bastante sobre como você não gosta do seu trabalho e acaba tendo um pára-lama quebrado, sua pia trava, você perde as chaves, sua geladeira explode e você dá uma topada com o dedo do pé. Tudo pensando repetidamente sobre apenas um Não Quero... seu emprego... que, aliás, é agora muito pior do que era antes.

Don't Wants pode ser enorme ou trivial, mas de qualquer forma, quando estamos focados em um ou cento e um, temos correntes negativas fluindo de nós que definitivamente não vão magnetizar de volta nada nem remotamente próximo da alegria. Eles não podem. Eles estão em uma frequência muito diferente.

E assim vamos girando, existindo; isso é tudo, apenas existir, mantendo-nos afastados das energias superiores do bem-estar borbulhante, que é o nosso verdadeiro estado e o nosso direito absoluto e irrefutável.

Duas coisas são certas: 1) Pense bastante sobre algo que você não quer, e ou você vai atraí-lo, ou isso vai atrair você, e 2) Pense em um Não Quero com qualquer sentimento. por trás disso, e você atrairá automaticamente outros acontecimentos ruins de frequência semelhante.

Em sincronia ou fora

Então, o que fazemos sobre tudo isso? Como podemos mudar isso? Certamente não podemos observar cada pequena coisa que dizemos, fazemos ou pensamos o dia todo.

Não se preocupe, não é tão difícil. Tudo o que precisamos fazer é voltar ao nosso gênio mágico, aos sentimentos, e aprender a identificar como é fluir “este tipo” de energia, ou “aquele tipo”, e aprender a reconhecer quando estamos nos sentindo para baixo ou para cima, ruim ou bom, desligado, sem sentimento ou *muito* feliz.

Mas vamos voltar aqui por um minuto, às vibrações. Tudo no universo responde às vibrações; é lei. E conosco aqui neste planeta, isso significa tato, olfato, cor, paladar, audição e... emoções.

Quando sentimos alegria, ou paixão, ou amor, ou qualquer outro tipo de felicidade extraordinária, esses sentimentos são as nossas interpretações de tipos específicos de vibrações. Por outro lado, quando sentimos sentimentos de ansiedade, culpa ou ressentimento, eles também são interpretações de vibrações. E não se esqueça por que um tipo se sente melhor que o outro; um está próximo da nossa Fonte, o outro não.

Cada um de nós é uma extensão física de muito, muito mais do que o que vemos são extensões de um Ser não-físico muito mais vasto – a nossa energia Fonte – que por acaso está se expressando, agora mesmo, em um corpo humano. Quando vibramos em sincronia com essa energia, nos sentimos bem. E vice-versa: quando nos sentimos deprimidos é porque estamos vibrando fora de sincronia com essa energia pura e positiva.

Não quero significa que estamos fora de sincronia. Quando olhamos para alguma coisa e dizemos: “Não quero isso”, duas coisas acontecem.

Primeiro, não há como o Não Querer ir embora, porque estamos mantendo-o em nossa vibração pela nossa própria atenção a ele. E segundo, nos sentimos mal, deprimidos, deprimidos, absolutamente nada, ou qualquer outro tipo de sentimento que seja tudo menos felicidade.

E assim, quanto mais sincronizados estivermos com a nossa energia Nascente, melhor nos sentiremos. E quanto mais fora de sincronia com a nossa energia Nascente estamos, pior nos sentimos. Ou digamos de outra forma: sentir-se bem é natural, mas não é normal para nós neste momento. Qualquer coisa menos do que isso não é natural e, infelizmente, é bastante normal para nós agora.

Mas cuidado

Nosso principal problema com as emoções negativas é que raramente pensamos que as temos. No entanto, se estivéssemos fluindo a alta frequência da alegria o tempo todo, em vez de qualquer vibração inferior que a alegria não é, estaríamos transbordando em uma tal profusão de prosperidade, riqueza e sucesso - para não mencionar a felicidade sublime, a saúde perfeita e o sucesso. bem-estar - que nada disso importaria.

Então aqui está a informação sobre esse estado que chamamos de normal, que em cerca de 99% do tempo nada mais é do que vibração negativa:

Vibração negativa de qualquer tipo, de qualquer intensidade, de qualquer desculpa, significa que nos isolamos da Vida. Estamos existindo, mas não vivendo. Grande diferença!

Vibrações negativas significam que nos desligamos da nossa Fonte.

As vibrações negativas ocorrem quando nos recusamos a pensar sobre o que nos faz felizes.

Vibrações negativas vêm de viver com Não Quer. E esse é o único lugar de onde eles vêm.

Vibrações negativas significam que fechamos a porta da nossa loja de brinquedos. Nenhum dos nossos desejos mais sinceros poderá jamais se manifestar através das

vibrações lentas do Não Quero. Eles fazem parte de uma frequência diferente chamada “alegria”, então ficam longe de nós – muito longe – até serem convocados pelas vibrações mais elevadas de Feel Good.

É simples assim. Nossos Desejos estão apenas em sincronia com as altas vibrações do nosso Ser Interior/Eu Expandido, não com as nossas vibrações negativas. Porque eles nos trarão prazer (em qualquer grau), a única vibração que eles correspondem é a da nossa Intenção Original, de estarmos em alegria. Não podemos ficar pensando no que *não queremos* e esperar conseguir o que *queremos*. É como tentar misturar óleo e água; misturar baixas frequências com altas frequências nunca acontecerá. Um sempre substituirá o outro, dependendo de qual for mais dominante no momento. Mesmo sentirmo-nos moderadamente preocupados (mais ou menos a nossa história de vida) fecha a porta à abundância e ao bem-estar, que é o nosso direito inato dado por Deus.

Então, basicamente, estivemos derrotando nosso próprio propósito o tempo todo. Achando que era importante nos preocuparmos com tudo como as contas, os filhos, a vovó, a situação mundial, o que temos feito é gerar esse fluxo constante de energia de baixa frequência para reter a maior parte do que desejamos para nós mesmos, para os outros e sim, para o mundo.

Viva o negativo

Aqui está outra maneira de ver isso: qualquer emoção que não esteja na família da alegria é totalmente negativa e vem da carência. . . de uma coisa ou outra.

Pense nisso. Cada emoção negativa que já tivemos, não por mais manso ou bem escondido que seja, veio da falta do que realmente queríamos. Assuma a culpa, por exemplo. Culpamos alguém ou alguma coisa por nos dar o que *não* queremos, que é apenas a falta daquilo que *queremos*.

Estamos preocupados em perder alguém ou alguma coisa, por isso tememos a ausência — a falta — desse alguém ou dessa coisa.

Temos medo das coisas “lá fora”, porque nos falta a sensação de segurança.

Justificamos e racionalizamos porque não temos a aprovação de alguém (inclusive a nossa!).

Sentimo-nos deprimidos porque não temos algo que queremos, mesmo que não seja nada mais do que nos sentirmos bem.

Ficamos ansiosos porque nos falta tempo ou recursos para produzir.

Todo sentimento negativo no dicionário vem da falta. E graças a Deus por isso!

Dizer o que?

Sim, eu sei, isso parece loucura. Mas como você pode identificar o que quer, a menos que primeiro saiba o que NÃO quer? Não pode ser feito. Somente a partir de um Não Quero você pode conhecer um Desejo, o que significa que cada experiência ruim, cada acontecimento feio, cada momento infeliz e cada preocupação menor é a oportunidade de uma vida.

Um Não Quero é um chamado para acordar, um chamado para sair do esconderijo, mudar de marcha e entrar na vida real. Então, abençoe a todos, todas as emoções negativas que você já teve ou está tendo, não importa o quão abominável ou comum seja. Eles são os ativos mais valiosos que você possui, seus trampolins para o bem-estar.

É verdade que vai demorar um pouco para se acostumar com a ideia de torcer por algo como o estresse. Mas ei, se você entendeu (e quem não tem?) e pode admitir e sentir isso, você acabou de dar o primeiro e maior passo para aprender a ser um criador deliberado:

Passo 1. Identifique o que você NÃO QUER.

Sabor não importa

Existem dois tipos de Não Quero; Universal e Pessoal, sendo Universal o mais comum e mais fácil de detectar.

Universal Don't Wants são coisas que ninguém gosta no mundo todo, coisas das quais ninguém no planeta quer participar, como contas bancárias vazias, doenças, relacionamentos ruins, empregos insatisfatórios, corpos deformados, baixa auto-estima,

telhados com goteiras, carros quebrados, ser assaltado, ser agredido, sofrer um acidente terrível, até mesmo o aquecimento global. Isso é o suficiente para abridores.

Os Não Desejos Pessoais são simplesmente as coisas levemente desagradáveis da vida que incomodam apenas a nós, nem sempre aos outros; coisas que pessoalmente preferiríamos evitar, como falar abertamente em uma reunião, matar aranhas, costurar buracos nas meias de Junior ou funções prolongadas como júri. Isso acontece com menos frequência do que o Universal Don't Want, porque não esperamos que aconteçam com tanta frequência, então não acontece.

Digamos, por exemplo, que você esteja realmente zangado com seu chefe (um Não Quero pessoal). No caminho para casa você para no mercado e, com certeza, com o jeito que você está vibrando, você entra na fila com a garota mal-humorada do caixa. Algumas pessoas não estão nem aí, mas hoje isso te pega.

Você continua pensando nela no caminho para casa — por bem mais de dezesseis segundos — até o ponto em que os pensamentos começaram a fluir, os sentimentos a desaparecer e as vibrações a se moverem.

Você reclama dela durante o jantar por muito mais de dezesseis segundos, fazendo um ótimo trabalho ao tornar aquela vibração de Não Quero uma parte de você. Você fala sobre ela no trabalho (ótimo material para sala de café) e conta a saga para seu melhor amigo na hora do almoço. Agora é melhor você se abaixar, porque a energia que você despejou com um foco tão específico nela se transformou em um bumerangue, e você pode apostar que ela está voltando em sua direção.

Na noite seguinte, por despeito, você decide ir até a loja concorrente. Você faz suas compras, vai até o caixa e adivinha? Pode apostar! Há outro caixa de sangue frio na sua cara, magnetizado diretamente na sua experiência por toda a sua atenção exatamente naquilo que você queria evitar. Você pode se surpreender, mas você pediu! Você recebe o que vibra; não existe outra regra de vida.

Meu amigo Skip, um conhecedor de comidas e restaurantes finos, adora surpreender sua esposa, Muriel, com novos lugares divertidos para comer. Ele me deixou

em crise recentemente (Skip também é um estudante de criação deliberada) enquanto contava sua história de sua viagem a um pequeno lugar colorido e íntimo com vista para a água. Tinha tudo de bom: luz de velas, um violino itinerante e até garçons de gravata preta.

Eles se acomodaram, pediram o vinho e, enquanto saboreavam a vista da orla, uma briga começou atrás deles. A princípio apenas ruídos abafados, as vozes foram ficando cada vez mais altas até que cada palavra dessa briga de amantes estava bem no meio de seu ambiente aconchegante.

Skip e Muriel tentaram, sem sucesso, ignorar a briga. A situação ficou tão ruim, tão rápida, que ambos se esqueceram do que estava acontecendo com eles vibracionalmente. Embora eles não tenham ido embora, com sua energia se fundindo tão rápida e seguramente com as vibrações do casal, eles estariam melhor se tivessem feito isso.

Skip começou a rosnar. Ele pediu ao maître que por favor acalmasse o casal. Isso não funcionou. Ele passou o resto do jantar irritado e resmungou sobre isso no caminho para casa. Quando foram para a cama, os dois estavam reclamando disso. Mas não parou por aí.

Nos três jantares seguintes, Skip e Muriel tiveram — nesta ordem — um casal brigão por perto, um jovem chorando e um bêbado barulhento.

Finalmente eles conseguiram. Eles estavam tão profundamente focados naquilo que não queriam, e estavam fluindo tanta energia para isso, que a Lei da Atração estava trabalhando horas extras para atrair circunstâncias vibracionais comparáveis diretamente para sua experiência. Sem prestar atenção em como estavam se sentindo, eles permitiram que um pouco de Não Quero (nenhuma confusão durante o jantar) se transformasse em guerra.

Os Não Desejos Pessoais geralmente não são tão sérios, pelo menos não no início. Eles vêm do nosso desejo inato de experimentar o sutilezas da vida, enquanto o Universal Don't Wants está profundamente enraizado e, na maioria das vezes, alimentado por medos e inseguranças humanos de longa data.

Mas não importa se um Não Quero é Universal ou Pessoal, intenso ou suave, constante ou passageiro. O objetivo é captá-lo, vê-lo, senti-lo ou qualquer outra coisa necessária para identificá-lo... *e altere-o*.

O que significa mudar os sentimentos de uma sensação ruim para uma sensação boa. Rápido.

OceanoofPDF.com

capítulo quatro



sim Sim! isso, isso e aquilo!

(passos dois e três)

• • • • •

Agora que examinamos a alegre informação de que viver de Não Querer é

como criamos a grande maioria de nossas vidas, vamos começar a entender o que realmente são os Desejos e o que diabos fazemos com eles. uma vez que os descobrimos.

Parece estúpido, não é? Todo mundo sabe o que quer da vida, certo?

Errado! Os desejos são o elemento mais assustador, incompreendido e negligenciado de toda a raça humana, e eu diria que, para a maioria das pessoas, apenas pensar neles é mais assustador do que ir a uma cadeira de dentista sem analgésicos.

Mas antes de nos aprofundarmos no tentador reino dos Desejos, é importante entendermos o que dá alegria e paixão às nossas vidas e faz com que a vida valha a pena ser vivida. Curiosamente, o que nos dá felicidade é exatamente aquilo que pensamos que gostaríamos de evitar — contraste: gostos e desgostos, desejos e não desejos. Por mais estranha que essa lógica possa parecer, sem contraste, provavelmente enlouqueceríamos.

Para ilustrar melhor esse conceito bizarro, venha voar comigo em uma viagem imaginária sobre uma cidade fictícia em um planeta fictício chamado Sameville.

Não, obrigado, Sameville

Aí está, logo abaixo de nós. A área se parece com a Terra, tem o mesmo terreno, as pessoas com o mesmo formato, tudo igual. Tudo parece idêntico à Terra, exceto por uma condição horrível: tudo é cinzento: a paisagem, os edifícios, os carros, os animais, os corpos. É tudo da mesma cor, até do mesmo tom! As pessoas não têm força, porque tudo é igual. Eles não têm desafios, nem obstáculos, nem obstáculos, *nem contrastes!*

Notou a inércia do povo? É tédio e avassalador. Pequena maravilha. Ninguém tem de tomar decisões em Sameville, pois todas as decisões têm o mesmo resultado. Nenhum companheiro é diferente do outro, todos os trabalhos têm o mesmo nível de estimulação e . . . você já viu o suficiente? A cena parece o mais próximo do inferno que gostaríamos de chegar.

Quem iria querer morar em um lugar assim? Qual seria o objetivo? Nada para superar, nada a desejar, sem diferenças para apreciar, nada para inspirar entusiasmo.

Simplesmente um lugar de tédio incalculável, que é justamente o que viemos evitar aqui no Planeta Terra. Viemos em busca de diversidade e diferenças. Viemos, por incrível que pareça, pelo *contraste*.

Isso é o que nosso Planeta Terra tridimensional oferece, uma cornucópia de alternativas e escolhas, um campo de treinamento para nos ajudar a determinar que tipos de coisas não gostamos, para que possamos dar meia-volta e – muito obrigado – criar os tipos de coisas nós gostamos. Como disse o homem, se o único sorvete feito fosse de baunilha, a vida seria muito monótona.

Portanto, temos escolhas; muitas e muitas opções que nos oferecem não apenas a oportunidade de viver e desfrutar de tudo o que desejamos neste mundo abundante, mas também de descobrir quanta tortura e privação estamos dispostos a suportar antes de permitir esses desejos em nossas vidas.

Vamos ser sinceros: somos magos inigualáveis em identificar o que nos desagrada, mas não muito entusiasmados em nos permitir identificar o que realmente queremos, *para* que possamos magnetizar essas coisas em nossas vidas pela pura alegria de tê-las.

A vida deveria ser: “Não goste disso, *faça* assim”. Em vez disso, acabou sendo: “Não gosto disso, mas acho que estou preso a isso”. Então nós reclamamos e nos preocupamos e reclamamos sobre todas as coisas com as quais estamos presos, o que, claro, nos mantém ainda mais presos bem no meio de onde não queremos estar.

Então o que você quer? Você sabe? Você ousa sonhar? Você tem coragem de desejar? Você tem coragem de deixar sua imaginação (o dom mais divino e poderoso da raça humana) correr ao sabor dos ventos da fantasia? O que você quer? O que você realmente quer?

A tortura do querer

À medida que voltamos suavemente à consciência bastante surpreendente de que tudo na nossa experiência veio do nosso foco e de como temos nos sentido, provavelmente é natural que pensemos: “Bem, querer pode ser bom para os outros, mas não vou começar

a sonhar acordado assim agora. Minha vida está bem, eu consegui sobreviver, então por que deveria me abrir para mais decepções neste momento?”

Vemos todas as coisas que gostaríamos de ter, mas não temos, todos os lugares que gostaríamos de estar, mas não estamos, todas as escadas que gostaríamos de ter subido, mas não subimos. Quando muito pouco aconteceu do jeito que teríamos escolhido deliberadamente, por que começar a querer agora? É o velho cenário “Quanto mais eu quero, menos consigo”, junto com o outro lado da mesma moeda que diz: “Claro que tenho muitos desejos e vontades, mas nunca espero alcançá-los de qualquer maneira.”

É triste dizer que sofremos uma lavagem cerebral para acreditar que a maioria dos desejos não são apenas proibições egoístas e egoístas, mas absurdamente impossíveis.

Você se lembra de quando estava, digamos, na terceira ou quarta série? Você não apenas tinha idade suficiente para entender a decepção e o quanto ela doía, mas também já era um veterano experiente em saber como evitar esses sentimentos. Você descobriu cedo na vida que quanto mais queria algo, mais sentia a dor de não tê-lo. Você provavelmente simplesmente parou de querer, a menos, é claro, que tivesse uma garantia sólida de que seu Desejo se materializaria.

Mesmo antes disso, quando você era uma criança que adorava explorar, você foi até o vaso de vidro brilhante da TV e gritou: “Não, não, não toque!” Nem uma vez, nem centenas de vezes, mas umas *sessenta mil vezes* (digamos os pesquisadores) num período de três anos, disseram-lhe: “Não, que pena, você não quer isso!” Quando você completou quatro anos, você estava pensando duas vezes antes de querer qualquer coisa. Querer equivale a “ruim”.

Nem para depois dos primeiros anos. “Não” para isso, “não” para aquilo, “absolutamente não” para o que parece ser quase tudo enquanto você cresce. Quando você chega ao ensino médio, é muito difícil sentir desejos reais além do que é socialmente aceitável, como comprar seu primeiro carro, ir ao baile de formatura ou trabalhar na faculdade. Deus não permita que você queira vagar pelo mundo até pensar em outra coisa melhor para fazer. Deus não permita que você queira se tornar um milionário no próximo

ano. "Ridículo! Tire sua cabeça das nuvens." Portanto, a maioria de nós simplesmente deixa essas paixões de lado enquanto caminhamos rumo aos deveres e obrigações dogmáticos da vida adulta.

Vimos a grande verdade que afirma: Quanto mais queremos algo fora do livro de regras da sociedade, mais seguros parecemos estar de não consegui-lo. Nós sonhamos, isso nunca acontece. Sonhamos um pouco mais, não chega. Logo nos curvamos diante da verdade fictícia de que sonhar ou querer algo fora da norma (e muitas vezes até dentro da norma) simplesmente não é algo divertido de se fazer. Quanto mais queremos, pior nos sentimos por não conseguir.

Finalmente, com exceção dos menores sonhos, aqueles que sabemos serem prudentes e alcançáveis, deixamos de sonhar completamente. E lá ficamos, no santuário sombrio de Sameville, protegidos pela crença errônea de que se sonharmos pequeno e nada acontecer, não sofreremos grandes danos.

Querido Deus do céu, que maneira escolhemos para viver.

Quebrando a barreira do desejo

Acabar com uma vida inteira de privação programada pode ser um pouco assustador, principalmente porque significa mudar. Mas devemos quebrar isso se quisermos nos tornar criadores intencionalmente, em vez de criadores por acidente. E, honestamente, aprender a querer de forma produtiva (e descobrir que está tudo bem) não é grande coisa, uma vez que aprendemos *a* querer, em vez de não querer.

Existem três tipos básicos de Desejos, cada um com seu próprio propósito em nosso arquivo de sonhos.

Desejos reais

Primeiro estão os verdadeiros desejos que vêm dos não-queridos. "Não quero passar férias com meus sogros; em vez disso eu quero. . . ?" "Não quero mais morar aqui; em vez disso eu quero. . . ?"

Esses são os mais fáceis. Basta virar a página de um Não Quero e lá está o seu Real Desejo do outro lado.

Desejos negativos

Em seguida estão os Desejos Negativos, aqueles que precisam ser invertidos antes que você possa sair deles. Você pode identificá-los pela maneira como se sente, já que eles nunca fazem você se sentir bem até que sua intenção seja reorientada.

“Eu quero estar bem” tem um foco claro no fato aparente de que você não está. Isso é um desejo negativo. “Quero ser rico” apresenta a mesma dificuldade. Ambos vêm de uma carência que nos causa desconforto pelo próprio fato de não termos o que desejamos. Desejos negativos são sempre Não Desejos e podem ser difíceis de detectar, a menos que você se sintonize com seus sentimentos.

Se você está acima do peso e quer ser magro, e diz inocentemente: “Eu quero ser magro”, isso é um Desejo Negativo e nunca, jamais, será uma sensação calorosa. Vem do anseio, ou anseio, ou desejo vazio, todas energias negativas. É surgir da necessidade, que é o medo; não por desejo, que é excitação.

Naturalmente, você não estaria querendo algo se o tivesse, mas se seu único foco estiver no fato de não ter, isso nunca acontecerá. Não pode, pois seu foco está na ausência dele.

Se o que você deseja – e a maneira como o afirma – *não* faz você se sentir bem, é um Desejo Negativo e precisa ser invertido para se tornar uma intenção positiva, um desejo excitado.

Desejos legítimos

Finalmente, ao terceiro tipo de querer eu chamo de Desejos Justos pela simples razão de que temos direito aos nossos desejos, não importa o que as nossas religiões possam dizer em contrário, ou os nossos pais, ou amigos, ou colegas de trabalho. Temos o direito, em virtude da nossa existência, de testar as nossas capacidades criativas da maneira que escolhermos. Temos o direito de substituir qualquer Não Quero — *qualquer*

Não Quero — em nossas vidas por um Quero, a qualquer momento. E se nos agrada, provavelmente agradará também aos outros. Se não, bem, que assim seja.

Com Rightful Wants, finalmente saímos do armário dos “deveres” e dos “precisos” e vamos viver a vida. . . nosso próprio!

Com Rightful Wants, aceitamos o fato muito real de que não é apenas apropriado e adequado, mas fundamental que desejemos: qualquer coisa . . . em qualquer lugar . . . de qualquer tipo. . . em qualquer quantia. . . em qualquer formato. . . em qualquer grau. . . a qualquer momento que desejarmos. Qualquer coisa! *Qualquer coisa* na face desta terra, se essas coisas tirarem nossas vidas do controle, nos tirarão de Sameville e nos farão vibrar mais perto do canal de alegria de nossos verdadeiros Eus. Esta é a única razão pela qual temos desejos, para nos fazer sentir bem quando os temos.

Sim, eu sei, tudo isso pode parecer insensível, indiferente e grosseiramente egoísta. Mas, por favor, tenha paciência comigo antes de tirar conclusões precipitadas, e você verá como essa abordagem ultrajante da vida também beneficiará profundamente todos os que o rodeiam e dependem de você.

Querer: a necessidade da vida

Eu digo a você: “Ok, o que você quer?” E você me diz: “Oh, isso é fácil. Quero dinheiro suficiente para pagar minhas contas, cuidar dos filhos, ter uma boa casa para morar, um emprego que eu goste, um parceiro amoroso com quem compartilhar tudo e uma saúde perfeita. Eu também não me importaria de comprar um carro novo.

Bem, isso é um começo, e um bom começo. Mas é só isso, um começo! Na verdade, para a maioria neste mundo, ter todas essas coisas obviamente maravilhosas seria como viver no céu! Mas se quisermos libertar esse poder que chamamos de paixão, onde podemos finalmente viver mais perto da frequência do nosso Eu Natural com profunda alegria, temos que ir além do óbvio. . . muito além!

Então, o que mais? O que mais você quer?

Sim, claro, os desejos mudam ao longo dos anos. Você provavelmente já deixou de querer um pônei de aniversário (e novamente...?), ou um novo hot rod elegante para arrastar o Main no sábado à noite.

Mesmo assim, existe dentro de você um incrível inventário de fantasias há muito esquecidas. O que eles são? Há quanto tempo você não ousa saborear seus sabores tentadores ou participar de suas aventuras exóticas em seus devaneios?

Quais são os seus menores, maiores, mais antigos, mais novos, seus desejos, ambições e aspirações mais profundamente ocultos. . . aqueles que estão tão distantes, tão impossíveis, tão inalcançáveis, que você nunca os sussurrou em voz alta. . . para ninguém . . . nem mesmo para Deus? O que eles são? O que você deixou de se permitir querer?

Este planeta não é Sameville! Viemos aqui pelo contraste. Viemos aqui para aprender como manifestar nossos desejos. Viemos para aprender o discernimento e para cultivar esta estranha arte de querer que equivale a manifestar. Em vez disso, ficamos presos na habilidade inútil de coletar diligentemente o que Não Quero.

Viemos para aprender como criar nossos desejos, realizar nossos sonhos, prosperar e levar essa experiência extraordinária chamada “ser físico” ao seu apogeu.

Passamos a vivenciar o bom com o ruim, para que pudéssemos aprender como escolher o que gostamos em vez do que não gostamos.

Então tenha-os!

Tire seus sonhos preciosos daquele armário velho e lotado, tire-os do pó com carinho e dê uma olhada longa e dura em cada um deles.

Esqueça que eles estão muito longe.

Esqueça que eles são desesperadores ou impensáveis.

Esqueça que alguém vai pensar que você perdeu.

Esqueça que você pode ser chamado de egoísta.

Esqueça essas coisas!

Querer não é apenas um direito seu, é um pré-requisito absoluto para uma vida feliz.

Ah , sim, você *merece*

Agora, aqui está a grande novidade: você não precisa ser digno de uma maldita coisa para ter seus desejos.

Você não precisa provar, testemunhar, demonstrar ou passar em um teste moral.

Você não precisa explicar seus motivos, nem dar desculpas à sua família, a si mesmo ou a Deus.

Você não precisa ser mais digno, merecedor, confiável ou íntegro do que é agora.

Você só precisa tomar uma decisão. . . apenas um . . . e isso é ser feliz.

Mas você nunca começará a trilhar esse caminho até permitir que seus Desejos – seus sonhos, seus desejos, seus anseios – saiam do armário, não apenas espiem pela esquina de uma porta entreaberta, mas saiam completamente!

Como qualquer talento oculto que você sabia, consciente ou inconscientemente, que existia, mas não se sentia confortável em revelar, uma vez que você aceita o fato de que querer faz parte de você e que fazer isso é realmente bom, torna-se divertido. A alegria começa a fluir. Você começa a vibrar de forma diferente, pois quando está feliz com a Vida você não pode vibrar negativamente e não pode *atrair* negativamente, apenas positivamente.

Quando você está alegre com a Vida, você não pode se sentir inseguro, envergonhado, indigno, inseguro, culpado ou inferior de qualquer maneira, porque você não está vibrando aí. Você não pode sentir falta de qualquer tipo. Nem você pode atraí-lo.

A única coisa que você fará quando começar a desbloquear seus Desejos é vibrar mais alegria, mais abundância e mais liberdade em sua experiência. Pequeno preço a pagar por sonhar, não acha?

E não faz diferença o que você escolhe sonhar! Escolha o seu sonho porque ele te faz feliz e você o vibrará em sua vida. Sonhe o sonho da alegria, sonhe o sonho da realização, sonhe o sonho da frivolidade, mas SONHE!

Ter desejos – querer – não é mais pecado do que respirar. Nunca mais pense que você precisa justificar seus desejos. Apenas não faça isso! Você não pode justificar,

defender ou racionalizar – o que é um fluxo negativo – e permanecer conectado à sua energia central.

Você não precisa dar desculpas a nada, a ninguém ou a qualquer autoridade superior ou inferior por seus desejos. Certamente não para Deus. Fazer isso é dar as costas à sua própria energia superior, negando assim a sua própria existência, o seu direito divino à Vida. Ao contrário dos ensinamentos comuns, obter felicidade é o seu sagrado direito de nascimento.

Então deixe-se levar e sonhe. Você já está criando sua vida a cada momento de cada dia pela forma como pensa e vibra; você também pode criá-lo do jeito que gostaria que fosse.

Você ainda os tem

Uma das melhores maneiras de descobrir alguns desses desejos há muito escondidos é fingir. Lembre-se de que tudo o que é necessário para que você o tenha — seja lá o que for — é desejá-lo e senti-lo, sem explicação, desculpa, pedido de desculpas ou razão.

O desafio agora é descascar a cebola o suficiente para ultrapassar as camadas rígidas de Deveria, Não Deveria e Não-Não, rumo à emoção há muito esquecida da — e paixão pela — Vida.

Finja que é época de Natal (isso não é religioso, então faça a vontade, não importa sua fé). Você é o Papai Noel do shopping, com barba áspera e barriga almofadada. Você está ouvindo todas as pessoas pequenas recitarem suas longas listas de desejos socialmente aceitáveis, mas depois de um tempo você decide espalhar um pouco de pó mágico para que crianças de qualquer idade sintam o desejo de revelar alguns de seus desejos menos aceitáveis socialmente. .

Aparece uma gracinha, de cerca de seis anos, que pula em seu joelho. Ela começa a lhe dar sua lista: alguns brinquedos especiais, como vistos na TV, e alguns brinquedos antigos, como uma boneca e um cachorrinho. É isso. Nada de novo.

Então você espalha seu pó mágico e ele aparece: um grande balanço no quintal, um papai para ficar mais por perto, uma mamãe que vai tirar um tempo para brincar, alguém - qualquer um - que vai acreditar nos lindos anjos no quarto, e alguém para sempre deixar tudo bem. Ah, e muitos irmãos e irmãs, por favor. Então ela pula, feliz como uma cotovia.

(Você se lembra quais eram seus desejos secretos aos seis anos de idade?)

Em seguida, surge um garoto alto e desengonçado de dezoito anos, divertindo-se com a experiência e bastante disposto a concordar com a piada.

“Tudo bem, agora, o que você gostaria que o Papai Noel trouxesse para você?” Mais uma vez, embora o adolescente esteja alegremente entrando no espírito dessa tolice, a lista é alarmantemente curta. “Bem, vou levar aquele carro novo que você escondeu na bolsa, Papai Noel. E eu não me importaria de ter alguns milhares de dólares na minha meia para ganhar dinheiro de jogo. E se acontecer de você ter um romance quente aí no seu trenó, ei, isso seria legal!

Você espalha sua magia, o garoto de dezoito anos relaxa e surge uma lista incrível de desejos legítimos que têm a ver com carreiras, e amigos, e sucesso, e fama, e roupas, e condições de vida, e família, e iates, e felicidade genuína: “Seja lá o que for”, ele murmura.

(Você se lembra quais eram seus desejos secretos aos dezoito anos de idade e quais sonhos foram guardados para que você pudesse viver no “mundo real”?)

Finalmente chega o adulto, pulando alegremente no colo do Papai Noel enquanto as crianças assistem e riem.

“E o que você gostaria, meu amigo?” você pergunta com expectativa. Você fica consternado ao descobrir que essa pessoa tem a lista mais curta de todas até agora, como se todas as esperanças e sonhos já possuídos tivessem voado para a próxima galáxia. Ah, tem a casa nova, o carro novo e uma piada irreverente sobre ganhar na loteria, mas é isso. Rapidamente você espalha seu pó mágico. Nada. Você borrija mais. Nada ainda. Você esvazia o saco.

A princípio lentamente, como se tivesse que ser retirado das profundezas mais profundas e escuras do oceano, surge um comentário sobre ter uma loja de tortas. E outra

sobre aprender a tocar piano. Uma pausa e depois outra sobre fazer um curso de horticultura na faculdade local. E outra sobre a construção de um tipo único de veleiro. Este está em alta agora. Há outra sobre poder ajudar financeiramente um amigo a abrir uma escola de dança, outra sobre ter uma porta de garagem automática e outra sobre morar em uma casa elegante com vista para as águas azuis de uma ilha do Caribe.

Não há como parar agora. Outro desejo profundo surge de poder conversar com um parceiro sobre devaneios. E outra sobre abrir um acampamento de verão para crianças da cidade, sentir-se segura no país do terremoto e algo sobre ter confiança para falar na frente de um grupo de pessoas. Há um sobre como melhorar as relações com certos membros da família e aprender como ser mais amoroso, e assim por diante. Foi preciso um saco cheio, mas a represa que retém aqueles tesouros há muito esquecidos finalmente rompeu.

Que sonhos você deixou de lado? Suas ambições, seus objetivos esquecidos, até mesmo seus menores desejos – o que são? *O QUE ELES SÃO?*

Etapas 2. Identifique o que você QUER.

Quem está em primeiro lugar!

Nos anos 40, a adorada equipe de comédia formada por Abbott e Costello tinha uma rotina que sempre derrubava a casa e acabou se tornando um clássico. Foi o “Quem está primeiro?” rotina que iniciava algo como “Sim, quem vai primeiro”.

“Bem, se quem está em primeiro, então quem está em segundo?”

“Não! Quem não está em segundo, está em primeiro e o que está em segundo.”

E girando e girando, até que todos chorassem de tanto rir. Até hoje fico nervoso sempre que vejo isso repetido na TV.

Bem, se você pegar o paradoxo que estamos prestes a abordar agora, parece tão maluco quanto “Quem vai primeiro?” Igual a:

Se eu pegar todos os meus Não Quero - que me fazem sentir mal - e transformá-los em Desejos - que deveriam me fazer sentir bem - ainda assim acabo com algo que sei que não tenho - o que com certeza não tem. faz com que eu me sinta bem - e algo que

provavelmente nunca conseguirei - o que me faz sentir pior do que antes de começar toda essa coisa estúpida!

Ah, é uma grande situação, porque se você tivesse, você não iria querer.

Portanto, o próprio ato de querer traz consigo a implicação bastante óbvia de que você certamente não o possui e, se não o possui, como, no Sam Hill, você pode se sentir bem com isso até consegui-lo?

Você não pode! Não enquanto você continuar querendo as coisas do jeito antigo.

O dilema vem de pensarmos que o fardo de adquirir o que queremos recai todo sobre nós, que somos nós que teremos que descobrir como conseguir isso, como conseguir o dinheiro para isso, como providenciar isso, como fazer isso acontecer. Quando chegamos a esse ponto, nossos próximos pensamentos geralmente são algo como: "Oh, inferno, isso simplesmente não é possível", o que invariavelmente nos faz parar de querer. Resolução fácil, diretamente da nossa antiga forma programada de pensar.

A chave

A chave para ter tudo o que o seu coração mais divino deseja - exceto nada - é encontrar uma maneira de se sentir bem com o seu Desejo: não desejar, ansiar, desejar, suspirar ou sentir-se desanimado com isso, mas apenas sinta-se bem com isso. (Lembre-se, a necessidade vem do medo, o desejo vem da excitação. Eles estão nas extremidades opostas do pólo vibracional.)

Então aqui estamos neste dilema. Estamos querendo, o que geralmente nos faz sentir mal, porque não só não temos o que queremos, como também não temos a menor ideia de como consegui-lo.

A solução? Mude o sentimento!

Quando você quiser alguma coisa, mantenha seus pensamentos nesse Desejo por alguns momentos até que surja algum tipo de sentimento: qualquer tipo, bom ou ruim, Bandeira Vermelha ou Bandeira Verde, não importa. Então sintonize-se com esse sentimento. Se você se sente deprimido em vez de animado, desanimado em vez de

excitado, você está pensando em *não ter* em vez de *ter*. Você está pensando na *falta* do que deseja.

Por outro lado, se você estiver sentindo uma pontada de excitação ou uma sensação agradável e calorosa, você acertou o alvo.

Todo o processo de criação proposital consiste em tirar nossos pensamentos do que não queremos, para o que queremos, *e mantê-los lá*. Uma vez chegados a esse ponto, nosso trabalho será encontrar maneiras de nos sentirmos bem em relação a esses Desejos, em vez de nos sentirmos péssimos quando eles não estão em lugar nenhum e parecem não ter como aparecer.

Então a questão é: como vamos de baixo para cima toda vez que pensamos em um Desejo, porque assim que estamos de pé, estamos anulando vibracionalmente todos aqueles sentimentos deprimentes que temos quando estamos focados no fato óbvio que nosso desejo não está à vista.

Tornando-se animado

Já sabemos que o truque para transformar um Não Quero em um Desejo é encontrar maneiras de nos sentirmos *esplêndidos* em relação a esse Desejo, em vez de desencorajados. E não importa se é um desejo antigo que está trancado em seu armário de desejos há muito tempo ou um desejo novo em folha; O processo é o mesmo.

Então é assim que nos sentimos bem - na verdade, ótimos - por querer algo que não temos, ou que achamos impossível de obter, ou que não merecemos ter, ou que nunca poderíamos pagar, e que é muito complicado para um cérebro cansado para descobrir de qualquer maneira. Este é o componente mais importante da Lei da Atração que garante atrair o que quer, em vez do que não quer:

Depois de saber o que quer, você deve encontrar o LUGAR DE SENTIMENTO de ter esse Desejo, ao mesmo tempo em que fica fora do sentimento de não tê-lo.

Em outras palavras, *sinta-se* entusiasmado com o que seria nadar (se você não sabe como), em vez de se sentir envergonhado quando todos, menos você, correm para a água.

Feeeeel (anime-se) em seu novo emprego, em vez de ficar constantemente reclamando - e se sentindo preso - no que você tem agora.

Feeeeel (fique entusiasmado) com seu orgulho pelas realizações ao se aproximar da plataforma para receber seu merecido diploma, mesmo que ainda não tenha começado as aulas.

Feeeeel (fique entusiasmado com) como você quer que seu novo companheiro seja e como será ótimo estarmos juntos.

Feeeeel (fique entusiasmado com) como será possuir seu próprio avião e a alegria e o orgulho de voar com amigos e familiares para todos os lugares.

Agora você está vibrando em harmonia com o seu Eu maior. Seus desejos são alegremente incluídos em suas vibrações, magnetizando-se, crescendo cada vez que você *sente* a realidade deles por apenas dezesseis segundos. Você rompeu com as vibrações negativas da consciência social para viver - e vibrar - nas únicas energias que são capazes de atrair esse Desejo para você, as frequências mais elevadas e sagradas de Sentir-se Bem.

Uma vez nesse espaço, você e seu Desejo estão literalmente fazendo ping juntos. Em vez de hastear Bandeiras Vermelhas e emitir ping em harmonia com a falta de seu desejo (o que significa que você estaria atraindo mais falta), você está hasteando Bandeiras Verdes do Feel Good e ping em harmonia com tê-lo, mesmo que “isso” exista ainda ou não.

Contanto que você não gaste muito tempo se preocupando com o motivo pelo qual “isso” ainda não apareceu, aquela vibração animada, animada, excitada, alta e feliz que você sente quando pensa em tê-lo acabará por magnetizá-lo corretamente. em seu colo.

Basta isso, bons sentimentos, um dos elementos bastante importantes da vida que nós, como espécie, parecemos ter esquecido como adotar como dieta constante.

Os porquês disso

Para ajudar um Desejo a se magnetizar, precisamos manter nossa energia funcionando para que possamos fluir o máximo de energia positiva e excitada possível. possível. Uma das melhores maneiras de fazer isso é falar sobre os “porquês” de querer

algo. O que define, mas são os porquês que carregam sua bateria e fazem a energia funcionar.

É como perguntar a um cara que é maluco por comer bifes malpassados por que ele gosta deles assim. Ele inclina a cabeça para trás, fecha os olhos e mergulha na terra la-la enquanto descreve os sabores, saboreia os sucos, acaricia a textura e murcha sob o buquê inebriante. Isso é um grande sentimento e uma grande vibração, tudo a partir de uma única pequena pergunta: “Por quê?”

Ao pensar em todos os porquês de querer algo, você começa a se apegar a isso com sentimento. Você fica mais excitado, mais apaixonado. E você está criando muito mais intervalos de dezesseis segundos para fluir energia altamente carregada e muito magnética para a coisa, em vez de apenas deixar escapar: “Isso é o que eu quero”.

Então, ao declarar seus porquês, você está dando a esse desejo um impulso muito necessário. Assim como seu carro com a bateria descarregada, até que você energize a bateria com uma carga, seu carro não irá a lugar nenhum. Sem custo, não vá; sem força para o seu desejo, sem magnetismo; sem magnetismo, não há.

Porque . . . Porque . . . Porque

Em um dos meus grupos de seminários de fim de semana, uma garota disse: “Tudo bem, agora entendo que tenho me concentrado na falta do meu sonho, mas só consigo pensar em um Por quê”.

"Ok, o que você quer?"

“Quero uma casa de verão à beira-mar.” (Sem força.)

"Por que?"

“Porque odeio ficar preso em casa no verão.”

Ah ha, um grande Não Quero. Fiquei perguntando por quê.

“Por que você não quer ficar preso em casa no verão?”

“Porque gosto da sensação de lazer e relaxamento que tenho numa casa de veraneio. E liberdade, sim, gosto da liberdade.”

"Bom! Você está começando a se conectar; vamos continuar. Por que você gosta da liberdade?"

"Faz me sentir bem . . . e feliz. Oh sim! Lembro-me de me sentir muito feliz quando era criança, em nossa casa de verão. Foi um sentimento maravilhoso."

"Agora estamos chegando lá. Me diga mais; como é sua casa de verão?"

"Bem, é um chalé cinza em Cape Cod, meio desgastado pelo tempo, mas muito aconchegante. E tem acabamento branco. Ah, como adoro a frescura dessa guarnição branca."

"Mais. É perto da água?"

"Ah, sim, bem nas dunas."

"Por que você quer estar perto da água?"

"Oh, porque é tão reconfortante, mesmo no tempo tempestuoso. Isso me faz sentir real e vivo. Posso pintar lá, observar o pôr do sol e me perder na vastidão de tudo isso, e bem, tudo ganha vida em mim à beira-mar."

Sim! Finalmente essa garota estava cozinhando em banho-maria! Seus sucos estavam fluindo e suas frequências vibracionais estavam se tornando cada vez mais altas, carregando magneticamente aquele crescente pensamento de Desejo a cada novo pensamento que ela alimentava. Fiquei perguntando por quê, e ela continuou me dizendo porque, porque, porque. E com cada porque, suas frequências estavam aumentando. Essa "coisa" agora estava se tornando parte dela, incorporada em suas vibrações.

Pergunte-se repetidamente por que deseja algo e continue perguntando, continue perguntando e continue perguntando, mesmo quando achar que não tem mais respostas. Então, em breve, você estará na terra dos sonhos, sentindo *-se maravilhoso*, exatamente onde precisa estar para magnetizar essa coisa.

Agora! É aqui que você deseja convocar sua força de vontade para permanecer nessa vibração o máximo que puder, talvez até meia hora ou até o dia todo. Mas se forem apenas alguns minutos, ótimo, é o suficiente para iniciar o turbilhão de energia. Lembre-se, você precisa de apenas dezesseis segundos para que os mesmos pensamentos vibracionais

se agrupem em um vórtice de energia, depois mais dezesseis segundos, e outro, e outro. Se você cair no “Esqueça, isso é apenas um sonho impossível” no meio da sua parte superior, simplesmente mude as marchas vibracionais, pense em algo que faça você se sentir bem, acelere seus motores novamente e você rapidamente substituirá a vibração da Bandeira Vermelha.

(Não se esqueça, o universo não nos dá o que falamos, ou o que merecemos, ou o que supostamente estamos destinados a ter. O universo nos dá precisamente - e somente - o que vibramos a cada momento de cada dia. Nada mais nada menos).

Antes que você perceba, o Universo começa a responder às suas vibrações com pequenos sinais aqui e ali, pequenas “coincidências” incríveis, todas as peças mágicas necessárias para montar tudo isso. Eles continuam vindo, vindo e vindo até que tudo esteja no lugar, com você bem no meio, vivendo seu sonho que antes era “impossível”.

Mas você tem que provar, sentir, cheirar e babar antes que aconteça. Você precisa falar sobre isso até sentir que está vivendo isso, e depois falar um pouco mais até que esses sentimentos excitados – o elemento fundamental do Terceiro Passo – cheguem até você com a maior facilidade.

Passo 3. Encontre o local de realização do seu desejo.

Aquela válvula mágica

Uma das melhores maneiras que ouvi para descrever a energia Feel Good é a analogia de uma válvula, ou bocal, do tipo que você encontra em uma mangueira de incêndio. Nós somos a válvula, e a mangueira de incêndio é o que transporta o fluxo de energia da nossa Fonte, aquela maior parte de nós à qual estamos para sempre conectados.

Esse fluxo de energia não física é o que realmente somos, uma força insondável de alegria, abundância e segurança. Na maioria das vezes, nos mantemos isolados desse fluxo total de energia. Como? Com nossa energia negativa de válvula fechada.

Mas quando nos sintonizamos, nos ligamos e nos sentimos bem, abrimos essa válvula mágica para permitir que nosso fluxo vibracional elevado inunde através de nós.

Agora nos sentimos vivos, animados, vibrantes, enérgicos, entusiasmados, excitados. . . todos mais conhecidos como felizes.

Assim como a pressão da água em nossa mangueira, a energia está sempre lá, mas temos que tomar medidas intencionais e deliberadas para abrir aquela velha válvula enferrujada se quisermos que nossa energia da Fonte de alta frequência flua.

Ter uma válvula aberta (sentir-se bem) significa que a energia positiva está fluindo para nós, através de nós e de nós, e estamos criando de propósito.

Ter uma válvula fechada (qualquer coisa que não seja boa) significa que estamos fluindo energia negativa, resistindo ao nosso fluxo natural e criando por padrão.

Isso não significa que temos que bater as asas mais alto que uma pipa o dia todo. Tudo o que precisamos fazer é abrir nossa válvula, mesmo que seja só uma fresta, e instantaneamente deixamos entrar um pouco mais daquele fluxo que dá vida. Se pudermos encontrar maneiras de nos sentirmos um pouquinho melhor do que antes, um pequeno sentimento de cada vez, então começaremos a reversão de uma vida inteira de atração negativa.

Pretendendo

Depois que você começar a expor seus Desejos, há mais uma etapa que é útil aqui: transformar seus Desejos em Intenções. Como a palavra “querer” ainda pode causar o surgimento de algumas bolhas emocionais, você pode se sentir muito melhor “pretendendo”.

A intenção é uma espécie de combinação de “eu quero” e “eu espero”. E um bom lugar para começar é planejar *pequenas coisas* ao longo do dia. Isto não só proporciona algumas práticas valiosas juntamente com evidências rápidas, mas também abre novos e muito necessários caminhos energéticos que nunca foram abertos antes. E cada novo caminho significa que você está recebendo mais desse fluxo superior de energia da Fonte do que antes, então sentir-se bem se torna mais fácil. . . que o abre para mais e mais energia. . . qual . . . etc etc.

A intenção diária desenvolve essas novas saídas para a energia fluir. Quanto mais pretendemos, mais utilizamos essa energia de alta frequência, que rapidamente se torna uma via de mão dupla; quanto mais usamos, mais obtemos. Isso cria uma espécie de cobertura protetora ao nosso redor, como nos envolvermos em um cobertor de segurança onde temos muito menos chance de sermos atingidos por velhas crenças que continuam a nos trazer coisas que não queremos.

Faço questão de pensar em pequenas coisas o dia todo. Pretendo chegar ao meu destino com segurança. Pretendo chegar na hora e me sentir ótimo. Pretendo encontrar um lugar de estacionamento conveniente. Pretendo me sentir bem com minhas roupas. Pretendo assinar o acordo. Pretendo manter minha conta bancária em um determinado nível ou além. Pretendo encontrar alegria o dia todo (não é pouca coisa). Pretendo ajudar meus clientes a se sentirem à vontade. E, desde que minha válvula esteja aberta enquanto pretendo, elas sempre acontecem.

Nas questões maiores, se a sua intenção do dia for sentir alegria, você nem conseguiria encontrar um programa perturbador na TV. Se a sua intenção é instalar sua nova cozinha sem problemas, será assim, a menos que você feche a válvula em alguma coisa. Se a sua intenção é terminar a colheita antes da ceia, observe a facilidade com que isso acontece.

Com desejos maiores, se você transformar cada desejo em uma declaração de intenções e se permitir sentir o poder por trás dele, como *YEEEESSSSSS!!!!!!!*, você ficará surpreso com o que acontece.

“Pretendo me mudar no próximo ano!” significa “Não tenho ideia de como isso vai acontecer, mas sei que vou descobrir, porque estou determinado a fazer isso!”

“PRETENDO ter um novo relacionamento!”

“PRETENDO aprender a dançar em linha!”

“PRETENDO ter uma conta bancária completa!”

“PRETENDO encontrar felicidade em tudo o que faço!”

“PRETENDO fazer novos amigos!”

“PRETENDO encontrar uma conexão espiritual mais profunda!”

Você deve sentir a força ao falar isso. Sinta a autoridade, a força do comando, o músculo por trás da energia que sai de você. A conclusão.

Mas use com cautela. A intenção é uma dinâmica em si mesma que não deve ser abusada e nunca deve ser transformada em um hábito estúpido.

Ouse querer

Quer você chame isso de intenção ou de desejo, tire suas algemas e faça isso!

Ouse querer. Ouse sonhar novos sonhos. Ouse tirar seus sonhos antigos do armário e tirar o pó deles.

Dê a si mesmo permissão para querer; na verdade, *faça* você querer.

Em seguida, escolha um pequeno desejo descolado e não essencial e comece a falar sobre por que você deseja aquela coisa até pegar o jeito de clicar naquele sentimento de excitação. Antes que você perceba, você terá manifestações físicas em suas mãos, e estou aqui para lhe dizer que, quando isso acontecer, será um gritador de primeiro grau.

Verifique o que você gosta ou não gosta no que você tem em sua vida agora. Então supere a culpa de querer e acelere o motor do Querer, pois querer traz a paixão, a paixão traz alegria, a alegria traz mais desejo, e agora você está criando de propósito. Você é o inventor e participante, tudo em um. (Não importa ser o engenheiro de design que precisa descobrir como algo vai funcionar. Esse não é mais o seu trabalho.)

Opte por coisas materiais, é claro, mas também reivindique coisas universais ou intangíveis, como:

Quero que a alegria irradie através do meu coração.

Quero que toda a minha família sinta alegria.

Quero saber que está sempre tudo bem.

Quero ter uma maior sensação de liberdade.

Quero saber que tenho escolhas.

Pretendo ver mais opções.

Pretendo confiar que tudo está bem no mundo.
Pretendo aprender a criação deliberada.
Pretendo aprender a me tornar um gestor de energia.
Pretendo estar ciente da minha resistência.
Pretendo estar ciente dos meus sentimentos.
Pretendo aproveitar a vida ao máximo.
Pretendo me divertir mais.
Pretendo aliviar.
Pretendo ter uma conexão mais próxima com minha Fonte.

A questão é superar o estigma de querer e fazer isso. Ouse querer tudo o que neste mundo inteiro lhe dará prazer, pois querer é assumir o controle. Querer é criar. Querer – e manifestar esses Desejos em realidade – é cumprir a sua razão de ser. E é aí que reside a verdadeira riqueza da Vida.

OceanoofPDF.com

capítulo cinco



condições que se danem



Todo esse processo de criação deliberada é bastante simples, mas nem sempre fácil. Pelo menos, não a princípio. Na verdade, eu estaria inclinado a dizer que é uma merda. Mas uma vez que você entende como está concentrando e fluindo sua energia, e vê quais são os resultados óbvios disso, torna-se muito fácil. Bem, quase!

Vamos fazer uma rápida revisão antes de nos aprofundarmos e dar uma olhada veja até onde chegamos nos Quatro Passos da Criação Deliberada.

Examinamos razoavelmente a Etapa Um:

Identifique o que você NÃO quer.

Examinamos moderadamente a Etapa Dois:

Identifique o que você deseja.

E passamos para a Etapa Três:

Encontre o lugar do sentimento do seu Desejo.

Agora estamos chegando ao cerne do Terceiro Passo, a parte difícil: aprender como nos sentir bem com algo que queremos e não temos.

Você sabe tão bem quanto eu que nosso pensamento habitual tem sido do tipo: “Quando o que está lá chegar, *poderei* ser feliz” ou “Quando tiver o corpo certo, *poderei* me sentir bem comigo mesmo.” “Quando eu estiver ganhando mais dinheiro, *estarei* livre do estresse.” A velha síndrome do preciso-encontrar-uma-maneira-de-consertar-para-que-posso-ser-feliz.

No entanto, foi precisamente esse tipo de pensamento que tornou as nossas vidas tão difíceis. Quando as circunstâncias não nos convêm (o que na maioria das vezes), a nossa primeira reação sempre foi procurar remédios fisicamente agressivos para removê-lo,

liberá-lo, repará-lo, corrija-lo. Afinal, somos seres físicos. “Não gostou? Sem problemas!” Whack, bang, smack: conserte!

Mas, se o que quer que estejamos tentando realizar não for consertado, ou parecer grande demais para ser mudado, ou muito difícil para ser alcançado em um prazo que nos convém, ficamos todos descontentes e frustrados. E você já conhece os resultados desse cenário; na energia de nosso descontentamento e frustração, estamos simplesmente atraindo muito mais daquilo que estamos tentando tanto consertar.

Ela começou com “Seguro”

Minha antiga amiga de faculdade, Liz, morava com o marido há anos em uma área próspera do Arizona, criando dois filhos e trabalhando como voluntária em suas organizações humanitárias favoritas.

Quando seu marido, Clint, morreu recentemente, Liz enfrentou algumas decisões difíceis. Ela não trabalhava há três décadas, mas era obrigatório conseguir algum dinheiro. A família havia se mudado para uma grande casa nova apenas três anos antes da morte de Clint, uma casa que recebia pagamentos pesados, mas muito pouco patrimônio, de modo que vender o novo local para comprar um menor com pagamentos menores não era uma opção. A pior parte era que Clint tinha deixado muito pouco seguro de vida.

Sem aviso, Liz se viu entre uma rocha e uma posição difícil. Se ela vendesse a casa, não haveria dinheiro suficiente para comprar uma menor. Se ela o mantivesse, enfrentaria pagamentos que não poderia pagar. Claro, as crianças se ofereceram para ajudar, mas isso lhe proporcionaria apenas um alívio temporário.

O único talento de Liz era seu trabalho artístico. Ela era uma aquarela talentosa e suas pinturas do deserto do Arizona eram uma delícia de se ver. Ela nunca havia vendido muito comercialmente, exceto para amigos admiradores, mas agora se via com a atraente possibilidade (se não a necessidade) de se tornar uma artista profissional em tempo integral. Sendo uma garota corajosa, ela decidiu seguir em frente em meio a protestos de seus filhos de que deveria encontrar algo mais tradicional, como um emprego de vendedora em uma loja de departamentos local.

Entre o que Clint havia deixado para ela, as pequenas economias e o que ela pegou emprestado das crianças, Liz tinha o suficiente para mantê-la por cerca de um ano. Mas toda vez que conversávamos era: “Nossa, ainda não vendi nada, não sei se isso vai funcionar ou não. Tenho que vender algo em breve ou não sei o que farei.”

Liz não era uma estudante de energia fluida, nem queria ser. Ela ouvia educadamente minhas sugestões, às vezes não tão gentis, de parar de se concentrar em suas condições negativas atuais (falta de vendas) e começar a se concentrar seriamente no que ela queria e em como isso era para ela. Conversamos repetidamente. Mais e mais acima, Liz dizia: “Acho que não vou aguentar muito mais tempo. Estou ficando tão nervoso que nem consigo me concentrar na pintura. O que eu vou fazer? Eu estou aterrorizado.”

Um dia eu simplesmente não consegui mais me conter. Agindo por causa do bom e velho “amor duro” por um querido amigo, comecei a falar baixo, devagar e com muita firmeza.

“Tudo bem, meu amigo, se você quiser afundar seu próprio navio, fique à vontade. Eu lavo minhas mãos. Aproveite sua miséria e, por favor, não ligue novamente com seus problemas. Você poderia transformá-los rapidamente se parasse de ficar com dor de barriga, então, quando estiver pronto, ligue. Estou falando sério, chega de chamadas até que você esteja pronto para assumir o controle.”

Eu me sentia um idiota, mas não me tornaria mais um elo em sua Corrente de Dor.

Durante três semanas, tudo ficou quieto nas ondas telefônicas do Arizona. Quando a ligação chegou, eu poderia ter chorado. “Você vence, eu desisto. O que eu faço?” E ela quis dizer isso!

Primeiro fiz com que ela falasse sobre todas as coisas que ela não queria. Isso foi fácil: perder a casa, perder o respeito dos amigos e dos filhos, perder a chance de pintar profissionalmente.

Então começamos com os Desejos, pedaço por pedaço. Nós nos concentramos primeiro na casa, pois era o mais urgente. . . isso e qualquer outro assunto relacionado a dinheiro. Liz não conseguia falar de mais nada porque era só nisso que ela estava pensando.

Suas pinturas não estavam vendendo, então todo o dinheiro estava indo na direção errada. .
. fora!

"Ok, Liz, a primeira coisa que vamos fazer é fazer com que você se sinta bem e vibre diferente."

"Sentindo-se bem?! Seu idiota! Como diabos você espera que eu me sinta bem quando estou prestes a perder tudo o que Clint e eu já tivemos? É por isso que estou ligando para você, para descobrir como vender minhas pinturas. Se eles começassem a vender, tudo ficaria bem e eu me sentiria tão bem quanto você quer que eu me sinta."

Esse era precisamente o problema. Tudo o que Liz conseguia ver à sua frente era a *falta* do que ela queria. Quanto mais ela olhava para tudo o que não tinha e para tudo o que não estava acontecendo, pior ela se sentia. Quanto pior ela se sentia, mais freneticamente ela corria em círculos tentando mudar a situação. Quanto mais ela corria, pior se sentia, e quanto pior se sentia, mais nada vendia. Ela estava completa e perpetuamente focada nas condições sombrias do momento, acreditando que elas eram a soma total da sua realidade. Fatos eram fatos. Sua tentativa de se sustentar por meio de sua arte não estava funcionando. "Tenho que encarar a realidade", ela suspirava com resignação.

Mas eu continuei e finalmente consegui que ela falasse sobre por que ela queria ficar com a casa, o que na época ela achava que era uma coisa absurdamente estúpida de se falar.

"Tudo bem, tudo bem! Quero ficar com a casa para não ter que me mudar." (Isso foi um Não Quero, mas eu não pretendia confundi-la com detalhes.)

"E por que você não quer se mudar?"

De repente, houve um abrandamento quando ela disse: "Bem, porque Clint e eu amamos tanto este lugar, e ainda parece o 'nosso' lugar, como se Clint ainda estivesse aqui comigo." (Sua resistência à energia Sentir-se Bem estava diminuindo.) "Nada desse sentimento desapareceu, e eu aprecio muito a maneira como isso me faz sentir. . . exceto quando penso em ter que fazer os pagamentos."

Aos poucos, fomos trabalhando mais em seu amor pela casa, até que ouvi uma alegria tão doce chegando. Ela estava se sentindo bem, e mais um pouco. Sua válvula estava totalmente aberta.

"Liz! Parar! Neste exato momento, quero que você sinta o que está dizendo."

"O que você quer dizer?"

"Como você se sente com o que você está dizendo?"

"Bem, maravilhoso, claro! Nutrido, cuidado. . . meu Deus, seguro! Oh sim! É tão quente e seguro!"

"Bom! Agora segure esse sentimento. Entendi?"

"Sim, entendi."

"É uma sensação boa, não é!"

"Claro que sim, é ótimo."

"Tudo bem. A partir desse lugar de segurança, desse lugar de se sentir tão bem, pense em como você se sentirá quando estiver facilmente fazendo pagamentos da casa. Não importa *como* você vai fazer isso. Não importa que você não possa fazer isso agora. Para onde você está indo não tem nada a ver com onde você está agora. Nada! Você tem que se lembrar disso. Essa condição em que você se vê não significa nada. De uma vez por todas, tire o foco disso ou você nunca chegará onde deseja. Entendi?"

"Acho que sim, mas como. . ."

"Não importa como! Seu único trabalho é encontrar maneiras de se sentir bem e esquecer o que está diante de você. Você quer encontrar maneiras de se sentir um pouco melhor, e um pouco melhor, e um pouco melhor, até se sentir muito bem, e quando se sentir muito bem, nesses *momentos* pense em fazer aqueles pagamentos fáceis da sua casa. Você pode fazer aquilo?"

"Ah, eu não sei. . ."

"Ok, como você se sente ao poder fazer esses pagamentos?"

"Maravilhoso!"

"Claro. Pense na emoção de vender suas pinturas, não com um sentimento de 'tenho que fazer isso, tenho que fazer', mas com um tipo de euforia do tipo 'yeowee, estou fazendo isso'. Quando você pensa sobre isso dessa perspectiva, como você se sente?"

Houve uma longa pausa e então: "Oh, meu Deus, mais livre que um pássaro. Celestial!"

"Certo! Essa é a sensação! É para isso que eu quero que você vá. . . aquele sentimento . . . o tempo todo. Liz, tire o foco *das* atuais condições negativas. Pare de olhar para eles, pare de pensar neles; isso só faz você se sentir pior. Você tem que lembrar que seu único trabalho é se sentir bem. Período! Então deixe o universo cuidar do resto."

Liz se sentiu tão bem ao falar sobre como ela e Clint amavam a casa que imaginou que poderia recriar esse sentimento com bastante facilidade. De qualquer forma, foi aí que ela começou.

Foram necessários três meses e uma conta de telefone que mataria uma vaca, mas no final daquele terceiro mês (que por acaso coincidiu com o final do ano que Liz originalmente se dedicou para fazer bem com sua arte), não só teve Liz vendeu pinturas suficientes para se proteger por um tempo, mas ela havia conseguido um agente entusiasmado (ou como quer que você os chame no mundo da arte), estava marcada para sua primeira exposição local e havia recebido uma boa quantia de dólares adiantada para fazer um pequeno mural em um prédio de escritórios particular.

Liz entendeu a mensagem e agora está muito cuidadosa em como flui sua energia. Na verdade, não tenho certeza de qual de nós ficou mais exultante com a reviravolta.

Nossos problemas queridos

Liz estava apenas fazendo o que todos nós fazemos, correndo como uma galinha com a cabeça decepada enquanto tentava consertar todas as circunstâncias do momento que a assustavam. Como uma pessoa que está se afogando lutando contra o salva-vidas, quanto mais assustada e desesperada ela se sentia, mais lutava contra a energia negativa para encontrar maneiras de remediar sua situação.

Ela estava olhando para a bagunça em que estava – suas condições desastrosas – achando que não eram do seu agrado e se perguntando freneticamente como mudá-las através de meios físicos “normais”. E quanto mais ela tentava consertar-consertar-consertar, mais energia negativa ela fluía e pior as coisas ficavam. Para onde quer que ela olhasse de dentro do buraco escuro que ela pensava ser sua realidade, ela não via nada além de escuridão.

Todos nós já estivemos lá. Quando as coisas ficam difíceis, ou meditamos sobre isso ou planejamos rapidamente maneiras de executar o controle de danos. Conserte, melhore, retifique; há alguém entre nós que ainda não pensou: “Se eu pudesse ir daqui até lá, tudo ficaria bem!”

Somos negociantes de consertos, devidamente treinados para responder a quaisquer condições que estejam diante de nós.

Mas consertar é resistir à nossa energia natural. A fixação é uma válvula fechada. Consertar é uma energia negativa colossal.

O desafio é tirar o foco *do* objeto de nossas ansiedades ou irritações e encontrar o sentimento mais feliz daquilo que queremos em seu lugar. Em outras palavras, precisamos parar de consertar e começar a nos sentir bem.

Digamos, por exemplo, que seu telhado seja antigo e precise ser substituído, mas você não tem dinheiro para fazer isso agora. No entanto, estamos na época das chuvas, então o problema é um tanto premente. Você também está tendo grandes problemas com o carro e o IRS está cobrando impostos atrasados.

Você tem um monte de condições desagradáveis em suas mãos, nenhuma das quais vai fazer você se sentir particularmente ensolarado ao pensar nelas. Mas pense sobre eles que você faz. E pense neles. E pense neles. Então é claro que eles ficam maiores.

Todas essas condições negativas, conhecidas de forma mais carinhosa como “problemas”, nada mais são do que cansativos Não Quero, mas são tão comuns para nós e fazem parte do nosso mundo que as consideramos certas como parte da vida. Na verdade, nós os usamos como distintivos de identidade honrados, uma espécie de superioridade no

lamentável jogo de quem pode ser a maior vítima. E, naturalmente, quanto mais nos preocupamos com eles, ou nos gabamos deles, maiores eles se tornam.

Algumas condições negativas são problemas sérios, outras simplesmente pequenos aborrecimentos, mas sejam quais forem, são tão predominantes, tão difundidas que as transformamos em um modo de vida. No entanto, as condições negativas nada mais são do que o resultado do nosso foco passado. . . e sentimentos. . . e fluxo de energia. Isso é tudo que eles são. Nosso fluxo de energia negativa foi a causa e as condições desagradáveis são o efeito.

Só há uma maneira de impedir que a bagunça em nossas vidas piore: *parar de focar nela*. Se pudermos aceitar – do fundo do nosso ser – que os nossos problemas não são causados pelo nosso chefe, pelo nosso companheiro, pelos nossos filhos barulhentos, pela Receita Federal ou pelo bêbado na estrada, então teremos a oportunidade de resolver esses problemas de uma forma rápida. da mesma forma que os atraímos: pelo nosso fluxo de energia. Só que desta vez, através de uma vibração significativamente diferente.

Não vou fazer rodeios; isso é complicado. Olhar — e responder — ao que está na nossa cara é o que fazemos. Para mudar isso significa que teríamos de renunciar ao nosso querido direito de ter – e sofrer com – os nossos preciosos problemas.

Bem, não tema. Enquanto formos físicos, sempre enfrentaremos condições que não gostamos nem queremos (caso contrário estaríamos morando em Sameville), então sempre haverá muitos problemas nos quais você pode se concentrar se quiser cortar solte-se de vez em quando e inunde-se com energia negativa (como francamente gosto de fazer de vez em quando). Mas o nosso objectivo agora é mudar a forma como *reagimos* às nossas condições indesejadas, para que deixem de ser o ponto focal das nossas vidas.

Nunca, nunca enfrente a realidade

Devido à nossa educação e às atitudes transmitidas ao longo de inúmeras gerações, acreditamos que o que vemos no momento, e o que estamos vivenciando no momento, é como tem que ser até que encontremos uma maneira de erradicar ou aceite isso. Podemos ver isso, certamente estamos vivenciando isso, então em nosso livro isso torna isso

realidade. E, no entanto, a realidade — a realidade *real* — nada mais é do que o resultado de como temos feito fluir a nossa energia.

Digamos, por exemplo, que você viva num corpo de que não gosta muito. Vocês chamam isso de realidade, que equivale àquilo que é imutável e deve ser aceito.

Ou digamos que você vive atualmente em uma economia em declínio que está afetando sua renda. Vocês chamam isso de realidade, uma condição potencialmente desastrosa sobre a qual vocês não têm controle.

"Isso é vida; aceite isso!"

"É assim que as coisas são."

"Você não pode lutar contra a Prefeitura."

"Pare de bater a cabeça contra uma parede de tijolos."

"Esse é o jeito do mundo."

"Aprenda a encarar a vida em seus termos."

"Dentro de cada vida deve cair um pouco de chuva."

"Tire sua cabeça das nuvens."

"A vida não é justa."

"Fique esperto e enfrente a realidade."

Aqui está o flash: não temos que enfrentar ou tolerar nada. Tudo o que precisamos fazer é aprender a fluir nossa energia de maneira diferente, pois nada — *nada* — afeta nossa experiência, exceto o modo como fluímos nossa energia. *NADA!!!*

Com algumas coisas em nossas vidas, aquelas que nos agradam, nossa válvula está naturalmente aberta. Como essas condições nos satisfazem, a nossa energia positiva atrai mais coisas positivas.

Mas quando olhamos para a maioria das condições negativas (problemas) que nos rodeiam, a nossa válvula fecha-se com força. Nossa conexão com nossa energia Fonte mal é suficiente para nos manter respirando, e não sentiríamos uma vibração de alegria se ela se aproximasse e nos desse um tapa na cara. Ficamos irritados com isso, irritados com aquilo, preocupados com eles, imaginando como corrigir isso, reclamando daquilo, com medo de

Deus sabe o quê, deprimidos com tudo e vibrando correntes incessantes de energia negativa o tempo todo , é uma maravilha que tenhamos algum momento de alegria.

Só porque você está vivendo na “realidade” de um mercado sem emprego não significa que você não possa atrair um ótimo emprego.

Só porque as casas não estão à venda não significa que você não possa atrair um comprador qualificado e satisfeito.

Só porque seu corpo não é tão forte quanto os outros não significa que você não possa atrair força para vencer a corrida de 400 metros.

Só porque você nunca trabalhou nesse mercado não significa que não possa atrair a capacidade de ter sucesso nele.

Só porque você nunca conseguiu parar de fumar não significa que não possa atrair a vontade de parar agora.

Só porque você teve dois divórcios não significa que está condenado a atrair outra catástrofe.

Qualquer que seja a bagunça – ou felicidade – que estejamos vivendo neste exato momento, seja como indivíduo, família, nação ou planeta, essa bagunça é o resultado único e direto de como estávamos nos sentindo – e fluindo energia – ontem , e no dia anterior e nos anos anteriores. A Lei da Atração não funciona um pouco aqui e um pouco ali. Simplesmente é: para você, para mim, para o cosmos. Atraímos magneticamente aquilo que vibramos e criamos tudo, desde pára-lamas até guerras globais.

Portanto, a partir deste momento, nunca, jamais aceite a realidade como algo ao qual você deve se resignar. Leve seus pensamentos além do que está diante de seu nariz e que você não gosta e coloque-os naquilo que você gosta. Se não o fizer, a sua chamada realidade nunca mudará. É verdade que algumas coisas feias podem estar olhando para você agora, ou ameaçando você, ou parecendo uma situação desesperadora, mas elas não estão gravadas em pedra! Eles nunca devem ser tolerados com relutância.

A realidade desagradável nada mais é do que um efeito causado pelo fluxo de energia negativa. Podemos conviver com esses efeitos e sofrer, ou contorná-los e nos divertir.

Truques para mudar o foco

Quando criança, você já pulou de um salto alto? Você se lembra daquela primeira vez que subiu? . . para cima . . para cima? Cada passo parecia levá-lo para mais longe da segurança, mas mesmo com medo, você continuou em frente.

Finalmente chegou o topo da escada. Você caminhou hesitantemente até o final do tabuleiro. Seu coração batia tão forte que você mal conseguia ouvir as crianças gritando para você continuar. A água parecia a oito quilômetros de distância. Você realmente não queria fazer isso, mas ao mesmo tempo fez. Algo em você sabia que isso era épico, o melhor momento que você conheceria, que se fizesse isso, nunca mais seria o mesmo. Você pulou. Que correria! Você conseguiu. E, de fato, sua vida mudou para sempre.

A parte mais difícil de nos desvencilharmos do hábito de mergulhar em um problema contínuo (pois isso é tudo que os problemas são... são hábitos) é nos forçarmos a liberar nossa preocupação com ele. Igual a:

Você não precisa mudar isso;

Você apenas tem que parar de se concentrar nisso!

É difícil? Sim! Isso pode ser feito? Pode apostar!!! Mas você tem que começar de algum lugar, e esse lugar é uma decisão que, de alguma forma, você mudará seu foco. Então vem realmente fazer isso, mudando seu foco para algo mais agradável para que você possa mudar sua energia. É impossível resolver um problema na mesma frequência em que ele foi criado, então você toma a decisão de que, enquanto estiver com você, *esse problema não será mais o ponto focal da sua vida*. Como ter um corte no dedo; você sabe que está aí e sim, dói quando você pensa sobre isso, mas você não permite que isso governe sua vida cotidiana. Você acredita que isso vai curar e desaparecer, e assim acontece.

Lembre-se de que a parte mais importante para alterar uma condição indesejada é simplesmente: *você não precisa alterá-la; você apenas tem que parar de pensar nisso!* Basta ter vontade de pular.

Truque nº 1. Mude o foco. Agora!

No momento em que você reconhecer que está se concentrando na condição com seu motor de preocupação funcionando (ou motor tiquetaqueado, ou motor de culpa, etc.), encontre outra coisa, *qualquer* outra coisa em que pensar que o fará sentir até mesmo um pouquinho um pouco melhor do que você faz atualmente. E encontre agora mesmo!

Mude seus pensamentos para seu companheiro (se você tem um ótimo relacionamento), sua casa, uma música, seu cachorrinho, seu moletom novo, um sundae de chocolate, fazer amor, suas próximas férias, suas últimas férias, um restaurante especial, seu jovem dormindo. Qualquer coisa!!! Obrigue-se a fazer isso, permanecendo assim até sentir que seu humor começa a mudar – o que significa que sua energia mudou – por menor que seja.

Depois de fazer a mudança de sentimento, comece a falar – em voz alta – sobre o que você quer (isso é “quero”, e não “não quero”) no lugar de sua condição indesejada. Ao fazer isso, seu foco agora está fora da condição, seu motor de Intenção está funcionando em seu lugar e você abriu sua válvula o suficiente para iniciar a reviravolta. E, pelo amor de Deus, não importa que seu Desejo de Substituição possa parecer impossível. Basta entrar nisso e esquecer os “como fazer”.

Se você não consegue entrar no modo de sentimento Desejo/Intenção, não importa. Apenas permaneça na sensação de um novo foco agradável pelo maior tempo possível. Quanto mais tempo (e com mais frequência) você puder ficar em Quanto maior a frequência, mais rápido sua condição indesejada começará a se dissipar. Por outro lado, quanto mais você mantiver o foco naquilo que o incomoda, mais tempo isso permanecerá por perto.

Truque nº 2. Fale com ternura. Agora!

Quando você simplesmente não consegue tirar o foco da condição, comece uma conversa calmante consigo mesmo, em voz alta, da mesma forma que uma mãe ou um pai amoroso confortaria um filho. Diga a si mesmo todas as coisas reconfortantes que um jovem gostaria de ouvir: que tudo vai ficar bem, que as coisas estão mudando, que você sempre esteve seguro e sempre estará, que você não tem nada a temer.

Continue falando calorosamente enquanto você sentir aquela pequena mudança sutil acontecer, e você poderá sentir sua resistência às energias superiores recuando. Você está relaxando no bem-estar, sua resistência à energia da Fonte Vivificante está diminuindo e você está se acalmando. Fique lá o máximo que puder, sem se concentrar *na* condição perturbadora.

Truque nº 3. É difícil falar sobre isso. Agora!

Esse é o tipo de conversa de amor duro. . . alto . . . para si mesmo, um a um. Mas aqui está o truque: você precisa ser *duro*, não se *rebaixar* . Nunca, jamais, nunca se desanime quando descobrir que está se concentrando em uma condição indesejada.

O que você busca aqui é um raciocínio severo e sensato, no qual você aponta firmemente para si mesmo o que acontecerá se continuar a se concentrar - e a se preocupar - com a condição. Então você diz a si mesmo com bastante naturalidade o que acontecerá quando você remover seu foco e mudar sua vibração.

“Agora olhe, Charlie, você se meteu nessa confusão e vai encontrar uma maneira de sair. Mas se você ficar com esse humor e ficar pensando nisso o dia todo, sabe que a situação vai piorar. Então saia do pote da pena e encontre alguma coisa idiota para se sentir bem. Claro que sim, eu sei que você não está com vontade de se sentir bem agora, mas... .”

Quem se importa se você acredita ou não? Finja até sentir a mudança de sentimento, aquela mudança sutil em sua energia.

Esta é uma abordagem de lógica rígida. Embora eu o use regularmente e sempre me faça sentir melhor, acho que geralmente tenho que pular de volta para um dos outros truques para fazer com que o motor Feel Good silencioso funcione a todo vapor. Mas isso sou só eu. O que for preciso para você, vá em frente!

Truque nº 4. Faça algo divertido. Agora!

Seja físico! Dê um passeio, lustre seu carro, escove seu gato, compre um terno novo, faça um bolo, jogue pôquer, corte suas flores, vá ao cinema, qualquer coisa que te excite que tirará seu foco preso da condição e suavizará sua resistência ao fluxo dessa energia superior. Depois de sentir que a mudança está acontecendo, comece a falar em voz alta, a princípio suavemente, sobre o que você deseja no lugar da condição indesejada.

Com qualquer um desses truques, tenha em mente a velha expressão: “Finja até conseguir”. Você muda o foco, fala calorosamente, fala duro, vai se divertir, finge, mas a questão é: você faz isso no *momento em que* percebe que sua atenção está na condição indesejada e fica lá até sentir seus sentimentos mudarem. sobre. Elas vão!

Condições não significam nada

Depois de tirar o foco da condição e começar a abrir aquela válvula enferrujada, você estará pronto para realmente aumentar seu Desejo e ficar animado com isso.

A mudança de foco é: Longe do Agora desagradável, para o Querer agradável. Longe do Agora desagradável, rumo ao Querer agradável.

Se tudo o que você consegue reunir no início é apenas um fragmento de Sinta-se bem com o seu desejo, então tudo bem. Quando você conseguir ter sua válvula aberta 20% do tempo concentrando-se em seu Desejo, então comemore! Você está indo na direção certa, o que com certeza é melhor do que vibrar 100% do tempo sobre um péssimo “o que é”. Lentamente, lentamente (como meu amigo húngaro costumava dizer), aquele grande pedaço de energia que criou a condição em primeiro lugar é sendo deslocado e substituído por vibrações de energia da fonte de válvula aberta.

Em breve você será capaz de vibrar algo em torno de cinquenta por cento: 50% na condição e 50% em algo mais agradável. Agora você está realmente começando a assumir o controle da sua vida; pequenas quantidades das alterações desejadas começarão a aparecer em todos os lugares.

Ah, mas a verdadeira diversão surge quando você chega ao ponto de trocar energias num piscar de olhos, no instante em que percebe que está sintonizado com o negativo. Agora você saltou para sessenta e quarenta (60 por cento com frequências mais altas, 40 por cento no normal) e, finalmente, até setenta e trinta, ou mesmo oitenta e vinte. Neste ponto, bem diante dos seus olhos, você observará novos eventos, novas pessoas, novas circunstâncias entrando em sua vida como num passe de mágica, um após o outro, para criar as novas ocorrências que você tanto deseja. Nada mal por simplesmente se sentir bem.

Apenas lembre-se, o quão rápido o seu Desejo vem está diretamente relacionado com o quão rápido (e quão permanentemente) você pode desligar o seu foco no que o mantém em uma vibração negativa, e ON onde você quer ir. Não importa quão terrível sua condição possa parecer no momento, ela não está permanentemente colada a você. Você apenas precisa decidir o que deseja no lugar do seu problema e, em seguida, fornecer a frequência de sensação de bem-estar que o dará origem.

E por favor! Não se culpe se tiver muitos problemas e não tente resolvê-los todos de uma vez, tentando projetar uma variedade de desejos inacreditáveis. Todos nós nos metemos em diversas confusões e, com alguma prática séria em assumir o controle de nosso fluxo de energia, todos podemos sair delas. Garantido!

Insista consigo mesmo que fará tudo o que puder para encontrar - e manter - *qualquer quantidade* de energia para se sentir bem. E lembre-se, o único poder que as condições atuais têm sobre qualquer um de nós é o poder que lhes damos. É quando nos sentimos presos e, francamente, estamos.

Mas nenhuma circunstância está fora do nosso controle. O que está acontecendo em seu mundo neste exato momento não significa nada. Isto é apenas um resultado, é só isso. Não importa quão inflexíveis as condições pareçam ser, você sempre pode fluir a energia de Sentir-se Bem – e até mesmo de Sentir-se *Melhor* – ao redor delas para mudá-las. Se você puder saber disso no mais profundo do seu ser, o resto deste negócio de criação deliberada será muito fácil.

A síndrome do “Hi Ho Silver”

Levei mais tempo do que gostaria para admitir que não é o que eu faço que faz a diferença em minha vida, mas como estou fluindo minha energia. Sempre acreditei profundamente que ação é a palavra mágica, que nada aconteceria comigo sem grande esforço e esforço.

A verdade é que, seja o que for que queiramos consertar, todas as coisas desesperadas que pensamos em fazer terão muito pouco efeito em influenciar a nossa experiência. Nem importa *como* fazemos o que fazemos, ou quanto, ou com que frequência, uma vez que a maior parte do que fazemos é iniciada a partir de uma energia negativa e oscilante, em vez de uma atividade inspirada e brisa.

Dê-nos uma situação da qual não gostamos e, dependendo da nossa natureza, faremos uma de duas coisas: levantaremos as mãos em frustração e resignação, curvando-nos para aceitar o nosso destino, ou saltaremos sobre o nosso grande cavalo branco, como o Lone Ranger costumava fazer, e galopar com os olhos vendados (em vez de mascarado) pela trilha gritando: “Oi Ho Silver, Awayyyyyy” para procurar freneticamente alguma ação heróica para superar a injustiça covarde que se abateu sobre nós. De qualquer forma, tudo o que estamos fazendo é ampliar ainda mais o que gostaríamos de eliminar da nossa realidade.

Então vamos dar uma olhada nesse negócio de Ação. Eu chamo isso de Ação Frenética, a síndrome Hi-Ho Silver, a necessidade de fazer-fazer-fazer para consertar-consertar-consertar. É qualquer tipo de atividade que realizamos com a válvula fechada.

A maior parte do mundo concordará que é somente “fazendo” que todas as coisas acontecem. Dê-nos um problema e nós Hi Ho Silver entramos em Ação Frenética, procurando maneiras de vender mais, ganhar mais, realizar mais para consertar, consertar, consertar. No entanto, a criação deliberada é sobre fluir energia para atrair, não sobre tentar empurrar os rios rio acima, o que é Hi Ho Silvering.

Olá, Ho Silvering nunca funciona. Você simplesmente não pode entrar no mundo de outra pessoa, a menos que tenha sido convidado vibracionalmente, assim como ninguém pode se intrometer em seu mundo, a menos que você tenha enviado o convite vibracional. Você não pode colocar algo no lugar e obter os resultados que realmente deseja, não importa o quanto você empurre e empurre.

Isso significa que paramos de fazer? Claro que não. Nós apenas substituímos a ação inspirada pela ação desperdiçada, interrompendo nossas constantes respostas instintivas a tudo. Então, com nosso foco entusiasticamente naquilo que preferimos na vida, os movimentos certos a serem tomados chegam até nós de um lugar de inspiração de válvula aberta. A ação se torna uma alegria em vez de um “obrigatório”. As ideias são abundantes. Abrimo-nos à Força Criativa da Vida e somos conduzidos passo a passo, com facilidade e perfeição, para onde quer que desejemos ir.

O milagre aconteceu. Não somos mais respondentes; nos tornamos criadores deliberados.

Abençoe todos eles

Sejamos realistas, sempre teremos contraste, significando coisas que não gostamos. Foi para isso que nos inscrevemos e, francamente, é disso que mais gostamos.

Mas seja Godzilla chegando ou uma picada de pulga, não importa quão ruins ou incômodas as condições possam parecer, elas não merecem mais atenção do que o suficiente para nos avisar como estamos fluindo nossa energia. Isso é tudo! Eles não são o fim da linha.

Quando um alarme de sentimento soa em resposta a uma condição, e você obtém aquela resposta instintiva de Hi Ho Silver em Ação Frenética, apenas se acalme e relaxe. Isso muda o pensamento, o que muda o sentimento, o que muda a vibração e permite que o universo e o seu Eu Expandido assumam o controle.

E assim, ao contrário da crença popular, você *não* precisa obter todos os seus patos seguidos antes de se permitir sentir-se bem. A única coisa que você precisa fazer em

relação a qualquer condição é parar de olhar para a coisa tola, parar de responder e encontrar uma maneira de se sentir melhor.

Hábitos de uma vida inteira – e eras de genes herdados – são difíceis de morrer. Apenas faça o possível para lembrar que tudo o que você está vivendo atualmente é apenas o resultado do fluxo de energia passado.

Em seguida, dê um passo atrás em relação ao imediatismo da situação para ter um vislumbre dessa visão mais ampla.

Lembre-se de que “precisar” de algo para mudar sempre fluirá energia negativa e a manterá em você. Encontrar uma maneira de ficar entusiasmado com o que isso acontecerá fará fluir energia positiva e iniciar as revisões desejadas.

Pare de ficar tenso com qualquer coisa. Em vez disso, diga a si mesmo com toda a gentileza que, por mais desagradáveis que as condições possam parecer para você agora, elas não irão controlá-lo, e que sim, você absolutamente pode encontrar uma maneira de abrir sua válvula, apesar do que está acontecendo. E você vai!

Então suas respostas virão, as oportunidades surgirão e em breve você encontrará mais maneiras de alterar sua situação do que pode imaginar.

Portanto, abençoe as condições podres, se puder, pois sem elas você não poderia saber o que não quer. Lance seu olhar para o que *pode ser*, e não para *o que é*, e mergulhe em todos os sentimentos maravilhosos – e não nos anseios – de como será fantástico quando você estiver lá. Então, o que está lá, vem aqui.

OceanoofPDF.com



vocês, rapazes, estou sentindo!



Maravilha , preciosidade, apreciação, gratidão, entusiasmo, reverência,

admiração. Você pode despertar esses sentimentos diferentes sempre que quiser? Você pode ativar a “maravilha” num piscar de olhos ou a “excitação” (e não me refiro ao sexo)? Ou que tal “reverência?” Você pode olhar qualquer coisa - até mesmo uma pedra - e instantaneamente sentir uma calorosa sensação de respeito por aquele objeto inanimado?

“Ligar” geralmente significa se preparar para pular nos ossos de alguém, mas não é disso que estamos falando aqui. Nosso novo tipo de ativação é uma mudança consciente e intencional de nosso interruptor interno para uma frequência mais alta para nos fazer vibrar a uma velocidade mais rápida, como *agora!* . . sempre que nos lembramos de fazê-lo. . . toda vez que nos lembramos de fazer isso. . . o tempo todo . . . O mais frequente possível . . de hora em hora. . . ou toda vez que você passa por um carro vermelho, um cachorro vadio ou uma mãe e um bebê. Em qualquer momento!

Eu não estou brincando. Se não aprendermos como elevar nossas frequências e tirá-las daqui, não teremos a menor chance de nos tornarmos criadores deliberados. O que significa, infelizmente, que seremos para sempre criadores por defeito. Que significa . . . vítimas.

Como “Mudando Frequências 101” nunca foi um curso oferecido na escola, torna-se uma habilidade que precisamos aprender por conta própria. Mas com mais alguns truques do comércio em nosso currículo, isso pode acontecer facilmente.

Uau!

Comecei a mexer no fluxo de energia cerca de um ano antes de encontrar os ensinamentos sobre a Lei da Atração. Eu não tinha a menor ideia do que estava fazendo, mas era divertido e passava o tempo enquanto dirigia.

O mercado de refinanciamento de casas estava em pleno andamento e, como corretor de hipotecas, eu estava bem no meio dele com meu próprio negócio individual, que administrava em minha casa. Assim, à medida que chegavam pedidos de pessoas para refinar suas casas, eu ia até eles, em vez da rotina habitual de fazer com que viessem até mim. Foi divertido assim. Saí de casa, fiz algumas tarefas ao mesmo tempo e vi partes da minha cidade que nem sabia que existiam.

Para passar o tempo enquanto dirigia para os compromissos, comecei a brincar com minha energia. Eu já sabia como mudar rapidamente para um modo intenso de sentir-se bem, uma coisinha divertida para fazer que chamei de “administrar minha energia”. Eu simplesmente inflava uma vigorosa sensação de “para cima” e em pouco tempo meu corpo estava zumbindo em resposta à frequência alterada. Eu também sabia que se incorporasse um desejo a esses sentimentos elevados (pense nisso enquanto eu estava acordado), ele teria uma boa chance de acontecer. Mas isso é tudo que eu sabia! Frequências, vibrações, fluxo de energia negativa/positiva, a Lei da Atração – eu tinha apenas uma compreensão casual dessas coisas.

Quanto mais eu brincava com o uso da minha energia, mais eu começava a ver esse fenômeno bastante intrigante que ocorria exatamente quando eu começava a me sentir

alto, ou zumbido, como eu o chamava. Bem na boca do meu estômago, aquele lugar onde você perde o fôlego quando leva um soco, houve um *WHOOSH!* sentindo como se estivesse descendo uma montanha-russa a uma velocidade vertiginosa. Às vezes durava apenas uma fração de segundo, mas outras vezes, se eu me concentrasse com extremo cuidado, poderia prolongá-lo por vários minutos.

Então eu percebi isso *WHOOSH!* era o mesmo tipo de *YIPES!* sensação que você tem se tiver que desviar abruptamente para evitar bater em outro carro. Ou o que senti há muitos anos, no exato momento em que meu chefe me disse que eu estava demitido. *UAU!* bem na boca do meu estômago.

No começo eu não sabia o que fazer com isso ou como vincular tudo isso. Aqui estavam situações muito diferentes que provocavam um amplo espectro de reações igualmente poderosas, mas todas pareciam terminar fisicamente no mesmo lugar: meu intestino. Então me dei conta. Nossas emoções são registradas primeiro nas glândulas supra-renais e é por isso que, quando estamos assustados ou assustados, sentimos aquela sensação na boca do estômago, ou plexo solar, onde as supra-renais estão localizadas.

Quando o medo nos atinge, as supra-renais são atingidas por uma explosão repentina de energia eletromagnética, causando a liberação imediata da secreção adrenal que experimentamos como *WHOOSH!* Então, por que as glândulas supra-renais não responderiam da mesma maneira a uma energia intensa produzida a partir da alegria? Afinal, energia é energia, não importa o que a tenha movimentado. Se sentimos pressa de pânico extremo, ou uma onda de alegria sublime, a energia inunda o plexo solar, estimulando nossas supra-renais e registrando-se como uma sensação física altamente perceptível: *WHOOSH!*

Fiquei completamente intrigado e comecei a experimentar ainda mais. Com certeza, descobri que poderia controlar a intensidade das minhas vibrações de sensação de bem-estar com a quantidade de *WHOOSH!* Eu tive na boca do estômago e vice-versa. Eu poderia controlar a intensidade e a duração do *WHOOSH!* pela quantidade de vibração Feel Good que eu pudesse gerar.

Foi fantástico! Não muito *WHOOSH!* não significou muita sensação de bem-estar e nem muita intensidade, portanto, não houve muita mudança vibracional em relação a onde eu estava.

Mas um grande *WHOOSH!* ou pressa em meu plexo solar significava que eu estava realmente ligado vibracionalmente a algum tipo de sentimento elevado: excitação, deleite, apreciação profunda ou qualquer outra coisa. Isso significava que eu estava voando alto sem produtos químicos, e isso sempre foi comprovado. A pressa nunca veio sem que eu despertasse alguma forma de alegria. E eu nunca, nunca tive pressa, ou agitação, desde que estivesse apenas desanimado, o que não é me sentir nem bom nem ruim, mas apenas planejando seguir em frente.

Fiquei tão emocionada com tudo isso que pensei ter descoberto o segredo da vida! Talvez eu tivesse, mas apenas em parte. Eu ainda não sabia como direcionar a energia ou como me concentrar no que quero ou não quero. Tudo o que eu sabia era que quanto mais eu transformava o Feel Good em um zumbido corporal, mais eu atraía meus desejos. Foi um ótimo começo, mas, ah, irmão, como eu gostaria de ter conhecido “o resto da história” (como diria o comentarista Paul Harvey).

No começo eu era como o Mickey Mouse no filme *Fantasia da Disney*, brincando com o chapéu mágico do chefe sem conhecer seus poderes. Eu estava ficando tão bom em transformar sentimentos em um *WHOOSH!* que conseguia ligá-lo num piscar de olhos, mesmo enquanto ouvia noticiários de mau gosto sobre a doce avó de alguém sendo estuprada. *UAU!* vinha aquela sensação no meu estômago quando eu ligava a alegria, seguida em momentos por uma espécie de sensação suave e borbulhante, ou zumbido, por todo o meu corpo.

Quanto mais eu zumbia, mais negócios eu conseguia, então eu zumbia ainda mais. Foi mágico. O dinheiro estava entrando tão rápido que parei de contar. Operar minha energia tornou-se um passatempo tão rotineiro que eu quase conseguia prever quantos negócios surgiriam pela intensidade e frequência do meu zumbido.

Embora eu estivesse correto em meu entendimento de que as altas frequências que eu estava originando estavam magnetizando meus desejos, pensei erroneamente que isso era tudo o que havia para fazer. “Não tem problema, basta aumentar minhas frequências, usar minha energia e o mundo será minha ostra.”

Não exatamente! O que eu não sabia então era que mesmo a menor mudança do meu foco para qualquer coisa que fosse desagradável não só traria as consequências indesejadas desse foco negativo, mas também lançaria instantaneamente uma barreira entre mim e os bens recebidos, incluindo dinheiro! Essa pequena lição viria em breve.

Durante vários meses, porém, não houve nenhuma condição negativa em nenhum lugar que eu pudesse observar. “O que foi” foi fantástico! Para onde quer que eu me voltasse, era como se fosse a minha hora. Havia um mercado maduro e pronto que eu sabia que poderia explorar com facilidade. Os pequenos folhetos que inseri no jornal foram tão eficazes que meu telefone tocou com marcações de empréstimos durante semanas. Não importava para onde eu olhasse, as coisas eram extraordinariamente positivas e, claro, as minhas vibrações também. Meu nível de energia estava fora dos limites, minha vida social estava prosperando e meu antigo guarda-roupa brotava de novo de uma onda de compras despreocupada, tudo isso enquanto meu negócio prosperava. E antes do final do ano, eu já havia lançado um novo empreendimento totalmente separado do negócio de hipotecas. Eu apenas continuei observando inconscientemente as coisas boas ao meu redor, aumentando minha energia e atraindo mais. Quão bom poderia ficar!?

Então as coisas começaram a ficar confusas. O mercado mudou e meu foco também. À medida que as taxas de juros começaram a subir, os negócios começaram a secar. Agora toda a minha atenção estava voltada para: “Não, não, não deixe as taxas subirem. Não deixe o mercado secar. Não deixe esse trem da alegria bater.” Se alguém tivesse me dito que “o que é” é apenas a plataforma a partir da qual você lança sua próxima criação, eu teria apagado suas luzes. Eu estava muito, muito preocupado, então é claro que o problema foi piorando.

Como eu estava tão preocupado com o desenrolar dos acontecimentos, há muito tempo parei de zumbir. Em vez disso, mudei meu foco completamente para o que não queria (que o mercado piorasse ainda mais) e não para o que eu poderia ter criado tão facilmente (muitos negócios, apesar do mercado). Mas eu não sabia disso. Quanto pior o mercado ficava, pior eu me sentia. E quanto pior eu me sentia, pior ficava o meu negócio. Em vez de escrever um novo roteiro e encontrar o lugar de felicidade do jeito que eu queria que fosse, meu medo estava atraindo mais medo. O problema estava me encarando em grandes proporções.

Eu tinha gasto todos os meus fundos na nova empresa, o mercado estava em crise, não havia novos empréstimos chegando, eu ainda tinha dívidas para pagar desde o lançamento da nova empresa e... . Preciso dizer mais? As condições nas quais eu estava me concentrando estavam muito, muito distantes do meu gosto, e o medo crescente por trás desse foco estava tornando as coisas mais cruéis do que todas poderiam sair.

Peguei dinheiro emprestado para viver. Participei de todos os tipos de Ação Frenética que pude imaginar, contratei um vendedor que estava passando por mais dificuldades do que eu (naturalmente; isso foi tudo que consegui atrair), enviei panfletos para cidades vizinhas e, em geral, me debatia ansiosamente em busca de novos produtos. negócios. Não veio. Eu havia mergulhado de cabeça na criação por meio do foco negativo, centralizando 100% da minha atenção em tudo que não queria. Eu tinha enraizado tanto essas coisas que não quero em minhas vibrações e as tornei uma parte tão dominante de mim que estava puxando cada vez mais coisas desagradáveis aos montes. Não foi um bom momento.

Pensando que ainda tinha o segredo, tentei recomeçar a zumbir. Boa sorte! Com um foco negativo tão apaixonado em todas as coisas sombrias ao meu redor, eu não poderia ter me ligado se minha vida dependesse disso (o que, naquele momento, quase dependia). Meu pobre Eu Expandido provavelmente estava dizendo: “Esqueça”, enquanto saía para férias prolongadas em outro universo, até que recuperei o juízo. Negativa era minha vibração dominante, e negativa era tudo que eu conseguia. Em espadas!

Foi em algum ponto próximo daquele nível emocional quando um grupo de meus amigos muito entusiasmados começou a insistir para que eu olhasse esse material que eles conseguiram sobre a Lei da Atração. Eu estava tão deprimido que realmente não me importava se eles tivessem descoberto um carregamento de lâmpadas autênticas de Aladim, mas para tirá-las de minhas costas e poder ficar sozinho em minha miséria, cedi.

Cinco minutos foram suficientes para eu entender por que eles estavam tão entusiasmados. Por fim, aqui estava “o resto da história”, todas as peças que durante tantos anos eu nem sabia que estavam faltando. Eu não poderia estar mais exultante se alguém tivesse me dado cinquenta milhões de dólares. Em um dia, projetei — e mergulhei — em meu programa de trinta dias descrito no último capítulo.

Não, as coisas não mudaram durante a noite; Eu estava viciado demais em olhar para todas as coisas feias. A recuperação financeira foi lenta, mas absolutamente constante, e uma torrente de ideias estava começando a tomar conta de mim sobre maneiras fabulosas de aumentar os negócios com facilidade e diversão. O que mais me empolgou, porém, foi a vantagem que eu sabia que tinha em saber sobre o fluxo de energia ou como administrar minha energia. Eu já sabia como ativar, como fabricar os sentimentos e mantê-los por um bom tempo. Eu até sabia como me convencer a pensar que estava me sentindo bem, até que realmente me sentisse bem.

O que eu certamente não sabia era o item mais importante da Lei da Atração, que diz: “O que você foca, amigo, é o que você obtém!” Tudo o que eu precisava fazer era desviar meu foco *do* mercado em baixa, *da* minha falta de dinheiro no banco, *do* fato de que ainda não havia empréstimos chegando, *quitar* minhas dívidas, mirar com precisão com meu foco e navegar rumo ao futuro. pôr do sol. Ah com certeza!

Demorou mais do que um pouco, mas finalmente funcionou. Tornei-me um dos poucos corretores locais que não faliu e continuou a ganhar um bom dinheiro num mercado podre. Que alegria! E, finalmente, através de atenção persistente ao meu foco, consegui transformar meu negócio individual em uma empresa tri-estatal grande e altamente bem-sucedida.

Zumbindo sob comando

A arte de se sentir bem não é exatamente algo em que somos altamente talentosos, então o objetivo é aprender como fazê-lo na hora.

Às vezes, essa mudança exigirá um pouco (ou muito) estímulo; outras vezes, você descobrirá que pode mudar em um piscar de olhos. Mas não importa o que seja preciso, o objetivo é fazê-lo, mudar de baixo para qualquer nível superior a partir daí. Como? Voltemos ao nosso conjunto especial de truques.

Existem três maneiras básicas de começar a se sentir bem e já falamos sobre duas delas. Uma delas é procurar ou pensar em qualquer coisa que lhe dê prazer. A segunda é conversar consigo mesmo até provocar uma mudança de vibração. O terceiro, que exploraremos agora, é chamado de “zumbido”, que proporciona uma mudança de vibração *AGORA MESMO*.

O zumbido é uma das maneiras mais fáceis e rápidas de aumentar suas vibrações. Naturalmente, ocasiões diferentes exigem técnicas diferentes. Às vezes, uma abordagem resolve, às vezes são necessários dois ou três métodos para nos tirar do vício das emoções negativas. Zumbir é apenas uma maneira, mas é uma técnica que descobri ser tão pura dinamite que a uso quase todos os dias da minha vida, mesmo que apenas por um momento ou dois.

Uma das razões pelas quais aprender a zumbir é tão fácil é que existe um impulso que você pode usar para começar. O que você está buscando aqui é um sentimento que emana das profundezas do seu ser. Uma vez ativado – uma sensação que você pode alcançar em menos de um segundo – todo o seu corpo mudou de marcha para vibrar em uma frequência muito mais alta. Sua válvula está totalmente aberta, a Força Vital Criativa à qual você estava preso apenas por um fio – apenas para mantê-lo funcionando – agora está inundando você. Você está em alinhamento absoluto com o seu Ser Interior/Eu Expandido. *... e ...* você pode sentir a sensação bem na boca do estômago!

É isso que torna o zumbido tão divertido. Através da emoção, você cria uma sensação física inegável para usar como indicador da mudança vibracional em seu corpo. Todo o processo nada mais é do que uma rápida dobradinha e BINGO! Você ligou.

Início rápido

Como estamos com as baterias descarregadas até sermos carregados, descobri que a melhor maneira de começar a agitação era fazer algo físico que me estimulasse a ter uma sensação agradável. Então, faltando cabos, usei um sorriso!

Isso mesmo, um sorrisinho significativo, do tipo que parece manteiga derretendo em um pãozinho quente; o tipo de sorriso que você não pode deixar de abrir ao ver gatinhos recém-nascidos caindo uns sobre os outros, ou um bebê rindo só por rir. Não é um sorriso falso, mas um sorriso amoroso e terno, como se um jovem tivesse acabado de trazer para você o seu tesouro mais querido. É um sorriso por fora, sim, mas se origina de um sentimento rico e carinhoso por dentro.

Ao pegar esse sentimento e puxá-lo para cima, você se sentirá sorrindo do ponto mais profundo do seu ser. Agora você está no que chamo de Sorriso Interior Gentil, uma sensação calorosa e adorável que parece um zumbido suave ou um giro delicado. Talvez até um pouco de formigamento aqui ou ali.

Agora por favor! Não procure mísseis explodindo aqui. A sensação será muito, muito sutil no início. Você não está esperando que um tornado o destrua, apenas uma mudança delicada - mas perceptível - em sua energia. Essa mudança sempre parecerá vir de dentro de você, às vezes de trás das orelhas, às vezes do coração, às vezes do plexo solar, às vezes do topo da cabeça, às vezes de todo você. Se você não sentir isso logo de cara, fique solto e não se preocupe. Basta declarar o seu desejo ao universo (sentir o zumbido) como um Desejo ou Intenção, e eu prometo que ele acontecerá.

Então, em algo como um ou dois segundos, você ficou entusiasmado com o Sorriso Interior Gentil (acredite, você saberá quando o tiver) e mudou radicalmente sua energia. É um sentimento de bem-estar instantâneo e um aumento instantâneo na frequência,

iniciado com um sorriso caloroso por fora para aquele sorriso interior suave e suave por dentro.

A seguir, o sentimento de substituição

A sensação de alta frequência do Sorriso Interior Gentil é boa, mas difícil de manter ou intensificar, a menos que haja alguma outra sensação mais familiar para substituí-la. Então você escolhe algum sentimento agradável como apreciação, gratidão, admiração, etc., e mantém isso como sua vibração predominante, assim:

1) Você começa com um sorriso facial tão caloroso e terno quanto possível.

2) Imediatamente, e com o seu sorriso físico ainda em funcionamento, você se abaixa e bombeia a sensação de ternura que vem daquele sorriso até que se torne a manteiga derretida, o calor difuso do seu Sorriso Interior Gentil, e você pode sentir um pouco de suavidade. zumbido em algum lugar, não importa quão leve.

3) Depois de ativar o Sorriso Interior Suave, você substitui aquele calor felpudo por um sabor especial de sua escolha, como carinho ou entusiasmo, ou simplesmente sentir cócegas rosa (um dos meus favoritos). Escolha qualquer sentimento que seja mais fácil de fabricar à vontade e mantenha-o assim pelo tempo que puder.

4) (Opcional!) Se você quiser, este é um bom momento nesta alta energia para incorporar um Desejo/Intenção específico, mas não faça isso até que você se acostume a experimentar a emoção de sobreposição (#3) Por um período de tempo.

Isso é tudo; você está fora e correndo. Você começou com um sorriso interior suave para fazer seu motor funcionar. Então você deu o gás necessário para mantê-lo funcionando, sobrepondo ou substituindo o impulso inicial pela sua escolha de uma emoção elevada.

Digamos que você escolheu a Ternura como sentimento substituto. Tudo bem, quando você tiver seu sorriso interior gentil, você simplesmente evoca o que for necessário para fazer com que a sensação de Ternura funcione. Talvez seja essa a sensação de esfregar uma rosa gloriosa na bochecha, ou acariciar gentilmente uma pessoa querida, ou cuidar meticulosamente de um animal ferido. Você deseja intensificar essa sensação tanto quanto

puder, até sentir a mudança física de energia em seu corpo, por mais sutil que seja. O que vocês estão vivenciando é simplesmente energia em movimento que se torna mais visível pela mudança de frequências.

A princípio, você poderá notar a energia *fluindo* em seu plexo solar, como aquela sensação de afundamento que você sente ao mergulhar na montanha-russa. A sensação pode irradiar do plexo solar, subindo pela nuca até a cabeça, e você pode sentir pequenas sensações de formigamento por todo o crânio. Depois de um tempo, você poderá senti-lo correndo simultaneamente para a cabeça e para a virilha. Na verdade, você pode até sentir uma leve excitação sexual. Não se preocupe, dura apenas um momento, mas é uma prova positiva de que sua energia finalmente se libertou e está começando a fluir e a se movimentar.

Quanto mais você praticar isso, mais cedo será capaz de ativar-se à vontade e fazer com que as energias aumentem, diminuam ou simplesmente permaneçam estáveis por um longo período de tempo. Eu bombeei no carro, ou no chuveiro, ou mesmo no supermercado por tanto tempo que não me senti deste mundo (não muito inteligente para o carro). Mas a questão é que você pode aprender a manipular sua própria energia, e é aí que a diversão realmente começa.

Se você quiser verificar se está abrindo sua válvula e iniciando um fluxo de energia de alta frequência ao seu redor, basta pegar as varinhas Woo-Woo descritas no apêndice e optar pelo Sorriso Interior Suave. Isso é tudo que você precisa fazer e, em seguida, observe suas varinhas enlouquecerem em resposta à sua mudança de energia.

Aspectos positivos (eca)

O objetivo de tudo isso é se sentir bem, já que nada é mais importante. Nada! Nada é mais importante do que se sentir bem, e não importa como você faz isso. Se ficar de cabeça para baixo na Times Square for suficiente, ótimo. Se cheirar madeira recém-cortada basta, ótimo. Qualquer coisa que seja necessária para que você se sinta melhor do que quando começou. Você sabe quando está lá; você não pode perder. Quer seja apenas uma decisão de se sentir bem no momento (ou mesmo de se sentir um pouco melhor), ou você esteja

orquestrando um novo tipo de sentir-se bem em torno de um desejo específico, geralmente você pode encontrar dezenas de maneiras diferentes e estranhas de ativar . . . se você realmente quiser.

Mas há uma maneira que reservo para “quando tudo mais falhar”, porque sempre me ressinto de ter que entrar nisso. O último recurso para mim é encontrar algo positivo sobre qualquer coisa enfadonha que fechou minha válvula em primeiro lugar.

Digamos, por exemplo, que você esteja preso no trânsito por causa de um acidente e fique realmente irritado. Tomaremos como certo que, nas circunstâncias da sua válvula fechada, não só o trânsito não vai melhorar rapidamente, mas toda aquela energia negativa está, naquele exato momento, afetando todos os outros aspectos da sua vida.

Seu trabalho é abrir essa válvula da maneira que puder. Mas digamos que você “tentou” (uma palavra para tirar do seu vocabulário) e nada funcionou – nem música, nem zumbido, nem falar sozinho. Bem, quando tudo mais falhar, só resta uma alternativa. Procure qualquer coisa dentro da situação, ou no seu entorno imediato, para apreciar ou sentir-se bem.

Talvez apenas o fato de seu carro estar funcionando, ou você não precisar ir ao banheiro, ou a empatia que você sente pelos outros pobres coitados na estrada que estão tão irritados quanto você, ou sua apreciação para a equipe de resposta médica. Encontrar algo . . . qualquer coisa! Comece a falar consigo mesmo sobre isso, finja, engane a si mesmo, e logo você sentirá aquele pequeno clique sutil na energia *Feel Good* (ou pelo menos em *Feel Better*), e sua válvula se abrirá lentamente. (Como centenas de outros motoristas estão fluindo energia irada ao seu redor, o engarrafamento pode não mudar por um tempo, mas pelo menos você não estará estragando outras áreas da sua vida ao despejar esse lixo.)

Agora, francamente, quando estou de péssimo humor, não há nada que eu goste mais do que ficar lá. Eu ainda adoro reclamar e cozinhar porque é tão bom. A parte triste é que também sei que cada vez que faço isso, todo o meu mundo está sendo afetado negativamente, sem mencionar que estou atraindo mais daquilo que estou reclamando. Só não estou disposto a deixar isso acontecer — muito — mais.

Então, a contragosto, encontrarei alguma coisa estúpida, estúpida, sem sentido e insignificante sobre o que quer que me deixe furioso e que possa - possivelmente - começar a considerar como um aspecto positivo desta situação ou indivíduo; algo que eu poderia - apenas possivelmente - ser capaz de apreciar. Então, parecendo muito com um pirralho desafiador que acabou de levar uma bronca, pensarei em alguma maneira de começar a falar comigo mesmo (quase sempre fazendo beicinho) para estimular qualquer aspecto positivo que consegui reunir.

O que me irrita quando estou com esse tipo de humor é que sempre funciona. Eu encontro algo para elogiar, ou apreciar, ou admirar sobre o idiota ou a situação, e antes que eu perceba o que me atingiu, já estou com muita energia. Posso realmente sentir o momento em que o pivô acontece. Válvula aberta; missão cumprida. Agora posso deixar ir e permitir que o universo faça seu trabalho.

Fúria da Luz da Varanda

Por vários anos, aluguei uma pequena cabana em minha propriedade. O acordo era que os locatários pagassem pelo aquecimento a propano e eu pagasse pela eletricidade.

Bem, eu tinha um jovem casal que insistia em manter a luz da varanda acesa dia e noite. Conversei com eles e conversei com eles sobre isso. Não importa, eles deixariam aquela coisa ligada até eu ver estrelas.

Finalmente percebi que estava lidando com uma válvula totalmente inútil. Cada vez que eu olhava para aquela luz amaldiçoada, minha válvula se fechava, meu jantar queimava, meus cachorros começavam a brigar, eu cortava meu dedo, um compromisso de empréstimo era cancelado, faíscas da lareira chamuscariam meu tapete e assim por diante. Tudo isso enquanto escrevia este livro, nada menos! Fale sobre praticar o que você prega.

Então, um dia — relutantemente — eu disse: “Ok, vou encontrar alguma maldita coisa que me agrada nesses dois e abrir esta minha válvula”. Eu não consegui. Ou, mais propriamente, eu não faria isso. E a luz permaneceu acesa noite após noite enquanto eu fumegava. A essa altura eu sabia que isso era sério e devia estar se espalhando como um

vírus desagradável, então, de mau humor, decidi procurar qualquer coisa abençoada que pudesse pensar que fosse boa em tê-los ali.

"Bem . . . uh . . . ah, tudo bem, eles me ajudam com o quintal, e isso é a primeira vez. Eles são pessoas legais de se ter por perto, tão quietos. . . blá blá blá." Parecia que estava procurando uma agulha preta num palheiro molhado à meia-noite, mas logo pude sentir a resistência diminuindo e pulei nela. Aos poucos, rabugento, expandi o sentimento e, em pouco tempo, pude sentir o movimento da energia Feel Better (não, não Feel Good) fluindo através de mim. *SUA LUZ SE APAGOU NAQUELA NOITE*, e para sempre acendeu apenas brevemente para visitantes ou mantimentos! Fiquei pasmo. Escrever um livro sobre isso, claro, mas ainda assim surpreso e emocionado com a evidência contínua de que essa coisa realmente funciona, mesmo nas luzes da varanda.

Eu estava justificado em minha reação irritada? Claro, mas e daí?! Não valia a pena estragar o resto do meu mundo mais do que já fiz.

Apenas lembre-se, quando você tem sentimentos negativos de *qualquer tipo* fluindo (mesmo em relação às luzes da varanda), eles estão fazendo muito mais do que amplificar a situação. Eles estão agindo como a defesa da linha de frente do Dallas Cowboys, impedindo que todos os seus desejos rompam sua enorme linha de negatividade. Ao mesmo tempo, esses sentimentos negativos atraem todos os tipos de outros eventos desagradáveis no processo. O pior de tudo é que se você está ficando irritado com uma pessoa negativa, você está sendo sugado pela desconexão dela. Como pode valer a pena?

Seja como for, não importa qual seja o motivo do pensamento negativo, o importante é que sua válvula esteja fechada. Então abra!

O Tesouro das Pedras de Toque

Haverá momentos em que um determinado Desejo/Intenção será tão estranho para nós que não saberemos como seria, especialmente se for algo de natureza emocional ou relacionado a questões espirituais, como um contato mais próximo com nosso conceito de Deus. Como encontramos o lugar do sentimento de algo que tão raramente – ou talvez nunca – experimentamos?

Ou pode haver momentos em que tudo o que queremos é sair ou nos afastar de tudo o que temos agora, mas não temos certeza de onde queremos chegar , exceto para nos sentirmos melhor do que nos sentimos agora. Como encontramos o lugar do sentimento desse tipo de coisa nebulosa?

Existem algumas maneiras, e a primeira você já conhece. Você finge os sentimentos de como seria ter o seu desejo, falando sobre isso com emoções imaginadas até ficar com água na boca, e CLIQUE! Esse é o caminho direto.

A outra é indireta, e abordo-a com muita reverência, pois geralmente os sentimentos que evoco provêm de memórias profundamente queridas e muito particulares. Todos nós já tivemos esses momentos especiais na vida que nunca podemos esquecer nem descrever, momentos que poderíamos chamar de epifania. Eles são pedras de toque, trancadas para sempre em nosso tesouro secreto dos encontros mais preciosos e significativos da vida.

Numa noite tranquila, talvez quando as estrelas estão a rebentar e o ar está repleto de fragrâncias noturnas, encontre um local confortável, relaxe na beleza do momento e leve-se de volta à memória daquele momento especial. Ou, certa manhã, enquanto você está sentado refletindo perto da janela, observando o sol começar sua jornada pelos céus, vá até aquela pedra de toque na memória. Vá para aquele momento inesquecível em sua vida e permita-se experimentar o manto de lembrança amorosa que envolve você.

Qual foi o sabor dessa pedra de toque para você? Foi admiração, amor indescritível ou revelação espiritual? Talvez o contentamento supremo, ou a alegria selvagem, ou a frivolidade absurda. Os sentimentos não precisa ser rotulado, apenas reconhecido como um tesouro do seu ser.

Então, quando você não encontrar outra maneira de despertar os sentimentos do seu desejo, ou em momentos de desespero, quando você não encontrar nada para acalmar sua dor, quando você não encontrar nenhum meio de sentir outra coisa senão aquilo que está sentindo, vá até a sua pedra de toque, pois lá você encontrará o conforto do amor incondicional do seu Ser Interior/Eu Expandido. Quando o seu conhecimento e a sua

consciência estão nesse lugar de sentimento, você e o seu Eu Expandido são um, e você não será mais capaz de se concentrar no seu bloqueio emocional nem na sua dor.

Traga o desejo do seu coração como uma oferenda a esse sentimento e mergulhe esse desejo com reverência nas energias curativas desse sentimento lembrado. Ou não faça nada, exceto aproveitar os sentimentos daquele momento querido. Descanse e saiba que está tudo bem.

A magia da apreciação

Existem apenas três estados de ser em que corremos o dia todo. Se pudéssemos estar um pouco mais conscientes de qual deles usamos em cada momento do dia, teríamos uma grande vantagem para mudar nossas vibrações.

Modo Vítima

Este é o estado de espírito, ah, querido, eles estão fazendo isso comigo de novo e não há nada que eu possa fazer sobre isso, onde não vamos a lugar nenhum, a não ser em círculos negativos, para sempre magnetizando o mesmo de sempre.

Modo de revestimento plano

No modo Flat-Lining, não estamos nem para baixo nem para cima, apenas avançando com gás de segunda categoria. Não estamos fluindo nossa energia para nada e certamente não estamos atraindo nada. Em Flat-Lining não estamos apenas vivendo os resultados do nosso próprio fluxo errático de energia, mas também do fluxo de energia de todos os outros. (Semelhante atrai semelhante, lembra?) Muito desagradável! E o que a maioria de nós faz na maior parte do tempo.

Modo ativado

Agora você está de pé! Você está ligado! Suas altas frequências não atraem mais as vibrações negativas dos outros. Você é abastecido com a pura energia positiva do bem-estar, vibrando em harmonia com o seu Eu Expandido, fluindo energia positiva e atraindo eventos positivos enquanto está envolto em segurança e proteção insuperáveis.

Modo Vítima, Flat-Lining ou Ligado, sempre nos encontraremos em um dos três. Nosso objetivo, é claro, é torná-lo o Modo Ligado com a maior frequência e por tanto tempo quanto pudermos, e é por isso que olhamos para a energia elevada da *apreciação*.

A vibração de apreciação é a frequência mais profundamente importante que podemos manter, pois é a coisa mais próxima do amor cósmico que existe. Quando estamos apreciando, estamos em perfeita harmonia vibracional com nossa energia Fonte, ou energia de Deus – chame-a como quiser.

Você pode iniciá-lo ou pode ir direto ao sentimento, não faz diferença. O que é importante saber é que um minuto de fluxo de intensa energia de apreciação substitui milhares de horas gastas nos modos Vítima ou Flat-Lining.

Mas tome cuidado! Não é justo apenas *pensar* em apreciação. Isso não vai lavar. Pensar está fora, sentir está dentro. Você não pode simplesmente tomar a decisão de que vai apreciar algo e deixar para lá. Tem que haver aquela onda de emoção significativa fluindo das profundezas do seu ser para que isso funcione.

Mas isso também não significa que você tenha acabado de ser salvo de um incidente com risco de vida pelas equipes de resgate do 911 para sentir profundo agradecimento. Na verdade, a apreciação fluida não é grande coisa. Você pode fluir intensamente para uma placa de rua, se quiser. Não ria, eu faço isso o tempo todo para ficar em forma. Como qualquer habilidade, o fluxo de energia requer prática constante, e há algo absurdamente satisfatório em fluir baldes de amor, adoração e apreço por “SLOW: MEN AT WORK”. Eu o dirijo para semáforos, outdoors, pássaros no alto, um toco de árvore, um animal morto, uma tempestade de inverno e, claro, para as pessoas.

Às vezes, no supermercado, escolho o que parece mais malvado vida baixa que posso encontrar e simplesmente abrir e inundar a alma desavisada com a vibração mais elevada que posso reunir. Talvez seja apreciação, talvez seja amor sincero com Deus. Uma vez fiz isso com uma velha miserável que parecia preferir me comer a me deixar passar. Eu a ataquei, e naquele exato momento ela se virou, procurando com raiva o que quer que ela sentisse a atingir, enquanto eu sorria de volta em pura inocência.

Esse é o meu jogo “Hug-A-Bum”, onde imagino eu e um perfeito estranho na rua (ou em qualquer lugar) correndo para os braços um do outro como se fôssemos velhos melhores amigos que não nos viam há muito tempo. Você começa com “alvos” aceitáveis, como alguém com quem você não se importaria de sentar ao lado de uma lanchonete, se fosse necessário. Então você avança, pouco a pouco, para alvos que são cada vez mais difíceis para você socialmente, até que finalmente não faz mais diferença que tipo de desleixados eles são.

Você apenas vê - e sente profundamente - vocês dois se reconhecendo alegremente e voando juntos neste gigantesco abraço de urso enquanto um amor profundo surge entre vocês. Não sei com quantas pessoas fiz isso enquanto caminhava pela rua e as observei se virando para procurar o que quer que estivessem sentindo.

A vibração da apreciação também é a vibração mais elevada e rápida que podemos usar para atração. Se apreciássemos tudo e qualquer coisa. . . o dia inteiro . . . teríamos a garantia de ter o paraíso na terra em pouco tempo, vivendo felizes para sempre com mais amigos, mais dinheiro, relacionamentos mais bonitos, em total segurança e mais próximos do Deus do nosso Ser do que é possível imaginar.

Estar apaixonado

Ah, “The One” finalmente entrou em sua vida. Você está andando no ar com a cabeça nas nuvens, consumido por um sentimento tão eufórico que desafia qualquer descrição. Você está apaixonado!

Nada te incomoda. O mundo é doce, o dia é glorioso, é primavera no meio do inverno. Estranhos são lindos. Você está flutuando. Você está apaixonado!

Você sabia que pode ativar esse sentimento à vontade? Não me refiro às sensações sexuais intensificadas, mas à intoxicação emocional, à euforia inebriante. Você pode sair pela porta da frente e se apaixonar, e estou aqui para lhe dizer que nada, mas nada é tão bom ou aumentará suas vibrações tão rápido quanto isso.

A partir daí, você pode flutuar nessa vibração o dia todo, sabendo que está atraindo seus Desejos, ou pode colocar um Desejo específico bem no meio daquele sentimento de

cabeça nas nuvens, fluindo sua energia recém-aumentada diretamente para fora. aos seus desejos que se aproximam.

Lembra do seu primeiro amor, de como tudo parecia se encaixar para você? Os problemas pareciam triviais em um mundo repleto de novidades, como se Deus tivesse acabado de polir o céu.

Esteja lá novamente. Apaixone-se e você se sentirá intensamente vivo. A única coisa que faltará será a excitação sexual; fora isso, todo o resto irá replicar a coisa real, porque é a coisa real. É o que você é; tudo o que você está fazendo é conectar novamente. Além disso, é muito divertido fingir. E enquanto você faz isso, observe o zumbido que isso traz ao seu corpo e aquela agitação silenciosa na boca da sua barriga.

Sempre a doçura

Quando tudo mais falha, quando você tenta extrair até mesmo um pouquinho de Feel Better sem sucesso, então aqui está algo para lembrar.

Seja homem ou mulher, existe dentro de você uma suavidade, uma gentileza, uma doçura tão linda que você poderia chorar de sentimento, se tocasse nela. Agressivo ou terno, mendigo ou bilionário, todos nós temos, pois é isso que somos. Essa doçura não tem nada a ver com personalidade. Não se trata de ser fraco em vez de forte, de capacho em vez de general poderoso. Tem a ver com você, pois é o que você é.

Para despertar essa presença (geralmente bem escondida), basta fazer o pedido. Faça disso um desejo ou uma intenção, depois espere, ouça, perceba e permita-se a experiência. Depois de sentir essa doçura, essa preciosidade dentro de você, você será capaz de evocar a sensação num momento, sempre que desejar. No entanto, é preciso uma coragem extraordinária para permitir-se vivê - lo, pois neste lugar suave está a vibração mais elevada de tudo o que você é. Depois de encontrar essa naturalidade, você voltará para casa, para si mesmo. Seu mundo nunca mais será o mesmo, pois você nunca mais será o mesmo. E nem as suas vibrações.

Nos dias mais difíceis

Enquanto vivermos nesses corpos, dias ruins acontecerão. Naqueles dias em que nada está dando certo (e você não está nem aí para isso), lembre-se de que um dia ruim nada mais é do que uma válvula fechada. Você está tendo uma orgia de energia negativa. Não é grande coisa, vá em frente e pegue. Dê a si mesmo permissão para experimentar toda a tristeza, para que nenhum sentimento negativo seja reprimido.

Mas se você realmente quer sair das trevas vibracionais, então uma maneira de fazer isso é deixar seus olhos pousarem na menor e mais insignificante coisa que você puder encontrar, começar com seu sorriso físico, alcançar seu Sorriso Interior Suave. e ame esse pequeno nada de todas as maneiras que puder.

Talvez seja apenas um grão de poeira, ou uma revista, ou um fio. Inunde a apreciação por apenas existir, envolva-o em amor como se fosse o tesouro mais reverenciado de sua vida, que estava perdido há muito tempo e agora foi encontrado. Você ficará surpreso com a facilidade com que suas vibrações mudarão.

Essa abordagem bastante cansativa geralmente funciona para mim, mas se não funcionar, recorro à minha técnica infalível, onde começo a dançar pela casa, cantando alguma música boba como “Happy Days Are Here Again” (quando eu prefiro estar gritando com meus pobres cachorros), ou “Oh, que linda manhã” (quando prefiro cair na cadeira em lágrimas), ou alguma cantiga boba que eu invento enquanto me forço a me movimentar.

Eu uso esse truque quando estou completamente deprimido, mas não estou mais disposto a ficar lá. No entanto, quando estou assim, geralmente leva algumas horas para que qualquer coisa funcione, de modo que a dança selvagem se torne um verdadeiro começo. Isso literalmente abre a energia presa para que eu possa eventualmente clicar de volta em Feel Much Better. Então, em poucas horas, o telefone começa a tocar, os negócios aumentam, os amigos me convidam e as ideias começam a borbulhar novamente. Sempre funcionou. A questão é: faça tudo o que puder para ajudá-lo *a se sentir* melhor.

Além disso, quando você está claramente deprimido, falar consigo mesmo de forma tranquilizadora pelo nome faz maravilhas; “Vai ficar tudo bem, Corky, eu prometo; tudo vai

ficar bem. Você vai ficar bem. Apenas fale . . . sobre qualquer coisa que seja calmante. . . até você se sentir melhor.

Um pequeno passo suave de cada vez quando você está realmente deprimido; um pouco aqui, um pouco ali. Pode levar algumas horas ou alguns dias, mas eventualmente você sentirá sua resistência diminuindo e aquele clique maravilhoso de volta à conexão com a válvula aberta.

Ligue, ligue, ligue!

Não importa onde você esteja, você sempre pode ativar algum tipo de sensação calorosa, se realmente quiser.

Ligue enquanto olha pela janela da cozinha. Ligue ao sair pela porta pela manhã. Ligue enquanto desliza para a cadeira de rodas. Ligue ao embarcar no metrô. Ligue enquanto varre a varanda. Ative enquanto você faz cópias. Ligue enquanto você caminha pelo campo. Ligue enquanto você alimenta o estoque.

Até que você consiga encontrar aquele burburinho de alegria, ou de apreço, ou de estar apaixonado, ou de gratidão, mesmo quando o bom senso diz você não tem nada pelo que ser grato, você não está fluindo sua energia para qualquer lugar que queira ir. Mas se o seu desejo é explodir em uma nova vida para si mesmo, então aprenda a se ativar de qualquer maneira que puder, não importa o que esteja acontecendo ao seu redor. *NÃO IMPORTA O QUE!*

Se você quiser mudar alguma coisa, se quiser melhorar onde está, se quiser aquele magnífico sentimento de realização, ou sentir uma profundidade de felicidade que normalmente não conhece, se quiser ter tudo o que não deseja você tem agora, então aprenda a fazer seu motor funcionar e ligue!

OceanoofPDF.com



a força ESTÁ com você

(passo quatro)



Algumas décadas atrás, quando eu era muito novo na vida e muito novo na Califórnia, eu dirigia dia após dia de San Fernando Valley, passando pelo belo Coldwater Canyon, até Beverly Hills, onde tinha um emprego incrível no escritório corporativo de uma grande empresa aeroespacial. empresa. Eu adorava a direção, mas não o trabalho. No entanto, não era o momento certo na minha vida para Eu estava agitando os barcos, já que a maior parte da minha energia estava sendo aplicada em meu novo programa de Alcoólicos Anônimos, e eu estava adorando cada momento. Durante dois anos, dirigi pelo canyon, procurei coisas para fazer no meu trabalho e me diverti muito ficando sóbrio em Los Angeles. Então fiquei entediado.

Numa bela tarde, enquanto aproveitava a viagem de volta ao Valley, passando pelas lindas casas de Beverly Hills, disse em voz alta ao poder que pensei estar apenas fora de mim: “Ok, Poder Superior, vamos ver se você opera bem. Estou entediado no trabalho e quero fazer outra coisa. Dê-me uma ideia. Na verdade, se você me der as sementes, eu as plantarei.”

Sem perceber, eu estava naquele lugar de sentimento perfeito onde minha frequência era mais alta que uma pipa, amando meu passeio, curtindo a paisagem, me sentindo em paz com o mundo, mas um pouco mal-humorado com esse Ser que meus amigos de AA e eu chamamos de Poder Superior. Mais ou menos como, “Tudo bem, Buster, aguente ou cale a boca!” Mas a declaração foi sincera e disparou para os éteres poderosamente magnetizados com altas vibrações de Feel Good travesso.

No dia seguinte, a caminho do trabalho, segui a mesma rotina. “Apenas me dê as sementes e eu as plantarei.” E novamente voltando para casa. Eu não sabia nada sobre vibrações ou fluxo de energia naquela época e, infelizmente, não sabia nada sobre meu próprio poder, ou que o poder “lá fora” e eu éramos a mesma pessoa. No que me dizia respeito, o Chefão estava separado de mim, aquela sábia força do Bem que eu tinha certeza que governava minha vida. Tudo o que eu estava fazendo era focar poderosamente, embora sem saber, em um Desejo e testar meu Poder Superior para ver se ele realmente estava lá para ajudar.

Então, num dia maravilhoso de volta para casa, quando subi ao topo da colina, onde a vista explode em um panorama emocionante para ver para sempre, a ideia me ocorreu, e quero dizer, acertar. Eu me senti como se tivesse levado um golpe cósmico de dois por quatro. A ideia era formar uma editora educacional utilizando a novíssima e inovadora fita cassete de áudio. Era 1965. A maior parte do mundo nunca tinha ouvido falar de fita cassete e eu não tinha ideia de como formar uma empresa ou fazer as coisas começarem a acontecer.

Não importa. Todos os dias, voltando para casa, no alto da colina, eu recitava: “Tudo bem, Poder Superior, continue me dando as sementes e eu encontrarei maneiras de

plantá-las”. E com certeza, todos os dias, sem falta, ao voltar para o trabalho, ideias surgiam na minha cabeça como pipoca assada. Eu estava imaginando revistas em fita, passeios automáticos por parques nacionais, programas de treinamento de vendas e programas para crianças em idade escolar. Enquanto eu fazia esse caminho, as ideias pareciam me envolver, porque enquanto eu fazia esse caminho, eu estava em um lugar para me sentir bem, minha válvula estava bem aberta e a inspiração era de fácil acesso.

A espiral havia começado. Quanto mais ideias surgiam, mais animado eu ficava; quanto mais animado eu ficava, mais as ideias surgiam. Eu estava agitado, mesmo sem saber.

Pessoas que conheciam fitas de áudio e formaram empresas começaram a aparecer do nada: pessoas do setor financeiro, jurídicas, técnicas, pessoas de marketing, todas aparecendo do nada. Foi incrível. Finalmente deixei a empresa aeroespacial para formar a Listener Corporation, e nos tornamos um dos pioneiros na distribuição de informações por meio da inovadora fita cassete de áudio.

Mas logo a excitação passou, o medo de conseguir sozinho assumiu o controle e meu fluxo de inspiração secou como um deserto após uma inundação repentina. A longa e lenta espiral descendente começou, mesmo em meio à nossa crescente fama.

Fomos a primeira empresa a gravar tours de automóveis em parques nacionais e eles fracassaram. Fomos a primeira empresa a gravar uma revista mensal original de negócios. Isso levou um ano antes de fracassar. Fomos os primeiros a ter materiais relacionados a negócios em fones de ouvido em voos transcontinentais, e isso foi um fracasso. Fomos um dos primeiros a oferecer instrutores motivacionais de vendas de alta potência em forma de pacote para vários setores. Isso foi uma bomba. A fórmula era simples: o medo dentro de mim de que essas coisas não funcionassem era igualado. . . eles não fizeram isso!

Finalmente encontramos nosso nicho com um programa muito menos público (e muito menos temeroso): pacotes de treinamento em serviço para professores do ensino fundamental, bem como materiais educacionais audiovisuais para Educação primária.

Tornamo-nos conhecidos, altamente respeitados, repletos de representantes de vendas satisfeitos e clientes encantados, e eu mal conseguia pagar a hipoteca.

Eu batia, batia, batia, martelava e empurrava de qualquer maneira que me ocorresse. Eu estava Hi Ho Silvering em todos os lugares, mas quanto mais eu tentasse atacar um problema, mais lento seria o nosso progresso. Nossos novos programas estavam recebendo elogios eletrizantes de costa a costa, e com razão; eles eram extraordinariamente bons, utilizando as melhores mentes educacionais da época e as abordagens mais inovadoras de aprendizagem. Mas, apesar das ótimas críticas, nenhum de nossos programas jamais atingiu aquela terra inebriante de lucros realmente grandes.

Tudo o que consegui pensar foi: “O que mais posso *FAZER-FAZER* para que isso aconteça?” Quanto mais eu trabalhava, mais medo eu ficava. E, claro, quanto maior o meu medo, mais resistente eu era à energia do bem-estar, portanto, mais magnetizava os meus medos de vendas nada arrasadoras.

A orientação intuitiva foi jogada pela janela. Não houve a menor chance para o meu Eu Expandido entrar em ação com aquelas dicas fantásticas e ininterruptas que recebi uma vez. Eu gritava constantemente para esse chamado Poder Superior, dizendo-lhe onde ele poderia sair e vibrando tão fora de alinhamento com ele que eu poderia muito bem não existir. Eu parecia estar bem no meio daquele velho ditado: “Quanto pior fica, pior fica”. Irmão, isso sempre foi verdade.

Isso durou treze anos até que, exausto e totalmente desconectado de qualquer coisa remotamente parecida com minha fonte de bem-estar, vendi a empresa e tentei fugir para um esconderijo isolado na costa, à beira-mar. Em vez disso, entrei nos anos mais baixos e dolorosamente desconectados da minha vida. Daquele lugar escuro veio o conhecimento fervoroso daquilo que eu certamente *não* queria mais, e logo floresceram os anos que se tornariam os mais fantasticamente belos da minha vida, à medida que comecei a descobrir meu Eu Expandido.

A única razão pela qual estou contando esta história que vai de excelente a sombria é porque é uma demonstração clássica dos resultados extremamente diferentes que

ocorrem entre *a ação inspirada* e *a ação baseada no medo*. Com o primeiro, navegamos para a terra feliz com aparentemente muito pouco esforço, como fiz quando comecei a empresa. Com o último, podemos empurrar e empurrar, nos esforçar e nos apressar até que as vacas voltem para casa, apenas para acabar não indo a lugar nenhum. . . ou para baixo.

Inspirado versus Whacking

A maioria de nós sempre teve esta noção – bem, é mais do que uma noção, fomos criados dessa forma – de que, para obter as coisas que desejávamos, tínhamos que igualar o nível desses desejos com esforços pessoais equivalentes.

Em outras palavras, se tudo o que quiséssemos fosse uma casquinha de sorvete, isso exigiria apenas um esforço pessoal mínimo de nossa parte. Se, por outro lado, desejássemos tornar-nos o primeiro governador do nosso estado a liderar um partido político totalmente novo, estaríamos a preparar-nos para um nível totalmente diferente de esforço pessoal chamado empurrar e empurrar. Na verdade, sempre acreditamos que, para chegarmos perto de obter qualquer uma das coisas maiores e mais significativas que desejávamos além das casquinhas de sorvete, isso significava quebrar a cabeça para obtê-las ou esquecê-las completamente.

Mas quebrar nossos miolos significa que gostamos de Hi Ho Silvering com ações grosseiramente pouco inspiradas. Significa que estamos operando a partir de uma postura puramente física e agressiva. Isso significa que gostamos do que devemos e devemos. Significa, em poucas palavras, que estamos sempre tentando empurrar os rios rio acima com os olhos vendados, sem a nossa própria orientação superior. Isso significa que estamos operando com válvulas muito fechadas, causando tipos de estresse interno e fluxo de energia negativa que não podem produzir os resultados desejados.

Parece, então, que a abordagem lógica para chegar onde queremos, ou fazer com que as coisas aconteçam da maneira que gostaríamos que acontecessem, é operar com base na inspiração guiada, em vez das vibrações negativas do estresse socialmente consciente. Como fazemos isso? Por onde começamos? Como paramos de bater?

Bom, primeiro vem a inspiração, as ideias. Eles surgem porque você tem passado mais tempo nessas frequências mais altas, sentindo-se bem (ou melhor), agitado e excitado.

Então, depois de fluir grandes quantidades de energia para se sentir bem para uma ou mais dessas grandes novas ideias, você começa a agir de acordo com elas, sim, mas agora a partir de um lugar de inspiração sagrada, em vez de impulso negativo. E assim suas ações agora se tornam tão inspiradas quanto sua ideia, e tudo o que chega até você vem de um lugar de alta frequência.

Então Yeow-eee! Algo incrível começa a acontecer. Não importa quão complexas ou complicadas pareçam ser as ideias, você as verá se encaixando e fluindo com a facilidade e a segurança de um riacho ininterrupto na montanha. E porque não? Suas ideias foram inspiradas; agora também são suas ações para transformar essas ideias em realidade. Tudo a partir do seu fluxo de energia de frequência mais alta.

Digamos que um dia você esteja simplesmente andando, se sentindo ótimo e tenha uma ideia. É uma ideia fantástica, exatamente o tipo de coisa que você sabe que funcionaria se soubesse como fazer. . . ou tinha dinheiro suficiente. . . ou educação suficiente. . . ou suporte suficiente. . . ou o suficiente. . . ?

Existem apenas duas maneiras de seguir quando você baixa um balde cheio de Orientações para você:

Você pode dizer “Oh, isso é loucura. . . uma boa ideia talvez, mas. . .” e feche imediatamente sua válvula.

Ou você pode decidir calar a boca e ouvir, e confiar no que está recebendo.

Se você tem afirmado regularmente alguns Desejos e sua válvula está mais aberta do que o normal, pode apostar que em breve receberá Orientação na forma de ideias para ajudá-lo a direcioná-lo para esses Desejos. Se você decidir seguir em frente com uma dessas ideias e seguir o curso de atividades que continuarão fluindo para você como palpites ou conceitos, você entrará em ação, sim, mas agora estamos falando de ação *inspirada* versus Hi Ho Silvering ; maneiras *inspiradas* de atingir seu objetivo, atividades *inspiradas* que

serão divertidas, técnicas e métodos *inspirados* que você encontrará atuando com a maior facilidade, em vez de tentar empurrar tudo rio acima contra uma corrente inflexível.

Então, quando a inspiração chegar, ou uma ideia de como promover seu desejo surgir um dia, comece a pensar em coisas que podemos fazer em vez de sim, mas. Não importa os How Tos, eles virão quando você relaxar nessa frequência mais elevada. Os livros de instruções sempre acompanham a inspiração.

Agora o fluxo começa. O que uma pessoa desconectada pode levar anos para fazer, você realiza em poucos meses, guiado apenas nas atividades mais produtivas pelo seu Eu Expandido completamente jubiloso.

Slides untados

Bem no meio daquele ano em que o negócio de hipotecas e as receitas cresciam tão rápido que era ridículo, tive uma ideia. Eu realmente não precisava de nenhuma ideia, pois meus Desejos estavam fluindo mais rápido do que eu tinha tempo para aproveitar. Mesmo assim, tive uma ideia e isso me surpreendeu.

A ideia surgiu enquanto eu estava no banho, uma noite, quando, por algum motivo que não me lembro, eu estava muito agitado. E devo dizer que minha primeira resposta – em voz alta – ao que recebi foi “Dê-me um tempo! Você deve estar brincando!”

A ideia era fazer um infomercial (um comercial de TV de meia hora) para um produto de autoajuda invulgarmente grande e complexo que eu ainda não tinha criado, nunca tinha sequer pensado e para o qual não tinha a menor noção por onde começar. . Todo o conceito era louco e totalmente ilógico. Eu estava envolvido até as axilas em um negócio de hipotecas em expansão, no meio do maior ano que já tive, e de repente fui carregado por um monte de ideias sobre a produção de um programa de TV sobre o qual eu nada sabia. Insano! Sem mencionar que custaria quatorze braços e uma perna para realizar, exigiria uma quantidade excessiva de talento para coordenar e seria um trabalho de tempo integral para alguém que sabia o que diabos era. fazendo, o que eu certamente não fiz. (Não importa, eu nem tinha entregado o produto.)

Mas minha válvula estava aberta, mesmo que eu não entendesse isso, minhas frequências eram altas e para onde quer que eu olhasse, via apenas condições positivas, então as ideias para me divertir continuavam surgindo, quer eu as estivesse pedindo ou não.

Apenas quatro meses – *quatro meses!* -depois de ter a ideia. . . manifestando então as quantias surpreendentes de dólares para pagar a pródiga produção do produto. . . e as quantias necessárias para a produção de primeira linha do programa de TV. . . e um ou dois dólares necessários para adquirir extenso tempo de TV de costa a costa. . . e na hora de escrever, narrar, atuar e produzir tudo, eu estava filmando no local com uma equipe profissional considerável. Apenas quatro meses, foi o suficiente!

Em março do ano seguinte, eu estava no ar promovendo *o Life Course 101*, o monumental curso audiovisual de estudo domiciliar de minha autoria sobre crescimento interior. Incrível!

Eu estava realizando o trabalho de uma dúzia de pessoas, administrando um negócio e criando outro enquanto criava e produzia um novo programa elaborado. . . por mim mesmo . . . em anos quase vintage. Na verdade, a maioria dos meus amigos pensava que eu tinha enlouquecido.

Ah, mas o que eles não sabiam era como tudo se materializava sem esforço. Não houve Hi Ho Silvering, nem empurrões ou empurrões frenéticos. Desta vez eu estava conectado. Tudo fluiu como se estivesse em uma lâmina untada. As peças se encaixaram magicamente no lugar. Eu me perguntava como fazer alguma coisa, as respostas surgiam e eu realizava facilmente tudo o que precisava ser feito. Não se preocupe, não se preocupe e não haja dúvida no mundo. Na verdade, eu estava me divertindo.

Claro que deu muito trabalho, mas foi um trabalho fácil porque as jogadas estavam sendo convocadas diretamente do lado de fora pelo meu treinador de orientação. Todos os problemas que surgiram foram resolvidos tão rápido quanto apareceram. Tudo — para ambas as empresas — continuava em perfeito alinhamento. Eu estava no fluxo da Vida.

Nunca questioneei uma nova ideia ou uma nova direção, pois os How Tos sempre estiveram por trás da ideia. E nunca me senti deprimido.

Espontaneidade se tornou meu nome do meio. Parei de me preocupar com o tempo. O magnetismo de alta frequência que emanava de mim era tão poderoso que estava mobilizando as próximas circunstâncias e eventos para eu enfrentar, quase antes de terminar os últimos. Fiquei deslumbrado com o que estava acontecendo, mas tudo o que estava fazendo — sem saber — era fluir energia positiva de sentir-se bem e implementar as ideias inspiradas que surgiam em um fluxo constante. Não existe nada mais emocionante do que isso.

Os Sinais, os Sinais, os Sinais

Quantas vezes você já disse a si mesmo: “Acabei de ter uma ideia (ou um palpite, ou um pressentimento) de ir para lá”. E então você fez; você foi lá e descobriu que foi uma coisa boa que você fez. Você estava seguindo sua orientação. Ou você teve uma ideia maluca de tentar isso e aquilo. E você fez. E foi um sucesso porque foi divertido. Você estava seguindo sua orientação.

Mas você não precisa começar um novo negócio para ter ideias, palpites ou insights. Se o seu desejo é encontrar o caminho mais rápido para contornar o trânsito do centro da cidade ou encontrar um novo companheiro, basta prestar atenção aos sinais que virão para que isso aconteça. . . *e aprenda a confiar neles!*

Um telefonema inesperado de um velho amigo, um programa de TV que você normalmente não assiste, uma sensação de que você precisa ler alguma coisa, ligar para alguém ou seguir outro caminho. Tudo isso são pequenos empurrões suaves do seu Eu Expandido, sua Orientação Interna/Externa ajudando você a permanecer no caminho certo em direção à sua alegria, mesmo que seja apenas um lugar melhor para estacionar na chuva. Vocês espalharam a energia do Sentir-se Bem, misturaram-na com os Desejos, criaram corredores de energia fluindo em vórtices maciços, e agora, ao entrarem nesses vórtices, a Orientação chega. Seus impulsos para agir – fazer isso, ir até lá, chamá-los – vêm da atividade magnética iniciada pela sua energia concentrada.

Pouco depois de embarcar neste novo caminho de criação deliberada, eu estava a caminho de Portland no meu amado e antigo carro de 77. Mercury Monarch, um carro que renasceu muitas vezes desde que o comprei porque adorei a coisa. Novos motores, novo isto, novo aquilo. Mas devido à sua idade, os meus mecânicos recomendaram que eu começasse a usar um óleo sintético para reduzir o desgaste. Tudo bem, exceto que não só os óleos sintéticos eram um tanto raros naquela época, como também era uma marca esquisita que precisava ser encomendada especialmente fora da cidade.

Fazia muito tempo que eu não saía de casa além do supermercado, e a viagem de duas horas até Portland foi mais do que bem-vinda. Coloquei algumas de minhas músicas altíssimas e estava quase no limite da felicidade de alta frequência uma hora depois, fluindo energia para isso e aquilo, quando me lembrei que não havia colocado o tão necessário óleo. Eu geralmente carregava alguns litros daquela coisa estranha no carro, mas também tinha esquecido disso, e a perspectiva de encontrar esse tipo de óleo - que nunca deveria ser misturado com qualquer outro tipo, é claro - estava entre zip e esqueça isso ao longo daquele trecho de rodovia no sul de Washington.

Dirigi mais alguns quilômetros, me perguntando o que fazer, quando consegui parar na próxima saída. Como eu já estava seguindo meus palpites sem hesitação, encolhi os ombros e entrei em uma estrada deserta a menos de quatrocentos metros da rodovia.

O que encontrei parecia uma velha cidade mineira abandonada, ou cidade fantasma, repleta de prédios tortos e destruídos, todos fechados com tábuas e tão dilapidados que estavam tombando. Não vi sinais de vida em lugar nenhum, mas por algum motivo parei o carro e saí, estranhamente consciente de que não estava questionando minha decisão de sair da rodovia ou pensando coisas como “que diabos estou fazendo aqui?” ”, mas apenas seguindo a pista estranha.

Então eu vi e não pude acreditar no que via. A menos de quinze metros à frente do carro havia outro prédio em ruínas com uma placa pintada à mão às pressas que dizia “Oficina de automóveis”. Não sei como não percebi quando parei, mas lá estava ele, bem na minha frente. Estupefato, entrei e perguntei se eles carregavam algum óleo sintético. Sim,

eles fizeram isso, mas lamentaram que o único o tipo que eles carregavam era o Blurp, exatamente o tipo que eu precisava. “Sim, senhora, nossos últimos dois litros, bem ali!”

Minha cabeça estava girando quando voltei para o carro. Claro, fiquei emocionado e animado além das palavras. Claro, fiquei muito feliz ao ver a Lei da Atração tão abertamente em ação. Mas, na verdade, eu estava entorpecido. Era tudo tão óbvio, tão indiscutível. Minhas vibrações estavam no auge de todos os tempos. Então veio uma exigência urgente, mas sem um pinga de resistência, como: “Estou com problemas, nunca vou encontrar, o que farei?” Com minhas vibrações naquele tom, magnetizei instantaneamente a solução, recebendo instruções altas e claras do meu Eu Expandido na forma de um palpite superforte que decidi seguir. Mas cara, quão melodramático você consegue ser?

Como isso aconteceu? Quem sabe. Quem se importa! Recebi o golpe, confiei, agi de acordo e funcionou.

O objetivo é sair do piloto automático e prestar atenção. Ouvir! Fique alerta para aquele empurrãozinho, preste atenção aos sinais, sintonize-se com os palpites. Se for bom, é Orientação.

A maioria de nós não se permite acreditar que algo pode acontecer, a menos que possamos ver com antecedência como todas as peças vão se encaixar. Então comece a procurar pistas. Observe a união magistral à medida que todas as partes que faltam tomam forma e começam a se encaixar como mágica. Agora você entrou no mundo misterioso da sincronicidade, você está conectado, conectado à energia da sua Fonte, seguindo o fluxo. Mas você nunca verá isso, ou aprenderá a confiar nele, se não estiver atento.

Sem hesitação

Com a possível exceção da oração, que é mais frequentemente um apelo de uma válvula fechada em vez de aberta, muito poucos de nós fomos ensinados a entrar, calar a boca e ouvir, muito menos seguir! Seguir o quê? Ouvir quem? Absurdo! Tome um comprimido. Isso é apenas imaginação. Não tem substância nem dados empíricos intelectuais que o sustentem.

Adoro como fingimos que algo não existe, depois viramos e nomeamos. Torcemos o nariz para a “orientação divina”, mas curiosamente damos a ela essa ampla gama de nomes como intuição, motivação, golpe, intuição, sentido, inspiração, impulso, impulso, premonição, desejo, imaginação. É tudo Orientação, o verdadeiro Você enviando mensagens da inteligência infinita que Você é, fazendo tudo ao seu alcance para transmitir algumas ideias ou orientações antes de se desligar novamente.

A orientação é conversa com a alma, conversa com Deus, conversa com o ser interior, conversa interna expandida, conversa com acompanhante cósmico. A orientação faz o que for necessário para chamar nossa atenção e nos ajudar a realizar nossos desejos, seja óleo para o carro ou cabelo novo para uma cabeça brilhante. Mas para que funcione, temos que aprender a confiar no que estamos captando naquela estação.

Um casal que era meu cliente hipotecário — vou chamá-los de George e Sally — ficou um pouco abalado quando, certa noite, cheguei em sua casa para pegar o pedido de empréstimo. Quando perguntei o que havia de errado, George disse que ele e sua esposa tinham acabado de sentir falta de um grave acidente de oito carros na rodovia e que ainda estavam se sentindo “muito assustados”, como ele disse.

Eles trabalhavam em lugares diferentes, mas viajavam juntos. Parece que eles estavam voltando do trabalho pela rodovia, como sempre, e George estava começando a ficar impaciente por ficar preso atrás de um caminhão grande, vermelho e cambaleante na frente deles, então ele decidiu mudar de faixa. Do nada, Sally disse: “Querido, não faça isso! Precisamos sair desta rodovia agora mesmo! Houve a habitual explosão sobre como isso era bobo e, finalmente, para manter a paz, George virou na próxima saída e seguiu por algumas estradas secundárias muito afastadas.

Quando chegaram em casa, George ligou o noticiário da TV local, como de costume, e viu seu caminhão vermelho cambaleante no meio de um engavetamento, esmagado entre dois carros, a menos de um quilômetro e meio da rodovia, de onde eles haviam saído. Houve duas mortes.

Essa foi uma senhora sintonizada que seguiu sua orientação sem hesitação. Quantos de nós teríamos ouvido e muito menos agido seguindo outro caminho?

A piada cósmica é que fomos projetados para fazer exatamente isso, para viver pelos nossos sentidos, não pelo nosso cérebro. Mas ao longo das eras aprendemos a *pensar* as nossas respostas em vez de *senti*-las, de forma totalmente inversa à forma como vive todo o resto da natureza. Animais e plantas fazem isso (vivem de acordo com seus sentidos), enquanto todos nós, humanos fechados e desconectados, rimos disso. Mas quando você realmente começa a jogar o jogo Feel Good, eu prometo, é melhor do que um ingresso de um dia inteiro para a Disneylândia. Você ouve e faz, ouve e faz, ouve e faz, confiando na sua Orientação sem hesitação.

Então, se você tem cinco dúzias de amigos e familiares lhe dizendo para fazer “isso”, mas seu impulso mais profundo é fazer “aquilo”, sempre, sempre siga seu impulso (desde que seja bom!). Por que? Faça isso algumas vezes e você verá por quê. Seu sistema de Orientação está fazendo tudo o que pode para levá-lo aonde deseja seguir sua Intenção Original. Então dê uma chance. Sintonize e ouça; esse Eu Expandido sabe o que está fazendo.

A etapa final

É aí que reside o quarto e último passo neste processo de criação por design.

A primeira, você lembra, é identificar o que NÃO queremos.

A segunda é esclarecer e declarar o que queremos.

A terceira é entrar no sentimento desses Desejos. E agora o quarto:

Passo 4. Espere, ouça e permita que o universo traga isso.

Traduzido, isso significa não mais colocar algo no lugar para que isso aconteça. Significa que sintonizamos e ouvimos nossa Orientação. Significa que seguimos o que recebemos sem hesitação.

Significa que paramos de tentar descobrir como poderíamos fazer com que nosso Desejo se concretizasse, porque não somos nós que temos que descobrir isso de qualquer maneira. Tudo o que temos que fazer é agir de acordo com inspirações vindas do nosso Eu

Expandido, manter nossa válvula aberta, esperar que nosso Desejo esteja a caminho, então recuar e deixar o universo fazer o seu trabalho, ficando fora da armadilha da impaciência tanto quanto possível. (Aliás, mesmo ficando sem paciência, porque a paciência é apenas uma válvula fechada que finge estar aberta com todo o foco no que não aconteceu.)

O universo é um organizador melhor do que você jamais poderia imaginar, então dê uma chance e fique fora do caminho. Você deu uma tarefa ao universo, enviou sua energia magnética, agora relaxe e permita que a manifestação se desenvolva.

Mas onde diabos está?

Ok, você está mantendo suas frequências elevadas, ficando sintonizado na estação de Orientação, ouvindo, captando seus palpites, observando a sincronicidade dos eventos, mas onde no Sam Hill *está* esse seu terrível desejo?

“Como posso ficar todo animado e animado com alguma coisa quando continuo falando, sentindo e fluindo energia até ficar com o rosto azul, mas nada acontece?”

Se o seu Desejo não apareceu em um período de tempo que você considera razoável, isso simplesmente significa que você esteve mais no sentimento de *não* tê-lo e menos no sentimento de tê-lo.

Está tudo bem. Você não está fazendo errado; você não perdeu o livro de instruções. O fluxo deliberado de energia positiva é tão estranho para nós que muitas vezes parece ser uma tarefa impossível, enquanto os sentimentos de resistência aos quais estamos tão acostumados - e, portanto, nunca percebemos - continuam a dominar o nosso dia.

É nesse momento que é hora de deixar ficar tudo bem — *deixar ficar tudo bem* — que o seu Desejo ainda não apareceu. Você sabe que sim, mas é perfeitamente normal que não tenha acontecido. . . ainda.

O objetivo final, claro, é parar de oscilar com válvulas abertas, válvulas fechadas, válvulas abertas, válvulas fechadas. É como chamar um cachorro e dizer para ele ficar ao mesmo tempo. Tudo emperra parar. Como, então, manter a paixão por algo que não apareceu ou não aconteceu?

Primeiro, verifique para onde você está fluindo energia . Não faz muito sentido fluir energia para — e manifestar mais — qualquer um dos seus Não Queres.

A seguir, verifique a intensidade do fluxo de energia. Quanto maior for a sua excitação, mais ardente será a sua paixão; e quanto mais ardente for a sua paixão, mais rápida será a sua manifestação. (Peça ajuda ao seu Orientador com sua paixão e você conseguirá.)

A seguir, verifique suas repetições. Com que frequência você fica entusiasmado com o seu desejo? Se você teve um ótimo começo, ficou preocupado por vários minutos e nunca mais pensou nisso, isso pode acontecer algum dia (embora duvidoso). Mas se você se mantiver entusiasmado com isso, falar sobre isso várias vezes ao dia consigo mesmo, com seu periquito e com suas rosas, e embelezar a história toda vez que fizer isso, você não apenas manterá o ritmo, mas também construirá isto.

Embora dezesseis segundos sejam tudo o que é necessário para adicionar ao vórtice em formação, se você ficar excitado e realmente entusiasmado com essa coisa por apenas dez ou quinze minutos todos os dias, ela estará na sua cara antes que você perceba, *desde que* você mantenha seu foco fora de sua ausência.

Há outra coisa que acontece em relação a um show ou não comparecimento, que hesito em mencionar porque pode ser uma desculpa, uma desculpa perfeita para explicar por que algo ainda não aconteceu ou apareceu, e isso é o momento certo. . Você pode estar fluindo energia apaixonadamente em direção a um assunto com a válvula totalmente aberta, fazendo tudo de acordo com as regras, fluindo com a força de um foguete de ônibus espacial, e ainda não ter comparecido em suas mãos. Tempo! Simplesmente pode não ser o melhor momento para que esse desejo aconteça, se você quiser obter dele tudo o que deseja.

Já que esse pode ser o caso, então apenas dê um passo para trás, relaxe e deixe o universo e sua Orientação fazerem o que querem.

A Lei da Atração nunca é inconsistente. O universo lhe trará tudo o que você quiser no momento apropriado. A chave – sempre – é o foco!

O que está me incomodando?

Já sabemos que a única coisa que atrapalha a nossa experiência é a resistência às nossas próprias energias superiores, mas às vezes estar nessas energias pode fazer com que aconteçam coisas que nem sempre são muito agradáveis. Puxar em frequência mais alta é como apontar uma mangueira para uma calçada velha e lamacenta. O forte fluxo de água esguicha a lama para revelar algumas rachaduras desagradáveis na passarela. Se você não tomar cuidado ao pisar na calçada agora, poderá tropeçar em uma daquelas rachaduras há muito escondidas.

Essas fissuras são a nossa resistência, o nosso crítico interno ou opositor, as nossas velhas ideias de direitos e erros sociais, os nossos velhos cobertores de segurança de baixa frequência sendo revelados pelas frequências mais altas. Quanto maior for o nosso desejo, maior será a energia que estamos absorvendo, assim como quanto mais forte for o fluxo de água, mais rachaduras serão descobertas. De repente, sentimo-nos rochosos, vulneráveis, expostos aos elementos sem proteção, pois o que esteve escondido durante tanto tempo surge para lutar pela sobrevivência. Em última análise, o que foi escondido desaparecerá, mas não sem luta. Isso pode resultar em viagens emocionais bastante acidentadas.

Não se preocupe, há uma saída rápida. No momento em que você perceber que está se sentindo um pouco instável ou deslocado, pergunte-se: *o que está me incomodando?* e continue assim até que uma resposta chegue. Ele vai.

À medida que você discute o assunto consigo mesmo, o que quer que tenha sido descoberto para fazer ressurgir esses velhos sentimentos desagradáveis, se mostrará na forma de uma velha crença, de um velho medo, de um velho Não Quero. Depois de revelar o que quer que seja, se você reservar apenas três minutos por dia para conversar e acalmar (como em Tender Talking), conversar e acalmar, conversar e acalmar, a maior parte esse medo se dissipará dentro de trinta dias, junto com a resistência inconsciente que vem bloqueando o seu Desejo.

Paixão é Criação

Paixão. Nós conversamos muito sobre isso. É uma daquelas palavras que parece ótima, mas o que significa? Como conseguimos isso? E nós realmente precisamos disso?

Aqui está a sua dica: paixão é criação!

O contentamento é ótimo, mas a paixão faz acontecer.

O contentamento é uma válvula aberta, um belo porto seguro sem foco negativo, um lugar de descanso. Mas a paixão faz acontecer. Paixão é viver. Paixão é criação.

Paixão é sentir seu poder. Quando condições negativas surgirem por qualquer motivo (como sempre acontecerão porque exigimos o contraste), em vez de falar sobre como as coisas são difíceis, cave e sinta seu poder. Você não está apenas conectado à força do bem-estar, você *é* essa força. Essa força é a Vida. Essa força é a paixão. E paixão é criação.

A paixão vem da excitação de ter algo em andamento. O contentamento, por outro lado, vem de olhar para algo já alcançado, mais como uma satisfação. O contentamento é energia positiva, é verdade, mas não é um combustível; não o levará a lugar nenhum. Não é uma energia de criação.

Se você acha que está faltando esse sentimento mais inebriante, a paixão, verifique se ainda está falando ou focado em um Não Quero. Não há um Não Quero no universo que possa evocar paixão, pois tudo o que o Não Quero conseguirá é energia negativa, válvulas fechadas, maior resistência e mais Não Quero.

Então aqui está mais uma razão para dedicar mais tempo ao seu Desejo: quanto mais tempo você dedicar a isso, mais apaixonado você se tornará. E paixão é criação.

Paixão não significa rah-rah ser líder de torcida ou quicar espasticamente nas paredes. Claro, a paixão vem em vários graus de excitação e entusiasmo, mas o mais importante é que a paixão é um forte conhecimento interior. É uma certeza tranquila de que a vida não o segura mais pelos lóbulos das orelhas e de que o tigre que você segura pelo rabo é na verdade você!

Você quer mais paixão? Então siga sua alegria! Cheire mais rosas, assista mais pôr do sol, encontre mais grama para andar descalço, visite mais restaurantes favoritos, ria mais, encontre mais lugares para explorar, vá a mais jogos de bola ou peças de teatro, tenha

mais hobbies, seja mais espontâneo, jogue mais jogar golfe, ouvir mais música, encontrar mais lugares para nadar nus, sorrir mais, divertir-se mais. Agora você está vibrando com uma paixão de válvula aberta. E paixão é criação.

Deixe vir

Ei, você não terá uma discussão minha. Todo esse negócio de energia é uma reviravolta total em relação à maneira como estamos acostumados a viver e a ser, então dê um tempo. Dê uma folga. Se você leu até aqui, grandes mudanças já estão em andamento.

Às vezes será fácil. Na maioria das vezes, no início não será, e é por isso que observar as chamadas coincidências é tão importante. São a validação de que algo está realmente acontecendo; eles fazem você continuar.

Principalmente, apenas relaxe. Seja natural. Saia do seu caso por não ser perfeito. Dê tapinhas nas costas pelo esforço. Dê a si mesmo crédito por querer assumir o controle de sua vida. Você vai, mais cedo do que pensa!

Se você passa algum tempo todos os dias falando sobre cada um dos seus Desejos, sem se preocupar se ou quando eles virão, sem tentar forçar os procedimentos para realizá-los, permanecendo conectado à sua Orientação e seguindo-a sem hesitação, esses desejos virão. Por seu próprio poder, eles devem.

Você não está separado do poder do bem-estar infinito. Você não está separado do poder da força vital criativa. Você não está separado do poder universal de Tudo O Que É. Esse poder é o seu poder, porque esse poder é você. E o seu poder, como as leis divinas pelas quais é governado, é absoluto.

OceanoofPDF.com



dinheiro! dinheiro! dinheiro!



Tudo bem, vamos direto ao assunto. . . *DINHEIRO!!!* Dinheiro dinheiro

dinheiro. Parece bom, não é? Ou não? Não, não sou retardado. Vamos colocar de outra forma: como a palavra – ou tópico – faz você se sentir? Honestamente!

Cada palavra que pronunciamos carrega seu próprio tipo de vibração, peculiar a quem a fala. Dependendo de como fomos criados e de qual seja a nossa visão distinta da vida, carregue as palavras que falamos com uma vibração pessoalmente exclusiva. A palavra “Deus”, por exemplo, pode evocar uma resposta vibracional altamente positiva ou poderosamente negativa, dependendo de quem está falando – ou ouvindo – e qual tem sido sua formação e associação com essa palavra.

Temos um caminhão cheio dessas palavras enriquecidas em nosso idioma, mas só há uma que pode reivindicar a conquista consistente do prêmio “Melhor Vibração de

Palavras Negativas”. Essa palavra é “dinheiro”, a palavra mais carregada em qualquer idioma que use essa coisa.

Para a maioria de nós, as crenças associadas a esta palavra são tão incrivelmente intensas que, no momento em que falamos, pensamos ou ouvimos, enviamos fortes vibrações negativas para todos os lados. É claro que tudo o que isso faz é criar um muro impenetrável à nossa volta que garante o bloqueio desta mercadoria mais procurada que entra nas nossas vidas. Apenas por falar aquele pequeno agrupamento idiota de sons, estamos protelando exatamente aquilo que mais desejamos.

Mas como é que isso acontece? Afinal, isso é uma coisa muito legal, não é? Ouro, prata, moedas, notas de papel, todo esse jazz?

Mais como “toda aquela miséria”. Desde que éramos pequeninos, pelo menos para a maioria de nós, aprendemos que a palavra dinheiro equivale a luta, dever, obrigação, obrigação, obrigação.

Aprendemos como o assunto era sentido para mamãe e papai, para tios e tias, para amigos adultos da família.

Aprendemos a ansiedade que envolve a palavra, e a angústia.

Aprendemos, na maior parte, que é o princípio e o fim de tudo o que acreditamos ser a vida, então é melhor ter certeza de que a temos, ou então!

Na verdade, essa curva de aprendizado começou bem antes da infância, no útero, onde absorvíamos todas as vibrações das lutas e medos de nossos pais. Então, viemos saltando para o mundo como Dom Quixote, com essa programação inata tortuosa que diz que o maior adversário que enfrentaremos na vida será essa coisa que chamamos de dinheiro, o dragão contra o qual devemos guerrear até a morte. E a maioria de nós faz!

Como nunca aprendemos sobre fluir energia e sair de vibrações negativas, passamos nossas vidas com as válvulas completamente fechadas sobre esse assunto, travando uma batalha que não poderemos vencer até ficarmos tão cansados, tão desanimados, tão oprimidos, nosso corpo finalmente responde à negatividade perpétua e morremos. Viva a vida!

Dane-se velhas crenças

Desde que a moeda com curso legal foi criada, ninguém se cansou. Assim, quando pensamos em dinheiro, imediatamente pensamos “não é suficiente”, e agora você pode começar a ver a imagem? Dinheiro significa não ser suficiente. . . o que equivale a falta. . . o que equivale a vibrações Feel Bad. . . que nos fornece fielmente mais precisamente aquilo que não queremos mais: a falta!

A boa notícia é que não precisamos entrar lá e desenterrar todas as nossas velhas crenças mofadas sobre dinheiro para permitir que a abundância flua; só precisamos substituí-los. E graças a Deus por isso; estaríamos no sofá durante décadas tentando superar a infinidade de doutrinas bem estabelecidas sobre o dinheiro que a sociedade criou tão injustamente, como:

“Você tem que trabalhar duro para conseguir.”

“O dinheiro deve ser ganho.”

“Você não ganha algo de graça.”

“É difícil conseguir dinheiro.”

“Dinheiro é difícil de economizar.”

“Eu nunca tenho o suficiente.”

“Sai mais rápido do que entra.”

“Dinheiro é a raiz de todo o mal.”

“Precisamos economizar para a aposentadoria.”

“Ficarei feliz quando conseguir” (que significa “não posso ser feliz agora”).

“É preciso lutar muito pelas recompensas reais.”

“Dinheiro não cresce em árvores.”

Repita qualquer uma dessas frases em voz alta e veja como você sentir. Não é bom! No entanto, foi com isso que fomos criados, tão vibracionalmente arraigados em nós que pensamos que o dinheiro é a nossa única chave para a liberdade. E ei, não estou discutindo isso. O que nos confunde é que pensamos que isso precisa ser conquistado, lutado, trabalhado duro e lutado. No entanto, o dinheiro, como qualquer outra coisa, nada mais é

do que energia. E atraí-lo, como qualquer outra coisa, nada mais é do que um processo de fluxo de energia.

Agora é quando você escreve um novo script.

Escrevendo um novo roteiro

Digamos que você queira construir um novo pátio em sua casa que custaria cerca de US\$ 25.000. E digamos que você pensou repetidamente naquele custo de US\$ 25.000, sem a menor ideia de como consegui-lo. Finalmente, deprimido e frustrado, vem: “Oh, inferno, esqueça!”

Você está agindo como todos nós, esbarrando em tantas velhas crenças limitantes que fecharam válvulas ao longo da vida, que você finalmente se fechou. Seu desejo por dinheiro para construir seu pátio parece tão ruim que você para de pensar nisso.

Desnecessário dizer que isso foi antes de vocês saberem sobre o fluxo de energia. Então, digamos que você pense naquele novo pátio *agora*. Claro, você ainda tem alguns dos mesmos sentimentos negativos, só que agora você pode identificá-los porque está prestando atenção em como seus pensamentos o fazem sentir. Desta vez, em vez de permanecer naqueles velhos sentimentos de “esqueça”, você cria um novo roteiro para colar uma vibração nova e elevada sobre o antigo.

Criar um novo roteiro nada mais é do que inventar um grande devaneio e entrar nele emocionalmente. Essa é a parte importante: você precisa entrar em seu devaneio *emocionalmente* ou estará apenas soprando ar quente.

Você está inventando uma narração excêntrica do presente sobre o seu desejo, falada em voz alta (escrever é a segunda opção), como se estivesse conversando com um amigo. Nunca, nunca, deve ser sobre o que *vai* acontecer. . . apenas sobre o que *aconteceu* ou *está* acontecendo agora. E você torna o relato disso real o suficiente para poder saborear a satisfação, o prazer, a realização e a alegria em cada nuance, em cada incremento enquanto medita.

Apenas lembre-se, você deve *sentir* a paixão por trás de cada palavra. Se você não sente, não consegue - porque sem os novos sentimentos, você não terá mudança

vibracional. São essas emoções suculentas e inebriantes por trás de suas palavras que causam as vibrações positivas necessárias para que isso aconteça. Fazendo de conta ou não, você está criando um novo vórtice magnético com suas imagens virgens e sentimentos apaixonados. Apenas não torne sua história tão estranha a ponto de não conseguir entrar nos sentimentos ou de derrotar seu propósito.

À medida que o vórtice começa a crescer a partir dos primeiros dezesseis segundos de relacionamento feliz, e dos próximos dezesseis segundos e do próximo, as altas vibrações que fluem de você começam a cancelar as vibrações mais baixas daqueles que você está vivendo agora, anulando completamente o seu atual “o que é”. Quando essa mudança para uma frequência mais alta entra em ação, tudo que você precisa para transformar sua pequena história inventada em realidade – incluindo você – está sendo atraído para esse novo vórtice.

Agora, é verdade, você pode se sentir um pouco bobo no início, conversando em voz alta com uma pessoa fingida - ou com você mesmo - sobre a fantasia que está vivendo, mas esse é um pequeno preço a pagar pelos enormes dividendos.

Basta começar a falar, descrevendo com prazer todas as alegrias que US\$ 25.000 lhe trouxeram. Vá devagar, permitindo-se bastante tempo para *avaliar* as palavras e imagens à medida que avança, e tempo para permitir que mais ideias sobre como usar o dinheiro apareçam. Embora isso seja “fingir como se” agora, se você tornará sua narração tão real que poderá saborear/cheirar/sentir/tocar alegremente e vivê-la, em breve você o fará.

OK. Existem duas maneiras de falar sobre sua fantasia imaginada. O primeiro é como conversar com um amigo, e o segundo é apenas uma espécie de reflexão em voz alta consigo mesmo. Portanto, um tipo de conversa sobre os US\$ 25.000 pode ser mais ou menos assim (em voz alta), como se estivesse conversando com um amigo tomando uma xícara de café:

“Sabe, Jack e eu estamos muito emocionados com aquele pátio que acabamos de terminar. Há anos que queríamos um, mas nunca achamos que deveríamos gastar o

dinheiro. Mas, caramba, decidimos que era hora de nos tratarmos e, assim que decidimos isso, o dinheiro veio como num passe de mágica.

“Está tudo construído agora e, ah, nós adoramos isso. Nosso horário favorito é logo depois do jantar. Ficamos sentados lá fora, só nós dois (você está... *sentindo* ... cada... frase... saboreando... cada... detalhe... enquanto... você... vai .) junto . E você sabe, tudo isso nos aproximou ainda mais? Claro, no começo foi uma grande bagunça, mas até as crianças estão usando agora, depois da escola. Compramos para eles suas próprias mesas e cadeiras, então agora eles se sentam lá para fazer o dever de casa. Eu lhe digo, aquele pátio é a melhor coisa que fizemos em anos.”

. . . e assim por diante. . . e assim por diante, sentindo *lentamente* cada nova consciência do mesmo assunto, deleitando-se com cada momento delicioso de suas descrições.

Se você quiser mudar a abordagem, finja em voz alta para si mesmo. “Mal posso esperar até Jack voltar para casa esta noite. Tenho o jantar favorito dele pronto para comermos em nosso novo pátio. Oh, estou *muuuuito* feliz com o que fizemos por aí. Adoro especialmente a pedra magnífica que encontramos para o piso. E amanhã, finalmente, vou procurar as novas plantas. Acho que irei. . .” (Sim, você está descrevendo algo que vai *fazer* , mas está tudo dentro e faz parte da sua fantasia completa – o pátio acabado – de que você está vivendo neste Agora, neste momento.)

Você tem que dar esse dinheiro para um lugar para onde fluir, então amanhã, quando fizer isso, fale sobre como é mergulhar em sua nova banheira de hidromassagem; e no dia seguinte, fale longamente sobre as novas plantas que você acabou de comprar, etc., etc., saboreando e deliciando-se com cada pequena coisa enquanto você fala e *feeeel*, fala e *feeeel*.

Você retirou os US\$ 25.000 necessários para o seu pátio do antigo script Feel Bad e criou um script de sonho novinho em folha para colá-lo, um que está genuinamente transbordando com todos os tipos de energia fácil de acreditar, Feel Good, embora ainda seja apenas um criação de faz de conta.

Sim, você pode jogar este jogo com um parceiro amoroso, *desde que* ambos estejam na mesma sintonia, querendo os mesmos tipos de coisas. Dois de vocês fazendo isso irão, na verdade, ampliar as energias dez vezes e desencadear todo tipo de novas ideias para conversar e fazer com que sua energia transborde.

É claro que a escrita de roteiros não trata apenas de coisas materiais. Você pode criar um script para qualquer coisa, desde um relacionamento novo ou melhorado até se livrar das toupeiras em seu quintal.

Minha cadela, Lucy, estava me deixando maluco, correndo para cima e para baixo na longa cerca da frente, latindo para qualquer coisa que se mexesse. Era cansativo para mim, irritante para os caminhantes e irritante para meus vizinhos. Tentei todas as manobras dos livros sobre cães, mas nada parecia funcionar. Por fim, exausto e realmente um pouco preocupado (o que só causou mais latidos), aventurei-me a falar um novo roteiro.

“Como adoro ver o espírito livre daquele cachorro correndo selvagem como o vento, subindo e descendo as cercas da frente. E mal posso acreditar quando ela pisa no freio para simplesmente sentar na cerca, observando silenciosamente os caminhantes passarem, tão atentos, tão bem-comportados. Francamente, é incompreensível para mim depois da forma como ela costumava agir. Mas o que é mais interessante é que posso ver que Lucy ainda está encarregada de guardar a propriedade; ela só faz isso agora, sentada em silêncio e alerta, observando. Cara vivo, eu adorei!”

Eu segui essa rotina todos os dias, vendo e me *sentindo* elogiando Lucy por correr do nosso lado da cerca para o que quer que estivesse se movendo na rua, parar bruscamente e então apenas ficar sentado em observação silenciosa.

Cinco semanas se passaram antes que eu visse o primeiro sinal. Lucy nem correu! Ela apenas sentou na garagem e observou esse cara passar correndo. Ela apenas ficou lá sentada! Ao todo, todo o processo demorou cerca de três meses, o que mostra o quão fortes eram as minhas antigas crenças sobre não ser capaz de voltar a ensinar um cão teimoso. Mas persisti e, pelo menos neste momento, somos dois seres muito felizes.

Mas quando se tratava de dinheiro, minhas primeiras tentativas de rescrito não tiveram tanto sucesso. Eu estava tentando tanto entrei em fotos surrealistas de projetos que estavam gerando dólares, e eu estava me enterrando sob uma montanha de histórias totalmente inacreditáveis. Eu podia sentir meus antigos sistemas de crenças levantando suas dúvidas com coisas como: “Como diabos você vai fazer isso? Onde você conseguirá tempo? Nos seus sonhos, garota! Dúvida, dúvida, dúvida.

Gradualmente, percebi que eu não precisava criar uma produção multimilionária de Steven Spielberg, apenas uma pequena história moderadamente verossímil que eu pudesse contar a mim mesmo ou a um “amigo”. Então comecei de novo com uma história bastante atenuada que era muito mais confiável para mim. Em vez de falar sobre a entrada de dinheiro, dei-lhe um lugar para onde fluir. Falei sobre como era fácil pagar minhas contas, como todos os meus projetos estavam dando certo, como meus programas de hipotecas estavam sendo tão bem recebidos no mercado. Isso foi bom.

Eu disse a mim mesmo uma nova reviravolta nas mesmas histórias todos os dias durante semanas, criando novos personagens e novas circunstâncias para manter as histórias vivas. Quando nada parecia estar acontecendo, eu ficava desanimado. . . me pergunto no que eu fui sugado. . . percebi que estava de volta ao negativo. . . dar um grande suspiro. . . e comece a criar scripts novamente.

Então ele se abriu. Tive algumas ideias novas surpreendentes - na verdade, revolucionárias - para gerar quatro vezes mais negócios com metade do esforço normal. Novas pessoas apareceram para ajudar e, em cerca de seis meses, eu estava de volta ao caminho certo, ganhando uma vida confortável. Em um ano e meio, minha renda passou de confortável para impressionante, aumentando impressionantes 830%. Velhos hábitos emocionais podem ser difíceis de morrer, mas, feliz dia, eles morreram!

Então, se você tem vontade de viajar, não importa como vai conseguir o dinheiro, basta começar a conversar (ou escrever) seu roteiro de fantasia e fluir a energia Feel Good para onde você quer ir, *como se estivesse lá agora*. Sinta a brisa, saboreie a comida, use o bronzado. Se você sempre quis ter um cavalo de corrida, não importa como vai conseguir

o dinheiro. Comece a falar sobre o seu roteiro e a fluir a energia Feel Good para o tipo de cavalo que você deseja. . . como se você o tivesse agora, junto com o treinador, o instalações, os aplausos. Sinta a crina, cheire os cheiros do cavalo, use as rosas.

Se você e seu cônjuge sempre quiseram viver uma vida mais simples administrando uma pousada no campo, então fantasie sobre o lugar perfeito e caminhe pelas estradas suaves do interior, maravilhe-se com o ar puro, converse com os empreiteiros que estão ajudando você remodele a casa, escolha o papel de parede querido, encontre as antiguidades, aproveite seus convidados felizes e prepare um esplêndido brunch para todos.

Isso é tudo que há para fazer. Você substitui a velha vibração negativa do roteiro de “Não posso, não sei como, estou perturbado” por uma nova vibração positiva que o leva ao prazer de tê-lo agora.

Você fala *e sente* da maneira que gostaria que fosse se estivesse vivendo sua fantasia neste exato momento, revelando uma variedade cada vez maior de descrições saborosas até sentir que tudo se encaixa e se torna real. Você ficou tão envolvido no devaneio que é como se estivesse vivendo isso neste exato momento. Você não é mais um reator às condições, você se tornou um criador *de* condições.

De nenhum negócio a um grande negócio

Um bom amigo meu é dono de uma grande imobiliária independente no estado de Washington. Ele sempre foi um trabalhador esforçado, justo com seus funcionários e solidário com seus agentes, mas estava tendo alguns problemas financeiros e não conseguia encontrar uma saída.

Certo dia, durante o almoço, Chuck começou a falar. Toda a área sofreu uma crise prolongada e as vendas de todos caíram. Até mesmo seus melhores agentes falavam em partir para outras áreas de negócios. Todos sabiam que o mercado acabaria por mudar, mas entretanto havia bocas para alimentar.

Meu amigo não estava procurando respostas, porque parecia ele que não havia nenhum. Na sua opinião, ele se tornou vítima das circunstâncias econômicas. Ele e sua

equipe esgotaram todos os truques promocionais habituais e percorreram todas as calçadas proverbiais apenas para ver as vendas continuarem sua avalanche em queda. Embora eu nunca tivesse conversado com Chuck sobre a Lei da Atração, achei que aquele era um momento tão bom quanto qualquer outro, já que eu o conhecia bem o suficiente para saber que ele pelo menos seria educado e ouviria.

Parecia que o maior problema não era tanto o fato de as vendas não estarem acontecendo, mas sim o fato de seus vendedores também não estarem acontecendo. Eles estavam no esgoto em algum lugar com válvulas muito fechadas, sentindo muita pena de si mesmos, culpando a economia, criando um enorme vórtice coletivo de carência e garantindo absolutamente a continuação da queda da empresa no esquecimento. Então, sugeri que Chuck tivesse mais uma reunião com seu pessoal para salientar que, como eles haviam tentado de tudo, havia pouco a perder ao testar esse último projeto para avaliar o tamanho.

Apenas tocando levemente na física da Lei da Atração, olhei-o bem nos olhos e falei com a alma, esperando que minha seriedade incomum pudesse chamar sua atenção. “Chuck, se você conseguir que seu pessoal faça isso, seu negócio vai melhorar.”

Funcionou! Tive que admitir que me senti um pouco presunçoso ao vê-lo responder com tanta seriedade: “Continue”.

Sugeri que ele pedisse a cada um de seus funcionários que escolhesse uma quantia em dólares do que gostariam de ganhar nos próximos três meses e depois triplicasse. (Chuck gemeu e disse: “Oh, Deus, lá vamos nós de novo”, mas eu ignorei.) Então sugeri que, uma vez que todos tivessem esse número em mente, Chuck perguntasse a cada um *por que* queriam o dinheiro, ficando com uma pessoa por vez. um tempo e trabalhando nisso com ele, porque uma vez que o primeiro cara conseguisse a rotina, o resto saberia como mergulhar de cabeça. (Seu olhar dolorido suavizou-se para “hummm, interessante!”)

Sem entrar em detalhes, expliquei que suas primeiras respostas provavelmente seriam Don't Want vindo de uma situação de carência, e que afirmações como “Quero o

dinheiro para poder pagar minhas contas” só lhes traria mais do mesmo – sem dinheiro e mais contas.

Chuck não estava entendendo, então o fiz falar enquanto perguntava os porquês.
“Tudo bem, meu amigo, me diga o que você quer agora.”

“Quero pagar minhas contas.”

"Por que?"

“Para que eu possa me sentir melhor.”

"Por que?"

“Porque eu odeio ficar tenso.”

"Por que?"

“Porque isso me faz sentir mal?” (Chegando perto.)

"Então, como você prefere se sentir?"

"Livre! Eu quero me sentir livre!" Eureka! Nós conseguimos!

“Ok, faça uma declaração.”

“Quero ter US\$ 60 mil para me sentir livre.”

"Ótimo! Agora, como é isso?"

“Oh, parece bom por um minuto, mas meu Deus! Como eu conseguiria tanto dinheiro neste mercado?”

“Esqueça o dinheiro. É apenas uma pilha suja de papel. Fale comigo sobre o que você fará com o dinheiro depois que as contas forem pagas.”

Aos poucos, uma coleção de sonhos há muito escondida se desenrolou. Ele e sua esposa, Sara, iriam para as Bermudas, onde sempre quiseram explorar a possibilidade de se aposentar. Eles levariam os netos para um cruzeiro em algum lugar. Eles transformariam o porão em uma sala de música estereofônica completa. E assim por diante.

Mas o que eu poderia dizer que ele realmente gostou foi das Bermudas, então eu queria que ele mergulhasse nessa. Fiz minha cara mais séria e me inclinei sobre a mesa o máximo que pude. “Conte-me em detalhes, Chuck. Cada pequeno detalhe que você possa imaginar sobre os sonhos que você e Sara têm de se aposentar nas Bermudas.”

Foi incrível. A sala inteira se iluminou enquanto a energia de Chuck subia aos céus. Era como se ele nunca tivesse ousado abrir seu coração para esse assunto, então quanto mais as palavras e os sentimentos eram derramados, mais sua válvula se abria. Chuck não estava fluindo energia para seu Desejo, ele estava explodindo.

Bem no meio de seu devaneio, eu disse: “Espere! Esse lugar onde você está agora é onde eu quero que você traga cada um de seus vendedores. Diga-lhes para esquecerem os dólares reais que especificaram e comecem a se concentrar nas coisas que os dólares poderiam lhes trazer. Então comece a fluir energia para essas coisas até que alcancem a mesma paixão que você acabou de experimentar. Dessa forma, você os fará entrar furtivamente pela porta dos fundos do Feel Good. Ao evitar qualquer uma das conotações negativas geralmente associadas aos dólares – especialmente quando estão fora deles – eles inconscientemente permitirão que o dinheiro seja magnetizado.

“Seu povo quer o que todos nós queremos, Chuck: não os pedaços de papel estúpidos, mas as experiências que advêm de tê-los. Faça-os prometer que farão isso por trinta dias, pelo menos uma vez por dia durante dez ou quinze minutos.”

Para minha total alegria, Chuck ligou cerca de seis semanas depois com a primeira boa notícia. Seu povo estava tão deprimido que ele não teve problemas em persuadi-los a participar de seu pequeno experimento.

Mas isso não foi muito surpreendente, já que eu treinei Chuck para fazer alguns “preparativos”. Eu lhe disse como criar aquela reunião inicial em sua mente exatamente do jeito que ele queria que acontecesse – incluindo que seu pessoal estivesse aberto e disposto – e como fluir esse tipo de energia “para cima” para ela. Ele o fez, e quando todos se reuniram, eles não estavam tão resistentes quanto poderiam ter sido se Chuck não os tivesse ajudado vibracionalmente.

Todos, exceto um, mantiveram sua promessa e fluíam fielmente a energia Feel Good todos os dias para seus desejos enquanto escreviam novos roteiros. Eles realmente entraram no ritmo dessa coisa e começaram a se sentir muito mais entusiasmados com a vida, sem saber por quê. Eles se sentiram melhor, então quem se importava com o motivo.

Cerca de dez semanas após o início do empreendimento, as vendas começaram a se desenvolver, mas a partir de fontes improvisadas. Uma garota tinha uma tia em Illinois que queria se mudar para Washington. Outro tinha um filho militar e amigos que tinham acabado de ser transferidos para a base local em Fort Lewis e queriam que a mãe encontrasse casas para todos eles. Outro colega recebeu duas referências de uma pessoa que ele achava que iria nunca mais fale com ele. E ainda outro teve grande sucesso com uma ideia de marketing para entrar em contato com um grupo muito seletivo de compradores.

Todos tinham algum tipo de movimento, o suficiente para perceberem que não havia como todos esses acontecimentos serem chamados de coincidência. Perante um dos piores mercados imobiliários da história da região, estas pessoas descobriram que podiam contornar as condições e ser responsáveis pelo seu próprio destino.

Todos os dias essa turma se conectava com seus Seres Interiores/Eus Expandidos, sentindo-se inspirada pela primeira vez em meses. Eles estavam enviando ondas altamente carregadas de energia positiva para o universo com suas Listas de Requisições individuais, e o universo estava respondendo com circunstâncias, incidentes, ideias e motivação de acordo com seus níveis de intensidade. O melhor de tudo é que se tornou infeccioso e, aparentemente, ainda o é.

(O cara que não se importou em participar do experimento acabou abandonando o negócio. A última notícia que ouvimos foi que ele vivia da renda de aposentadoria da esposa.)

O truque dos US\$ 100

Uma crença antiga – ou qualquer crença – nada mais é do que um hábito vibracional ao qual respondemos como focas treinadas.

Dito de outra forma, temos apegos (crenças) muito fortes ao que nos ensinaram, e apegos ainda mais fortes ao que vivemos. No entanto, essas velhas crenças às quais nos apegamos e às quais reagimos nada mais são do que a maneira como pensávamos que a vida funcionava, como ter que lutar.

Por exemplo, algo surge em nosso mundo, atinge uma crença antiga e começamos a vibrar negativamente por causa disso por puro hábito. *Apenas por hábito!*

Portanto, nosso objetivo aqui é encontrar qualquer coisa que possa quebrar esses velhos padrões vibracionais de pensamento. Bem, aqui está um pip. Cai na mesma categoria de necessidade de fornecer amplas saídas para o dinheiro fluir, ou seja, temos que dar a energia de uma grande quantidade de dinheiro de saídas para fluir antes que possa começar a fluir ao nosso redor. A julgar pelas minhas próprias experiências, bem como pelas experiências dos meus amigos, este é um vencedor certo.

Pegue uma nota de cem dólares - ou a maior nota que você puder pagar (não economize!) - e coloque-a na carteira. Agora, vá às compras.

Se você consegue administrar um dia inteiro, ótimo. Caso contrário, vá almoçar no shopping ou em algum lugar onde haja muitas lojas. Você está procurando tudo o que gostaria de comprar com esses \$ 100. Talvez seja um Walkman, ou uma calça, ou uma bola de futebol, ou um vestido novo, ou algumas ferramentas, ou uma colcha; qualquer coisa que te excite e que você gostaria de possuir.

Você ainda tem aqueles \$ 100 no bolso, então diz para si mesmo (*enquanto sente sua alegria*): "Uau, eu poderia comprar isso com meus \$ 100; sem problemas!"

"Oooo, ótimo, eu poderia comprar isso!"

"Cara, isso é exatamente o que eu sempre quis e tenho dinheiro para comprar!"

Você não está somando os itens para chegar a US\$ 100; você está procurando todos os itens individuais de \$ 100 que poderia realmente comprar agora com esses \$ 100, se quisesse.

Quando você chegar a algo em torno de mil itens, veja o que aconteceu. Você acabou de gastar emocionalmente US\$ 100.000, o que vai contribuir muito para ajudá-lo *a se sentir* próspero, substituindo um bando daqueles velhos padrões vibracionais de pensamento sobre a falta.

Minha amiga Jocelyn estava perigosamente perto de sérios problemas financeiros, passando por um daqueles períodos frustrantes de "isso não está acontecendo rápido o

suficiente”. Embora ela soubesse muito bem que esse tipo de atitude estava contribuindo para que “aquilo” se mantivesse afastado, ela não conseguia quebrar o padrão vibracional do hábito. Então, um dia, ela se lembrou do truque dos cem dólares. Quase no instante em que pensou nisso, ela pulou no carro, deixou as vacas e as galinhas entregues aos seus próprios meandros e foi direto para fora da cidade, em direção ao maior shopping do estado, bem distante de sua casa.

Jocelyn passou quase o dia inteiro ficando cada vez mais entusiasmada com esse joguinho bobo, forçando-se a deixar ir, relaxar, se divertir com ele e emocionalmente “gastar, gastar, gastar”.

Finalmente, exausta, mas cheia das vibrações de uma válvula muito aberta devido à emoção da caça, ela voltou para casa e encontrou (eu juro... esta é uma história verdadeira!!) uma mensagem de seu irmão se oferecendo para ajudar financeiramente; uma mensagem de um amigo oferecendo ajuda financeira; e uma mensagem de que o empréstimo para a sua casa – que tinha sido recusado duas vezes devido à casa muito invulgar em que ela vivia – estava agora aprovado e pronto para ser financiado dentro de alguns dias. Além disso, ela teve a ideia de uma abordagem de vendas totalmente nova para seu negócio no caminho para casa. Nada mal para algumas horas de jogo.

Preparação – O tiro rápido

Se você realmente deseja uma caminhada menos acidentada em sua vida diária, você precisa dar a essa sua energia mais saídas, mais coisas para onde fluir, a fim de mantê-la em movimento. Uma ótima maneira de fazer isso é “preparar”.

A preparação não é para cruzeiros, castelos e carros personalizados. A pré-pavimentação é mais utilizada para bens intangíveis, para criar um ambiente ou atmosfera desejada para que um determinado evento ou acontecimento possa ocorrer. É mais uma energia do tipo “é assim que eu quero que aconteça” que você flui para um fluxo de acontecimentos diários e decisões como:

“Pretendo estacionar em um estacionamento próximo no show desta noite.”

“Pretendo terminar meu relatório com facilidade e dentro do prazo.”

“Pretendo aproveitar o dia.”

“Pretendo que meu almoço seja um sucesso para ambos os lados. E agradável!

“Pretendo que a animosidade entre nós seja resolvida e logo.”

Isto é preparar, enviar suas intenções vibracionais adiante de você - com sentimento - para organizar seu dia e suas circunstâncias como você deseja que sejam.

Preparar é como escrever um novo roteiro, só que não tão complicado. É um tiro rápido. Quando você se acostumar a se preparar diariamente com pequenas coisas, comece com os maiores obstáculos do negócio - talvez um cliente com quem você está tendo problemas ou uma venda que está em espera. Passe algum tempo vendo e *avaliando* como você deseja que a reunião seja ou o contrato seja assinado: vendo e *avaliando*, vendo e *avaliando* em uma série de fotos rápidas ao longo do dia.

Um amigo meu preparou-se para um processo judicial que estava enfrentando e onde sabia que certamente perderia. Em vez de se ver ganhando, o que ele não conseguia imaginar (com razão), ele viu e sentiu todos se tornando vencedores, apertando as mãos, dando tapinhas nas costas uns dos outros, etc. poucos dias antes de ir a tribunal.

Outra amiga – uma jovem – tinha um chefe que a incomodava por causa de seu traje. Aparentemente, o patrão não gostava de saias curtas, e minha amiga teve a infelicidade de ser a primeira a aparecer com uma. Realmente desanimada com a atitude dele, ela finalmente fez alguns preparativos, com um resultado totalmente humorístico. Em vez de o chefe ignorar completamente o traje dela, como minha jovem amiga estava imaginando e sentindo, ele mudou para a bajulação aberta enquanto três outras garotas vestiam roupas semelhantes. Ei, custe o que custar.

Tem uma mesa cheia de trabalho? Sobrecarregado com detalhes? Prepare o dia para ir com facilidade antes de chegar lá. Veja-se realizando o trabalho rapidamente. Fale sua Intenção e diga ao universo por que você a deseja. Então não se atreva a pegar um pedaço de papel até que você flua baldes de energia positiva para abrir aquela sua válvula, ou você estará de volta à sopa de sobrecarga.

Preparar é simplesmente enviar sua energia à sua frente, programada com a frequência do seu desejo. Às vezes você manda para um lugar específico, às vezes você espalha, outras vezes você manda para uma pessoa. É verdade que você não pode mudar a vida de alguém mente, forçá-los a agir contra a sua vontade ou fazer qualquer coisa que seja contra a sua natureza. Mas em situações tensas, você pode se preparar para criar uma atmosfera de confiança e abertura que gerará simpatia. O trabalho de base está feito; o resto depende de você – e de sua orientação – quando você chegar lá.

Diga ao universo o que você quer, flua para ele uma onda de puro zumbido positivo, *sinta* como seria que isso acontecesse e então saiba que vai acontecer. Isso é preparação.

O Universo como Gerente de Vendas

Os negócios estão lentos e você deseja gerar mais lucros. Talvez você esteja pensando que deveria adicionar mais equipe de vendas, ou fundir, ou optar por um orçamento de publicidade maior; todas as mesmas velhas alternativas para a mesma velha questão, como gerar mais tinta preta.

Aqui está uma sugestão. Faça com que alguma energia do grupo se ajuste. Ao contrário da turma de Chuck, que se concentrava em resultados individuais, seu pessoal roteiriza seu desejo pela *empresa* (que, em última análise, será para eles próprios).

O que você busca é o magnetismo de grupo. A energia focada de qualquer grupo se enquadra em força, seja energia positiva ou negativa, então você poderia estar falando de uma dinâmica incrível aqui. Se você tiver apenas duas pessoas com a energia focada em um objetivo, essa energia se elevará ao quadrado por dois, tornando-se o equivalente a quatro. No entanto, se você tem um monte de pessoas atacando um objetivo, agora você está falando de um magnetismo sério e de um tremendo potencial de mudança, desde que a maioria não volte ao tipo de pensamento “não pode ser feito”.

Ao contrário da crença generalizada desde a revolução industrial, gerar mais dólares acima da linha não significa contratar mais pessoal de vendas para liquidar as vendas; trata-se de fazer com que sua equipe adquira o hábito de esperar, escrevendo mental e emocionalmente novos roteiros corporativos. Toda empresa de sucesso fez

exatamente isso, não importa como o chamassem internamente: contrato brilhante, campanha publicitária incrível, bons preços, produto deslumbrante, equipe de vendas motivada. Se a maioria dos funcionários não espera que isso aconteça, não acontecerá.

No entanto, se você conseguir fazer com que todos em seu grupo sintam a empolgação de um contrato ser concedido, sintam orgulho pelo cara que o assinou, vejam/sintam uma nova multidão considerável de clientes na loja, vejam o sucesso acontecendo enquanto sentem o valor de suas próprias contribuições para esse sucesso, a força exponencial deste tipo de magnetismo é colossal. Isso mudará para sempre a maneira como você faz negócios.

Apenas lembra-te . . .

- Não se trata de dinheiro; é sobre como você está fluindo sua energia. O dinheiro virá quando você parar de olhar para quanto você não tem. Você não pode olhar para “dinheiro insuficiente” e sentir nada além de emoções negativas, que impedem o fluxo. Portanto, encontre mais maneiras de abrir sua válvula.
- Os livros de instruções sempre acompanham a inspiração, então esqueça os “Como fazer”. Eles aparecerão.
- Gaste emocionalmente o dinheiro que você deseja, repetidamente, para fornecer saídas de energia para fluir. Você não pode dizer “dê-me uma quantia X de dólares e *então* eu decidirei o que fazer com isso”. Decida o que fazer primeiro; esse é o pedido que permite que a energia entre. A energia do dinheiro precisa de saídas; sem saídas, sem dinheiro.
- Crie o hábito de gastar emocionalmente. Observe todos os tipos de coisas enquanto dirige e comece a dizer: “Eu gostaria disso!” “Ooo, eu também gostaria disso!” “Uau, olhe isso; isto é para mim . . . e essa . . . e essa . . . e essa . . . e essa . . .” enquanto você entra no sentimento de tê-los. Agora você tem o impulso do desejo e se verá sendo puxado para circunstâncias que trarão o mais intenso desses desejos para a sua realidade ou criarão aberturas para permitir que outros entrem.

- Aberto para receber! Coloque essas placas em toda a sua casa: “ABERTO PARA RECEBER!” Coloque sua intenção de diminuir sua resistência ao “deveria e não deveria” e de que aprenderia como receber. Faça disso um desejo: “Quero aprender a receber”. Então supere o modo de vítima culpada que diz que você só é uma boa pessoa quando está dando; isso é besteira dogmática!

- Não anote a pontuação muito cedo. Você não pode escrever um roteiro hoje e dizer “onde está” amanhã.

- Cuidado com suas desculpas. Você nunca ganhará dinheiro com desculpas para fechar válvulas, como “educação insuficiente”, “eles só contratam de dentro”, “equipe inepta”, “momento ruim”, etc. coisas “adequadas” para você, como educação, treinamento e posicionamento, nada disso contará como nada se você permitir que desculpas atrapalhem.

- Se você tem um monte de pessoas negativas em sua vida agora que estão fortemente carentes, isso é uma indicação bastante justa de em que estação você ainda está sintonizado. Você pode querer fazer um balanço.

- Quer medir a quantidade de negatividade em sua vida? Verifique a quantidade de dólares que você está entrando. Para aqueles de nós que tiveram que lutar com dinheiro a maior parte de nossas vidas, uma saída considerável de negatividade significa que não entram muitos dólares! Para nós, os dólares vêm ou vão embora em proporção direta à energia negativa que estamos – ou não – vibrando.

- E por fim, lembre-se sempre de que o que foi não tem nada a ver com o que pode ser! Se você passou por momentos difíceis durante toda a sua vida, agora você tem as ferramentas para reverter isso. Se você não teve as vendas que gostaria, o salário, o reconhecimento, o sucesso, a paz, a felicidade e/ou a prosperidade geral que gostaria, tudo isso pode ser facilmente mudado.

Quão rápido? Você só precisa começar a fluir de maneira diferente e regularmente, e um novo mundo se seguirá tão certamente quanto a noite segue o dia. Deve. É a lei cósmica, a física do universo.

capítulo nove



relacionamentos e outros tesouros



Prefiro esquecer grande parte deste capítulo, uma vez que o assunto dos relacionamentos íntimos relativos à criação deliberada não é um tema sobre o qual eu possa falar pessoalmente ■ Meu excelente currículo, abrangendo cerca de quarenta ou cinquenta anos de relacionamentos, vem de meus dias de pré-fluxo de energia e mostra isso! Eu era uma vítima extraordinária, um romântico irrealista, um co-dependente de primeira classe e uma estrondosa Miss Goody-Two-Shoes. Tanto para o meu excelente histórico com relacionamentos.

Seja como for, transmitirei os princípios básicos da criação de relacionamentos significativos através do fluxo de energia, pois o processo não é diferente de criar qualquer outra coisa. Pois, na verdade, sempre que temos uma aliança, em qualquer medida, com alguém ou com alguma coisa, isso constitui um relacionamento. Aqui vamos nós.

Não são os hábitos idiotas

Os relacionamentos, sejam eles com um cônjuge, parceiro, amigo ou parceiro de negócios, são, como tudo mais em nosso mundo, sobre como estamos vibrando. Período. E a forma como estamos vibrando vem de como estamos nos sentindo. Período!

Sendo esse o caso, não será preciso ser um génio para descobrir que se estivermos a sentir outra *coisa* senão em paz connosco próprios, bem como permitirmos e apreciarmos totalmente o nosso parceiro (boa sorte), as nossas vibrações vão ser cortando esse relacionamento, não importa o quanto estejamos convencidos de que, como não há nada de errado conosco, a culpa deve ser do outro cara.

Se estivermos acusando, repreendendo ou desaprovando verbal ou mentalmente de alguma forma, estamos atraindo negativamente.

Se nos sentirmos presos, ignorados ou negligenciados, inseguros, incompreendidos ou enganados, estamos atraindo negativamente.

Se correremos para agradar, resgatar ou apaziguar, estaremos atraindo negativamente.

E já posso ouvir os “Sim, mas”:

“Sim, mas você não conhece meu parceiro!”

“Sim, mas como você se sentiria se tivesse que conviver com este ou trabalhar com aquele?”

Agora, é verdade que quando duas pessoas estão envolvidas, há duas vibrando, e raramente essas vibrações coincidem. No entanto, somos os únicos e exclusivos criadores da nossa experiência, nem o nosso parceiro, nem os nossos pais, nem mesmo o chefe que acabou de nos fazer despedir.

Então, por mais difícil que seja engolir, torna-se uma questão de olhar para *a nossa própria* válvula, *para as nossas próprias* reações, *para o nosso próprio* foco, *para o nosso próprio* fluxo de energia, porque enquanto estivermos olhando para outro lugar – passado ou presente – para todas as coisas que não gostamos, não apenas estamos convidando mais do mesmo, mas também bloqueando todas as coisas boas que gostaríamos de ver em seu lugar.

O resultado final é que, se nosso parceiro, ou qualquer outra pessoa que se classifique como um relacionamento, tem alguns pequenos hábitos idiotas que nos incomodam (Não Quero), e nos concentramos neles, mesmo com as válvulas moderadamente fechadas, tudo o que estamos fazendo é perpetuando os hábitos idiotas que gostaríamos de apagar, porque os mantemos em nossa vibração.

E é aí que reside a causa de cada espiral descendente de qualquer relacionamento que já azedou: a atenção implacável – embora certamente inocente – a condições desagradáveis, por mais sem sentido que possam parecer. À medida que qualquer agravamento pequeno e sem importância começa a se transformar em algo importante a partir do nosso foco contínuo e do fluxo de energia negativa em direção a ele, começaremos a obter mais coisas desagradáveis no mesmo comprimento de onda, bem como ampliaremos as coisas mesquinhas que temos sido. reclamando. Isso significa que não só a infame tampa da pasta de dentes nunca mais será colocada de volta no tubo, mas que a própria irritação tem o potencial, com o nosso foco negativo constante, de se transformar num caso extraconjugal indesejado, numa confusão, numa dispensa e até num divórcio.

“Quanto pior fica, pior fica”, lembra? Um fluxo constante de aborrecimento por qualquer coisa, mais cedo ou mais tarde, ficará feio. Deve. Semelhante atrai semelhante.

Claro, quando alguém está apertando nossos botões, cada grama de nós quer reagir. Mas nunca se trata do que fazemos *em* um relacionamento que é igual ao que recebemos. Nunca! Não se trata nem de como nosso parceiro está fluindo energia. Como tudo o mais em nosso mundo, tudo o que temos diante de nós vem diretamente de como nós mesmos temos sentido, fluído e vibrado.

Simplesmente não há outra maneira de colocar isso; se quiser mudar as condições do seu relacionamento, você terá que mudar suas vibrações.

O culpado é a culpa

A maioria de nós pensa na culpa como o melodramático apontar de um dedo longo e torto para alguém que cometeu um erro escandaloso. No entanto, somos realmente culpados em quase todos os momentos de nossos dias. Do clima, aos motoristas rudes e às tampas de pasta de dente, culpamos desde o nascer até o pôr do sol e nunca pensamos nada sobre isso.

Ah, claro, na maioria das vezes provavelmente temos justificativas em nossas acusações, mas e daí? Não há um pinga de bem-estar que possa escapar da vibração baixa e densa da culpa, seja ela justificada ou não. Na verdade, a energia eletromagnética da culpa é tão poderosamente carregada quando flui de nós para os outros que pode fazer com que aqueles que geralmente são bastante confiáveis façam bagunça em todo o lugar. E com certeza, enviar energia de culpa para alguém que foi desagradável, estúpido, abusivo ou bêbado apenas amplifica a condição que você gostaria de ver alterada.

Alguns amigos que tiveram suas bagagens colocadas em um voo errado ficaram furiosos e preocupados por horas em seu hotel por causa da ineficiência da companhia aérea. Sua importante bagagem, que havia sido vista, mas agora desaparecida, estava tão completamente perdida que ninguém sabia por onde começar a procurar. Finalmente, meus amigos perceberam o que estavam fazendo e passaram a valorizar os funcionários geralmente competentes que vinham repreendendo. Em poucos minutos — *minutos* ! — eles receberam a ligação informando que a bagagem havia sido encontrada e seria entregue dentro de uma hora. Antes da sua mudança de atitude, os baldes de energia raivosa e culpada que enviavam estavam a fazer com que os trabalhadores da companhia aérea transformassem um pequeno incidente numa confusão complicada.

Um credor a quem eu havia apresentado um empréstimo me ligou para dizer que não conseguiu encontrar um documento original importante que eu sabia ter enviado. Enquanto eu reclamava da incompetência de sua equipe, os telefonemas continuavam

piorando. Mais coisas faltando, mais fatos não devidamente documentados, mais problemas, problemas, problemas. Quanto mais eu me culpava, mais essa coisa desmoronava bem diante dos meus olhos. Então eu percebi o que eu era fazendo, passaram a valorizar o pessoal normalmente eficiente e, em menos de quinze minutos, ligaram para pedir desculpas. Tudo estava lá; o empréstimo foi aprovado.

Uma participante de um dos meus seminários não conseguia parar de culpar o marido pelo que ela considerava ser a causa da gagueira dos gêmeos. Após o seminário, ela concordou relutantemente em realizar diariamente um programa de breves períodos de apreciação do marido. Ela me ligou cerca de seis meses depois para me contar como isso tinha sido difícil no início, mas, à medida que entrava no ritmo, aprendeu a se conter no início de uma crise de culpa e a abrir a válvula o suficiente para fluir alguma apreciação para as meninas, bem como ao marido. Desde o último telefonema, as duas meninas quase retornaram à fala normal. Não sei o que aconteceu com o pobre marido.

A questão é que a energia da culpa sempre piora uma situação ruim. Sempre!

Digamos que há um monte de coisas em uma parceria que não gostamos, algumas grandes, outras pequenas coisas triviais que podemos até pensar que estamos ignorando. Mas “pouco” não existe, e “pouco” costuma ser o nosso maior problema. Se algo é grande o suficiente para rotularmos, mesmo que esse rótulo seja “pequeno”, não há como dizer que o estamos ignorando ou aceitando. Estamos nos concentrando na maldita coisa, então, obviamente, estamos fluindo energia para ela e tornando-a maior.

O ponto principal é que, se estamos incomodados com alguma coisa, seja justificado ou não, estamos atraindo negativamente; é assim! Pode ser apenas um leve aborrecimento por causa das roupas penduradas ao contrário. Ou pode ser tão terrível quanto o medo do abuso. Mas independentemente da intensidade emocional, essa atenção negativa ao “que é” sempre causará problemas ainda maiores, porque esse é o roteiro que estamos escrevendo.

É verdade que não podemos pintar na tela de outra pessoa se ela não quiser que ela seja pintada. Se alguém não quiser mudar, escrever um novo roteiro ou apreciá-lo provavelmente não servirá de muito, exceto abrir nossa própria válvula. Na verdade, uma

vez que estamos fluindo esse tipo de energia, existe a forte possibilidade de que o outro cara resista como um filhote de ano esporado e não queira participar de nada. é o que estamos oferecendo, o que pode muito bem significar que podemos estar diante de uma separação.

Isso é magnético. Se você está com alguém que deseja fortemente não mudar, e você o faz, a física universal provavelmente irá dividi-lo e mantê-lo assim. Sim, isso pode parecer assustador, mas pergunte-se por que você gostaria de ficar com alguém que cria sua vida por meio de um fluxo de energia negativa?

Então não importa a válvula do seu parceiro. Na verdade, não importa o seu parceiro! Tire o foco do que está acontecendo ao seu redor e insista consigo mesmo para abrir sua própria válvula de qualquer maneira que puder, não importa o que aconteça. *NÃO IMPORTA O QUE!*

A única maneira de você ter um relacionamento do jeito que gostaria é criar um roteiro dessa maneira e permanecer nesse roteiro até que aconteça, seja com esse parceiro ou com outro com quem você esteja em maior harmonia vibracional. (o que significa, se você ainda não adivinhou, ser muito mais feliz).

Nós podemos escolher

Se você é um sofredor silencioso, como eu, boa sorte. Seja lá o que você esteja sofrendo, está crescendo como uma erva daninha superalimentada. A mesma coisa se você for um controlador, irritante, preocupado ou que agrada as pessoas. Você tem que tirar o foco de matar o relacionamento, seja o que for que está fechando sua válvula, e colocá-lo em direção ao que você deseja na vida. Em outras palavras, tire o foco do que você não quer, coloque-o nos seus desejos e mantenha-o assim.

Se você está bêbado nas mãos, abra a válvula e escreva seu novo roteiro.

Se você tem um parceiro desempregado em mãos, abra a válvula e escreva seu novo roteiro.

Se vocês dois estão brigando por dinheiro, abra a válvula e escreva seu novo roteiro.

Comece a conversar com seu parceiro sobre o que você quer e por quê, não o que você não quer e por quê.

Eu sei, estou parecendo muito arrogante sobre isso, tipo não foi nada comparado a ignorar as ações de algum idiota que você tem certeza é responsável por tornar sua vida miserável. A culpa é o nosso jogo, e apontar o dedo para nós mesmos sempre pareceu tão inútil.

No meio da escrita deste capítulo, fiz uma pausa para fazer algumas compras e talvez ir ao banho turco para clarear a cabeça. Eu queria deixar o assunto de lado por um tempo para ter certeza de que estava tocando todas as bases. Deixe isso pra lá? Ah com certeza!

Enquanto dirigia para a loja, iniciei um diálogo interno bastante desagradável com as pessoas que estavam alugando a casinha em minha propriedade. Eles não conseguiam pagar o aluguel há alguns meses, e meu foco no não pagamento estava se tornando exaustivo, para dizer o mínimo. E de qualquer forma, o carro era um ótimo lugar para me irritar, então eu continuava falando sem parar com todos aqueles tons falsos de compaixão e compreensão. Francamente, eu estava fervendo, mas totalmente alheio ao que estava criando com minhas vibrações. E aqui estou escrevendo sobre isso, pelo amor de Deus!

Felizmente, foi meu mau humor no supermercado que me acordou. Assim que peguei a comida de cachorro, percebi como me sentia mal-humorado. Eu me perguntei: “O que está me incomodando?” e num instante percebi que meu foco era a falta de condições dos meus inquilinos.

No começo fiquei irritado comigo mesmo, depois ainda mais irritado por não ter vontade de sair do meu humor. Terminei minhas compras e fui direto para a sauna a vapor, melhorando o humor aos poucos enquanto dirigia, de modo que, quando pegasse o vapor, estivesse pronto para escrever um novo roteiro.

Primeiro, um pouco de agradecimento: “Boas crianças, é agradável ter por perto”. Não exatamente rah rah, mas melhor do que onde eu estava. Eu podia sentir minha resistência diminuindo. . . um pouco.

“Graças a Deus eles estavam lá para cuidar dos cachorros enquanto eu estava fora. Nenhum outro inquilino jamais fez isso. E nenhum outro inquilino jamais se ofereceu para ajudar nos retoques anuais da pintura da casa como eles.” Isso foi melhor.

“E eles realmente amam sua casa e a consertam de maneira tão fofa.” A essa altura, minha válvula estava aberta o suficiente para eu iniciar o novo roteiro, então fui para a piscina vazia, onde poderia conversar em voz alta sem ser encarado.

“Vocês dois acabaram de conseguir novos empregos? Uau! Isso é fantástico! Estou realmente feliz por você. Eu sei que você está querendo comprar alguns móveis novos, então agora você poderá fazer isso.”

Continuei, pintando o quadro que queria, recuando quando ia longe demais e não me sentia confortável, avançando quando me sentia bem.

Menos de dez minutos depois de chegar em casa, as crianças apareceram sorrindo de orelha a orelha. Ainda não era um novo emprego permanente, mas eles encontraram uma forma contínua de me pagar, começando imediatamente! Ação rápida, para dizer o mínimo!

Embora eles estivessem perfeitamente conscientes de sua incapacidade de me pagar, seu foco principal estava em seu amor pelo lugar e em todas as maneiras pelas quais pretendiam consertá-lo, e não na falta de dinheiro, então tivemos uma combinação vibracional – deles e meu. Se eles tivessem se concentrado com medo, toda a apreciação do mundo não teria feito a menor diferença.

Pingue-pongue Vibracional

Um dos meus primeiros empregos depois de terminar a faculdade foi em Nova York, trabalhando para aquela que era, na época, a maior casa de fotografia de catálogo do mundo. Eles fizeram todas as fotos de moda e a maioria das fotos de natureza morta para Sears e Montgomery Ward.

A melhor parte do meu trabalho era trabalhar com os estilistas, as garotas que tinham que garantir que as roupas caíssem perfeitamente, colocando tudo, desde rolos de macarrão até latas de cerveja, nos lugares certos. Dia após dia, os principais modelos

masculinos e femininos da época passavam pelos nossos estúdios. Eu não prestei muita atenção neles, mas havia uma ruiva alta e esguia que parecia ser alvo constante das piadas de todos. Cada vez que ela entrava, quando estava pronta para sair, uma nova rodada de piadas circulava pelo escritório antes que ela saísse pela porta.

Parece que essa garota tinha um problema giratório com o namorado, tão giratório que cada vez que ela aparecia para uma sessão de fotos, que acontecia várias vezes por semana, ela ficava chorando pelo último ou em êxtase pelo novo. Ela era como uma bola de pingue-pongue, quebrando toda vez que a bola cruzava a rede.

“Aquele bastardo! Ele não retornou uma das minhas ligações. Ele é como todos os outros, tão absorto em seu mundo mesquinho que não tem tempo para o meu. Ele parece ter tempo para suas outras namoradas.”

Tudo o que ela podia fazer era culpar, culpar, culpar e atrair tantos outros clones, tão rápido que isso se tornou uma piada corporativa permanente. De vez em quando, alguém sentia uma pontada de compaixão e dizia algo como: “Como pode uma garota tão linda como essa ter tanto azar? Com tudo o que ela tem a seu favor, como isso pôde acontecer?”

Sequência de azar? Não. Esta bela jovem estava atraindo de seu antigo roteiro vibracional, sua antiga maneira habitual de ver os homens. Seu roteiro nunca mudou. Ela sabia que poderia atrair os homens como as abelhas ao mel, e de fato atraía, mas todos acabaram sendo do mesmo tipo, atraídos por aquilo que ela vibrava continuamente. À medida que cada pobre clone aparecia, apenas para entrar em extinção, ela lançava mais uma ladainha de Não Quero negativo para atrair o próximo, e o próximo e o próximo. Como sua vibração dominante em relação a sua série de ex-namorados sempre foi “aquela pessoa podre”, isso é tudo que ela atraiu: réplicas de “pessoa podre”. A culpa que ela guardava em suas memórias enviava vibrações tão poderosamente magnetizadas que nunca houve uma chance de um tipo diferente de relacionamento ser ativado.

Perdoar é o *quê*?

Primeiro vem a culpa e depois vem o *quê*. . . perdão? Talvez. Talvez não.

Escusado será dizer que a posição exaltada do perdão só pode surgir depois de a pessoa ter primeiro condenado. Que significa a maneira como geralmente encaramos o perdão não é muito diferente da culpa. O que significa que raramente perdoamos genuinamente.

Algo acontece, alguém diz alguma coisa, e então, como as focas treinadas que somos, nós latemos vibracionalmente. Se deixássemos assim, estaríamos em ótima forma. Mas continuamos permitindo que nossas emoções negativas se espalhem por todos os lados, e BHAM! Estamos no modo de culpa.

Mas agora digamos que decidimos perdoar alguém. Que legal. Aqui está o flash: o perdão é uma liberação de *nossa* resistência à energia positiva, e não à do transgressor, para quem apontamos tão benevolmente nosso sorriso de perdão. Perdoar é esquecer o que aconteceu em primeiro lugar. *Ho HO!!!!*

Geralmente, quando perdoamos, reconhecemos que quem quer que perdoamos cometeu um erro, o que provavelmente é verdade. Então, embora digamos que perdoamos, secretamente nos apegamos à covardia do erro. No entanto, o verdadeiro perdão consiste em não mais nos apegarmos ou nos preocuparmos (focarmos) naquilo que nos irritou, para começar. E isso é verdade quer tenha acontecido há cinco minutos ou há cinquenta anos. Por que? Porque, a menos que deixemos passar, continuaremos recebendo mais, é por isso. Se nos agarrarmos a isso, estará em nossa vibração. E se estiver em nossa vibração, ou iremos atraí-lo, ou algo semelhante em vibração. De novo e de novo e de novo.

Se há necessidade de perdoar, deve haver julgamento ou culpa precedendo essa necessidade, caso contrário não haveria razão para perdoar. E julgamento ou culpa significa que estamos nos concentrando no Não Quero. Portanto, o primeiro passo para perdoar (e provavelmente você não vai gostar disso) é liberar a resistência que causou a culpa em primeiro lugar, ou seja, a capacidade de dizer. . . e quer dizer: "Quem se importa!? Quem se importa!? Talvez o idiota tenha feito algo horrível, algo realmente de mau gosto. E daí!?"

Estamos falando agora sobre o amor incondicional, honesto com Deus, algo que tenho certeza de que nem um em cada cinquenta milhões de nós jamais entendeu. Eu não. Sempre pensei que amor incondicional significava que você amava alguém, apesar de ser degenerado. eram, o que, claro, significava que eu ainda estava focando em sua degeneração, mantendo-a em minha própria vibração.

O que o amor incondicional realmente significa é:

“Vou manter minha válvula aberta para o bem-estar, não importa que loucura você tenha feito.” (Lembre-se, você não precisa mudar ou mesmo gostar; você apenas precisa parar de focar nisso!)

Significa: “Não preciso de condições para estar certo para ser feliz. Não vou dar mais atenção aos seus hábitos bobos, pois não preciso que tudo esteja perfeito para que meu amor flua para você.

“Você pode ser desagradável, pode dizer coisas maldosas e ofensivas, mas sua escolha não afeta minha escolha, que é manter minha válvula aberta e me sentir bem. Não estou mais culpando quaisquer condições negativas e/ou seus hábitos negativos pela maneira como me sinto!!!”

Claro, eu sei que isso parece quase impossível, mas o que será necessário para permitirmos a felicidade? O legal de entrar nesse espaço de “Eu não dou a mínima para o que você faz ou fez, minha válvula permanece aberta de qualquer maneira” é que você está automaticamente permitindo que surjam o tipo de condições que *você deseja* - definitivamente o nome do jogo. Você não depende mais de como você vivencia a vida nas ações dos outros.

Estou dizendo para perdoar um agressor? Não, não no sentido antigo, nunca. Perdoar da maneira antiga e normal significa que você ainda mantém o erro em sua vibração e convida mais do mesmo. Estou dizendo para esquecer, abrir sua própria válvula, escrever um novo roteiro e vibrar para sair dessa bagunça.

Estou dizendo para perdoar um adúltero? Não, não da maneira antiga. Se o acordo entre vocês dois é monogamia, estou dizendo para esquecer e abrir sua própria válvula se

não quiser que isso se repita neste relacionamento ou no próximo. Ou você atrairá vibracionalmente a harmonia que deseja ou um novo companheiro.

Então, estou dizendo: “Não perdoe”? Bom molho não. Pelo contrário, estou dizendo perdoe num piscar de olhos. “Eu te perdoo? Claro, agora o que vem a seguir? Isso está muito, muito longe de: “Bem, não sei, querido, foi uma coisa horrível que você fez”.

Mesmo um pouco de perdão de cada vez funcionará, então um pouco mais e um pouco mais se essa for a única maneira de fazer isso. Mas uma coisa é certa; a menos que você queira mais do mesmo, perdoar significa esquecer!

O fato é que focar no que você não quer em um relacionamento nunca vai conseguir o que você quer. Nunca em um bilhão de anos. Para que um relacionamento mude ao seu gosto, tem que ser:

Concentre -se na condição;

Concentre -se *em* abrir a válvula. . . seu.

Essa é a única maneira de suas condições indesejadas mudarem e a única maneira de seu relacionamento sobreviver.

"Como posso ajudar?"

“Tenho um companheiro que é deficiente. Como posso ajudá-lo?”

“Tenho um companheiro desempregado. O que posso fazer para ajudar?”

“Tenho um irmão que está zangado com o mundo. Há algo que eu possa fazer?”

Todos nós queremos ajudar. Queremos dar, fazer ou dizer algo que torne as coisas melhores para alguém.

Mas tome cuidado; uma mão amiga nem sempre é o que parece ser.

Se você pensar nessas questões por um minuto, verá que o foco está diretamente no outro cara. E quando se trata da dor do outro cara, você está se unindo a essa vibração, fundindo-a com a sua até que sua válvula fique tão fechada quanto a dele. Seu foco está na condição negativa, que está lhe causando mais sentimentos negativos do que você tinha no início. E pior ainda, você está ajudando seu amigo a ter mais negatividade do que ele tinha antes de você se juntar a ele vibracionalmente.

Então, como você ajuda? A primeira coisa a fazer é entrar em um estado de bom sentimento e abrir sua própria válvula antes de pensar na pessoa. Então você pode inspirar – não garantir, apenas inspirar – a mesma abertura de válvula na pessoa que você é. pensando sobre. Você não está mais tentando pintar na tela deles, mas está genuinamente oferecendo-lhes tintas e pincéis.

Por outro lado, se você continuar pensando em como é horrível que alguém tenha câncer, ou esteja desempregado, ou simplesmente tenha a casa pegando fogo, essa vibração de falta reforça a vibração de falta em que ele já está.

Em vez disso, ao pensar sobre eles, veja-os da maneira que deseja que sejam. Se houver algo dentro deles querendo seguir em frente, suas explosões de energia positiva e amorosa terão uma forte influência em seus pensamentos, sentimentos e seres.

É por isso que as orações pelos enfermos raramente funcionam. Quando vemos que aquele por quem a oração está sendo feita tem alguma deficiência, estamos saindo de uma situação de carência. Estamos vendo essa pessoa como deficiente de alguma forma, quando na verdade ela é tão adequada quanto qualquer poder no universo. Eles simplesmente esqueceram; e por um tempo, nós também oramos.

Tenho um amigo cujo pai estava morrendo de uma vida vazia, a 5.000 quilômetros de distância, na costa oposta. Todas as noites, ao dormir, ela enviava pensamentos curativos ao pai, na esperança de ajudá-lo a se recuperar. Mas no seu próprio estado de tristeza, ela o via na sua falta, sozinho e melancólico, uma imagem patética de um homem sem amigos, sem incentivo, sem vontade de viver. Ele continuou piorando.

Então ela ficou sabendo da Lei da Atração e percebeu que estava fazendo exatamente o oposto do que era sua intenção. Depois disso, todas as noites, enquanto se deitava na cama, ela via o pai como ele costumava ser: vital, cheio de diversão, espirituoso, sociável. Ela sentiu os momentos maravilhosos que passaram jogando tênis juntos e a alegria da família patinando no gelo no lago local. Ela podia sentir-se derreter na alegria daqueles sentimentos e momentos. Em três dias — *três dias* ! — o pai dela ligou

dizendo que se sentia melhor do que se sentia há anos e que estaria tudo bem se ele viesse fazer uma visita!

Ela foi responsável por essa mudança? Apenas para dar ao pai a oportunidade de adquirir essas novas tintas e pincéis. Ela deu a ele uma ajuda vibracional, como se jogássemos um colete salva-vidas para alguém. Eles podem agarrar ou não; mas a escolha é deles, e somente deles.

Separando

“Eu deveria... não deveria? Eu deveria... não deveria? Todos nós já passamos por isso, aquele período perturbador em que sabemos que é hora de fazer algo, mas as respostas simplesmente parecem não vir. Ou não queremos pegá-los.

Se você tem explorado os meandros da criação deliberada com a Lei da Atração, e seu cônjuge não o fez, você pode se separar um pouco, a menos que o bom e velho companheiro decida acompanhá-lo. Se você ofereceu tintas e pincéis até ficar roxo, sem resposta, então você pode sofrer alguns desmontagens. Ou talvez você esteja pronto para se separar de qualquer maneira. De qualquer forma, vamos dar uma olhada em algumas novas maneiras de considerar essa cena de separação.

Em primeiro lugar, temos que lidar com mais uma daquelas palavras carregadas de emoção. Desta vez é “relacionamento”. Não está no topo das listas de Feel Good da maioria das pessoas, isso é certo. Só de pensar nessa palavra, há quase tanto impacto negativo quanto “dinheiro”. Talvez tenha começado com a nossa própria família, ou talvez apenas com as nossas parcerias problemáticas, ou ambos. Não importa. A própria palavra “relacionamento” evoca uma mistura de anseios e arrepios ao mesmo tempo.

Portanto, é lógico (pré-tornar-se um criador deliberado) que quando nos separamos, ou nos deparamos com essa possibilidade, ou mesmo se já o fizemos, a ideia de entrar numa nova teia emaranhada nem sempre é atraente. E ainda assim, é isso que fazemos, voltamos para outra dupla com o mesmo roteiro ou pior. Apenas os jogadores mudaram.

Precisamos mudar o roteiro! Se quisermos que seja diferente, seja agora ou no próximo relacionamento, temos que ver e sentir que é diferente. Se quisermos diferente, *temos que mudar o roteiro.*

Digamos que você esteja fora disso agora, morando sozinho. Você é aproveitando essa rotina de criação deliberada e então decide que está pronto para um empreendimento com um novo parceiro. Mas qual é a primeira coisa que você pensa? O antigo!!!! E nove em cada dez vezes, esse pensamento vem repleto de fortes vibrações negativas. Assim como a modelo atraente que não conseguiu o tipo de cara que queria, você fica preso novamente a atrair um clone do anterior, ou pior.

Você tem que mudar o roteiro e obter as vibrações que está segurando. . . FORA!! Você tem que fabricar, de alguma forma, um sentimento revisado em relação ao seu ex. Do contrário, se você continuar se apegando aos ressentimentos, raivas e irritações, sua próxima tentativa não poderá deixar de ser o mesmo tipo de coisa ou pior, porque essa é a vibração que você está colocando. fora: ressentimentos, raivas e irritações. O que você vibra é o que você recebe. Você não pode vibrar com pensamentos “lá atrás” e esperar algo totalmente diferente “aqui em cima”.

Isso pode não ser uma notícia emocionante para você, mas os relacionamentos nunca morrem. Eles nunca cessam. Apenas pelo fato de vocês dois (ou três ou vinte) terem estado juntos em uma casa, ou em um escritório, ou em um clube, vocês têm um vínculo vibracional que nunca, nunca para. Então, se você deixar qualquer uma dessas ligações permanecer negativa. . . Bem, tu sabes o resto. Essa vibração estará sempre irradiando de você, procurando por seu par.

Talvez você tenha vivido com um agressor físico ou talvez apenas um idiota. Se você não quer mais do mesmo, você tem que encontrar algo para amar nesse idiota, algo que você possa apreciar para permitir que você rompa os laços vibracionais negativos. Caso contrário, não importa quanto tempo você espere entre parceiros, e não importa quanta cura você acha que fez, você estará puxando as mesmas coisas ruins que não gostou no seu ex, porque você é ainda focado neles, resmungando sobre eles, dizendo aos amigos como

você está feliz por se livrar deles, sem mencionar que está com raiva de si mesmo por aguentá-los por tanto tempo. Se você está pensando sobre isso e sentindo isso, você ainda está vibrando, então você *irá* atraí-lo.

A mesma coisa com o foco culpado em nossos pais. Nós conseguimos o que nos concentramos, pura e simplesmente, então é uma aposta provável que, se você teve coisas feias em sua infância e às quais ainda se apegar, você é uma escolha certa para atraí-las para algum tipo de relacionamento, seja no casamento, com vizinhos ou no trabalho.

Mas voltando à sua situação atual. Digamos que você ainda esteja envolvido no relacionamento, ainda morando ou trabalhando junto com uma dúvida se deve ou não permanecer. Agora é a hora de tirar o foco das condições, perguntar-se o que o está incomodando e começar a reverter essas vibrações negativas. Isso pode ou não fazer diferença no seu relacionamento atual, mas definitivamente tirará o seu foco do problema para que você possa obter algumas respostas, pois você só pode obter respostas (inspiração, ideias, etc.) quando você desviar o seu foco do problema. o problema e passar para uma frequência mais alta.

Portanto, ame-os, sejam eles adoráveis ou não. Aprecie-os, não importa o quão justificado você possa estar em espetar alfinetes em seus bonecos de vodu. Quebre a cadeia de atração negativa e então você poderá encontrar as respostas sobre sair ou ficar. E se você sair, não atrairá um clone no mesmo velho comprimento de onda negativo.

Cadeia de Dor

Eu tinha uma amiga de longa data que ligava a cada dois meses, de vários estados distantes, e despejava todos os seus problemas bastante robustos sobre mim. A maior parte disso foi antes de eu saber que era sugado - e puxado para baixo - pelas vibrações negativas de outra pessoa.

Essa rotina durou anos, uma diatribe interminável dos mesmos velhos problemas que cresciam cada vez mais com o passar do tempo.

A cada telefonema, eu me juntava a ela em seus sentimentos negativos, pensando que estava sendo muito prestativo. Eu sentiria empatia, lamentaria, simpatizaria, até me

sentir tão mal que teria que sair para dar um passeio na natureza para recuperar o equilíbrio depois de desligar.

Sem saber, eu não estava apenas alimentando sua negatividade, mas também a envolvendo firmemente em mim! Foi horrível, e eu não sabia como impedir, a não ser dizer a ela para não ligar mais, o que não tive coragem de fazer. Para piorar as coisas, mesmo quando não estava falando com ela ao telefone, eu a imaginava em sua bagunça, cercada pela carência, uma bomba-relógio ambulante esperando para explodir em outra situação complicada.

Quando finalmente entendi o que estava fazendo vibracionalmente para nós dois, comecei a enviar diferentes tipos de pensamentos para ela, vendo-a em abundância, felicidade, alegria, etc., embora, francamente, não tenha sido fácil. Mas ela não queria acabar com seu sofrimento e certamente não queria ter nada a ver com minhas tintas e pincéis.

Finalmente, um dia, ela me ligou e leu o ato de revolta por não concordar com seu pensamento, chamando-me de insensível, sem coração, egocêntrico e mais algumas joias coloridas que não vou me preocupar em repetir. De certa forma, ela provavelmente estava certa, já que eu não estava mais disposto a participar de sua Corrente da Dor. Tive que deixá-la afundar, ou afundaria com ela novamente, algo que não estava mais disposto a fazer. Nunca mais ouvi falar dela desde então, mas continuo a vê-la no melhor roteiro que consigo reunir. Talvez um dia . . .

Por mais que tentemos, os kits de conserto não funcionam. Quando decidimos que alguém precisa de conserto (como eu estava fazendo com meu amigo), tudo o que fazemos é considerá-lo “errado”, inundando-o com energia negativa.

Em vez disso, se pudermos encontrar algo – *qualquer coisa* – para apreciar neles e plantar as sementes de um novo crescimento potencial sobre eles com as nossas vibrações positivas, abriremos uma oportunidade para a mudança.

Se você quiser ajudar alguém a sair do sofrimento imediato, enviar um simples “Vai ficar tudo bem” geralmente irá acalmá-lo e dar-lhe a oportunidade de um momento de se

sentir bem. Por mais Pollyannaish que possa parecer, é um calmante para eles e um descanso para você. Agora eles estão em condições de aceitar ou não suas tintas e pincéis. Se eles escolherem não, que assim seja. Mas juntar-se a eles, mesmo em compaixão sincera, só agravará a miséria ao ampliar as vibrações negativas: as deles e as suas.

Cada pessoa neste planeta tem a Orientação interior para encontrar o seu próprio caminho, se assim o desejarem. Mas às vezes temos que deixá-los afundar se for essa a escolha deles, ou afundaremos também, conectados vibracionalmente na Corrente da Dor.

Famílias e Harmonia?

Se alguém da sua família está deixando você maluco, seu foco não apenas está piorando a situação, mas também afetando todas as outras áreas da sua vida. Uma válvula fechada sobre um jovem problemático é uma válvula fechada para toda a Vida. Uma válvula fechada sobre um companheiro é uma válvula fechada para a Vida. Então, como podemos colocar as pessoas sob o mesmo teto indo na mesma direção, mesmo que em caminhos diferentes? Aqui está o que um amigo próximo fez com notável sucesso.

Sem entrar em detalhes, o filho adolescente agia como catalisador dos sentimentos desagradáveis de todos. A família inteira estava sendo dolorosamente dilacerada por suas travessuras relacionadas às drogas.

À medida que Peg, sua mãe e minha amiga, começou a se aprofundar cada vez mais na Lei da Atração, ela decidiu ver se todos poderiam amalgamar suas intenções individuais em uma direção mais focada, em vez de espalhá-las por todos os lados. Todos tiveram dificuldades no início, porque todos mantinham o foco do Não Quero no filho, e não em sua própria válvula.

Mesmo assim, eles começaram a realizar reuniões familiares para expressar seus desejos. Como seria de esperar, as primeiras tentativas surgiram como longas listas de coisas que não quero de todos, especialmente do filho. Mas depois de um tempo — bastante tempo — todos estavam declarando seus desejos positivos de forma aberta e entusiástica.

O próximo passo foi entrar nos porquês. Para fora! Assim que fizeram isso, as verdadeiras cores do desejo começaram a voar. Tudo o que alguém queria era se sentir melhor do que se sentia atualmente, então essa se tornou a intenção conjunta. A partir daí, os milagres começaram a acontecer.

Pela primeira vez, todos queriam realmente estar juntos, fazer coisas juntos, ir a lugares juntos; eles queriam se sentir como uma família. Estava funcionando! Embora as notas do filho não tenham saído exatamente do papel, ele se virou o suficiente para permanecer na escola, enquanto mamãe e papai ficaram praticamente longe dele. E, uma vez que tanto a mãe como o pai estavam determinados a manter as suas próprias válvulas abertas e a ver o seu filho como um jovem espirituoso e feliz, fundiram-se vibracionalmente com a intenção subjacente do filho, de modo que as drogas eventualmente desapareceram sem intervenção.

Peg e sua família não navegaram ao pôr do sol, nem de longe. Eles continuaram a ser apanhados pelos velhos hábitos de precisar que as condições mudassem antes de poderem ser felizes. Mas eles eram muito comprometidos e participavam de reuniões familiares semanais para reafirmar suas intenções e desejos. Sempre que as circunstâncias ficavam difíceis novamente com qualquer membro, os outros descobriam que podiam manter sua própria conexão o suficiente para ajudar a si mesmos e ao outro até que todos estivessem reconectados novamente à sua energia Fonte e de volta aos seus próprios trilhos de válvula aberta.

Não importa o que aconteça, *não importa o que aconteça*

Como tudo mais, quando paramos de nos perder nas condições e passamos a lidar com a nossa própria válvula, a vida ganha um novo brilho. Se procurarmos formas de apreciar e elogiar, em vez de criticar e culpar, podemos ser o catalisador essencial que ajuda a inclinar a balança para uma atração positiva para todos, incluindo nós próprios.

Fique atento a declarações que fecham válvulas, como “Eu te amo, mas. . .” ou “Por que você nunca. . .”

Em vez disso, procure declarações *que abrem válvulas*, como “Não sei como isso vai acabar para você, mas sei que vai ficar tudo bem”. “Nunca me preocupo com você, nunca me preocupo com nós, porque sei que tudo o que está reservado será bom.” Se alguma vez havia hora e lugar para trabalhar os Aspectos Positivos, família é isso!

E há outra vantagem em valorizar a família; uma vez que sua válvula está aberta, ela está aberta para tudo, não apenas para a família. Você pode valorizar seu companheiro do presente ou do passado, e seu novo emprego acontecerá! Você pode ser um pai solteiro e valorizar seus filhos, e seu novo companheiro acontecerá! Você pode valorizar sua casa e seus filhos problemáticos vão mudar!

É tudo energia, é tudo vibração decorrente de como você está se sentindo. Então escreva seu novo roteiro, não se preocupe com quando ou como, desista de perceber que ainda não aconteceu, tire os olhos da válvula do outro cara e encontre maneiras de abrir a sua. Antes que você perceba, não importará o que qualquer outra pessoa em sua casa ou no planeta esteja fazendo, porque você não é mais um respondente; você agora é um criador consciente.

Basta abrir sua própria válvula, não importa o que aconteça, não importa o que aconteça, *não importa o que aconteça!* O resto cuidará de si mesmo. Outra garantia.

OceanoofPDF.com

capítulo dez



vivendo o corpo, morrendo o corpo



Espero já ter deixado bem claro que ainda não estou andando sobre as águas, manifestando moedas de ouro na mão ou mantendo meia dúzia de vilas resort para as quais fujo em um dos meus quatro Lamborghinis quando me canso do meu carro. propriedades carregadas de servos com vista para o Caribe.

Minha vida mudou desde que aprendi a direcionar minha energia fluxo? Como uma reviravolta! Claro, ainda tenho um amplo estoque de crenças antigas que fazem com que minha balança cambaleante se incline para foco negativo, sentimentos negativos, válvula fechada e mau humor. . . até eu pegá-los e virá-los. Às vezes o processo é rápido e eletrizante; outras vezes, tão lento que parece que vidas inteiras passam antes que eu consiga sair de uma situação deprimente.

Há, no entanto, uma área da minha recente vida cheia de energia que tem sido mais alegre para mim do que a liberdade do dinheiro ou qualquer outra melhoria do bem-estar: o meu corpo.

Quando eu tinha quarenta e poucos anos, no meio dos meus piores anos como vítima, tive um problema terrível nas costas. Às vezes eu não conseguia sair da cama por uma semana. Outras vezes, os espasmos que me acometiam eram tão dolorosos que eu soltava gritos que podiam ser ouvidos no estado seguinte. Embora eu conseguisse entrar no carro, finalmente conseguia chegar ao trabalho, apenas para ficar de pé ou ajoelhado o dia todo em minha mesa, pois sentar era muito doloroso.

Assim que comecei a controlar aquela bagunça com uma rotina rigorosa de exercícios, fui visitar quatrocentos e vinte e dois médicos e meio diferentes para descobrir por que meu coração estava fazendo rumba o dia todo, em vez de dois tranquilamente. -etapa. Um médico holístico finalmente classificou-a como hipoglicemia grave (baixo nível de açúcar no sangue), “provavelmente causada por estresse”. Um ligeiro eufemismo.

Eu não estava em boa forma emocional, física, mental ou espiritual. Eu já havia colocado bem mais de duas décadas de Alcoólicos Anônimos em meu currículo, mas nada estava funcionando, exceto que eu estava sóbrio; Eu não poderia ter encontrado uma direção espiritual se minha vida dependesse disso, o que, naquele momento, aconteceu. Eu estava em apuros.

Depois foram as articulações que não queriam se mexer, o excesso de peso, a falta de energia, a visão deficiente, os dentes estragados e o cabelo a desaparecer; todos os sinais seguros de. . . sinais de quê? Envelhecimento normal? Não, todos os sinais seguros de uma vida sendo vivida com uma válvula mais fechada do que aberta, uma vida sendo vivida mais desconectada da minha energia Fonte do que conectada, uma vida projetando muito mais vibrações negativas do que positivas. O que é tudo o que o envelhecimento significa.

Mas por que eu me fechei tanto? De onde vinha toda a negatividade que se tornou tão destrutiva para o meu corpo? Eu não era um ogro desagradável ou uma pessoa cruel e perversa que carregava minha negatividade na manga. Na verdade, eu cresci como uma

criança comum de uma família disfuncional de classe média alta. Eu tinha feito todas as coisas certas, frequentado as faculdades certas, usado as roupas certas, mantido os empregos certos e vivido nos lugares certos, tudo com uma simpatia infalível no meu comportamento e sorrisos na hora certa no rosto. No entanto, esse tom subjacente de negatividade “normal” era meu companheiro constante e, quanto mais velho eu ficava, mais ele florescia.

Às vezes eu me divertia. Às vezes eu estava feliz. Porém, nunca em um milhão de anos me considerei negativo, nem meus amigos. Pelo contrário, eu era visto como a personificação da alegria otimista. Mesmo assim, sempre estive preocupado – com tudo. Com um sorriso no rosto e uma palavra boa sempre nos lábios, meu foco constante estava na falta - em mim mesmo ou nos outros. Assim como todo mundo que eu conhecia.

Agora, mais de vinte anos depois dos episódios de dor nas costas e de baixo nível de açúcar no sangue, e vários anos trabalhando com a Lei da Atração, nunca tive uma aparência melhor, me senti melhor, me movi melhor ou estive melhor. Nem mesmo quando eu era adolescente eu tinha esse tipo de resistência, e teria que voltar para alguma outra vida da qual certamente não tenho consciência para desenterrar esse tipo de paixão pela vida e por viver.

O medo raramente visita meu mundo, nem mesmo a preocupação ou preocupação. O dinheiro vem facilmente, na maioria das vezes. (Você pensou que eu era um profissional nisso? Certamente você está brincando!) Novas ideias são abundantes. O trabalho é realizado com diversão e facilidade. Estou fazendo o que quero, quando quero. . . em geral. Os surtos de foco negativo duram apenas brevemente, ou enquanto eu tiver vontade de tê-los. Um continuum de dias extraordinariamente felizes surge por meu projeto. E o subproduto de tudo isso? Ah, minha saúde surpreendentemente boa!

Nossa tábua de salvação crucial

Hoje em dia, quase todo mundo sabe que o estado da saúde física está ligado ao estado da saúde mental. Até médicos, caramba! Os cientistas estressam os ratos e depois observam o desenvolvimento das células cancerígenas. Eles privam os bebês chimpanzés

do seio da mamãe e os observam desenvolver diabetes. Toda a comunidade científica/médica sabe muito bem que existe algum tipo de ligação entre corpo e mente, mas não tem certeza do que seja. . . ainda. Eles não ficarão surpresos quando descobrirem que não é nada além de nossa própria energia.

(Posso ver o desenho agora: dois médicos frente a frente sobre um paciente aberto na mesa de operação. Um diz ao outro: “Retirei o tumor, mas onde está aquela maldita válvula que deveríamos colocar?” abrir?)

Qualquer forma de doença nada mais é do que nossas energias negativas sufocando grande parte do nosso fluxo de Vida – aquelas frequências mais altas que são o nosso estado natural – resultando em danos celulares.

Ah, claro, estamos sempre ligados energeticamente por pelo menos um fio dessa força vital, ou estaríamos fora daqui. Mas uma corda apertada (válvula fechada) e uma válvula Feel Good aberta que permite que a energia da força vital flua através de nós livremente, são duas coisas muito diferentes. Um priva o corpo de sua força vital natural e energia vital, enquanto o outro alimenta o corpo. Segue-se, então, que se um estado de vibração superior ao normal for mantido regularmente, a doença não poderá acontecer ou ser mantida. Simplesmente não pode.

Afinal, o corpo não está separado do universo; portanto, quando temos um pensamento, as vibrações percorrem o corpo e também por qualquer outro lugar. Se essas vibrações estiverem em harmonia com a programação intrínseca do nosso corpo para o bem-estar (válvula aberta Feel Good), então as células prosperam.

Mas se estivermos projetando energia negativa, as células não conseguirão permanecer fortes o suficiente para realizar seu trabalho. Tudo o que eles tiveram para se alimentar foram os alimentos físicos que ingerimos, e isso simplesmente não é suficiente para mantê-los vivos. Sem a energia de alta frequência da força vital necessária para sobreviver, eles eventualmente enfraquecem e morrem antes do tempo, não sendo mais capazes de se replicar normalmente e sustentar uma vida saudável.

A doença existe por apenas um motivo: alguém fez fluir mais energia de baixa frequência do que de alta. É por isso, claro, que existem tantas doenças. Encontre a pessoa geralmente feliz, aquela que constantemente se levanta e se livra das emoções negativas, e você encontrará uma pessoa saudável. Sempre! As pessoas que estão doentes desligaram-se, até certo ponto, da sua Linha de Vida. Pode não ser tão óbvio externamente, mas de uma forma ou de outra, eles fecharam a válvula para sua energia Nascente através de preocupação, culpa, culpa, seja o que for.

As pessoas doentes estão apenas mal informadas, como todos nós. Eles podem ser cidadãos devotamente religiosos, honestos e íntegros, amigos queridos e de confiança, mas se não permitirem o fluxo suficiente de sua própria energia maior em suas vidas, não estarão permitindo a Vida. Na verdade, todas as doenças, sem exceção, são a rejeição desse fluxo de energia superior e a manifestação final da infinita emoção negativa de alguém.

Se você estiver doente

Se você atualmente tem uma doença, então imediatamente recomendo que você fique com seu médico, continue com seu tratamento, continue com qualquer que seja seu programa de recuperação, pois é sem dúvida aí que residem suas crenças. Não faz sentido agitar as águas até que algumas novas crenças e novas mudanças vibracionais estejam fortemente implementadas.

Durante séculos, mantivemo-nos fiéis à doutrina de que apenas algo fora de nós poderia tornar-nos melhores, por isso, até aprendermos a anular essa crença gigantesca, apenas uma atividade que ressoe com essa convicção – por exemplo, continuar a sair de nós mesmos para obter assistência médica – pode possivelmente oferecer qualquer medida de recuperação. Essa recuperação pode ser mínima ou instável, na melhor das hipóteses, pois se os pensamentos e os fluxos de energia não mudarem, a doença original ou algo pior estará de volta. Mas por enquanto, fique com seu médico!

Porém, se você estiver doente, peço-lhe que saiba do fundo do seu ser que qualquer doença é reversível. Embora provavelmente não exista tarefa mais difícil neste mundo do

que tentar sentir-se bem quando você está fisicamente deprimido, isso não é apenas alcançável, como já foi feito muitas e muitas vezes.

Norman Cousins fez isso, o editor que estava morrendo de câncer. Ele declarou “De jeito nenhum vou dar uma olhada” e decidiu passar o tempo rindo. Ele sabia instintivamente que se pudesse reverter as frequências do seu corpo, ele se curaria sozinho. Então, na cama do hospital, ele assistia apenas a filmes engraçados, lia livros engraçados, fazia amigos lhe contarem piadas e curou-se completamente do câncer que assolara seu corpo. Então ele escreveu um livro sobre isso. Eu tenho que reconhecer isso para ele; essa é uma alma comprometida. . . e professor.

A recuperação de Cousin é um excelente exemplo do que estamos falando aqui, de que não são nossos genes, nem nossos hábitos sexuais, nem nossa ingestão de carnes estragadas, e nem mesmo nossa exposição a infecções que estão na origem de nossa doença. Uma pessoa conectada que flui a energia da força vital através de seu corpo nunca, jamais, será afetada por essas coisas. O que causa a doença é a fome do corpo, a rejeição da energia da Fonte de Vida, tão crítica para a saúde e o bem-estar.

Agora, obviamente, a coisa mais espontânea que fazemos quando somos atingidos por uma doença, especialmente uma que consideramos grave, é entrar em ação, correr para um médico e nunca tirar nossos pensamentos da condição. Estamos assustados, então é claro que é assim que reagimos. E ainda assim, com o nosso constante foco negativo na doença, estamos cortando o ingrediente mais importante disponível para reverter a condição: os poderes curativos das nossas frequências mais elevadas.

Cozinha suave/cozimento pesado

Nenhuma doença ou acidente acontece durante a noite. As adversidades demoram um pouco para cozinhar, geralmente vários anos. Embora a sua energia mais baixa do que alta ao longo dos anos seja de fato a causa difícil de engolir o que você pode estar vendo agora, isso não tem nada a ver neste mundo com o que pode ser!

Se, por exemplo, você sofreu um acidente grave, isso não aconteceu de repente, do nada. Ao olhar para trás ao longo dos anos, você poderia dizer que seu padrão de

pensamento se inclinou um pouco para frequências baixas: raiva da família, irritação com as circunstâncias, desejo de ser querido, medo do fracasso, culpa, preocupação com as finanças, culpa oculta? sobre o que quer que seja? *Teria que ser assim, ou você não teria sofrido o acidente.* Esse impulso negativo aumenta com o tempo, e aumenta e aumenta até que finalmente você entra em seu vórtice criado por você mesmo com outra pessoa que tem seu diapasão ajustado da mesma forma que o seu. E vocês se unem, muitas vezes de frente.

A energia de baixa frequência é a causa; o dano corporal – seja acidente ou doença – é o efeito, quer esteja se acumulando há algumas semanas ou várias décadas.

E depois há a questão da intensidade. A negatividade leve e morna durante um período de anos ainda é uma vibração negativa, e seu corpo responde da mesma forma com um problema leve e morno. Da mesma forma, um forte fluxo negativo de sua energia ao longo dos anos (ou meses) resultará em uma doença grave ou em um acidente de grande porte.

Mas seja qual for o problema físico, ele nada mais é do que o resultado do abuso vibracional do corpo, um resultado que pode ser desfeito muito mais rapidamente do que foi necessário para ser criado.

Enganando o adulto

Para reverter uma doença, mais uma vez recorreremos à trapaça, procurando maneiras de enganar a mente para que crie as altas vibrações necessárias para que as células iniciem seu processo de regeneração. Isto não é uma panaceia; nada o é, pois só uma mudança na energia em todos os níveis provocará essa transformação. Este é um começo e pode fazer maravilhas.

Esse truque é muito parecido com escrever um novo roteiro, mas com algumas reviravoltas importantes foram acrescentadas para desequilibrar um verdadeiro armazém de velhas crenças enferrujadas. Vamos jogar um jogo infantil chamado “Vamos fingir” e eu prometo que se você mergulhar nisso de todo o coração e jogar a todo vapor, sua válvula se abrirá. Ok, aqui está a primeira parte.

Vamos fingir, parte um: “E se...”

Primeiro, coloque o sorriso inicial em seu rosto e, em seguida, passe para o zumbido daquele Sorriso Interior Gentil. Quando você tiver feito isso, volte no tempo para a criança que há em você, porque o jogo que vamos jogar é o jogo de “E se”.

“O que eu faria se...” ..”

“Para onde eu iria se...” ..”

“Como eu jogaria se...” Se o que?!

... se você fosse saudável como um cavalo!

... se você fosse jovem e incrivelmente bonito!

... se você fosse o jovem brincalhão e brincalhão que costumava ser ou sempre quis ser!

... se você tivesse três desejos e pudesse fazer tudo o que quisesse e tivesse tudo o que quisesse.

Entre nisso e viva o máximo que puder até que *sentimentos* de diversão e emoção inundem você. (Se você está se sentindo um tolo, isso é uma indicação bastante justa de como você está preso em vibrações adultas rígidas - ou seja, geralmente negativas.)

Vamos fingir, parte dois: “Naquela época”

Agora lembre-se (e sinta) de alguns momentos reais em que você realmente estava vibrantemente saudável e feliz, e dos sentimentos alegres que acompanharam esses momentos.

Talvez fosse jogar hóquei depois da escola em um lago congelado ou ser líder de torcida no ensino médio. Talvez tenha sido passear ao longo de um riacho preguiçoso de verão colhendo agrião, ou andar de trenó com os amigos nos fundos do campo de golfe, ou andar de feno com seu primeiro amor sob a lua cheia. Seja o que for, encontre seus momentos e volte aos sentimentos felizes que os acompanharam.

Vamos fingir, parte três: “Mesclando”

E agora, junte os dois. Saltar para frente e para trás entre os dois sentimentos, fundindo gradualmente seus “E se” e seus “Anteriores” em um tom de sentimento. Deixe-os fluir juntos em uma sinfonia de vibrações felizes até que os sentimentos ensolarados de “Naquela época” se sobreponham aos resultados desejados de “E se”. Eles se tornam um sentimento, uma felicidade, uma lembrança alegre. Mais importante ainda, *eles são agora um resultado!*

Você não pode ver o quanto não deseja sua doença e, ao mesmo tempo, esperar abrir a válvula para o bem-estar, assim como não pode olhar para o fato de não ter dinheiro suficiente e se sentir bem com isso. Tem que ser um ou outro, válvula aberta ou fechada. Sinta-se bem e permita que a força vital flua através de você para o bem-estar; ou ficar com medo, interromper o fluxo da Vida e perpetuar a doença. O câncer nunca foi a causa da morte do corpo, mas cortar a força vital por meio do medo, da raiva, da culpa ou de qualquer outra vibração negativa sempre fará isso.

Se você realmente se permitir brincar de “What If” e “Back Then” e parar de ser um adulto tão enfadonho, alcançará *os* sentimentos necessários para iniciar as mudanças corporais. No momento em que você faz isso, no momento em que você *se sente* tão saudável quanto costumava ser ou queria ser, *e pode sentir isso nas profundezas do seu ser*, você lança uma nova criação sua no tempo que agora existe em um vórtice. do pensamento tão certo quanto uma árvore na floresta. Você pode não estar na floresta para ver a árvore, mas ela está lá. Você sabe que está aí; agora não ignore.

Vá frequentemente àquele lugar de pensamento para conferir a aparência desse novo corpo que você criou. Leve com você os sentimentos mesclados dos seus jogos. Com essas sensações flutuantes instaladas, entre em seu novo corpo para verificar sua forma, como ele se ajusta, como é a sensação, como funciona e até mesmo como cheira. Finja, finja e *sinta*.

Se você estiver com dor, espere até que a dor diminua e depois entre no mundo da cura de “Vamos fingir”. Vá lá sempre que puder. Então saia do seu próprio caminho, ou seja, mantenha o foco fora do que ainda não aconteceu e deixe o universo fazer o que quer.

Mude a aparência

Numa palestra que dei recentemente me perguntaram (como quase sempre faço) como chegar a esse sentimento de “magreza”, quando você pode ver claramente que está gordo. Foi outro cenário do tipo “Vamos fingir”, saber que você não pode pensar que é magro – muito menos chegar lá – quando está se sentindo gordo.

Uma garota atrás, que agitava freneticamente a mão, falou com o tipo de entusiasmo que costumo associar a ganhar na loteria. Quero dizer, ela tinha algo a dizer em termos inequívocos e, com certeza, acertou em cheio.

Parece que essa garota queria perder muito peso, fez todas as dietas habituais, perdeu, engordou, perdeu, engordou, como todos nós fizemos. Finalmente ela entrou na visualização, o que parecia uma boa ideia, mas não deu em nada até que ela decidiu colocar um toque emocional por trás das imagens. Então todo tipo de coisa começou a acontecer.

Primeiro surgiu a ideia de malhar na academia. Um bom começo, mas ela ficou surpresa ao descobrir que não conseguia nem fingir vontade de ir à academia se estivesse se permitindo sentir gorda! Ainda mais importante, ela descobriu que, enquanto se concentrasse no peso, qualquer ideia de seguir uma dieta, depois dos primeiros quilos, seria jogada fora.

Então, ela voltou para as visualizações e jogos de simulação onde, no início, ela quase teve que se forçar a *sentir* o peso que queria ter. Funcionou. Contanto que ela continuasse a fingir que estava magra, a se sentir magra e a manter o foco em se sentir gorda, ela poderia manter sua dieta não muito rigorosa com relativa facilidade e não teria mais que brigar consigo mesma para ir à academia. Não sei qual era o peso dela antes, mas essa adorável jovem tinha tamanho 12 perfeito quando a vi.

Isto não é apenas “querer” ser magro ou saudável. Você não pode simplesmente querer e esperar que isso aconteça. É refocar e re-sentir, re-focar e re-sentir, re-focar e re-sentir. Seu corpo sempre responderá à imagem que você lhe der, desde que acompanhado do sentimento adequado; gordo ou magro, doente ou saudável.

O segredo para reverter qualquer coisa dentro do corpo é tirar o foco do que você não quer, encontrar qualquer maneira possível de entrar naquele sentimento do que você quer, e então saber com certeza que as leis do universo estão funcionando e devem transformar essa visão sentida em realidade, desde que você não a reprima.

O que está errado nunca está certo

Realmente não faz sentido ficar longe dos médicos se suas crenças dizem que os médicos funcionam. Embora eu tenha mudado drasticamente a saúde e a forma do meu corpo, sei o que minha mente permitirá ou não neste momento, então ainda faço visitas ocasionais a um médico ou dentista.

Mas pense nisso por um minuto. O que os médicos são treinados para fazer? Curá-lo? Claro, esse é o objetivo, assim que descobrirem o que há *de errado* com você.

“O que há de errado” é problema deles, sua razão de ser. Sim, eles querem ajudar, mas se não encontrarem algo errado, como poderão ajudá-lo? Como “o que há de errado” é o que eles procuram – e o que você espera que eles encontrem – é exatamente isso que eles – e você – irão atrair: algo que está errado.

Você não percebeu que com os médicos ou estamos prestes a conseguir alguma coisa ou estamos com um pé na cova? Ou somos pré-cancerígenos ou não temos chance. Não estou criticando os profissionais da medicina; eles são um grupo grandioso e louvável que agora está começando a compreender o processo de bem-estar. Mas não precisamos nos juntar a eles para atrair mais daquilo de que queremos nos livrar, e certamente não precisamos visitá-los com medo e com as válvulas fechadas.

Se lhe disseram que você está em algum tipo de condição “pré” e isso está assustando você, diminua a velocidade e dê uma olhada no que você está criando. Você fechou a válvula ao ficar com medo, está magnetizando negativamente e agora está indo direto para o inevitável cumprimento do veredicto do médico. Todos os médicos deste planeta sabem que as doenças aumentam assim que o diagnóstico é dado. Imagine isso!

Vá certamente ao seu médico, mas observe suas reações, seus medos, suas crenças, sua negação – o que significa observar sua válvula. Deixe de lado a chamada taxa incurável,

juntamente com quaisquer outras estatísticas horríveis sobre a doença. Dessa forma, você pode contratar seu médico como um meio para atingir o fim que deseja, e não como uma causa para qualquer medo adicional.

A morte é uma piada

Temos falado muito sobre a energia pura e positiva que cria mundos, a energia à qual estamos sempre conectados, mas raramente abertos. Visto que nosso corpo é uma extensão dessa força primordial da Vida, por que morremos?

Digamos que você seja um ator. Você sobe no palco, veste uma fantasia e experimenta a diversão de ser um personagem da peça. Quando terminar, você deixa o figurino e o personagem de lado, mas ainda é você.

A mesma coisa com o seu Eu Expandido. Está aqui brincando em um corpo (seu) pela pura experiência de tudo, pelo aprendizado, pela diversão. Quando se cansar disso, fará outra coisa, mas não se apagará como uma vela. Não pode; é energia pura e você não pode extingui-la.

Ah, mas mesmo que a energia não possa ser reprimida, nossas vibrações negativas certamente podem reprimir as células físicas, uma prática que parecemos sancionar com uma vitalidade terrível. Concentre-se com medo em uma condição do corpo que não queremos, e nossa ligação com a energia maior que realmente somos torna-se tão drasticamente diminuída, tão restringida, que as células começam a murchar por falta de energia vital. O corpo é então reduzido a condições de sobrevivência, acabando por morrer pela sufocação implacável das suas células. Mas *apenas* o corpo morre, não a força vital que você é.

Nesse estado de asfixia, as pobres células, que devem ter um fornecimento constante de força vital, são agora obrigados a responder de forma diferente às vibrações negativas que fervilham por todo o corpo. Uma vez que o seu próprio bem-estar foi comprometido pela falta dessa energia crítica, eles não têm outra alternativa senão permitir que a doença assuma o controle. Se a rejeição da força vital continuar, as células não poderão mais se reproduzir. Nesse ponto, eles cessam a sua existência física e

simplesmente reciclam-se de volta na pura energia positiva de bem-estar de onde vieram. Você também.

Chamamos isso de morte, mas a única coisa que deixa de existir é a sua forma física, não você.

Os cientistas já sabem que o corpo pode viver muito mais tempo do que agora, como séculos. No entanto, estes instrumentos incríveis que consideramos garantidos não vão continuar a funcionar sem gás, por isso, se alguém já não está entusiasmado com a sua vida e a energia deixa de fluir através dele, o resultado é o que chamamos de morte. Mas apenas para o corpo, não para você.

Não é a fumaça contaminada dos cigarros que mata; é a rejeição da Vida através da linha da Vida. Não é o ataque cardíaco que mata você; foi a rejeição da Vida que causou o ataque em primeiro lugar. Deixe a força vital fluir constante e livremente através de você, sem restrições e sem restrições, e você poderá beber cianeto todos os dias no café da manhã, sem sequer ter soluços.

Então não é interessante que o maior medo que continuamos a vibrar, e depois nos afastamos para vibrar ainda mais forte, seja o medo que temos da morte? Temer a morte é uma resposta aprendida e deplorável que aprendemos há muito tempo de um bando de fanáticos sedentos de poder, religiosos ou não, que queriam jogar o jogo de “Vamos Controlar as Massas”. E eles fizeram, brilhantemente. Faça com que um monte de pessoas temam algo como a morte e você as terá exatamente onde deseja – sob seu controle opressivo.

Foi assim que começaram todos os rumores estúpidos sobre demônios, o mal, o inferno e algum grande juiz no céu, usando o medo como mecanismo de controle. Mas como a energia não pode morrer, e todos nós estamos seguramente baseados na energia, temer a morte nada mais é do que um perda de tempo monumental que evoca apenas mais energia negativa. O triste é que fomos ensinados de forma tão inteligente a temer a morte que nos esquecemos totalmente de como viver.

Porém, se você decidir mudar de roupa, o que acontece nada mais é do que um afastamento do corpo, uma desconexão do corpo. O “você” que você é nunca desiste. Essa parte de você está para sempre conectada à consciência eterna: você.

Portanto, o que erroneamente chamamos de morte é apenas uma mudança de foco, uma passagem de uma frequência para outra. Você algum dia será John Doe novamente? Não, e você gostaria de ser? Mas você não deixa de existir. Você não pode! Você é a energia contínua da Vida correndo aqui e agora neste playground específico. Você é a pura energia positiva do bem-estar e *não pode matar a energia!*

A importância de colocar esse medo de lado não é pouca coisa, porque mesmo que mudemos todos os nossos outros Não Quero para Desejos, mas depois deixemos aquele espinho assustador em nosso lado chamado morte, ainda teremos uma vibração de medo afetando tudo, junto com uma subida poderosa para uma saúde agradável.

A maneira mais fácil é parar de temer esse mito atroz criado pelo homem e concentrar-se com tudo o que temos em elevar as nossas frequências para aquela Parte Maior de nós mesmos, que é a própria essência de Tudo O Que É. Então teríamos todo o céu que pudéssemos controlar aqui mesmo em nosso mundinho, do jeito que deveria ser.

Tudo é uma cocriação

Muitos anos atrás, a mãe de um dos meus amigos mais próximos morreu em um acidente de carro bizarro. Enquanto ela e o marido se dirigiam para uma passagem subterrânea na rodovia, um garoto bacana jogou uma pedra na faixa de pedestres, fazendo-a bater na janela do lado do passageiro, matando a Sra. T. instantaneamente.

Parece uma daquelas coincidências terríveis, não é? Uma sorte podre. Mau lançamento dos dados. Não, nenhuma das opções acima. Foi uma cocriação.

Em primeiro lugar, se a Sra. T. ou o seu marido estivessem mais ligados à sua Orientação, teriam tomado outro caminho, ido mais tarde ou simplesmente ignorado o passeio.

Mas em segundo lugar, e mais importante, este não foi um acontecimento instantâneo do momento. Como qualquer acidente, ou doença, ou calamidade, já fazia

muito tempo que cozinhava vibracionalmente. A Sra. T. operava com a válvula fechada há muitos anos, sorrindo docemente e conversando agradavelmente, ao mesmo tempo em que se mostrava profundamente ressentida com os assuntos da vida. Ela foi uma vítima exemplar que resistiu fortemente ao fluxo de bem-estar por muito, muito tempo. E o mesmo aconteceu com seu jovem carrasco.

É aqui que voltamos à rotina “Quem está primeiro”. De quem foi a vibração responsável pelo acontecimento? Seria da Sra. T., devido aos seus anos de pessimismo oculto? Ou era do garoto?

Como sempre acontece em qualquer pretensão acidente, foi a vibração da Sra. T. que a matou, embora tenha sido uma co-criação. Ela estava pingando em uma frequência específica e atraindo tudo que parecia vibrar, o que, neste caso, não era muito legal para ela. Apenas física simples; você acerta aquele diapasão e todos os outros diapasões no mesmo comprimento de onda responderão.

Digamos que em uma escala de um a dez – sendo dez uma válvula totalmente aberta – a Sra. A vida de preocupações de T. fez com que ela vibrasse emocionalmente em um quatro destrutivo por algum tempo. Por outro lado, o jovem sentiu-se inferior aos seus pares por apenas alguns anos e ficou extremamente irritado com a vida. No entanto, tão fortes eram os seus sentimentos - e, portanto, a sua atração magnética - que ele também alcançou os mesmos quatro destrutivos.

Seus cursos foram definidos. Mais cedo ou mais tarde ele iria encontrar outros quatro que estavam temperados com as mesmas vibrações de indignidade. Para a Sra. T, se não tivesse sido a pedra, teria sido outra coisa igualmente devastadora vinda de outras quatro.

Tal como um mergulhador cuja linha de oxigênio foi cortada, este jovem frenético estava simplesmente a atacar de dor e raiva por ter sido cortado da sua própria Fonte de abastecimento. De outra forma, a Sra. T. Finalmente, cada um em seu próprio tipo de dor, eles foram sugados um pelo outro em um exemplo perfeito de cocriação. Ela atraiu seu destino; ele havia atraído o dele.

Alguém ou alguma coisa só precisa corresponder à sua frequência e a atração começa. Qual deles (evento, pessoa, circunstância) chegará até você primeiro? Aquele com maior intensidade. E você continuará atraindo e fundindo, atraindo e fundindo, atraindo e fundindo, até ficar tão cansado desse jogo sombrio que acabará dando check-out, como fez a Sra. Ou você muda sua frequência.

Se um acidente envolvesse duas ou mais pessoas, era um exercício conjunto de atração negativa. Se foi um acidente que envolveu crianças demasiado novas para desenvolverem as suas próprias emoções negativas, então esses jovens captaram as vibrações do seu ambiente. Se fosse um acidente de avião, os passageiros de todas as idades a bordo se magnetizariam para o evento.

Desastre, cataclismo, acidente ou doença: a mistura de emoções negativas que se animou ao longo do tempo para causar esses acontecimentos veio de um amálgama de vórtices negativos que unem forças para formar uma atração eletromagnética tão forte que o gelo se forma nas asas de um avião para derrubá-lo, ou os freios de um ônibus falham e ele cai de um penhasco, ou uma tempestade de fogo arranca o que de outra forma pareceria ser uma vida totalmente satisfeita.

Se estivermos vivendo com nossa conexão com essa força vital cortada, mais cedo ou mais tarde algo irá nos atingir, como um carro, uma enchente, um trem ou um tornado. (Você já se perguntou por que um tornado atingirá uma casa e sairá da próxima? Agora você sabe!)

Se for apenas um amassado no seu carro, a válvula está parcialmente aberta. Se você e seu carro foram atingidos, sua válvula está bem fechada. Se você quebrou a perna nas encostas, sua válvula está parcialmente aberta. Se você quebrou todo o seu corpo, sua válvula está bem fechada.

Eu poderia continuar, mas é uma espécie de fechamento de válvula insistir em tudo essas coisas. O que quero dizer é que nada, mas nada, mas *nada* chega até nós por acidente. Nem nossos ganhos na loteria, nem nossos novos amores, nem nossas doenças, nem uma aberração da natureza, nem um acidente. Todos eles foram atraídos para nós

eletromagneticamente pelos nossos sentimentos e pelas nossas vibrações. Nada em nosso mundo jamais veio ou virá até nós, exceto por nosso próprio convite vibracional.

Agora, não vá voar para Panicville se você foi um caso perdido durante toda a sua vida. Isso não é um bilhete automático para o câncer. Perto, mas não automático! Você só precisa encontrar a sua alegria, e essa vibração de válvula aberta substituirá instantaneamente anos de tristeza e destruição. Você pode ter um pequeno pára-lama, mas será só isso. Nada demais. Ou talvez você fique um pouco resfriado. Nada demais. Apenas pequenos lembretes de que você ainda tem alguma resistência à frequência do bem-estar.

E então, quem são os principais atrativos? Nós somos sempre! São os nossos sentimentos, a nossa válvula, a nossa resistência. Ninguém está fazendo isso conosco. Se estamos atraindo negativamente é porque estamos vibrando negativamente, atraindo alguma outra coisa ou alguma outra para o nosso espaço na dança atemporal da cocriação.

Nossa mudança de bem-estar

O resultado final de tudo isso é que simplesmente não temos nada a ver com ficarmos doentes, sofrermos acidentes, envelhecermos ou até mesmo morrermos, mas à medida que desligamos rotineiramente nosso interruptor de bem-estar para bloquear nossas células de sua fonte de vida com emoção negativa, algo está prestes a acontecer.

Portanto, você pode querer observar como está se expressando. Se você está dizendo: “Quero *ficar* bem”, mas sua vibração dominante diz: “Socorro, *não quero* ficar doente”, de que maneira você está atraindo?

Se você está doente e diz: “Por Deus, vou vencer essa coisa, vou vencer essa batalha”, a partir dessa posição defensiva, em que você está se concentrando?

Não importa quantas pessoas te amem, não importa o quanto você dá aos pobres, não importa quão bem você administre seu negócio, não importa quão agradável e agradável você realmente seja, se você tiver vibrações negativas de qualquer tipo, até mesmo em sua maneira de falar, você atrairá algum tipo de chatice.

Agora concedido, as vibrações primárias da consciência de massa estão ao nosso redor, uma exaustão infinita de energia poderosamente negativa que permitimos nos

governar, derrubando-nos como um navio numa tempestade sem leme, e geralmente fazendo uma viagem bastante difícil. Isso não precisa ser assim. Você nunca precisa ser vítima da consciência de massa ou da energia negativa de qualquer pessoa: nem do seu médico, nem da sua família, nem dos seus amigos, nem dos seus amantes, nem dos grupos ao seu redor.

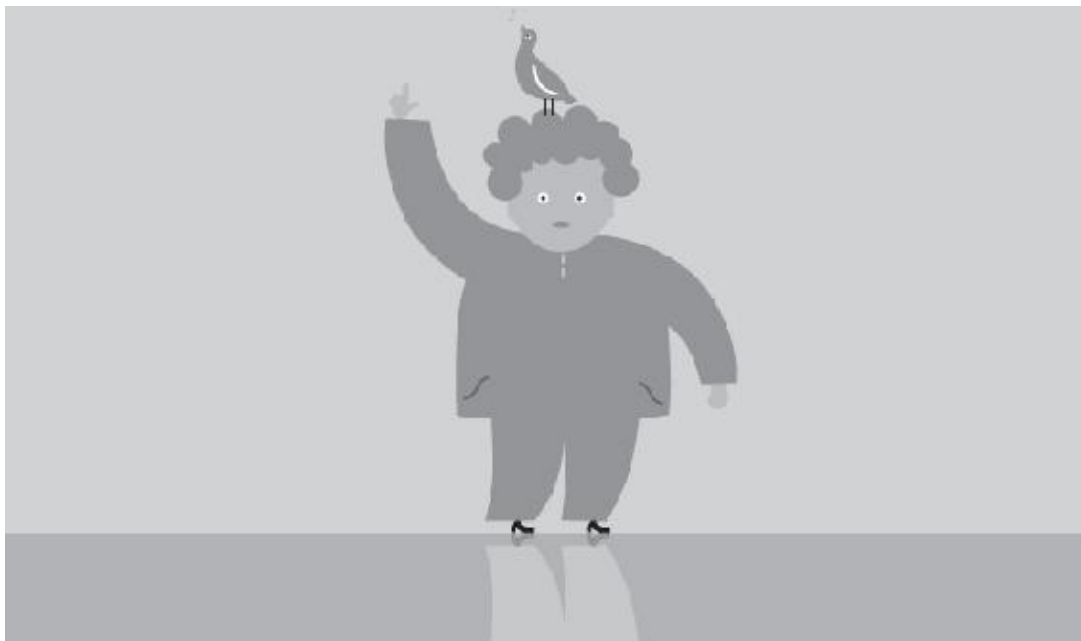
Basta declarar seus desejos todos os dias, escrever (e depois falar) novos roteiros sobre seu corpo, sua saúde, sua aparência, sua vida. E fingir. Entre no sentimento que você está fingindo e torne-se alguém que está fluindo tão agressivamente sua própria energia e vibrando na frequência da alegria que você anula tudo o que você - ou qualquer outra pessoa - poderia ter estado fluindo antes. Não apenas seu corpo responderá com alegria, mas não haverá mais acidentes.

É fácil? Não, não é nem um pouco fácil desviar o foco de uma doença grave, de uma dor ou de um peso indesejado. Mas você pode se acalmar um pouco de cada vez. Você pode abrir essa válvula um pouco de cada vez e inverter a direção do seu corpo.

Você é muito maior que o seu corpo, então nunca duvide que pode fazer isso. Ria mais de tudo e relaxe. Só há uma coisa que você precisa fazer para ter o corpo que deseja; você tem que encontrar maneiras de ser feliz. A princípio, um pouco de cada vez, até que nada mais em seu mundo importe, nem seu corpo, sua família, suas velhas dúvidas – apenas seu foco em ser feliz. Em última análise, é disso que se trata a saúde e o bem-estar.

OceanoofPDF.com

capítulo onze



seu traje de bem-estar



Washington é um estado com muitas árvores, para dizer o mínimo. Deve haver mais sempre-vivas nesse estado do que insetos. Embora eu seja mais um amante das árvores decíduas e de suas mudanças sazonais de roupas do que das sempre-vivas, passei a sentir um forte apego aos seres magníficos que enfeitavam meus cinco acres.

Quando vieram pessoas que nunca tinham estado em minha casa, sem falta, seus primeiros comentários eram sempre sobre como o lugar era maravilhoso e como as árvores eram excepcionais. Eu tinha gigantes em minha propriedade que eram diferentes de tudo em quilômetros ao redor, com aglomerados fascinantes de espécies mistas crescendo no mesmo tronco. Até mesmo as poucas árvores decíduas que abençoavam o lugar eram impressionantes em altura e design.

Mas meus amigos especiais eram um bando de garotinhos do lado de fora da minha cerca, perto da estrada. Ao longo de todas as estradas de Washington há grupos

intermináveis de novos rapazes fazendo o possível para crescer e crescer, e eu tive uma longa fila fabulosa deles. Eles cresceram rapidamente e, quando já estava lá há cerca de três anos, já estavam suficientemente avançados para criar uma proteção considerável contra os ruídos do trânsito.

Eu amei eles. Eu não sei por que, realmente. Talvez tenha sido a sua coragem, a sua determinação inabalável de crescer quase lateralmente na terra elevada ou de sobreviver nas condições de solo mais pobres. Não sei por que, mas certamente os adorei.

Embora eu possa ter seguido um caminho espiritual naqueles primeiros anos em Washington, estava muito longe de ter a válvula aberta. Culpei o clima pela maior parte do meu mau humor. Eu estava preocupado com a localização remota da minha propriedade. Senti falta dos meus amigos na Califórnia. E, embora estivesse gostando de escrever meu primeiro livro, estava constantemente focado na minha falta de dinheiro, inclinando a balança consideravelmente mais para vibrações negativas do que positivas, e criando um convite aberto para alguma forma de desastre.

Então, um dia, um dia de verão memorável que jamais esquecerei, ouvi sons de equipamentos pesados lá fora. Olhei pela janela e vi um enorme cortador de ervas daninhas cortando as árvores da minha rua. Desgrudei-me e corri gritando para a rua, mas já era tarde demais. A última das lindas árvores que vi crescer desde bebês até um metro e oitenta ou mais havia acabado de cair. Não me lembro de ter gritado de tanta angústia. Eles tinham acabado de levar minha amada família e eu fiquei arrasado.

Nos verões seguintes, mais filhotes de um ano se popularizaram e cresceram. Por mais que eu tente não me apegar a eles, Eu fiz. Fiquei muito orgulhoso de sua coragem e igualmente impressionado com sua teimosia. Eles ainda não eram altos o suficiente para que a cidade se preocupasse, então senti que estávamos seguros por alguns anos.

Quando as árvores atingiram um metro e meio e um metro e oitenta de altura, eu sabia que estávamos chegando perto do momento do corte novamente. Mas agora eu estava na Lei da Atração e mantendo uma válvula aberta com o melhor de minha capacidade. Havia muito pouco medo em meu mundo, nenhuma apreensão quanto à

segurança e um novo amor e apreço pelo clima úmido e frio de Washington. Minha balança vibracional estava bem inclinada para o positivo. Eu estava feliz, minha válvula estava mais aberta do que fechada, e eu sabia — eu simplesmente sabia — que meus jovens e resistentes amigos estariam seguros enquanto eu morasse lá.

Com certeza, num dia de verão ouvi novamente o caminhão de equipamentos pesados e saí. Não houve pânico em mim; Acabei de sair. Os cortadores tinham acabado de derrubar uma longa fileira de árvores à beira da estrada do meu vizinho. Então eles desviaram da minha para passar por eles e começaram a atacar a propriedade ao lado. Fiz sinal para o motorista e perguntei por que ele havia saltado sobre minhas árvores. “Oh, não sei, senhora, eles pareciam tão bonitos lá, pensei que você poderia querer mantê-los. Você quer que eu os derrube?”

Tão seguro, tão seguro, tão feliz

Nosso Eu Expandido vibra em uma frequência que chamaríamos – se pudéssemos senti-la – de êxtase puro e não adulterado (deve ser bom!). Seria lógico, então, que a maior parte do nosso ser esteja operando numa frequência, ou taxa de vibração, um pouco desconhecida para nós neste momento; o que chamaríamos *de muuuito* feliz. Como felicidade e bem-estar são sinônimos, isso significa que há uma parte de nós – a maior parte – que não conhece nada além de bem-estar incondicional e atemporal, pois se você tiver um (alegria de alta frequência), pelas leis da física você deve ter o outro (bem-estar).

Então aqui está: quando estamos vibrando positivamente e nos sentindo bem, ou animados, ou apreciando; quando estamos conectados, focado apenas nas alegrias de nossos desejos, e não nas frustrações de nossos não-querer; quando estamos em um estado de ser que varia do contentamento à euforia; quando nossa válvula está aberta e permitimos que nossa energia primária flua através de nós. . . *não há uma coisa abençoada neste mundo inteiro que possa nos prejudicar*. Nada! Nem nos negócios, nem em casa, nem na estrada, nem no corpo, e nem nas árvores queridas em nossos terrenos. Nada de ruim pode acontecer, pois quando estamos nessa energia, estamos vivendo - e fluindo - a energia

de nossos próprios Eus onipotentes, que conhecem apenas o bem-estar puro e imaculado e não sabem nada sobre coisas negativas. vibrações.

A única coisa que a maior parte de nós conhece é alegria inexplicável, poder, ousadia, frivolidade e segurança infinita, porque bem-estar infinito é o que é! E . . . E . . . isso é o que nós, como sua extensão física, realmente somos. Puro, interminável, bem-estar. Tudo o que precisamos fazer é nos dar a chance de deixar que assim seja!

Se parece que estou trabalhando no assunto, você está certo, porque estamos falando de “uma vida boa” aqui. Quando estamos conectados a essa energia de alta frequência, quando deixamos de estar baseados no medo e passamos a estar baseados na felicidade, quando não estamos vomitando emoções negativas de preocupação, amargura, dúvida ou culpa, nós automaticamente conectados à boa vida de bem-estar, onde nada pode nos prejudicar fisicamente. Isso mesmo! *Nada poderá nos prejudicar!!!* Nem o assaltante local, nem o nosso carro velho, nem o idiota bêbado na estrada, nem mesmo a Mãe Natureza.

Terremoto? Claro, você pode sofrer danos em sua casa se houver apenas uma ligeira inclinação da balança para o positivo. Mas você estará seguro. Se não estiver, é melhor verificar sua válvula (quando você se recuperar). Você sempre pode julgar o grau de sua conexão com a energia da Fonte e a abertura de sua válvula pelo grau de destruição de sua casa, ou corpo, ou carro, ou trabalho. . . qualquer que seja. Grande roubo em casa? Grande doença? Grande destruição de tornado? Grande válvula fechada!

E, por favor, “válvula fechada” não significa desagradável ou mesquinho. Só porque alguém foi morto em um furacão ou na explosão de uma bomba não significa que ele fosse tudo menos caloroso e adorável pessoas. Significa simplesmente que eles se envolveram inconscientemente em todas as vibrações negativas da consciência de massa que tornam a vida de alguém tão difícil.

Mas quando nossa válvula está aberta, e nossas escalas vibracionais estão inclinadas ainda mais para o positivo do que para o negativo, nós literalmente colocamos sobre nós mesmos uma armadura divina. Então, quando estamos conectados, ligados, e os sucos de

alta frequência estão fluindo livremente, não podemos nem nos preocupar em ficar preocupados com o que quer que tenhamos o hábito de nos preocupar, o que, é claro, apenas serviu para atrair mais daquilo que nos preocupava em primeiro lugar.

Quando sua válvula está aberta, quando você toma a decisão de estar feliz com a vida, *não importa o que aconteça*, você automaticamente entra em um traje de bem-estar absolutamente inexpugnável, no qual nada de ruim pode acontecer com você. É simplesmente uma impossibilidade vibracional de que o “mal” aconteça com você nessa alta frequência.

Mas, além das *grandes* coisas terríveis que evitamos ao viver em nossas energias mais elevadas, há todas as *pequenas* coisas interessantes que começam a acontecer, como ignorar minhas preciosas árvores.

Por exemplo, se você tiver toupeiras no subsolo, elas só aparecerão onde ninguém possa vê-las, ou nunca, mas nunca no seu jardim.

Os esquilos irão atrás da comida dos pássaros de outra pessoa, não da sua.

Sua casa pode ter cupins, mas eles logo seguirão em frente.

Árvores podem cair na casa do seu vizinho devido ao excesso de chuva, mas a sua permanecerá firme.

Cães soltos podem fazer cocô no quintal do seu vizinho, mas não no seu.

Seus amigos podem ser pegos pela tempestade de neve, mas você chegará em casa em segurança.

Sua área pode ser alvo de roubo de correspondência, mas sua caixa não será tocada.

Se você estiver com pouca gasolina a um milhão de quilômetros do nada, alguém virá em seu socorro.

Se o vírus da gripe estiver atacando todo mundo, ele não atingirá você. E você *sempre* sentirá falta do avião que cai.

Tudo isso – e muito mais – estando envolto na sua própria energia Feel Good, a frequência que garante o nosso bem-estar.

Coisas ruins

Cada vez que falo para um grupo sobre o fluxo de energia, questões sobre assuntos mundiais e todas as coisas horríveis que estão acontecendo, ou já aconteceram, parecem sempre vir à tona. “Como é que tantas pessoas famintas?” “E quanto a Hitler?” “E os índios”, etc., etc., etc.

Não quero perder muito tempo pensando nessas coisas porque, de certa forma, já falamos sobre elas. Mas vamos dar uma rápida olhada em algumas das questões mais comuns para ver se podemos chegar a uma compreensão definitiva de que, desde o início dos tempos, todas as experiências em todas as vidas foram atraídas através de experiências individuais e/ou grupais. fluxo de energia.

E, ei, não sou um sádico de sangue frio, sugerindo nos próximos parágrafos que é possível assistir alguém batendo em alguém e me sentir bem com isso, assim como não estou dizendo um desapegado “Tut tut, que pena” para o atrocidades que acontecem em todo o mundo hoje.

Tudo o que estou dizendo aqui é que é assim que acontece. Porque o que quer que esteja acontecendo sempre se resume ao mesmo resultado: quando nos sentimos bem (ou felizes, ou satisfeitos, ou entusiasmados, ou amorosos) como indivíduo ou como grupo, estamos convidando a boas experiências. Quando nos sentimos mal (ou amargos, ou culpados, ou ressentidos, ou angustiados) como indivíduo ou como grupo, estamos convidando experiências ruins. É assim que acontece em todos os lugares, com todos nós.

Estupro

Uma pessoa está pensando com medo sobre o que não quer. Em algum outro lugar, outra pessoa está vibrando na mesma frequência negativa, mas com hostilidade e não com medo. A segunda pessoa pensa no que acredita que irá apaziguar sua raiva e preencher seu vazio. Uma pessoa está vibrando medo; o outro é vibrando fúria interior. Pelas suas próprias frequências correspondentes, eles se tornam co-criadores de um evento desagradável.

Se você não der atenção às coisas que não deseja, elas não poderão se tornar parte de sua experiência, porque não serão incluídas em suas vibrações. Você só pode atrair o

estuprador, o assassino ou o ladrão pensando emocionalmente sobre ser essa vítima, ou - ou - vibrando com outras emoções negativas que coincidem com a frequência do agressor. Cada emoção sua cria as experiências de sua vida.

Preconceito

Escusado será dizer que existem todos os tipos de preconceito: raça, religião, cor, sexo, peso corporal, educação, etc. No entanto, aquele que se sente preconceituoso é o mais poderoso nesta co-criação, fluindo fortes vibrações negativas de perseguição, de ser odiado, injustiçado ou vitimizado.

Observação: não estou discutindo se as queixas de qualquer grupo estão certas ou erradas. Isto significa simplesmente que é a atenção persistente às injustiças que atrai mais do mesmo. A criação vem dos sentimentos.

Crianças jovens

E quanto às crianças que são violadas, ou que nascem sãs, ou que passam fome em África, ou que morrem em guerras regionais?

É triste dizer que eles geralmente captam as vibrações negativas de seus pais bem antes de nascerem. Essas vibrações permanecem com eles e crescem em relação directa com as vibrações dos adultos que os estão a criar, até que os jovens tenham idade suficiente para decidirem que não querem mais experiências desagradáveis nas suas vidas. Estas crianças tornaram-se vítimas por defeito.

Como você ajuda um pequenino faminto do outro lado do mundo, ou um pequenino em casa que ainda não entende palavras? Segure-os – seja fisicamente ou em seus pensamentos – com vibrações calmantes, como “Tudo está realmente bem, vai passar, você é muito amado”, etc., tomando cuidado para não atribuir culpa a ninguém ou a nenhum grupo, o que apenas contribui com mais energia para o agressor (ou para a situação), bem como para o abusado.

O maior problema surge para aqueles que chegam à idade adulta e continuam a reviver vibracionalmente as suas raivas de crescimento, por exemplo, o abuso dos seus

pais, do seu ambiente, etc. tenho alguma esperança de não repetir na idade adulta o que foi vivido quando criança. Conseguimos aquilo em que nos concentramos. Concentre-se em um passado feio e esse passado será atraído para o presente e o futuro.

Adolescentes

Suicídios, acidentes de carro, gravidez, drogas, armas. Quando os adolescentes são criados em energia negativa (que raramente aparece na superfície) e são ensinados apenas a serem cautelosos desde o nascimento, eles operam principalmente num estado de vulnerabilidade assustadora. Sentindo-se fora de controle, eles vivem de desejos negativos enquanto procuram maneiras de se reconectarem com a energia positiva da Vida. Drogas, sexo e outros tabus são o que eles escolhem para preencher o vazio que sentem, nascido de uma vida vivida com pouca ou nenhuma conexão com sua energia Nascente.

As mortes de automóveis aparentemente inocentes que parecem tão predominantes hoje podem ou não advir dessa vulnerabilidade desconectada, mas a sua causa nunca é acidental. A jovem e alegre rainha do baile, o popular quarterback, as crianças apenas acompanhando o passeio no banco de trás. Uma vida de medos, pressões e ansiedades ocultos de algum tipo finalmente se manifesta para atrair essas co-criações de sofrimento incomensurável.

A economia

Nos momentos difíceis, as pessoas falam sobre isso onde quer que você vá, e é tudo ruim, ruim, ruim. No entanto, mesmo em tempos bons, parecemos compelidos a atacar *algo*: os preços são demasiado elevados, as empresas são demasiado gananciosas, os empregos são demasiado especializados, o presidente não está a jogar com todas as cartas, o governo está fora para almoçar e é corrupto até à medula.

Apontar para qualquer coisa – *qualquer coisa* – com aquela vibração negativa de culpa ou “Não é horrível, tsk, tsk” faz fluir essa mesma energia para o objeto de atenção, tornando-o maior, mais forte e mais perigoso do que era antes de você começar. falar mal disso.

Se você está esperando que a economia, o governo ou qualquer outra coisa mude antes de ser feliz, poderá ter uma longa espera. Mas você também não precisa se juntar às reclamações, o que não apenas aumenta o problema já considerável, mas fecha bem a válvula.

Quando você se envolver nesse tipo de conversa sombria e negativa, pare a conversa e concentre-se no que está acontecendo e mude de assunto, ou vá embora. Então, quando você estiver sozinho e quiser realmente fazer a diferença, flua um pouco de energia Feel Good para o governo do jeito que você gostaria que fosse, para a presidência do jeito que você gostaria que fosse, para os gigantes industriais da maneira que você gostaria que eles funcionassem.

Não podemos nos separar do fluxo da consciência. Não podemos dizer: “Bem, não foi MINHA culpa que isso aconteceu”. Ah, sim, foi! Foi – e é – culpa de cada um de nós. Fazemos parte desse fluxo de consciência e a nossa energia afecta o todo tão fortemente como adicionar gotas de tinta vermelha a um pequeno copo de água; a mudança é claramente evidente. *Não estamos separados do todo!* Tudo o que pensamos e sentimos tem um impacto monumental na vibração geral da consciência de massa.

Então veja e sinta as coisas como você gostaria que fossem. Seriam necessários apenas alguns de nós fazendo isso regularmente para iniciar as mudanças desejadas. Um objetivo nobre, talvez, mas é melhor do que tornar as coisas piores do que são, “não é horrível” as situações que você deseja mudar.

Conflitos globais, guerras de gangues

Sempre que você vê um grupo de qualquer tipo expressando ódio ou indignação, você vê um grupo muito isolado de seu fluxo de bem-estar e completamente fora de harmonia com seus Eus Expandidos. Viver na amargura e na raiva é viver com uma baleia cheia de emoções negativas e uma válvula bem fechada.

Quando as válvulas estão abertas, nenhuma lei sobre gangues, nenhum ultimato governamental poderá ser suficientemente forte para colocar alguém contra o seu irmão, mesmo no contexto da antiga amargura no Oriente Próximo.

Questões morais

O aborto, a matança de golfinhos, as florestas tropicais, a camada de ozônio, os direitos dos animais, o roubo evangelístico, os assassinatos por misericórdia, as espécies ameaçadas, etc., etc. experimentando o alarme e juntando-se a todos os outros na síndrome do “não é horrível?”, você está acrescentando algo a ele, tornando-o maior.

Se você quiser mudar alguma coisa, você precisa mudar a maneira como pensa sobre isso. Isso é tudo que há para fazer. A razão pela qual todas estas coisas estão ficando tão fora de controle é que a mídia se concentra nelas com uma fome gigantesca e, portanto, nós também.

"Oh céus!" "Oh, meu Deus, não!" "Eu não acredito!" "Que terrível!" "O que faremos?" "Como eles poderiam!?" "Assustador!" "Terrível!" E quanto mais ficamos irritados com isso, maior fica.

Ser contra algo não vai torná-lo melhor. Na verdade, isso vai piorar as coisas, porque agora vocês estão incluindo isso em sua vibração, fluindo mais “não é horrível” para se juntarem a outras formas-pensamento que vibram na mesma frequência.

Se você ainda acha que para ser a favor de alguma coisa é preciso ser contra outra coisa, mude seu pensamento. Em vez disso, veja e sinta o que quer que você esteja buscando, do jeito que você deseja. Fale sobre isso dessa maneira, escreva sobre isso, interprete-o, tire seu foco destrutivo com sua energia poderosamente destrutiva do que você percebe como uma condição negativa e encontre maneiras de abrir sua válvula quando pensar sobre isso. Em outras palavras, desista do que não quer e concentre-se nos seus desejos. No momento em que fizerem isso, no momento em que se recusarem a chafurdar com o resto do mundo em seu descontentamento sem fim, vocês se tornarão alguém que fará uma diferença importante, fazendo fluir a magnitude de suas vibrações mais elevadas.

Assassinatos em massa

Tudo bem, vamos direto ao assunto. Genocídios, banhos de sangue, holocaustos, massacres: chame-os como quiser, os humanos têm espancado os humanos desde o início dos tempos. Será que algum dia isso vai parar? Não, não até abandonarmos os nossos sentimentos intrínsecos de perseguição, aos quais nos agarramos como se fossem uma nobre tradição familiar.

Se realmente quisermos parar estes acontecimentos hediondos, seria sensato retirar o nosso foco dos acontecimentos sórdidos do passado e voltar a nossa atenção para questões que nos abrem ao bem-estar em vez do ódio. É essa mesma energia, esse ódio e raiva amarga pelas injustiças passadas, que ajuda a perpetuar os terríveis massacres em massa que ocorrem neste dia em todo o nosso planeta. Conseguimos aquilo em que nos concentramos.

A Lei da Atração não escolhe. O que se aplica a um indivíduo aplica-se a um grupo, independentemente da cultura, da religião, da raça ou da seita. O foco negativo atrai eventos negativos, para nós mesmos e para o planeta. Semelhante atrai semelhante, e atraímos conforme vibramos, não conforme decidimos.

Nosso Espelho, o Globo

Não é certo versus errado ou bem versus mal. É uma válvula fechada versus válvula aberta, conectada versus desconectada, feliz versus infeliz.

As pessoas mais mesquinhas e gananciosas do mundo são aquelas que realmente querem se sentir bem, mas não sabem como. Eles estão em um inferno, sem ideia de como sair, ou mesmo sem consciência de que têm essa opção. Uma coisa é certa; o nosso ódio contra eles – não importa o que tenham feito ou estejam a fazer – só vai piorar as coisas. Para todo mundo.

Mas como podemos viver felizes para sempre sabendo que tantas atividades repugnantes estão acontecendo em todo o mundo? Como podemos permitir que as injustiças continuem? Como podemos ser felizes quando há tanto sofrimento? Como podemos virar as costas como se não nos importássemos?

Isso pode ser um pouco inteligente, mas a resposta é que estamos todos aqui para ter as experiências necessárias para aprender nossas diversas lições, quer estejamos desempenhando o papel de mocinho ou de bandido. Qualquer tipo de injustiça é sempre — *sempre* — uma lição para ambos os lados.

De alguma forma, não importa qual seja a devastação ou a perda para os nossos irmãos e irmãs ao redor do mundo, é imperativo que aceitemos que horríveis co-criações estão acontecendo em todos os lugares para que os indivíduos aprendam o que for necessário para que aprendam, todos tendo que ver com a forma como eles estão fluindo energia. Por mais terríveis que as circunstâncias possam nos parecer, se nos juntarmos à sua dor, estaremos reforçando essa dor juntamente com as circunstâncias que a causaram, sem mencionar que estamos nos preparando para algumas coisas altamente desagradáveis.

Você pode estar sentindo como é péssimo permitirmos que as pessoas morram de fome, e apenas o fechamento da sua válvula pode estar preparando você para um acidente de carro, ao mesmo tempo que aumenta a fome delas.

Você pode estar sentindo como é horrível que ainda tenhamos testes atômicos no mundo, e apenas o fechamento da sua válvula pode estar preparando seu corpo para a gripe.

Você pode estar horrorizado com o tratamento cruel de um país para com outro, e apenas esse fechamento de sua válvula pode estar preparando você para um pneu furado.

Em vez disso, você poderia estar vendo e *sentindo* essas pessoas famintas como pessoas saudáveis e felizes que você sabe que têm os recursos para serem, e apenas essa abertura de sua válvula pode ajudar seu novo trabalho a chegar mais rápido, ao mesmo tempo que oferece aqueles que você está envolvendo em altas frequências. algumas tintas e pincéis muito necessários. (Nunca poderemos pintar a tela para eles; só podemos oferecer nossa assistência energética.)

Você poderia estar vendo e *sentindo* o planeta totalmente restaurado contra os testes da bomba atômica, e apenas essa abertura de sua válvula poderia ajudar suas colheitas a florescer, ao mesmo tempo que ajuda a nutrir o planeta.

Você poderia estar vendo e *sentindo* esses dois países desfrutando de um novo e grandioso relacionamento, e apenas essa abertura de sua válvula poderia melhorar seu casamento e, ao mesmo tempo, ajudar a criar novas relações internacionais.

Mas é claro que está na moda falar sobre o que há de errado com tudo em vez do que está certo, por isso somos mais facilmente atraídos por vibrações negativas do que positivas, deslizando involuntariamente para o Conversas do tipo “não é horrível” ou iniciá-las nós mesmos por hábito, por falta de algo melhor para dizer. Essas vibrações, unidas a inúmeras outras de toda a humanidade, eventualmente se manifestam na devastação e no caos do mundo. Sim, é o amálgama de todas as pequenas vibrações do tipo “não é horrível” que causa guerras, tumultos, terrorismo e anarquia. Essas vibrações vieram de você e de mim.

Não podemos nos responsabilizar pelo que está acontecendo hoje em todo o mundo, pois o planeta reflete a vibração predominante na qual está englobado. Não podemos dizer que o horror é simplesmente o resultado da maldade, ou do mal, ou mesmo da ignorância dos outros. O que está a acontecer ao nosso planeta e aos povos que nele habitam foi causado por apenas uma coisa: as vibrações dos nossos próprios pensamentos e sentimentos. Todo mundo! Não apenas os Hitler, ou os Custer, ou os Hussein, ou os Kahn (todos eles foram aberrações criadas pela energia de massa). Todo mundo!

Então, em vez de “isso é horrível”, quando finalmente começamos a dizer para nós mesmos: “Nada é mais importante do que me sentir bem”, podemos começar a quebrar esses padrões destrutivos de conversa negativa. Então, por Deus, realmente começamos a fazer a diferença no que está acontecendo ao redor do mundo.

Vejamos as florestas tropicais, por exemplo. Em vez de concordar com todos sobre o quão terrível é a destruição, e de atrair mais animosidade para com aqueles que estão cortando, o que só traz mais cortes, ame a beleza das florestas que restam. Flua sua apreciação pela vida que eles continuam a nutrir, pelo oxigênio que ainda contribuem para o planeta, e fique fora da energia “não é horrível” que consumirá nosso suprimento de

oxigênio mais rápido do que milhares de cortadores de árvores já existiram. poderia. Se apenas alguns de nós fizermos isso, o corte cessará em breve!

E depois há a nossa crescente falta de recursos energéticos, com a qual todos estão tão preocupados, e o nosso abastecimento cada vez menor de água, madeira, ar puro e só Deus sabe o que mais. É claro que deveríamos nos preocupar, pois nos aproximamos dessas coisas da mesma forma que fazemos dinheiro. “Oh meu Deus, estamos acabando.” “Oh meu Deus, não há o suficiente para todos.” “Oh meu Deus, como conseguiremos mais quando acabar?”

Então adivinhe quem está criando a escassez!? Nós somos! É essa mesma preocupação que todos temos por não termos o suficiente que está diminuindo nossos suprimentos. Cada um de nós é responsável por produzir essas carências, quando na verdade não falta nada: empregos, florestas, água, ouro ou amantes. Não pode haver, pois o universo não funciona segundo o princípio da falta; a falta é estritamente um fenômeno criado pelo homem. Quando começarmos a apreciar o que está lá e a sentir a enorme abundância deste planeta perfeitamente equilibrado, em vez de nos concentrarmos nos seus recursos escassos ou na ganância dos saqueadores, a abundância de tudo retornará para criar o playground celestial que viemos aqui experimentar.

Se você está preocupado com as pessoas, abra a válvula para o maior amor que puder reunir e flua-o para os seres que lhe interessam. Veja-os em seus estados de perfeição, ao invés de carência. Veja-os felizes e contentes, não sofrendo mais com a guerra, nem com a peste, nem com a fome. Isto contribuirá mais – e mais rapidamente – para ajudar os necessitados do que todos os aviões cheios de mercadorias que sempre parecem se extraviar, pois ajudará essas pessoas a sair do modo de vítima (se essa for a sua intenção mais profunda) em direção aos seus próprios primeiros passos. para atrair bem-estar. Oferecerá tintas e pincéis. Uma vez oferecido esse convite vibracional, se uma mudança for sinceramente desejada por todos os participantes, ela acontecerá. Depois, os muros caem, os países se reconstróem, as gangues diminuem, os terroristas evaporam e os terrenos baldios prosperam com alimentos para todos.

Se a sua preocupação são as doenças do planeta, veja-o com saúde, não com doença. Ela tem estado encharcada por tantas eras em energia negativa, que este dificilmente é um momento para acrescentar algo, falando sobre todas as coisas terríveis que estamos fazendo com ela para piorá-la. Fale sobre o que há de certo com ela, não sobre o que há de errado. Pare com a energia do “não é horrível”. Depois os golfinhos multiplicam-se, as florestas crescem, as camadas de ozono reparam-se, as águas clareiam, os oceanos curam-se.

Veja o seu mundo e todos os que vivem nele tão abundantes e bem, e você os ajudará a chegar lá.

Veja-a em paz e você ajudará a realizar isso.

A única coisa que impede os nossos desejos globais de florescer neste planeta é a fenomenal força de massa de vibrações negativas perpétuas que nos separam da força vital primordial do bem-estar. Essa força de energia é tão consumada, tão absoluta, se apenas alguns de nós mantivermos esta visão, apoiada pela alegria vibracional de ser uma realidade, essa força supremamente positiva substituirá as vibrações deprimidas de bilhões, e este planeta fará isso. uma reviravolta. . . rápido!

Está em toda parte: é o que você é!

Na verdade, a maior parte do mundo está bastante abastada. Basta dar uma olhada em seus colegas de trabalho, vizinhos, amigos de escola, associados de clube. A maioria não foi assaltada nas ruas recentemente. A maioria tem empregos e casas aceitáveis. A maioria é suficientemente saudável e, se você olhar bem de perto, provavelmente encontrará alguns que poderiam ser classificados como moderadamente felizes. É o mesmo em quase todos os países do mundo.

Temos um excesso de estatísticas que nos dizem o contrário, números assustadores de destruição que nos são alimentados diariamente pelos nossos meios de comunicação social para nos manter nervosamente concentrados - e sintonizados - em como as condições horríveis são em todo o mundo:

“X% das economias mundiais estão em colapso.”

"X por cento da população mundial já tem sabe-se lá o quê, e está crescendo X por cento mensalmente."

"X por cento dos adolescentes estão fazendo abortos e cometendo suicídio."

"X% das crianças têm armas na escola."

"X% das novas doenças não podem ser curadas."

"X por cento dos homens de olhos roxos perderão o bronzado antes do casamento."

"Horrível! Terrível!"

Esqueça as malditas estatísticas! Eles são simplesmente o resultado de um grupo de nós fluindo energia de medo para o que vemos e ouvimos. Se não quer ser mais uma estatística, esqueça-as!!! Enquanto você estiver na energia Feel Good, nenhuma economia, nem inseto, nem arma, nem inundação, nem avião irá derrubá-lo. Não, a menos que você envie o convite vibracional.

Simplesmente não há como fugir disso; o esmagador equilíbrio de poder neste planeta está do lado do bem-estar *porque esse é o estado natural e onipotente de Tudo O Que É, incluindo você e eu!*

Por mais feio que seja, o sofrimento que vemos e ouvimos falar é uma parte infinitesimal de todo o bem-estar, simplesmente os resultados magnéticos de alguém ou de algum grupo que desautoriza vibracionalmente o bem-estar que poderia ser deles se soubessem como mudar. para o canal de bem-estar.

A mensagem é clara: fechemos nossa válvula para qualquer coisa e nós a fecharemos em todos os sentidos. Fechemos essa válvula de bem-estar a qualquer coisa, desde crianças famintas a espécies em extinção, e excluamos o bem-estar consumado em todos os aspectos das nossas vidas.

Ou feche porque está cansado de ficar na fila. Feche porque entregaram a pizza errada. Ou feche-o porque os seus antepassados perderam a vida no Holocausto. Não importa! Encerrá-lo é fechá-lo, excluindo automaticamente tudo o que vem com essa energia superior, desde a abundância, até a saúde, até a felicidade incomum. Na verdade,

será que um aborrecimento estúpido ou algum ressentimento antigo e duradouro realmente vale uma privação tão gigantesca?

No meio de um divórcio, ou da perda de um ente querido, ou de alguma tragédia para você ou para outras pessoas, você se sentirá mal, é claro. Mas tome a decisão de se sentir mal por apenas um curto período de tempo. Então diga a si mesmo que isso é o suficiente. É hora de inundar você e qualquer outra pessoa afetada pelos acontecimentos com amor e apreço. É hora de encontrar coisas pelas quais se sentir bem e seguir em frente.

No momento em que você toma a decisão de mudar sua energia, seja ela a tristeza de um divórcio ou a raiva por causa dos lagos poluídos, todo o universo se aglutina *naquele instante* para formar uma cascata. bem-estar em cada fenda de sua existência física. Ele despeja tudo sobre você, ao seu redor e através de você. A única coisa que você precisa fazer é dizer *YYYYEESS!!!* para tudo isso, e para a Vida, e acorde para como é bom se sentir bem.

Então você sabe, do fundo do seu ser, que tudo realmente está bem. Não importa como possa parecer, não importa como possa parecer, não importa o que a mídia possa informar em contrário, você e este precioso planeta, e a maioria dos que nele estão, sempre estarão bem.

OceanoofPDF.com

capítulo doze



trinta dias para a descoberta



Sempre que encontro uma cura milagrosa de trinta dias em um livro que

comprei, jogo-o fora imediatamente. Não sou um defensor de planos de trinta dias. Na verdade, eu os detesto, e é obviamente por isso que projetei um para mim poucos dias depois de ser apresentado às leis da criação deliberada.

Dito isto, devo dizer-lhe com o rosto um tanto vermelho que embora aqueles trinta dias incríveis tenham mudado minha vida, dando-me a prova de que a mudança era possível, os primeiros dez dias foram um pesadelo. Na verdade, trabalhar naquela época foi a coisa mais difícil que já fiz, desde parar de beber, parar de fumar e terminar (o que eu era bastante bom).

Mas os resultados, claro, foram surpreendentes, caso contrário eu não teria continuado. Nunca me passou pela cabeça que fosse possível viver a vida sem algum grau de preocupação, sem falar no estresse total ou no pânico total. E, no entanto, era

exatamente isso que estava acontecendo. Eu estava aprendendo a viver sem preocupações. Foi surpreendente. Eu parecia ter encontrado um meio de viver num estado completamente contrário ao que eu acreditava ser normal.

Embora eu viva as quatro etapas da criação deliberada quase todos os dias, se não fosse por aquele programa introdutório de trinta dias que criei para mim mesmo, duvido que teria continuado. Meu vício em emoções negativas era muito arraigado, um modo de vida demais para ser abandonado em um piscar de olhos. Eu não saberia por onde começar ou como proceder, não importa quão grandiosos eu achasse que esses ensinamentos eram.

Aqueles primeiros trinta dias me deram um avanço tão grande no aprendizado de como assumir e controlar meu fluxo de energia, que praticamente eliminei todos os grandes medos que já tive — conhecidos e desconhecidos — da minha vida. Ah, claro, ainda estou um pouco nervoso em dirigir em estradas geladas, então só faço isso quando tenho certeza de que estou me sentindo bem. Ainda tenho dificuldade em falar por mim mesmo em situações íntimas, por isso só faço isso quando sei que minha válvula está aberta. Então é uma brisa. Às vezes tranco as portas se isso me faz sentir melhor nos dias de folga, mas o medo genuíno de arrombamentos é simplesmente inexistente.

E dinheiro? Está fluindo em cascata agora com facilidade, e já faz algum tempo, mas descobri no início do meu programa que o dinheiro entraria ou ficaria longe em proporção direta ao meu fluxo de energia. Se não houvesse entrada de dinheiro, eu sabia que minha válvula estava fechada de preocupação e medo. Quando o dinheiro era mais abundante, eu sabia que minha válvula havia aberto um pouco. Quando não entrava dinheiro, tive que fazer muito mais do que chamo de “mudança”, a rápida alteração da energia de alguém de negativa para positiva. Eu tive que encontrar maneiras de me livrar de qualquer hábito de preocupação que eu tinha e abrir essa válvula. Então, contanto que eu mantivesse minha válvula um pouco mais aberta do que fechada, o dinheiro viria, mas apenas na proporção de quanta energia do Sentir-se Bem eu conseguisse reunir.

Claro, ainda me concentro negativamente, mas apenas por um breve período – alguns momentos, algumas horas, às vezes até um ou dois dias, se realmente quiser me

sentir como nos velhos tempos. Mas então eu estou farto e me viro de volta. Simplesmente não estou mais disposto a sacrificar todos os meus desejos, sonhos e bem-estar por sentimentos negativos auto-indulgentes por causa de algum evento negativo estúpido. E eu não corro mais como o Lone Ranger contra condições indesejadas para consertá-las, consertá-las, consertá-las. Na verdade, cães velhos com certeza *podem* aprender novos truques.

Mas, cachorro velho, cachorro jovem, ou algo entre os dois, não há uma razão sob o sol, nem uma desculpa em todo este universo para que você não possa fazer isso também, se quiser. Uma liberdade de vida está esperando por você que está além de qualquer capacidade que tenho para descrever, uma liberdade tão extraordinariamente extraordinária que só podemos conhecê-la através da alegria de vivê-la.

Estou falando de liberdade pessoal total: liberdade do tédio ou da monotonia, da necessidade de provar ou justificar, da necessidade de precisar, da ansiedade e de todos os Deveres da vida que nos aprisionam e que tão firmemente impusemos a nós mesmos.

Estou falando da liberdade de existir como desejamos, da liberdade de adquirir, de ser ultrajante, de prosperar e até de se destacar, se esse for um desejo.

Estou falando de criar a sua própria utopia, não no próximo ano, não na próxima década, mas agora.

Foi aí que aqueles primeiros trinta dias me lançaram. Não, não de uma vez; essa coisa está em andamento e continuará assim enquanto eu estiver neste corpo. Alguns dias são melhores que outros, mas *todos* os dias trazem uma alegria mais duradoura do que jamais imaginei ser possível, porque tenho as chaves. Usar ou não é minha escolha, mas uma coisa é certa: não tenho mais desculpas para recorrer.

Um leve aviso, no entanto. Se você decidir embarcar a todo vapor nesta reviravolta de trinta dias, poderá estar enfrentando uma grande batalha contra seus medos. Velhos hábitos são difíceis de morrer, e seus medos não vão gostar que você esteja pensando em abandoná-los. Francamente, você também não. No entanto, tudo o que estamos lidando aqui são hábitos. Isso é tudo, apenas velhos hábitos confortáveis.

Nossa necessidade de precisar

Esse hábito implacável que temos de pensamento negativo faz parte de como definimos “normal”; a maioria de nós não saberia quem somos sem ele. Perderíamos o equilíbrio, pois viver nessa vibração é o mesmo que estar viciado em drogas; uma vez fisgado, a vida não pode continuar sem solução.

Eu estava falando recentemente sobre a Lei da Atração e a criação deliberada em uma grande reunião de doze passos com pessoas em recuperação, e descobri uma dicotomia fascinante. Por um lado, houve uma aceitação entusiástica dos princípios, até mesmo uma pontada de entusiasmo. No entanto, por outro lado, havia um medo óbvio de abandonar a necessidade de precisar.

Uma garota disse: “Acho que o que você está dizendo é empolgante, mas você esqueceu uma coisa: preciso continuar participando dessas reuniões para meu próprio crescimento. Preciso dessas pessoas ou afundarei novamente. Eu não estava com a válvula aberta quando cheguei, há seis anos, e foram essas pessoas que me ajudaram a abri-la. Se eu sair agora. . . bem, eu teria medo de fazer isso. Eu teria medo de sair sozinho assim.”

Sua válvula *não estava* aberta. O vício dessa garota pelo medo há muito se transformou em uma necessidade; seu medo se tornou sua solução. Ela sentiu que seus adereços seriam derrubados se alguém ousasse sugerir que ela poderia acabar com seus medos para sempre apenas encontrando maneiras de se sentir melhor. Até mesmo abordar o assunto era sinceramente aterrorizante para ela. O medo era sua identidade, seu cobertor de segurança, e ela não estava sozinha; essa mesma reação veio de muitos. “Dê-me as chaves da felicidade, mas não se atreva a tirar minhas inseguranças ou me sentirei despojado e vulnerável.” Nossa necessidade sempre presente de precisar.

Depois, há o conceito infeliz defendido por muitos de nós de que, antes que possa ocorrer uma recuperação confiável de qualquer vício ou distúrbio emocional, devemos desenterrar todo o lixo doloroso que acreditamos ter sido despejado sobre nós nos primeiros anos. Outro colega disse na mesma reunião: “Não vejo como você pode se sentir

melhor sem regurgitar (as palavras exatas!) Todo aquele horror que tivemos que passar enquanto crescia”. O hábito de pensar negativo se transformou em uma necessidade.

Nossa necessidade de dor emocional para nos sentirmos vivos, ou mesmo de um leve desconforto, é o maior vício já conhecido pela humanidade. É verdade que provavelmente nunca deixaremos de ter reações negativas, porque contraste é o que significa ser físico. Mas certamente podemos aprender a permitir o contraste, o que gostamos e o que não gostamos, sem ter que sentir e fluir tanta negatividade.

Três meses frenéticos

Mas eu ainda não tinha aprendido nada disso, então, quando as taxas de juros subiram e meu prolífico negócio de hipotecas praticamente desapareceu, fiquei totalmente louco. Os empréstimos secaram da noite para o dia e da noite para o dia passei do positivo para o negativo, culpando a situação – o mercado podre – pelo meu humor e estado de espírito. De “Cara, isso é quente!”, fui para “Querido Deus do céu, o que eu faço agora?!”

Com meu foco colado no mercado em declínio e em minha conta bancária em rápido declínio, olhei ansiosamente para meu próximo infomercial que estava quase pronto para ir ao ar. Certamente isso me tiraria da minha bagunça financeira. Certamente isso me salvaria. Certamente haveria encomendas suficientes para este programa notável para garantir que o empreendimento – e eu – prosperasse.

Como aconteceu durante a maior parte da minha vida, meu vício em problemas tornou-se mais uma vez meu cobertor de segurança. O único lugar onde me senti seguro foi envolto nas vibrações familiares da negatividade. Tentei ligar o buzz com o qual aprendi a brincar, mas estava muito irritado e desistiu rapidamente. Nunca escrevi um novo roteiro; Eu não sabia que poderia. Tudo o que fiz foi perder o sono, beber muito café, gritar com os cachorros e ficar cada vez mais apavorado com as vastas somas de dinheiro que gastei, além das quantias consideráveis que não estavam entrando.

Então vieram os “e se?” E se o infomercial não funcionasse? E se eu tivesse gasto o equivalente a cinco anos de renda e não tivesse recebido pedidos suficientes para

continuar? Como eu ganharia a vida novamente? Como eu faria? . . o que eu poderia. . . e se . . . e se . . . e se . . . ?

Mais uma vez eu estava criando um vórtice poderosamente carregado, muito magnético e muito negativo que ficava maior a cada segundo com cada pensamento de medo que eu projetava. Continuei tentando acreditar que as coisas não teriam corrido tão bem para mim no ano anterior, quando eu estava ganhando todo aquele dinheiro produzindo o programa e o programa, se o sucesso do programa não fosse “destinado a acontecer”. Ha!

O comercial de meia hora foi ao ar durante um fim de semana prolongado em vinte mercados diferentes, do Havaí a Nova York e todos os lugares intermediários. Não preciso contar o que aconteceu. Não há um Desejo no universo que pudesse ter sobrevivido às fortes vibrações do meu Não Querer que implorava: “Não quero que isso falhe; ah, por favor, não quero que essa coisa falhe!” Minha válvula estava selada, a porta da minha loja de brinquedos estava bem trancada e minha resistência a qualquer coisa que remotamente se parecesse com o bem-estar era maior do que a Via Láctea.

O tamanho do desastre me deixou com mais medo do que nunca. Durante três meses frenéticos, corri como uma galinha com a cabeça decepada no modo Hi Ho Silver, minha válvula se fechou, tentando desesperadamente gerar alguma renda enquanto mantinha um foco constante em uma série de coisas indesejadas. Nunca deixei de lado minha incessante culpa e ansiedade pelas condições. Todos eles! O mercado, a falta de poupança, a falta de rendimentos, o desastre da TV, as contas de produção ainda devidas. Eu não gostei do que estava olhando. Escusado será dizer que quanto mais eu olhava, mais eu conseguia!

Finalmente, em resposta aos meus gritos angustiados de ajuda, acho que o universo teve pena e forneceu alguma ajuda numa espécie de “pegar ou largar”. Nem grandes dólares (nem quaisquer dólares), nem novas ideias, nem mesmo pessoas para ajudar – apenas alguns ensinamentos. Os princípios da Lei da Atração foram descartados sem cerimônia em meu colo.

Introdução ao início

Por mais entusiasmado que estivesse com esses novos ensinamentos, saltar alegremente para os quatro passos da Lei da Atração teria sido totalmente impossível para mim no início. Eu estava atolado em muito medo. Com dezoito horas por dia de ansiedade cada vez maior, eu estava tão inundado de concentração negativa, sentimentos negativos e vibrações negativas que, sem algum tipo de programa inicial, sabia que desistiria antes de começar.

Então eu disse para mim mesmo: “Tudo bem, isso não deve ser muito difícil; Só preciso encontrar uma maneira de parar de pensar em coisas que me deixam tenso. Nada demais. Vou parar de pensar neles por trinta dias, depois poderei prosseguir com o restante das quatro etapas.”

Sonhador! Foi um grande negócio. Mas com uma determinação nascida de estar por baixo novamente e não ter mais para onde me virar, mergulhei e me recusei a desistir.

Se, de fato, você deseja embarcar na magnífica jornada de se tornar o criador deliberado que veio aqui para ser, recomendo fortemente que você mergulhe nestes trinta dias também, antes de brincar com qualquer outra coisa. Se você persistir, os trinta dias identificarão a profundidade do seu hábito negativo, dando-lhe uma referência inestimável para voar. Pelo menos ele fez por mim. Eu tive que estabelecer onde estava antes de poder traçar um curso. Cara, ah, cara, eu já descobri onde estava.

Portanto, este foi o meu começo, meu próprio desejo - embora totalmente ingênuo - de começar a me livrar das algemas vibracionais às quais estive tão inconscientemente preso por décadas. Este é o programa de trinta dias que desenvolvi nem um dia depois de receber o material da Lei da Atração. Direi diretamente do meu diário como funcionou para mim e o que você pode esperar ao longo do caminho.

Existem apenas duas etapas para meu programa introdutório:

1) Remova seu foco de *qualquer coisa importante* que esteja causando medo sério (preocupação, preocupação, ansiedade, estresse, etc.) **E MANTENHA-O DESLIGADO!**

Observe que eu não disse para tirar o foco de todas as coisas negativas, apenas dos itens atuais e urgentes, porque são mais fáceis de detectar e sentir! Eles são sempre importantes e diretos. Não quero de algum tipo que esteja deixando você tenso.

Se pensar em sua conta bancária vazia deixa você tenso, pare de pensar nisso *agora* e mude para o número dois (veja abaixo) imediatamente. Se pensar em seu divórcio pendente gera aquela sensação de aperto na boca do estômago, então pare de pensar nisso *agora* e ligue (veja abaixo) o mais rápido que puder. Se pensar em seu próximo exame de licenciamento está deixando você enjoado, pare de pensar nisso *agora* e mude o mais rápido que puder.

Nos meus primeiros trinta dias, eu pessoalmente não comecei a falar sozinho ou a escrever novos roteiros; isso foi muito complicado no início. No entanto, se você quiser se tranquilizar em voz alta ou escrever um novo roteiro, vá em frente. Apenas lembre-se de que nestes primeiros trinta dias é de vital importância ter um assunto imediatamente disponível para você acessar e mudar rapidamente de vibração. Essa foi a única maneira que encontrei para começar a quebrar meu hábito insidioso de “negatividade”.

2) Estabeleça um tópico para cada dia, encontrando um novo item sobre *você* para apreciar.

Um tópico flip-switch é aquele que você estabeleceu para o dia. Ele está pronto para você entrar no momento em que perceber que está se sentindo ansioso, ou um pouco deprimido, ou até mesmo moderadamente indisposto. É um tópico que você escolheu para ter à mão, para não ter que procurar freneticamente por alguma coisa para abrir a válvula em que pensar.

Não pense que encontrar algo em você para apreciar é namby-pamby. Acredite, é difícil. Não importa qual seja nossa posição na vida, a maioria de nós tem tanta aversão a reconhecer nossos próprios atributos ou talentos que a ideia de ter que desenterrar um novo a cada dia durante trinta dias pode ser realmente cansativa. Felizmente, é essa aversão que torna este exercício tão valioso, pois o processo de desenterrar um novo assunto a cada dia, junto com o esforço considerável necessário para manter o foco na

coisa, nos deixa tão envolvidos enquanto estamos pensando nisso. , acabamos por esquecer as preocupações exteriores.

Então, o que há para apreciar? Bem, que tal o seu cabelo, ou as suas unhas limpas, ou a sua voz para cantar, ou a sua experiência com figuras, ou o amor pelos pássaros, ou um grande corpo, ou capacidades de liderança, ou talento de representação, ou mãos fortes, ou delicadeza na criação de filhos, ou proficiência em esqui, ou posição na empresa, ou habilidade em vendas?

Se você acha que não consegue encontrar trinta coisas para apreciar em você, encontre-as de qualquer maneira. Então, quando alguma preocupação habitual surge furtivamente em seu dia, e você se pega naquele estado hipnótico de foco aparentemente inquebrável em tudo o que o preocupa, agora você tem algo esperando nos bastidores para substituí-lo imediatamente. Você muda *IMEDIATAMENTE* para o seu tópico diário.

Agora, isto é importante: fique com qualquer tema de agradecimento que você escolheu para aquele dia, não importa quão absurdo possa parecer. Em outras palavras, não fique pulando no seu tema diário de auto-apreciação só porque isso faz você se sentir bobo ou porque acha que poderia gostar de algo melhor. Com a ajuda sempre presente da sua Orientação, você o escolheu por algum motivo, de modo que aquele assunto é seu por vinte e quatro horas. Mantê-la!

Depois, pense no seu item de agradecimento diário quando *não estiver* com medo. Pense nisso a cada minuto que você se lembrar de fazer isso. Esse tipo de foco concentrado e de alta vibração fará mais para quebrar sua vibração habitual de preocupação – mais rápido – do que você pode imaginar.

Os primeiros dez dias

Isso é tudo que havia no meu programa:

- 1) Manter minha atenção longe de qualquer coisa que me cause preocupação (que se refere principalmente a finanças) e
- 2) Em seu lugar, instale instantaneamente - mude para - tudo o que estava acontecendo para eu apreciar naquele dia.

Nos primeiros três dias, porém, não desenvolvi o processo flip-switch, e aqueles dias foram incrivelmente difíceis. Fiquei impressionado com a profundidade e a duração dos meus períodos de atenção negativa. Descobri que comecei a me preocupar em um piscar de olhos. Eu estava constantemente tenso. Nenhum dinheiro entrava e muito saía. Meus anúncios não estavam funcionando e nem o novo vendedor que eu havia contratado em pânico, que estava mais carente do que eu. Tentei descobrir o que queria, mas tudo continuava aparecendo em Don't Wants, então desisti dessa rotina até saber mais sobre o que estava fazendo.

Parecia que esse tom sempre presente de preocupação nunca ia embora, mesmo quando eu sorria para as pessoas ou falava alegremente ao telefone. Eu desligava o telefone e imediatamente me perguntava de onde viria o próximo empréstimo, depois percebia o que estava fazendo e tentava desesperadamente encontrar outra coisa — qualquer outra coisa — em que pensar. Como isso não funcionou, eu estava realmente me debatendo.

As horas passaram lentamente nesses primeiros três dias. Fiquei chocado com quantas vezes em cada hora eu me concentrava em minha falta, um hábito que era difícil de compreender, poucos meses antes de o dinheiro começar a chegar como as Cataratas do Niágara. Mas agora eu tinha a chave e, por isso, ajude-me, ia descobrir como usar aquela coisa idiota.

No terceiro dia, descobri que provavelmente 97% dos meus dias eram dedicados à preocupação, preocupação, ansiedade e medo. Essa consciência me deprimiu completamente e depois me deixou furioso, o que certamente não ajudou. Eu não tinha ideia de que estava me preocupando tão rotineiramente, tão inconscientemente. Falar sozinho era inútil e escrever um novo roteiro era impossível no meu estado de espírito. Foi quando eu soube que precisava encontrar algo pronto para usar, algo com um foco fácil e agradável, mas com uma vibração boa e alta. Graças à minha orientação, optei pela auto-apreciação, pensando que seria bastante fácil. Ah com certeza! Não só foi mais difícil do que eu esperava, mas descobri que a parte mais difícil foi permanecer lá quando cheguei, o que me deixou mais determinado a continuar.

De qualquer forma, a auto-apreciação foi o que escolhi e imediatamente descobri que mudar do negativo para o positivo era muito mais fácil de fazer. Agora eu tinha algo concreto para fazer, embora achasse difícil *sentir* a apreciação, em vez de simplesmente pensar nisso. . . senti *-lo* com uma intensidade que poderia causar agitação, mesmo que o item do dia fosse nada mais do que minhas pernas raspadas.

Às vezes eu tinha que sair, me afastar do ambiente do escritório e simplesmente ficar embaixo de uma árvore até poder começar com um sorriso exterior e chegar àquele Sorriso Interior Gentil onde eu poderia finalmente sobrepor, com sentimento, qualquer item de a apreciação estava em alta para o dia.

No quinto dia eu sabia que as coisas estavam começando a mudar. Algo estava funcionando – lentamente, sim, mas funcionando. Embora eu ainda só conseguisse entrar em um estado realmente animador por um quarto do dia, o resto do dia transcorreria de maneira bastante uniforme, sem aquele foco sombrio e incessante na falta.

Durante aqueles primeiros dez dias, não achei que conseguiria. Quanto mais eu tinha que mudar, mais deprimido ficava porque essa pessoa vibrante (eu), que as pessoas sempre consideraram tão positiva, otimista e feliz, não era nada além de um preocupante comum e comum. , o mesmo tipo de pessoa que eu costumava dizer às pessoas para deixarem de ser!

Com o passar dos dias, comecei a duvidar que algum dia conseguiria chegar ao cobiçado tempo de passar dezesseis a dezoito horas sem algum grau de ansiedade. Às vezes, eu ficava tão desanimado que gritava com o universo, desatava a chorar e enfiava as mãos nos bolsos para sair de mau humor para dar um passeio em profusa autopiedade.

Na verdade, muitas vezes durante esses primeiros dez dias a possibilidade de aprender a viver sem aquela sensação familiar e até reconfortante a vibração de preocupação que tinha sido uma grande aliada durante a maior parte da minha vida parecia além de qualquer esperança. O que estava me causando ainda mais angústia era a angustiante constatação de que, para começar, eu tinha tanto medo.

Bem, eu tinha saído de outros vícios e, caramba, eu iria sair desse, não importa o que acontecesse.

No sexto dia (não, não vou passar os trinta dias), sem motivo aparente, entrei em uma depressão profunda e em lágrimas. Eu estava me sentindo frustrado e com raiva, mas não tinha ideia do porquê. (Descobri muito mais tarde que era devido a uma mudança química em meu corpo.) Finalmente saí e sentei-me sob uma de minhas árvores favoritas por um tempo para me ajudar a me acalmar e poder voltar à minha apreciação diária. Demorei cerca de quarenta e cinco minutos até que eu pudesse me conectar, mas o fiz, e para minha alegria não houve mais sentimentos cafonas pelo resto do dia.

Hoje, se eu sou emocionalmente atingido assim, eu imediatamente me pergunto no que não quero que estou me concentrando ou o que está me incomodando, e geralmente encontro a resposta rapidamente para que eu possa conversar, acalmar e deixar para lá. . Mas naquela época, logo no primeiro turno, a menos que fosse algo óbvio, eu apenas tentei mudar o sentimento.

À medida que os primeiros dez dias começaram a terminar, tive consciência das mudanças dramáticas que começavam a ocorrer. Aquelas sensações surgidas de mau presságio que tomavam conta de mim sem motivo aparente ao longo do dia caíram para cerca de duas, de dezenas. A esmagadora preponderância de vibrações negativas havia cessado e, com essa percepção, senti como se tivesse acabado de conquistar nu o Monte Everest. Fiquei eufórico!

Também durante aqueles primeiros dez dias tomei consciência de como era difícil para mim me permitir fantasiar, querer, desejar. Ah, claro, eu daria vazão às coisas habituais, como mais dinheiro, aproveitar mais tempo para fazer meu trabalho e assim por diante, mas raramente me permiti realizar meus sonhos mais profundos. Se uma fantasia passasse pela minha cabeça, como o desejo de uma vida inteira de uma segunda casa isolada em um lindo lago de montanha, eu simplesmente suspiraria e a enfiaria mais fundo dentro de mim para continuar sendo um desejo proibido.

Decidi cortar aquela estupidez pela raiz e no oitavo dia saí para rachar lenha, uma paixão particular minha. Comecei a me repreender em voz alta (amor duro) que dane-se tudo, já era hora de trazer aquele velho desejo oculto - e quaisquer outros, se eu os encontrasse - para fora do armário, transformá-lo em um desejo aberto e permitir sentir a excitação disso, não importa o que aconteça.

E eu fiz. Por uma hora esplêndida, depois de ligar o aparelho e entrar no Feel Good, cortei lenha e conversei comigo e com os cachorros sobre minha cabana na floresta à beira do lago. Descrevi os cheiros, as árvores, o cais, a decoração da cabana, os brilhos na água ao pôr do sol. A hora voou em segundos. Eu havia rompido uma barreira totalmente inexpugnável até agora, a barreira da entrega a mim mesmo. Eu me permiti a alegria de me banhar em uma fantasia e transformá-la em um desejo. Eu tinha acabado de virar outra esquina e sabia disso.

Com certeza, naquela semana a sincronicidade começou. Vi “meu lago” na TV no dia seguinte. Encontrei-o num calendário. Eu vi isso em um anúncio de revista como se o universo estivesse dizendo: “Nós ouvimos você, garoto, continue vindo e é seu!” (No momento em que escrevo, quase é!) Mais uma vez, fiquei eufórico.

No nono dia, era hora de pagar as contas novamente e eu estava inquieto. Como eu me sentiria? Eu poderia ficar sem medo da falta? Eu poderia mudar meu foco?

Com a determinação de prestar atenção aos meus sentimentos, fui até minha mesa. Graças a Deus o processo mensal foi mais fácil do que o normal, embora eu achasse difícil entrar – e manter – um foco de apreciação. Então comecei a cantar. Por que não? Qualquer coisa para quebrar aquele antigo hábito de temer o décimo dia do mês. Funcionou bastante bem, mas acabei saindo para o meu campo para aproveitar o silêncio do final da tarde e me animar. Não houve mais sentimentos negativos pelo resto da tarde ou noite. No meu diário, a última frase está sublinhada!

Eu sabia que estava indo bem. As ideias estavam começando a surgir por todo lado. Eu tentava deliberadamente me levar a um sentimento negativo *e descobria que não conseguiria!* Mas quando alguém entrou sorrateiramente, Eu sorria como um gato Cheshire,

dava tapinhas nas costas por reconhecer o sentimento e mudava as engrenagens vibracionais.

Finalmente chegou o dia, aquele dia tão esperado, em que eu sabia que havia relaxado completamente em relação à renda (embora ainda não tivesse nenhuma) a ponto de ficar honestamente despreocupado. Deus, que sensação fantástica foi aquela!

Por causa de anos de hábito, descobri que ainda me soltava com todos os tipos de declarações negativas, como: “Não, desculpe, não posso ir com você, estou com poucos fundos e não tenho o suficiente entrando.” É claro que eu ficaria triste no minuto em que algo assim saísse da minha boca, mas a partir daí não demorou muito para descobrir o que havia causado o sentimento (sempre um Não Quero), e eu mudaria o interruptor. eu mesmo fora disso.

Dia após dia, eu observava uma vida inteira de pensamentos negativos inconscientes e emoções negativas se dissolverem. Eu estava saindo de um vício tão profundo, tão profundo que nem sabia que o tinha. Não houve debate; mudar meu foco e meus sentimentos não só era possível, como estava acontecendo. Esperei impacientemente para ver os resultados lucrativos, uma coisa realmente estúpida de se fazer!

Dos dez aos trinta

Os vinte dias seguintes foram montanhas-russas. Nos dias agitados e tranquilos, fui inundado de ideias fantásticas para aumentar substancialmente minha renda. Mas os dias de tristeza não foram apenas um pouco de tristeza, eles ocorreram sob o Grand Canyon com um estranho e exagerado mau humor. Ninguém havia me contado - ou a qualquer um de nós que tentava controlar nossas energias - sobre essa ocorrência bastante desagradável, mas aparentemente comum, que parece acontecer quando começamos a atrair mais energia de alta frequência para o corpo.

(Sabemos agora que essas oscilações provêm da aclimação do corpo aos períodos prolongados de vibrações mais elevadas, que por sua vez causam uma mudança dramática na composição química do corpo. Uma vez que a emoção - que é negativa e física, ao contrário do sentimento, que é positivo e etérico —é induzido quimicamente, as mudanças

de humor são simplesmente ajustes químicos que ocorrem. Algumas pessoas experimentaram essas mudanças de humor de forma bastante profunda, outras apenas moderadamente, mas todos parecem ter algo a dizer sobre elas. Felizmente, isso passa. Na verdade, você pode sentir que isso diminui em cerca de seis semanas e geralmente desaparece completamente em três meses.)

Esses roqueiros apareciam do nada, me dando um tapa na barriga quando menos esperava. Francamente, houve dias em que a situação foi tão ruim que eu simplesmente disse: “Para o inferno com isso”, e nem tentei dar o impulso para sair. No entanto, no dia seguinte ou dois, a nuvem negra teria passado e eu estava de volta ao meu programa a todo vapor.

Mas não importa o clima que tenha sobrado do dia anterior, houve um ritual matinal que criei, amei e nunca perdi. Isso começava todas as manhãs com uma conversa amorosa com meu Ser Interior/Eu Expandido. Ajoelhado em reverência à Vida que sou (e para me manter paralisado em um lugar enquanto faço minhas coisas), eu delineava meus Desejos para o dia, semana e década, parando apenas o tempo suficiente em cada Desejo. para permitir que seu tom de sentimento passe por mim. Foram momentos reverentes, bem-humorados e comoventes, e eu os valorizei como parte do meu programa planejado. (Percebo um vazio e uma falta de direção sempre que deixo esse ritual passar, o que às vezes faço com muita frequência.)

Nos dias de alta, eu conseguia ficar animado em um piscar de olhos, deslizando com facilidade para o sentimento de qualquer apreciação que tivesse escolhido para o dia. Nos dias que não começou, demorou um pouco mais. Mas o mais emocionante para mim foi que, para cima ou para baixo, o medo de qualquer tipo estava claramente ficando cada vez mais em segundo plano. Os dias de baixa não tiveram nenhum foco específico de Não Quer ou estresse, apenas estagnação básica. Havia uma nova alegria em meus passos, uma canção em meu coração e em meus lábios, um sorriso quase constante em meu rosto e uma emoção de vida e uma maravilha de criação que eu não experimentava desde então. . . já que não sei quando.

Embora eu tivesse aprendido sozinho no ano anterior a zumbir sem realmente saber o que estava fazendo, com a queda do mercado eu mantive tanto foco negativo nas condições externas que há muito esqueci o zumbido. Mas eu estava acelerando novamente como um novato animado no treinamento de primavera.

Eu entendi agora que “ligar” significava primeiro desviar minha atenção do Não Quero. Quer eu estivesse fluindo para os desejos reais, ou para o meu item de agradecimento do dia, ou apenas para me divertir, eu sabia que finalmente estava começando a interromper o fluxo da atração por padrão. Então, eu vibrava, me apaixonava (ainda é um dos meus sentimentos favoritos), me encantava com a vida e sentia a energia da grande alegria formigando por todo o meu corpo.

Agora eu poderia mudar para um desejo específico ou para o meu item do dia. Se eu me pegasse pensando sobre de onde viria o próximo empréstimo, sentiria instantaneamente aquela nuvem úmida e sentimental ao meu redor, perceberia que estava me concentrando na falta e sairia dessa. Foi glorioso.

E meu novo jogo de observar aquelas sincronicidades selvagens que começam a acontecer quando um Want é lançado era tão divertido que estava quase se tornando uma obsessão. Eu decidiria, em alta agitação, encontrar um novo restaurante com vistas especiais, comida excelente e garçons charmosos, e em um ou dois dias um amigo ligaria do nada com a sugestão de um lugar assim para nós visitar!

Coloquei um tipo especial de camisa de trabalho branca e pesada em minha lista de desejos que as lojas aparentemente haviam descontinuado, e três semanas depois tive a oportunidade de ir a uma loja de descontos remota para comprar papel de cópia. Bingo! Minha camisa estava pendurada sozinha em exposição, *a única da loja!*

Embora eu não coma muita carne, um dia tive vontade de comer um hambúrguer suculento, tive outra chance de ir a uma nova *loja de ferragens* e descobri que um novo mercado acabara de abrir ao lado com a carne moída mais deliciosamente fresca que já conheci. já teve! Repetidamente, houve confirmações óbvias de que viver em frequências mais altas estava realmente funcionando.

Minha proporção mensal que costumava ser 30/30 (trinta dias em trinta dias com preocupação ou ansiedade) agora era mais parecida com 17/0/13 (dezessete em aumento, zero com medo ou ansiedade real e treze em aquele deprimente estranho), uma melhoria colossal de qualquer maneira que você olhasse.

Mas minha ânsia de colher os frutos estava me deixando em doca seca. Ao olhar para trás, posso ver que estava procurando resultados na forma de dólares já em duas semanas, uma coisa realmente estúpida de se fazer, já que tudo o que fiz foi manter meu foco no que não estava lá.

Finalmente, chegou o dia trinta. Onde estava minha conta bancária transbordante? Por que meu telefone não tocava pedindo empréstimos? Por que demorou tanto para implementar minhas novas ideias? Lá estava eu mais uma vez, decepcionado com o que *não tinha* acontecido. Meu contínuo "Onde está? Cadê?" era o mesmo velho foco negativo, apenas vestido com uma fantasia diferente.

Na verdade, o dinheiro estava realmente começando a chegar, embora aos poucos. Eu assisti, fascinado. Esse fluxo estranho e constante de um pouco aqui, um pouco ali, obviamente em proporção direta ao meu foco vibracional. Pelo menos com a válvula um pouco mais aberta do que fechada, eu não estava andando para trás! Minha conta corrente ou permanecia a mesma (não me lembro como) ou crescia ligeiramente. Nunca mais retrocedeu!

Demorou alguns meses até que eu pudesse permitir que as comportas se abrissem novamente, mas elas abriram. Não de uma vez, com certeza, mas gradualmente. Um desejo após o outro estava chegando à minha porta, alguns grandes e muitos pequenos divertidos.

E, sem qualquer ajuda minha, exceto profunda apreciação por aquele produto fantástico que de alguma forma produzi, o *Life Course 101* - o programa audiovisual que criei com alegria acidental, antes mesmo de conhecer a Lei da Atração - começou a decolar como gangbusters em diferentes partes. do mundo.

Eu adoraria lhe dizer que todos os meus velhos hábitos desapareceram em trinta dias, mas é claro que não é o caso. Ainda hoje, com o dinheiro fluindo em grande

abundância, preciso de toda a minha concentração para lembrar que o que realizo não tem a ver com o quanto trabalho duro ou com o quão inteligente sou, mas como estou fluindo minha energia. Então, continuo escrevendo novos roteiros, conversando comigo mesmo constantemente e alternando.

Agora, em vez de um item de Apreciação do Dia, tenho um Desejo do Mês para recorrer, que serve a dois propósitos: cria mais tempo vibracional – portanto, mais paixão – para que a energia flua para um desejo específico, e me dá aquela rede de segurança de sempre ter algo pronto e esperando nos bastidores para fluir quando eu mais precisar.

Em treinamento

Fica mais fácil? Meu Deus, sim. Mas se você vai tomar a decisão de assumir o controle da sua vida, ter as coisas que deseja, fazer as coisas que deseja, ser a pessoa que deseja ser e viver do jeito que deseja com as pessoas que deseja, há algo que você também pode aceitar: você está treinando para sempre!

Você terá dias de alegria, dias de tristeza, dias fantásticos, dias ruins, dias profundamente emocionais e dias em que estará pronto para jogar a toalha. No entanto, estou disposto a apostar que não, não agora, sem saber o que você sabe. Goste ou não, é duvidoso que você seja capaz de sentir novamente uma pontada de emoção negativa sem saber que acabou de fechar a porta para todas as coisas que sempre quis na vida, sejam elas materiais, físicas, emocionais, espirituais. , Ou todas acima.

Então, sim, este é um esforço para toda a vida e você não aprenderá tudo nesses primeiros trinta dias. Você pode sair do medo e da preocupação no primeiro mês, definitivamente. Mas então é arregaçar as mangas e mergulhar de todo o coração em todas as nuances dos Quatro Passos para a Criação Deliberada, isto é, se você quiser tudo: prosperidade, segurança, saúde, liberdade, alegria, vitalidade, engenhosidade, independência, realização, seu estados naturais de ser, a maneira como você deveria ser, a maneira como você pode ser daqui em diante se estiver disposto a fazer o esforço necessário.

É o seu jogo

Este não é um show de ninguém além do seu, sempre foi, sempre será. Ninguém nunca te segurou pelos lóbulos das orelhas. Ninguém alguma vez fez com que sua vida fosse de uma forma ou de outra. Tem sido o seu show desde o início, planejado pela forma como vocês estavam fluindo a energia, planejado em cada momento de cada dia pela forma como vocês estavam se sentindo.

Agora tudo se resume ao que você quer fazer com o resto da sua vida e o quanto você está disposto a fazer um esforço emocional para consegui-lo.

Então, aqui estão algumas rapidinhas, uma rápida repetição dos pontos mais importantes que você deve ter em mente à medida que você avança para este novo e estimulante mundo de criação deliberada. Primeiro, os principais passos:

Passo 1. Identifique o que você não quer

Etapa 2. Identifique o que você deseja

Passo 3. Encontre o sentimento do seu Desejo

Passo 4. Espere, ouça e permita que o universo entregue - e - (Etapa 4A: *Mantenha seu foco longe dessas condições de vazio!*)

O principal não fazer

- Não anote a pontuação muito cedo. Se seus Desejos ainda não começaram a aparecer, relaxe. E mantenha sua válvula aberta.
- Pare de tentar consertar qualquer outra pessoa; isso é coisa de fechamento de válvula. Você não precisa consertar nada; você apenas precisa parar de pensar nisso.
- Pare de pensar que o mundo precisa mudar antes que você possa estar seguro ou feliz. Você cria sua própria segurança através do seu fluxo de energia.
- Não tome como garantido nada do que acontece em sua vida, bom ou ruim, grande ou pequeno. Ele entrou na sua vida porque você o magnetizou ali, então preste atenção no que você está criando.
- Pare de focar, responder ou se preocupar em como controlar condições que ainda não mudaram. Isso só lhe dará mais do mesmo.

- Não tente rotular como você se sente quando está deprimido. Pare de chamar isso de culpa ou frustração ou algo assim. Apenas saiba que você está fora de sincronia e encontre uma maneira de voltar.
- Pare de ser um covarde querendo. Quer grande em qualidade e também em quantidade! E nunca pare de criar novos desejos. A energia ultra-alta que você precisa de saídas para fluir. Crie-os!
- Pare de pensar que isso não pode acontecer. Essa vibração garantirá que não.
- Não espere se sentir bem antes de ligá-lo. Ligue o dia todo. Faça disso um hábito. Buzz por nenhuma outra razão a não ser para manter suas frequências elevadas, sua válvula aberta e sua resistência baixa à energia de alta frequência.
- Não leve tudo isso tão a sério; isso apenas contribui para válvulas fechadas. Relaxe, divirta-se com isso e isso acontecerá mais rápido.
- Nunca, jamais, tome medidas sem inspiração enquanto sua válvula estiver fechada ou enquanto você estiver no meio de um problema. Abra a válvula primeiro e depois ouça sua orientação antes de agir.
- Não tente encontrar as causas feias, sombrias e desagradáveis daquilo que você acha que está errado com você. Pare com isso! Tudo o que você está fazendo é dando mais atenção ao que você não quer.
- Não viva para o resultado final, dizendo “Não posso me sentir melhor até que isso aconteça”.
- Não se culpe quando se sentir mal ou feche a válvula. Você só se sente mal quando não quer, então parabeneize-se por ter reconhecido isso. Até que você saiba o que não quer, de que outra forma você saberá o que quer?
- Pare de pensar em qualquer coisa que feche sua válvula: qualquer coisa, qualquer corpo, qualquer situação, qualquer evento, qualquer circunstância, qualquer lugar, qualquer filme, qualquer comida, qualquer motorista, qualquer chefe, qualquer cena, não importa o que aconteça, *NÃO IMPORTA O QUE!*

- Pare de se juntar ao movimento de queixas carregado de seres desconectados e com válvulas fechadas. Flua sua energia para o que você deseja e afete o todo.
- Pare de falar sobre sua doença e de fazer com que seu corpo se degenere ainda mais. Comece a falar sobre como seu corpo está rejuvenescendo e abra a válvula para permitir isso.
- Pare com o jogo dos “problemas”. Ter problemas nada mais é do que uma desculpa para permanecer em vibrações negativas.
- Não anseie. É apenas uma consciência negativa de que você não tem alguma coisa.
- Pare de pensar que há algo fora de você que está fazendo — ou pode fazer — a diferença.
- Não tenha medo de olhar para algo que você não quer. Olhe para isso de todos os ângulos e então carregue seu desejo ou intenção.
- Não justifique seus sentimentos com um “Estou certo e você errado”, mesmo que seja esse o caso. Isso fecha a válvula e conecta o fluxo de energias superiores a todas as outras áreas da sua vida. Lembre-se, você conecta um, conecta todos.
- Não se arrependa de nada; esse é um fluxo negativo excepcionalmente pesado.
- Nunca, jamais, comece um novo projeto, negócio, empreendimento, empreendimento, atividade, relacionamento ou *qualquer coisa* antes de elaborá-lo e fluir alguma energia entusiasmada e apaixonada *por um bom tempo*.
- Não pense, sinta.
- Não pense nas suas reações, sinta-as.
- Saia do seu caso. Se você errar, e daí? Apenas decida mudar isso.
- Pare de tentar se encontrar. Comece, em vez disso, a se permitir. Uma vida grandiosa é seu direito. Você é sua vida; portanto, você *está* certo.

- Nunca se esqueça, você não é Joe ou Sally, você não é um carpinteiro ou secretário, você é uma força de vida. Aja como tal! Torne-se isso!

- Não desista; nunca desista!

Os principais dos

- Permita-se tempo todos os dias para sonhar, desejar, imaginar, pretender, querer e tempo para fluir energia para todos eles, fluir energia para todos eles, fluir energia para todos eles.

- Sempre que você não se sentir bem, pare, recupere o equilíbrio e encontre uma maneira de se sentir um pouco melhor, depois um pouco melhor, e ainda um pouco melhor. Cada sensação melhor é um aumento na vibração.

- Use tudo o que você sabe para mudar do foco negativo para qualquer tipo de confusão calorosa.

- Faça mais declarações todos os dias sobre o que você quer e por quê: coisas grandes, coisas pequenas, coisas sem sentido. Quanto mais desejos você tiver e mais entusiasmado com eles, mais dramaticamente sua energia fluirá.

- Tome mais decisões todos os dias, sobre seu humor, sua segurança, seu trabalho, seus relacionamentos, suas vagas de estacionamento, suas compras. Tal como acontece com os Desejos, as decisões convocam a energia e fornecem saídas.

- Pergunte-se constantemente: “Como estou fluindo minha energia?” “Como estou fluindo minha energia?”

- Dê mais tempo ao seu assunto e deixe de lado o fato de que ainda não aconteceu. Está se formando, está acontecendo, está a caminho. Acredite!

- Fale com ternura consigo mesmo todos os dias. Alto.

- Fique atento a pistas de que as coisas estão acontecendo, a eventos simultâneos, a sincronicidade.

- Continue escrevendo novos roteiros escandalosos.

- Preste atenção em como você está se sentindo.

- Substitua sua lista de “coisas para fazer” por uma lista de “coisas para sentir”.
- Encontre novas maneiras de se sentir um pouco melhor a cada dia. Seja criativo. Seja inventivo. Seja ultrajante.
- Dê tapinhas nas costas por cada obstáculo percebido que você criou. Sem eles, você não pode saber o que quer.
- Pense apenas no que você quer, e não na falta disso.
- Aceite de uma vez por todas que você é o criador da sua experiência.
- Comece o dia com a intenção de buscar aspectos positivos sobre tudo e todos. Então pretenda encontrá-los.
- Ignore como a energia de outra pessoa está fluindo e preste atenção na sua, apenas na sua.
- Lembre-se de que nada — *nada* — é mais importante do que sentir-se bem, mesmo que seja apenas sentir-se melhor.
- Use o seu desejo do mês como um salva-vidas; isso é.
- Comece aos poucos para mudar de uma vibração negativa para positiva. Em breve, esse pequeno pensamento ganhará o impulso necessário para lançá-lo em um grande sentimento de bem-estar.
- Espere seus desejos. Espere por eles!
- Aprenda a ligar à vontade, não importa como você escolha fazê-lo. Ao ligar, você abre sua válvula, diminui sua resistência, vibra positivamente, atrai positivamente.
- Fique atento a como você está *se sentindo* e o resto será fácil.
- Fique fora do passado; isso não existe.
- Torne-se consciente dos tons de sentimento que você percorre durante todo o dia, desde o amanhecer até o apagar das luzes. Fique acordado. Torne-se consciente!
- Viva no lugar do sentimento do seu Desejo todos os dias.
- Ou apenas viva em Feel Good e observe a rapidez com que seus desejos surgem.

- Se você acordar se sentindo bem, bombeie. Se você acordar se sentindo péssimo, mude.
- Acalme-se, relaxe, acalme-se, naturalize-se, esteja mais perto de Você.
- Descubra essa linda doçura profundamente dentro de você. Encontre, sinta, permita e ventile. Homem ou mulher, todos nós temos.
- Ouça sua orientação e então aja; nunca, nunca, nunca aja antes.
- Siga seus impulsos; essa é a sua orientação.
- Aprenda a observar o contraste sem ter que cruzar a linha da resistência negativa.
- Pratique uma apreciação fluida de placas de rua, prédios de tijolos, sinais vermelhos ou outros objetos ao ar livre enquanto dirige.
- Esteja ciente dos obstáculos reais que você está criando com sua resistência à energia da Fonte.
- Se tudo mais falhar, dê um sorriso falso. Apenas quebrar seu rosto aumenta suas vibrações.
- Se algo está incomodando você, supere isso.

É o seu navio

Você não pode estragar tudo. Você não pode cometer um erro ou uma decisão errada. É impossível. Na verdade, você nunca cometeu um erro; você apenas convidou aulas para ajudá-lo a sair da vibração negativa. Agora você sabe!

Todo esse negócio de criar nossas vidas através do fluxo de energias de uma frequência mais elevada do que a que temos vivido é incrivelmente novo para todos nós. É uma reviravolta gigantesca, uma nova orientação importante para a vida. Então seja gentil consigo mesmo, tenha calma, brinque com as energias, fique curioso, ria mais, sorria mais, experimente. Veja por quanto tempo você consegue segurar um zumbido ou com que rapidez você consegue ativá-lo. Descubra o que lhe dá alegria e então faça. Brincar com seus desejos. Brinque com tudo isso, mas lembre-se, tudo isso é muito, muito novo, então, por favor, por favor, não desanime.

Somos como crianças em rodinhas aprendendo a manobrar em nosso novo mundo. Tudo naquela criança diz: “Levante-se e vá”. É o que acontece, de novo, e de novo, e de novo, não importa quantas vezes as quedas possam ocorrer. Isso se chama paixão. . . e pratique.

A prática é a essência desta nova forma de pensar e ser. Tem que ser; é muito novo, muito estranho. No momento, esse conceito consiste em tantas palavras no papel que podem parecer atraentes, mas a prova está no pudim. E isso significa prática!

Pratique fluir a energia. Pratique fluir de acordo com seus desejos ou pratique apenas fluir. Aprenda a ligá-lo à vontade. . . Em qualquer situação . . . onde quer que você esteja . . . com quem você estiver. . . o que quer que esteja acontecendo. Você controla sua vida controlando suas reações à vida. Então pratique!

Depois de terminar os trinta dias, crie seu próprio novo programa para manter o interesse aumentado. Talvez uma semana de sentimento de gratidão. Depois, talvez uma semana de admiração por tudo, ou reverência, ou admiração, ou entusiasmo. Depois, talvez uma semana de diversão, uma semana de entusiasmo, uma semana de amor, uma semana de sentimento “Deus, é bom estar vivo”, não importa *o que* esteja acontecendo ao seu redor.

Pratique nos momentos estranhos enquanto você está sentado no banheiro, disciplinando seus filhos, pagando o imposto de renda, realizando uma reunião do conselho ou trabalhando na linha de produção.

O que há de tão novo para nós é lidar com esse conceito aparentemente retrógrado de que a vida real consiste em sentir primeiro e depois atuar. Isso é totalmente inverso para nós. Somente a prática trará à existência os frutos desse novo conceito ultrajante.

Sim, a vida pode ficar mais turbulenta por um tempo porque você aumentou seu desejo e, portanto, aumentou suas energias magnéticas. Mas com esse desejo vem a Vida genuína.

Então aprenda a sentir, sentir, sentir. . . bom ou mal . . . positivo ou negativo. Se um sentimento finalmente abre as portas para os tesouros do universo, quão ruim ele pode ser? Se você quiser o suficiente, aprenderá a senti-lo.

Então aprenda a se sentir bem, não importa o que aconteça. Toda esta abordagem tem que ser consciente, deliberada. As respostas instintivas têm que sair pela janela. Se você quiser mudar as condições de sua vida, terá que mudar suas vibrações, então pratique até poder mudá-las num piscar de olhos. Se você não está sentindo calor, você está se sentindo chato ou pegajoso. De qualquer forma, você está enviando vibrações negativas.

Se você tiver um problema, converse consigo mesmo por dez ou quinze minutos todos os dias. Explore-o em voz alta até descobrir o que o está incomodando e acalmar o assunto. Cada vez que você faz isso, você deixa permanentemente um pouco mais de resistência para trás, até que finalmente se desfaz o suficiente para permitir que suas vibrações – e sua experiência! – mudem.

Apenas lembre-se, o jeito que você pensa é o jeito que você sente, e o jeito que você sente é o jeito que você vibra, e o jeito que você vibra é o jeito que você atrai!

Então, se você quiser, sinta, sinta, *sinta* até que fique quente e difuso. Se você pode sentir isso, você pode ter. Você pode ter o que quiser se sentir primeiro.

O mundo pode ser sua ostra. Você só precisa dar atenção ao que está por vir, em vez de ao que não está aqui. Uma vez que você se sinta confortável fazendo isso, pelos poderes constituídos e pelo poder que você é, você começará a viver a vida que veio viver aqui. Você estará cumprindo sua razão de ser.

É tudo energia. Isso é tudo que este mundo e universo são. Você pode ser seu mestre ou sua vítima. Ao aprender a controlar o teor e o fluxo de sua energia eletromagnética, você está aprendendo a assumir o controle de seu próprio destino, guiando sua nave para onde desejar. Quando as tempestades chegam, você sabe o que as criou e o que fazer. Você está no controle absoluto, caminhando para colher as recompensas suntuosas de uma vida que está – em toda a extensão de suas possibilidades – finalmente sendo vivida!

OceanoofPDF.com

apêndice



Muito do que está escrito neste livro testará ao máximo o intelecto e a lógica.

“Magnetizar eventos? Absurdo!” “Evitar bons momentos e criar momentos ruins? Caia na real! Para aqueles que se sentem desafiados nesse aspecto, como eu já fui, você pode achar que este divertido kit faça você mesmo para provar energia é uma ajuda.

Pegue dois cabides de arame e corte um “L” de cada um, com cerca de 12 “de comprimento para a parte principal e cerca de 5” para a alça. Corte um canudo de plástico para contornar a alça para que ele balance facilmente e, depois de colocar o canudo no lugar, dobre a parte inferior da alça para cima para mantê-lo no lugar. Eles vão balançar sem o canudo, mas não tão livremente.

Agora você tem um par do que chamo de Varinhas Woo-Woo. Segure as varinhas frouxamente à sua frente, como se estivesse apontando uma arma. Mantenha-os na altura do peito e a cerca de 25 cm do corpo. Eles batem para todos os lados no início, em resposta à sua energia, então dê-lhes alguns momentos para se acalmarem e pararem de balançar. Depois que eles se acalmarem, você estará pronto para jogar.

Com os olhos voltados para a frente, lembre-se com sentimento de algum acontecimento muito desagradável do seu passado. Dependendo da intensidade da sua emoção em torno desse evento, as varinhas permanecerão retas (intensidade fraca) ou apontarão para dentro, ponta a ponta. As varinhas estão seguindo as faixas eletromagnéticas ao redor do seu corpo que se contraíram como resultado da frequência negativa gerada pelos seus pensamentos e emoções desagradáveis.

Agora faça com que suas frequências se tornem positivas pensando em algo incrivelmente maravilhoso, ou amoroso, ou alegre. Ou concentre-se em um de seus filhos ou em um animal de estimação e literalmente inunde-os de amor. As varinhas agora se expandirão rapidamente à medida que o seu campo de energia se expandir em resposta ao seu fluxo de energia positivo.

Para demonstrar como a energia segue o pensamento, concentre sua atenção em um objeto à sua esquerda ou direita e observe as varinhas seguirem seu pensamento. Ou comece a focar em seu Eu Expandido, em sua Orientação, e observe-os se espalharem em reação ao enorme aumento de energia que esse pensamento emocional cria.

Quanto mais você brincar com isso, mais apto se tornará em sentir a mudança vibracional que ocorre dentro de você à medida que muda de uma frequência para outra.

OceanoofPDF.com

Guia de estudo para indivíduos e pequenos grupos

Como usar este guia



Este guia de estudo pode ser usado por indivíduos ou pequenos grupos de pessoas que se reúnem para discutir este livro. O objetivo desses exercícios e perguntas é ajudá-lo a refletir sobre como você vivencia o que o autor escreve no seu dia a dia. Não se trata simplesmente de repetir o que o autor escreveu. Portanto, não existem respostas certas ou erradas – apenas as descrições das experiências que você teve com este livro em sua vida.

Se você for um indivíduo, considere usar um diário para resolver os exercícios e questões a seguir. Se você usar este guia de estudo em um grupo pequeno, certifique-se de ter tempo suficiente para discutir as questões ou trabalhar nos exercícios para que os membros do grupo possam participar plenamente.

Capítulo 1

Descreva um momento da sua vida, como Jessie no bastão, em que você teve um “sentimento” de sucesso e depois experimentou o sucesso (veja a história de Jessie nas [páginas 2-3](#)).

Descreva a Lei da Atração e a “vibração” (ver [páginas 9-12](#)) e como elas funcionam juntas. A seguir, descreva onde em sua vida você aplicará a Lei da Atração, incluindo como planeja mudar suas vibrações/sentimentos.

Descreva onde em sua vida você experimenta as “bombas de lixo” (ver [página 16](#)), como em sua experiência com dinheiro, relacionamentos, carreira, filhos, etc. Descreva como a Lei da Atração pode ajudá-lo a desarmar essas bombas de lixo em sua vida .

Usando os quatro passos descritos por Grabhorn na [página 18](#) , aplique cada passo a uma área da sua vida (veja acima) que você deseja mudar para conseguir o que deseja. Seja o mais detalhado possível.

Capítulo 2

Na [página 24](#) , Grabhorn escreve: “Aprenda como identificar um sentimento bom de um sentimento ruim”. Comece e mantenha um diário de “sentimentos” no qual, durante as próximas quatro semanas (ou mais, se quiser), você registre todos os seus sentimentos bons e ruins (“baseados no medo”) – coloque os sentimentos ruins em uma lista e bons sentimentos em outra lista. Simplesmente liste-os. Ao final de quatro semanas (ou sempre que você se sentir pronto), revise sua lista de bons sentimentos e identifique e descreva quaisquer “desejos profundos” que possam apontar para sua Intenção Original (ver [página 32](#)). Em seguida, revise sua lista [de](#) sentimentos ruins e identifique quaisquer “sinais de alerta” que possam estar afastando você de seus desejos profundos/intenção original (ver [páginas 33-34](#)) . Agora, durante as próximas quatro semanas (ou o tempo que desejar), identifique as “Bandeiras Verdes” que você vê para tornar realidade seus desejos mais profundos (ver [páginas 35-36](#)) .

Capítulo 3

Na [página 46](#) , Grabhorn descreve a “Receita para a Criação:”

“A receita para criar qualquer coisa é realmente muito simples. Pegue sentimentos bons ou ruins (ou seja, vibrações positivas ou negativas), cozinhe com vários graus de emoção para aumentar o magnetismo, e aí vem o que atraímos, gostemos ou não.”

Identifique uma parte específica da sua vida que você gostaria de criar e descreva detalhadamente sua “receita” para criá-la. Se puder, anote sua receita e siga-a diariamente durante seis meses. Ao final de seis meses, descreva o que você criou.

Revise a história do “Padre Fred”, que começa na [página 49](#) . Descreva uma situação que você está vivenciando atualmente e que sente “Não posso porque. . .” (ver [página 50](#)). Agora descreva como você pode mudar essa crença usando a Lei da Atração.

, bem como as “Não quero disfarçadas” nas [páginas 52-53](#) . Escolha qualquer item da lista dela que mais se adeque a você ou identifique um “Não quero” ou “se ao menos” que você está enfrentando agora. Sinta-se à vontade para identificar quantos “Não quero” desejar. Você trabalhará com esta lista no [Capítulo 4](#) .

Capítulo 4

Na [página 67](#) , Grabhorn escreve: “Os reais desejos vêm do que não quero”. Revise o que você não quer que você identificou no [Capítulo 3](#) . Descreva como cada Não Quero é realmente um Desejo Real e descreva esse Desejo Real em detalhes.

[desejo](#) real em sua vida (ver [páginas 68-72](#)) . Descreva-o em detalhes usando sua imaginação para torná-lo realidade (veja o Passo 2: Identifique o que você QUER). Depois de descrever detalhadamente seu Real Desejo, feche os olhos e imagine com todos os seus sentidos como ele se parece, cheira, sente, saboreia e soa.

Na [página 76](#) , Grabhorn escreve:

“Uma vez que você sabe o que quer, você deve encontrar o LUGAR DE SENTIMENTO de ter esse Desejo, ao mesmo tempo em que fica fora do sentimento de não tê-lo.”

Revise seu Real Desejo e como você imaginou seu Real Desejo em sua vida real. Descreva em detalhes como você se permitirá “ficar entusiasmado” com isso todos os dias. Inclua em sua descrição uma lista de “porquês” para seus reais desejos. Pratique ficar entusiasmado com seu Real Desejo todos os dias por pelo menos 16 segundos. (Veja a Etapa 3: Encontre o local ideal para seu desejo.)

capítulo 5

Descreva como você se sentiu quando não conseguiu o que queria. Especificamente, descreva seus sentimentos por não conseguir o que você identificou como um “desejo”. Com base no que você leu até agora (especialmente na descrição que Grabhorn faz de sua amiga Liz, começando na [página 86](#)), descreva como você faria para mudar esses sentimentos.

Descreva uma área da sua vida neste momento que você pode estar tentando “consertar-consertar-consertar” ([página 91](#)). Usando os “passos” de Grabhorn, descreva cuidadosamente como você planeja mudar seus sentimentos. Identifique detalhadamente o que você NÃO quer; identifique o que você quer; e encontre a sensação do lugar que você deseja.

Na [página 95](#) , Grabhorn escreve:

“a partir deste momento, nunca, jamais aceite a realidade como algo ao qual você se resigna. Leve seus pensamentos além do que está diante do seu nariz e que você não gosta e coloque-os naquilo que você gosta de fazer.”

Descreva detalhadamente uma “realidade” que você não aceitará mais. Em seguida, descreva em detalhes como você está alterando seus pensamentos em relação “ao que você gosta de fazer”.

Descreva como você planeja se divertir enquanto muda o foco de sua “condição” para energia e sentimentos positivos que lhe trarão o que deseja.

Capítulo 6

Passe uma semana “brincando” com sua energia ([página 104](#)). Identifique e descreva quaisquer momentos de “WHOOSH!” você pode sentir na boca do estômago ou ao redor do plexo solar (ver [páginas 104-06](#)) . Particularmente, descreva como seus pensamentos influenciaram o WHOOSH! seja positiva ou negativamente.

Descreva como você está “agitando” em sua vida agora. Especificamente, descreva a sua situação/condição, bem como a forma como você “zambe” (ver [páginas 110 - 11](#)).

Registre quantas vezes hoje você “iniciou” sua “agitação” com um “Sorriso Interior Gentil” caloroso, genuíno e sincero (ver [página 111](#)).

Descreva o “aquecimento difuso” que você cultivou a partir do seu Sorriso Interior Suave (veja o passo 3 na [página 112](#)).

Na [página 113](#) , Grabhorn escreve: “Nada é mais importante do que se sentir bem, e não importa como você faz isso”. Descreva outras maneiras que você desenvolveu para intensificar bons sentimentos. Descreva também quaisquer “pedras de toque” que você possa ter que o ajudem a entrar em um estado de bons sentimentos (ver [página 117](#)).

Capítulo 7

Descreva um momento da sua vida (pode ser agora ou no passado) em que você se sentiu genuinamente “inspirado”. Certifique-se de descrever como você se sentiu quando a inspiração surgiu. Em seguida, descreva um momento (pode ser o mesmo momento que você acabou de descrever) em que você “Hi-Ho Silvered”. Descreva especificamente como foi isso e como isso pode ter transformado sua inspiração.

Descreva detalhadamente quaisquer “sinais” que você possa estar vendo atualmente em sua vida (ver [página 133](#)). Explore como quaisquer sinais que você pode ver pode estar trabalhando com sua experiência da Lei da Atração.

Na [página 136](#) , Grabhorn escreve:

“A orientação faz o que for necessário para chamar nossa atenção e nos ajudar a cumprir nossos desejos. . .”

Descreva qualquer orientação que você possa estar recebendo em sua vida neste momento. Especificamente, descreva como a Orientação está ajudando você a realizar seus desejos.”

Neste capítulo, Grabhorn mostra que “Paixão é criação” e é como o Passo 4 (ver [página 137](#)) nasce em sua vida. Descreva detalhadamente qual é a sua Paixão atualmente.

Capítulo 8

Liste o máximo de sentimentos/pensamentos que puder sobre “dinheiro”. A seguir, crie um “novo roteiro” (ver [página 146](#)), descrevendo em detalhes o seu “sonho emocional” que o dinheiro irá financiar. Certifique-se de explicar seus sentimentos sobre seu sonho com o máximo de detalhes possível.

Experimente “o truque dos \$100” (ver [páginas 155-56](#)) . Descreva como o truque dos US\$ 100 funcionou para você, especialmente seus sentimentos.

Liste todas as “pré-pavimentação” que você fará hoje (ver [páginas 157 - 58](#)). Volte a esta lista um ou dois dias depois e descreva como seus pré-pavimentos ajudaram a intensificar suas boas *sensações* e como afetaram sua experiência.

Capítulo 9

Na [página 165](#) , Grabhorn escreve:

“E é aí que reside a causa de toda espiral descendente de qualquer relacionamento que já azedou: a atenção implacável – embora certamente inocente – a situações desagradáveis. condições, por mais sem sentido que possam parecer.”

Liste todos os “hábitos idiotas” que seu parceiro pode ter e que realmente o incomodam. Em seguida, “escreva um novo roteiro” que detalhe como você tirará o foco do seu parceiro e “abrirá sua válvula” de energia positiva e fortalecedora e de bem-estar.

Descreva alguém que precisa de sua ajuda. A seguir descreva como você irá “abrir sua válvula” com bons sentimentos para realmente ajudar aquela pessoa.

Na [página 177](#) , Grahorn escreve:

“Relacionamentos nunca morrem. Eles nunca cessam. Apenas pelo fato de vocês dois (ou três ou vinte) terem estado juntos em uma casa, ou em um escritório, ou em um clube, vocês têm um vínculo vibracional que nunca, nunca para. Então, se você deixar qualquer uma dessas ligações permanecer negativa. . . Bem, tu sabes o resto. Essa vibração estará sempre irradiando de você, procurando por seu par.”

Identifique qualquer relacionamento que você tenha que precise ser curado ou encerrado. A seguir, descreva como você tirará o foco de sua condição atual neste relacionamento para conseguir o que deseja.

Capítulo 10

Identifique uma doença ou enfermidade física que você gostaria de curar ou obter alívio. A seguir, passe um mês jogando “Let's Pretend” (ver [páginas 190 - 91](#)). No final do mês, descreva como jogar Let's Pretend afetou sua doença.

Descreva uma doença ou enfermidade que alguém de quem você gosta está enfrentando. Descreva detalhadamente como seus sentimentos ajudarão essa pessoa a se curar.

Capítulo 11

Na [página 205](#), Grabhorn escreve:

“Quando sua válvula está aberta, quando você toma a decisão de estar feliz com a vida, *não importa o que aconteça*, você automaticamente entra em um traje de bem-estar absolutamente inexpugnável, no qual nada de ruim pode acontecer com você.”

Descreva em detalhes como você se “vestirá” com um traje de “bem-estar inexpugnável”. Descreva especialmente o tipo de sentimentos que você planeja cultivar.

Descreva como o que você aprendeu sobre a Lei da Atração mudou a maneira como você pensa sobre a morte.

Descreva como você gostaria que seu “traje de bem-estar” influenciasse e mudasse o mundo.

Capítulo 12

Faça a jornada de 30 dias de Grabhorn para uma nova vida:

1) Remova seu foco de *qualquer coisa importante* que esteja causando medo sério (preocupação, preocupação, ansiedade, estresse, etc.) *E MANTENHA-O DESLIGADO!*

2 Estabeleça um tópico para cada dia, encontrando um novo item sobre *você* para apreciar.

Registre suas experiências durante sua jornada de 30 dias. Ao final dos 30 dias, descreva o que você aprendeu e como planeja integrar o que aprendeu em sua nova vida diária.

Sobre o autor



Lynn Grabhorn foi uma estudante de longa data da maneira como o pensamento e os sentimentos moldam nossas vidas. Criada em Short Hills, Nova Jersey, ela começou sua vida profissional na área de publicidade na cidade de Nova York, fundou e dirigiu uma editora educacional audiovisual em Los Angeles e foi proprietária e dirigiu uma corretora de hipotecas no estado de Washington.

Os livros de Lynn, que também incluem *The Excuse Me, Your Life Is Waiting Playbook* e *Beyond the Twelve Steps*, receberam grande aclamação de todos os cantos do mundo.

Para obter mais informações, consulte a página da Web de Lynn em www.lynngrabhorn.com.

Lynn faleceu em 2004 em sua casa em Olympia, Washington. Todos nós sentimos falta dela.



OceanoofPDF.com

livros de interesse relacionado



A Lei da Atração, Pura e Simples por Sonia Ricotti

Sônia Ricotti". . . realmente leva *O Segredo* para o próximo nível!" — Gay Hendricks, PhD, autor de *Five Wishes*

"Um daqueles livros que você lê e releia continuamente!" — Joe Vitale, autor de *The Attractor Factor*

Capa comum • 136 páginas • ISBN 978-1-57174-612-2 • US\$ 10,00

Siga sua paixão, encontre seu poder por Bob Doyle

"Fora do comum! Finalmente, um guia claro para fazer sua vida funcionar!" — Joe Vitale, autor de *The Attractor Factor*

Capa comum • 240 páginas • ISBN 978-1-57174-647-4 • US\$ 16,95

Como pensar do seu jeito para a vida que você deseja, por Bruce Doyle

“Um guia excelente, simples e fácil de entender. Eu o recomendo fortemente.” — Neale Donald Walsch, autor de *Conversas com Deus*

Capa comum • 160 páginas • ISBN 978-1-57174-640-5 • US\$ 14,95

OceanoofPDF.com

Editora Hampton Roads

... para o espírito humano em evolução

A Hampton Roads Publishing Company publica livros sobre uma variedade de assuntos, incluindo espiritualidade, saúde e outros tópicos relacionados.

Para obter uma cópia do nosso catálogo comercial mais recente, ligue para 978-465-0504 ou visite o site do nosso distribuidor em redwheelweiser.com.

OceanoofPDF.com

Dream Big. Embrace Your Feelings. Create the Life You Want.

Excuse Me, Your Life Is Waiting asks you to stop second-guessing yourself and start believing in what you can achieve through the power of positive feelings. Have you ever been so wrapped up in day-to-day life that you stop paying attention to how you're feeling? Something goes wrong and you blame other people. The key to getting back on the right track is simple: focus inward, on what it would feel like to have it all go right. And it will.

Lynn Grabhorn reveals how to invite the positive to you by focusing on what you want. She shows that all it takes is a few bursts of pure, intense concentration. Allow yourself to start believing in what you can accomplish instead of what you can't and cut down on those negative feelings. Follow Grabhorn's simple steps and soon you'll be attracting the things you really want.



Includes a 16-page study guide—for individual and group use.

www.redwheelweiser.com

