

Bruno J. Gimenes

# Decisões

Encontrando a missão  
da sua alma



1. [Observações Importantes](#)
2. [Prefácio](#)
3. [Apresentação](#)
4. [Introdução](#)
5. [CAPÍTULO I – ENTENDENDO FREQUÊNCIAS](#)
  1. [Poluição emocional: sintonias e sentimentos](#)
6. [CAPÍTULO II – AS MUDANÇAS QUE A VIDA PEDE](#)
  1. [Quando o instinto de sobrevivência esconde a essência](#)
7. [CAPÍTULO III – FALANDO SOBRE DECISÕES](#)
  1. [Por que é tão importante saber tomar decisões?](#)
8. [CAPÍTULO IV – A MISSÃO DE CADA UM](#)
  1. [Qual a missão da sua alma?](#)
9. [CAPÍTULO V – INTERFERÊNCIAS ENERGÉTICAS NOCIVAS](#)
  1. [Interferências energéticas nocivas](#)
10. [CAPÍTULO VI – ABRA SEU CORAÇÃO](#)
  1. [Você se junta ao problema por ter afinidade com ele](#)
11. [CAPÍTULO VII – AVALIE-SE](#)
  1. [Avaliando sua vida](#)
12. [CAPÍTULO VIII – DÚVIDAS FREQUENTES](#)
  1. [Perguntas e respostas sobre o tema](#)
13. [CAPÍTULO IX – DICAS GERAIS](#)
14. [CAPÍTULO X – CONSIDERAÇÕES FINAIS](#)
  1. [Mensagem final](#)
15. [Glossário](#)
16. [Bibliografia](#)

# Decisões

Encontrando a missão da sua alma

Bruno J. Gimenes

# Decisões

Encontrando a missão  
da sua alma

Luz  
daSerra

5ª Edição / Nova Petrópolis-RS / 2013

*Revisão: Renato Deitos*  
*Capa e Projeto Gráfico: Marco Cena*

eBook desenvolvido por:

  
[www.capitulo sete.com.br](http://www.capitulo sete.com.br)

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
(Ana Lucia Wagner – Bibliotecária responsável CRB10/1396)

---

G491d

Gimenes, Bruno José

Decisões [recurso eletrônico] : encontrando a missão da sua alma / Bruno J. Gimenes. – 2. ed. –  
Nova Petrópolis : Luz da Serra, 2017.  
3.949 Kb ; ePUB.

Inclui bibliografia e apêndice

ISBN ePub 978-85-64463-23-3

1. Missão de vida. 2. Autoajuda. 3. Decisões. 4. Autoconhecimento. 5. Felicidade. 6.  
Espiritualidade. I. Título.

CDU 133.9

CDD 133.9

---

**Índice para catálogo sistemático:**

1. Missão de vida 133.9

2. Espiritualidade 133.9

(Bibliotecária responsável: Sabrina Leal Araujo – CRB 10/1507)

Todos os direitos reservados à  
Luz da Serra Editora Ltda

Avenida 15 de novembro, 785.  
Bairro Centro - Nova Petrópolis / RS  
CEP: 95150-000  
[editora@luzdaserra.com.br](mailto:editora@luzdaserra.com.br)  
[www.luzdaserra.com.br](http://www.luzdaserra.com.br)  
[www.luzdaserraeditora.com.br](http://www.luzdaserraeditora.com.br)  
Fone: (54) 3281-4399 / (54) 99113-7657

“Agradeço a Deus por colocar em minha vida gatilhos que me fazem ver o quanto tenho imperfeições, e o quanto posso usar as ‘adversidades’ a meu favor.

Agradeço a Deus por me fazer enxergar que das piores situações nascem as melhores soluções.

Agradeço a Deus por me mostrar que este livro poderia ser escrito de forma simples, com um objetivo de ajudar as pessoas a se ajudarem.

Agradeço a força inacreditavelmente intensa de meus queridos e valentes amigos do coração, Paulo Henrique e Patrícia, que me deram todo apoio para que eu continuasse minha missão, nos momentos mais difíceis de meus aprendizados.

Agradeço a doçura e o amor de minha mãe Vera, a atenção e o cuidado do meu precioso pai Toninho.

Aos mestres espirituais, por sua paciência e dedicação, que, de maneira sutil, amorosa e carinhosa, foram me fazendo ver que este livro precisava ser editado.”

## **OBSERVAÇÕES IMPORTANTES**

O material apresentado neste livro não esgota o assunto referente a decisões, bem como missão da alma. A proposta não é semear discussões de ordem técnica, tampouco defender quaisquer teses científicas. Trata-se apenas de uma tentativa bem-intencionada, no sentido de estimular as pessoas a refletirem sobre a forma como tomam suas decisões e sobre as missões da alma de cada um.

Busca, de maneira prática e descomplicada, mostrar que a missão da alma de cada ser se faz nas coisas simples e que a atenção a pequenos detalhes pode fazer toda a diferença. Sobremaneira, este livro tem o propósito de ajudar as pessoas a se ajudarem, eliminando a vitimização e autopunição. Busca esclarecer que encontrar a missão da alma é um passaporte para a alegria plena, que pode ser construída com dicas objetivas e simples, sem complicações.

## PREFÁCIO

Neste início de século, vivemos num mundo de ilusões e de pequenos momentos de felicidade temporária e de escolhas equivocadas. Um mundo instantâneo, como o pacote de macarrão que encontramos no supermercado, para suprir uma fome também instantânea, com rapidez e eficácia: características exigidas para sobreviver no mundo moderno.

Certamente, a tecnologia trouxe uma era de competição, em que a noção de cooperação e de humanidade desapareceram por completo. Frases como “que vença o melhor” se infiltraram em nossa mente, de tal forma que passamos a acreditar na competição e esquecemos que nossa essência é natural e cooperativa, pois fazemos parte de um ecossistema, em que um complementa o outro.

Vivemos num universo, no qual podemos ilusoriamente adquirir alegria e bem-estar numa farmácia, esquecendo que a maioria dos tratamentos alopáticos apenas disfarça uma dor que é um sinal, mostrando em que estamos errando. Claro que a alopatia é necessária, mas deve ser administrada juntamente com grandes doses de consciência, para entendermos os motivos que nos levaram ao desequilíbrio e à doença!

Também acompanhamos a venda da felicidade plena e equivocada nas clínicas estéticas, em que pessoas se perdem, acreditando que a verdadeira felicidade está numa beleza perfeita. Normalmente, quando saem de uma cirurgia, e a felicidade não vem, fazem outra e outra e acabam transformando isso em uma compulsão. E por que ocorre tudo isso? Porque a felicidade é interior, não está no externo.

A busca incessante do ser humano pela felicidade não está nas vitrines dos shoppings ou numa bela conta bancária, como muitos acreditam. Mas no autoconhecimento e na aproximação com aquilo que é verdadeiro, permanente e eterno: o espírito.

Um passo importante para nos conhecermos é a contemplação do silêncio. Porém, como escutar a voz de nosso espírito num mundo tão barulhento, onde preferimos ver a vida passar em uma novela, em vez de enxergarmos nossas

próprias questões? Muitas vezes temos medo de questionar nossas atitudes e de corrigir as rotas de nossas vidas. Aí já existe uma decisão: mergulhar em nós mesmos ou nos distrairmos com a televisão e deixarmos a vida ir passando, passando.

Encontrar a felicidade exige trabalho e dedicação. Exige também a retirada de um véu de ilusões que cobre nossos olhos e as atitudes que vamos tomar com relação a isso. É como despertar para uma nova vida!

Somos os resultados de nossas escolhas, sim! Elas podem nos afastar ou aproximar de nossa essência divina. E o que é nossa essência divina? É o nosso Eu Superior, nossa parte mais pura e angelical, nossa intuição, nossa compaixão e nossa gratidão.

Sermos felizes é contemplarmos a natureza, sentindo-nos parte dela e não superiores a uma flor ou a um inseto, porque todos fazemos parte do mesmo ecossistema e somos igualmente necessários para a harmonia e para o equilíbrio do planeta. Sermos inteiramente felizes é indignarmo-nos diante das atrocidades que a mãe natureza vem sofrendo! É envolvermo-nos socialmente, instruindo os pequenos e dando-lhes esclarecimento espiritual acerca de sua missão de alma. Estarmos no caminho certo é sermos conscientes e identificarmos uma dor física como um mecanismo evoluído para corrigir a nossa rota, já que a dor, sendo incompatível à natureza humana, só pode significar que algo está errado.

Nesta obra genial do meu querido amigo Bruno, vemos, de forma prática, amável e simples, muitas maneiras de encontrarmos nossa verdadeira essência e de estabelecermos uma comunicação direta com ela, atingindo o equilíbrio e conhecendo a missão de nossa alma.

Neste livro, o leitor poderá achar os meios de encontrar a felicidade real, interna e duradoura que independe dos meios externos em que estamos inseridos.

Acompanhei bem de perto a realização desta obra, que foi feita com muito amor, carinho e dedicação, e que, tenho certeza, poderá transformar muitas vidas, inclusive a sua!

Com amor,

Patrícia Cândido<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Patrícia Cândido: É terapeuta holística, mestre reiki, possui formação em psicoterapia reencarnacionista. É acadêmica de Filosofia. É cofundadora do Portal Luz da Serra ([www.luzdaserra.com.br](http://www.luzdaserra.com.br)), colunista,

ministrante de cursos na área da espiritualidade e curas energéticas e vibracionais. Patrícia é escritora, autora de cinco livros, entre eles Grandes Mestres da Humanidade – Lições de Amor para a Nova Era.

# APRESENTAÇÃO

## O PROPÓSITO DA VIDA

Viver é experienciar cada situação. É sentirmos, criarmos referências entre o certo e o errado para nós mesmos. É desenvolvermos, transformarmos, movimentarmos, crescermos e evoluirmos em todos os aspectos a cada dia.

A evolução da nossa consciência tem mostrado que os seres humanos estão em uma busca intensa por referências que os levem a criar um caminho próprio de entendimento, de crescimento e de sucesso pessoal.

A mente humana, ainda pouco explorada no que se refere ao seu potencial máximo, já começa a obter um nível de aceleração mais evoluído, objetivo, e passa a vislumbrar novas possibilidades, a quebrar conceitos congelados por muitas gerações e a renovar paradigmas que foram intocáveis por muito tempo.

Quando vivemos para aprender, buscamos, em cada experiência, informações e referências que possam criar um caminho de conduta, de atitudes e de caráter para esculpir a nossa personalidade da melhor maneira possível.

As decisões que tomamos em nosso passado são as diretrizes de quem somos e de onde estamos no momento e local presentes.

A natureza dá todos os indícios de que estamos entrando em uma nova época, mais clara, iluminada, desenvolvida e evoluída. Uma prova disso são as crianças da atualidade. Pequenas pessoas, no que se refere ao físico, mas grandes expressões de evolução quando fazemos alusão à sabedoria e à lucidez armazenadas em suas almas e mentes brilhantes.

A vitória da humanidade sobre muitos preconceitos, muitas ditaduras, estruturas rígidas e outras dificuldades de expressão que existiram, também mostra que estamos vivendo um momento especial em nossas jornadas. Um momento de liberdade.

No entanto, da liberdade de ação, de expressão e de escolhas também decorrem sérios problemas. Os seres humanos libertos nas suas expressões estão se tornando escravos de suas decisões e de seus apegos materiais. Em consequência, todas as pessoas, consciente ou inconscientemente, buscam uma

referência, um caminho a seguir, uma diretriz, uma luz.

A busca por autoconhecimento está em evidência. Todos os povos e todas as raças, em todo o mundo, estão buscando por isso, mesmo que sutilmente ou de forma tímida e despretensiosa. A humanidade nos dá todos os sinais de uma mudança intensa em seu universo de princípios e valores. Afinal, já está mais do que na hora de revermos nossos conceitos.

O fato é que toda a população universal está vivendo neste planeta com um objetivo em comum: a evolução. Evoluirmos significa eliminarmos nossos aspectos negativos de conduta, de personalidade, de atitudes, de sentimentos, de crenças e de ações. Evoluirmos é melhorarmos a cada instante. Lapidarmos, a cada momento, o nosso universo interior, para que o externo possa sentir o reflexo e melhorar também.

Dessa maneira, esta época em que vivemos pode ser considerada especial, de liberdade de expressão, em que os seres humanos, além de poderem agir mais livremente, também podem se beneficiar com o universo de conquistas que vêm somando ao longo da história: as tecnologias de ponta, a informação, a educação, a medicina, a era digital. Mas o que merece uma reflexão é o seguinte: Por que a população mundial atualmente é merecedora disso? Por que, depois de guerras insanas, de injustiças cruéis, de irracionalidades traumáticas, de doenças avassaladoras, de pestes, de sofrimentos vividos na história dos nossos antepassados, somos nós os escolhidos para desfrutarmos, no presente e no futuro próximo, das conquistas arduamente obtidas na história da humanidade?

Considero essas perguntas no mínimo intrigantes, porque, sobretudo, instigam-nos a questionarmos quem somos, de onde viemos, para onde vamos, por que estamos aqui e agora.

Várias estruturas religiosas do mundo estão sofrendo fortes crises, pois já não conseguem mais responder a essas perguntas. Suas estruturas amarradas, engessadas e dogmáticas não são mais capazes de suprirem anseios e questionamentos de seus adeptos, que, por séculos e séculos, estiveram aprisionados a um mundo superficial e entediado de tantos paradigmas.

Não importa realmente o que seja Deus para cada uma das civilizações no mundo. Tampouco a forma de nos conectarmos a ele. O que realmente importa é que estejamos todos conectados e condizentes com a vontade dele, que, pelo que tudo indica, deve ser de que todos evoluamos e crescamos em todos os aspectos.

Essa questão tem o objetivo de que cada um de nós possa buscar a sua verdade interior, única, polida, essencial e capaz de falar a língua da alma, que é a essência divina contida em cada ser vivo.

Estamos estagnados por nossas decisões, que nos tornaram mais trancados e amarrados. Por isso, já é chegada a hora de nos soltarmos das armadilhas que impedem nossa mente de projetar uma realidade mais bonita e evoluída. O que não percebemos é que tudo acontece de forma natural. Tudo está impregnado em nossa alma, em nossa mente, em nosso Eu Interior que pouco acessamos no dia a dia.

A nossa obrigação é questionarmos as rédeas que vêm conduzindo e tocando a nossa vida. Estamos indo para a direção certa? Qual a direção que temos de seguir? Só existe um caminho: o do crescimento, do sucesso pessoal e da evolução, que é o propósito de estarmos encarnados aqui na Terra.

O que nos foge aos olhos é o fato de que temos, internamente, registrada em nossa essência, em nossa mente superior, a missão de nossa alma, ou seja, o nosso propósito maior. Todo o nosso corpo e a nossa mente foram moldados e configurados para essa missão. Como se fôssemos a continuação de tudo que já foi criado e conquistado em prol dessa evolução, e como se nossa meta agora fosse dar continuidade a isso.

E considerando essa ótica de que estamos moldados para um objetivo maior, mas ainda inconsciente, a nossa busca deve ser trazer para a consciência essa meta maior, o que tornará tudo mais fácil.

Por isso, só existe uma forma do ser humano tornar-se plenamente feliz: é encontrando o seu caminho, o seu propósito maior ou ainda a missão de sua alma aqui na Terra. Pois, quando encontrar, todas as suas células, suas emoções, seus sentimentos e seu espírito estarão em pleno equilíbrio, já que foram projetados para isso, ou, melhor, para evoluírem e para serem felizes como parte de um todo, de um universo que receberá o reflexo de seu grau máximo de energia divina obtido como um benefício para todos que aqui habitam.

## **A PROGRAMAÇÃO INTERIOR**

Quem nunca ouviu a expressão “O milagre é você quem faz”? Desdobrando essa frase, podemos também dizer que Deus está dentro de cada um. Partindo do princípio de que cada ser humano tem nas suas células, no seu campo de energia,

na sua aura a informação registrada daquilo que deve ser a missão de sua alma, é importante e vital sabermos como acessar essa consciência.

Trabalhando com base na teoria de que cada um de nós tem uma missão na Terra, podemos dizer também que as nossas decisões são capazes de nos aproximar ou distanciar dessa meta pessoal, dependendo do que decidirmos, afinal, todos estamos diante da lei do livre-arbítrio. Essa lei fornece para cada ser humano a possibilidade de fazer o que quiser de sua conduta de vida, mas sempre tendo a consciência de que tudo também obedece à lei do karma, e, por isso, para toda ação existe uma reação, com mesma intensidade e força, mas com sentido oposto.

A cada decisão tomada, poderemos nos aproximar mais ou menos de nossa missão pessoal. Intuitivamente, porém, existe a tendência das decisões serem guiadas por essa essência interior. Quando isso ocorre, a aproximação de uma meta pessoal é evidente. Não podemos desmerecer o fato de que, a cada escolha errada na vida, existe também a possibilidade de tomarmos um rumo totalmente oposto ao nosso propósito interior.

Não podemos negar que todas as pessoas estão diante de grandes armadilhas o tempo todo, principalmente pelo fato de que decisões são constantes na vida. Então, o que fazer?

Evitamos armadilhas e erros nas escolhas quando encontramos e acessamos a nossa essência interior, pois nela está a programação do que temos como missão da alma, meta pessoal ou propósito de vida. Essa programação interior é a nossa verdade maior, é o nosso sentido da vida. Por isso, ela é tão bem guardada. Ainda assim, temos o livre-arbítrio de aceitar ou não a realização aqui na Terra.

Graças a essa programação, cada ser humano é único em seus pensamentos, sentimentos e emoções. Trata-se da nossa essência, algo eterno, que não se perde com a morte do corpo físico, mas se armazena na nossa consciência espiritual.

Como essa programação interior está armazenada no nosso nível espiritual, que é nossa consciência imaterial (a nossa alma ou memória imortal), em um nível energético tão sutil, é necessário tornarmos nossos pensamentos e emoções igualmente sutis. Caso contrário, essa conexão não se estabelece e o indivíduo desvia-se drasticamente de sua missão de alma, passando a decidir e a fazer escolhas de forma equivocada, entrando cada vez mais em um caminho complicado e muito diferente daquele que seria o ideal.

A nossa consciência não consegue se conectar com a programação interior, porque as pessoas em geral estão envolvidas em uma atmosfera de pessimismo, materialismo, orgulho, vaidade, estresse, que torna o nível de consciência tão denso que passa a ser incompatível energeticamente, e a comunicação nunca se estabelece. Em resumo, “perdemos o controle do leme e o barco vai para onde as ondas e o vento o levarem”, e essa é a pior situação que o ser humano pode enfrentar, principalmente porque é normal demorarmos muito tempo para percebermos esse desvio de rota.

# INTRODUÇÃO

## DECISÕES

Por que falar sobre decisões? Porque estar lendo este livro já foi uma decisão sua, meu amigo leitor. Porque escrever este livro também foi uma decisão que tomei. Porque a única forma de uma pessoa ser verdadeiramente feliz é encontrando a missão de sua alma, e, para encontrar esse caminho é necessário tomar muitas decisões acertadas. Decidir é uma atitude importante, uma vez que, a cada decisão tomada, você poderá se distanciar ou se aproximar da missão de sua alma.

Decidir é escolher caminhos, é ser dono do próprio destino e arcar com as consequências. Quando decidimos, quando optamos por uma direção, mesmo que seja não tomarmos nenhuma decisão no momento, foi escolhido um caminho.

O tempo todo estamos tomando decisões e escolhendo aquilo que achamos que é melhor para nosso futuro. Por isso, também é possível dizermos que decidir, mesmo que sutilmente, é pensarmos no futuro, e, nesse caso, pode ser um futuro muito próximo, em questão de minutos ou segundos.

Quando estamos dirigindo um veículo em uma estrada e erramos a via correta para a cidade que estamos procurando, começa um transtorno: seguir em frente até o próximo retorno, voltar na mesma estrada e, numa segunda vez, virar na entrada certa. Mesmo que tudo tenha dado certo no final, houve gasto de tempo, de combustível. Por isso, é tão importante decidirmos, fazermos escolhas, para que os caminhos traçados sejam os mais curtos e objetivos possíveis em direção ao destino que pretendemos alcançar.

Um fator importante que também me motivou a escrever este livro é que a grande maioria das pessoas está vivendo só por viver, sem planos ou “destinos” para trilhar. Muitas apenas sobrevivem, deixando a vida passar. Ocupadas ou desocupadas, ricas ou pobres, desconhecem seus objetivos ou missões aqui neste plano.

Decidi escrever este livro com o objetivo básico de estimular os leitores a

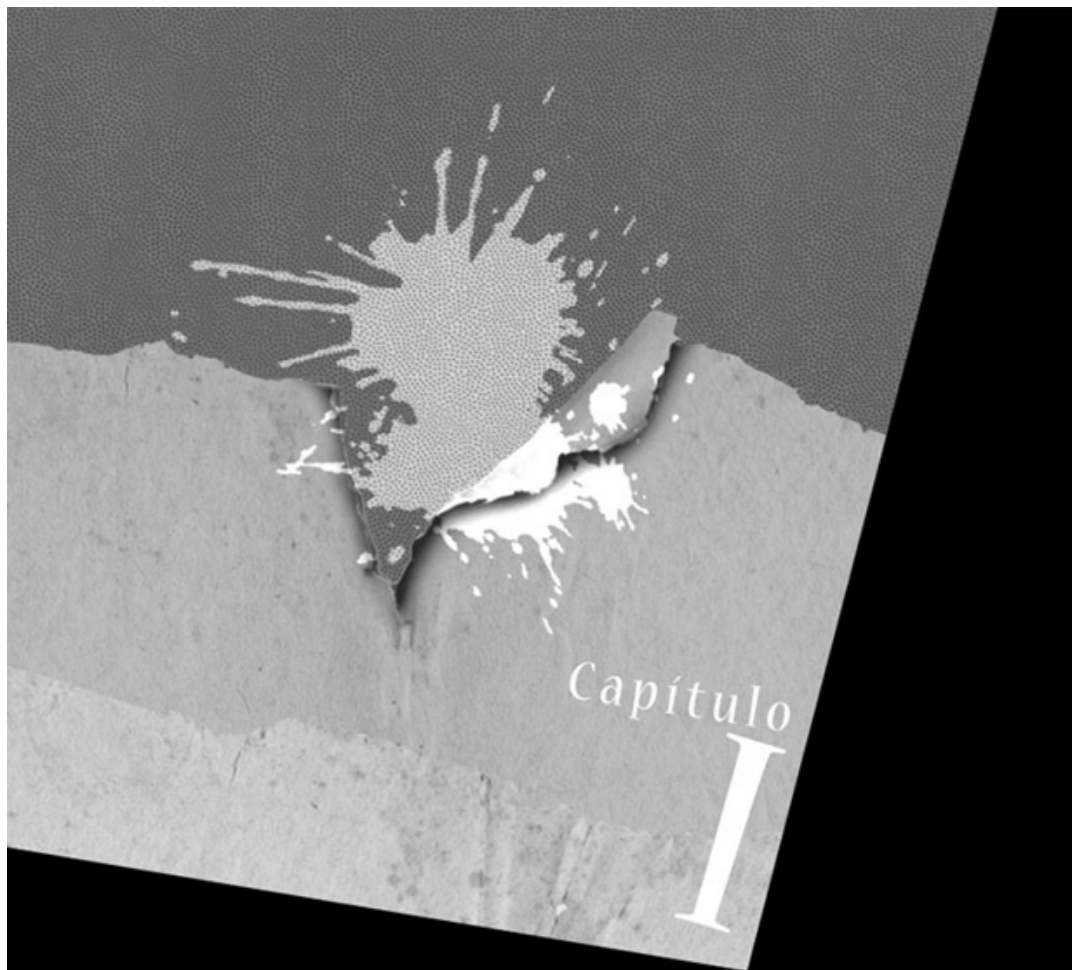
fazerem uma breve análise de suas vidas, para, quem sabe, identificarem, de forma simples, uma missão pessoal. Este trabalho também objetiva sugerir dicas simples que podem ajudar qualquer um a diminuir a angústia e a ansiedade em momentos que necessitem de decisões precisas, usando técnicas muito simples e efetivas, explorando mecanismos presentes em nossa percepção, portanto acessíveis a qualquer pessoa.

Quando conhecemos a missão da nossa alma, é como se um novo sol nascesse, uma alegria interior florescesse. É estarmos mais próximos de Deus, sentirmos que a vida e as coisas em nossa volta fazem sentido e que, com decisões bem tomadas, ou seja, escolhas bem feitas, poderemos realizar plenamente essa missão.

Quando uma pessoa descobre a missão de sua alma e trilha nessa direção, ela extrai o máximo da vida. Quando isso acontece, todas as células, físicas e espirituais, de todas as partes do ser, vibram intensamente, pulsando alegria e magnitude.

Quantas são as decisões erradas que tomamos no percurso de nossas vidas? Inúmeras, com certeza, tendo, como consequência, um aprendizado mais lento, mais sofrido e desgastante. Que bom seria ficarmos mais atentos aos sinais que a vida nos dá para entendermos melhor as “mensagens soltas ao vento”, que sempre podem ajudar. Tornarmo-nos sensíveis a esses sinais, interpretarmos esses mistérios e facilitarmos o entendimento de nossa missão na Terra é, e sempre foi, um grande desafio para o Homem, mas acredito, particularmente, que a resposta está no simples, no óbvio.

Tornar a nossa caminhada mais simples e compreensível, aproximar nossos corações de Deus, criar um nível de energia elevado, baseado em atitudes positivas e pensamentos otimistas, transformar nosso planeta pouco a pouco em uma casa harmoniosa são desejos de todos, um desafio coletivo. Mas, será que é uma decisão de todos? Já está mais do que na hora de decidirmos o que queremos.



# ENTENDENDO FREQUÊNCIAS

Deus não escreve certo por linhas tortas.  
Deus escreve certo por linhas certas.  
Na verdade, tortuosa é a percepção de vida  
que o homem tem quando enxerga por meio  
do Eu Inferior.

## **Poluição emocional: sintonias e sentimentos**

**N**a atualidade, estamos imersos em um universo repleto de sentimentos negativos, promovidos por atitudes densas, pessimistas e materialistas. Essa atitude comportamental é o grande veneno e o maior obstáculo para a evolução dos seres em geral. Os sentimentos negativos que criamos geram ondas de frequência nocivas, como se fossem descargas constantes de energia negativa, que acumulam na crosta terrestre, dissipando-se pelo planeta, como se fosse uma grande massa de ar na atmosfera. A grande diferença é que esse tipo de concentração de energia é muito sutil, ou seja, inicialmente sem forma física condensada ou aparente a olhos nus.

O que isso sugere é que estamos o tempo todo sendo banhados pelo acúmulo das energias que nós mesmos criamos. Podemos dizer que é semelhante à poluição ambiental, tão evidente em nosso planeta. Contudo, o agente poluente nesse caso é o nosso padrão psíquico e emocional. Essa massa de energia negativa criada e acumulada volta para nós mesmos, assim como as queimadas e outras emissões de gases na atmosfera que têm destruído a camada de ozônio, tão importante para a qualidade de vida na Terra. A lei da ação e da reação mostra que todo esse padrão vibratório negativo criado retorna para os originais criadores do problema (nós mesmos). Quando essa energia volta para quem a cria, o ciclo só tende a continuar e aumentar cada vez mais, visto que o padrão negativo estimula que as pessoas fiquem cada vez mais negativas e menos conscientes da necessidade de sair desse padrão repetitivo de sentimentos inferiores e nocivos.

Isso explica por que algumas cidades são mais desenvolvidas em aspectos humanos e sociais e outras são tão calamitosas. Os próprios moradores de uma cidade criam a vibração específica que vai ditar a harmonia ou a desarmonia existente naquela região. No mundo todo existem “Minas” e “Torres” de energia.

Minas são centros geradores de energia vibracional densa e nociva, graças ao padrão vibratório das pessoas e da influência energética nociva de seus antepassados.

Torres são centros transmissores de energia positiva, criada pelas próprias pessoas e, principalmente, pela influência positiva dos elementos da natureza,

como o clima, a geografia, a vegetação, e da grande distância em relação às Minas.

Estarmos em ressonância é quando criamos um padrão vibratório parecido com aquele que já existe, ou seja, se criamos atitudes positivas, direta ou indiretamente estaremos conectando com a mesma frequência gerada. Fazendo uma analogia com as ondas de rádio, podemos dizer que cada ser humano está sintonizado a uma determinada rádio (a estação é a atitude, e o comportamento pessoal é o agente sintonizador). Quando geramos atitudes positivas, as músicas que tocam também são positivas. Um fato importante é que muitas outras pessoas podem estar sintonizadas a essa mesma rádio, criando uma comunhão energética. Só o fato de gostarem do mesmo tipo de música ou de estarem conectadas à mesma frequência da rádio já cria uma afinidade entre esses seres. Essa afinidade gera uma vibração característica, que pode ser positiva ou negativa, dependendo da qualidade da intenção, dos sentimentos e dos pensamentos envolvidos. Por isso, podemos dizer que os ouvintes dessa mesma sintonia estão em ressonância.

Quando criamos atitudes negativas e nocivas, produzimos uma frequência de sintonia igualmente negativa que vai gerar uma ressonância com outras pessoas de similar vibração.

É muito importante que compreendamos o fato de que, quando estamos conectados a determinada frequência, as nossas atitudes são totalmente baseadas e estruturadas no que “ouvimos” nessa rádio. Isso quer dizer que, se na estação de rádio tocam “músicas” de sentimentos e atitudes negativas, como raiva, ódio, medo, apego, tristeza, orgulho, iremos produzir atitudes em nossa vida nesse mesmo padrão.

A importância da compreensão desses conceitos é essencial para que cada ser encarnado neste planeta tenha consciência de que cada atitude ou ação gera uma reação, com mesma intensidade e que ressoa em quem a cria, ou seja, alimenta as atitudes da pessoa e dita sua forma de viver.

Quando estamos conectados a uma onda de rádio de baixa frequência, os impactos negativos podem ser verdadeiramente avassaladores, a ponto de criar uma desarmonia muito grande, não só em uma pessoa, mas também em todo o planeta, pelo efeito da ressonância.

O lado otimista dessa visão é que podemos usar a mesma lei natural para ajudar o planeta a evoluir, pois, quando evoluímos, ajudamos o mundo a evoluir,

o que é perfeitamente possível, visto que as nossas atitudes positivas podem também, em ressonância com outras, gerar uma massa de energia elevada em seu padrão e criar uma nova atmosfera de harmonia na Terra.

No planeta em que vivemos vigora a lei do livre-arbítrio. Essa lei sugere que cada um é senhor de suas escolhas, ou seja, recebe de volta tudo aquilo que gerar, devendo enfrentar as consequências de suas decisões, sejam elas positivas ou negativas (lei do retorno).

Explorando um ponto de vista mais positivo e otimista, o conjunto de situações catastróficas produzidas pelo homem despertou um novo prisma no plano astral superior, que se encarregou de enviar “ajuda” em função da latente necessidade.

Nos últimos tempos, todas as pessoas estão sendo banhadas por um nível de ajuda “Superior” muito mais intenso do que há vinte anos, por exemplo. Mas não podemos deixar de ressaltar que, ainda assim, essa ajuda só virá se estivermos abertos a ela, afinal, este é o planeta do livre-arbítrio.

Muitas novidades positivas foram surgindo naturalmente para ajudar os seres humanos a evoluírem. Paradigmas espirituais e religiosos foram quebrados e mais liberdade de expressão foi conquistada. No entanto, um dos maiores ganhos que a humanidade teve foi o surgimento de algumas ferramentas verdadeiramente importantes para elevar o nosso padrão vibratório, como o poder de uma oração (cada vez mais esclarecido ao homem como uma bênção Divina), uma meditação, a busca interior por respostas e caminhos, as técnicas orientais, os sistemas de cura pelas mãos, as terapias alternativas e a expansão do universalismo (visão espiritual livre de dogmas). Esse trabalho objetiva exatamente isso, explorar caminhos simples e eficazes para um processo de evolução pessoal e espiritual verdadeiramente mais rápido e consciente, em que as escolhas e decisões possam ocorrer livres das influências das frequências menos elevadas da energia, que induzem ao erro e ao aumento do karma individual e planetário.

## **A SUPRACONSCIÊNCIA**

A supraconsciência é um estado muito elevado de compreensão do todo, do saber espiritual e consciencial, que nos traz longo alcance na capacidade de enxergarmos e criarmos conceitos, teorias, hipóteses e ideias, enfim, de produzirmos pensamentos muito positivos. É uma condição de vibração positiva

que mantém a nossa ressonância acima dessa nuvem de energia negativa em que o planeta está envolvido. Esse estado é a meta maior de quem quer aprender a decidir em todas as situações e encontrar a missão de sua alma.

Essa sintonia elevada acelera a frequência mental, tornando a mente um radar de longo alcance, que fecunda novidades e abre horizontes, possibilitando a quebra de paradigmas e dogmas, e que perfura essa nuvem negra que nos torna cegos e limitados.

Se todos estivéssemos em um nível mental de supraconsciência, ninguém teria doenças, pois, havendo qualquer manifestação, certamente entenderíamos a causa de maneira rápida e, com muita agilidade, trataríamos a causa verdadeira do problema.

Este estado é uma forma mais sutil e elevada de pensar. Para melhor entendimento, procure fazer a seguinte analogia: pense que você está em uma floresta fechada, a qual não conhece, andando e andando, procurando achar uma saída. Mas a tentativa é sem sucesso, pois a falta de conhecimento torna a mata um labirinto. Você anda muito; não chega a lugar algum; dá voltas em círculo e não sai do lugar. Apenas se cansa, desgasta-se. Agora, imagine que você está em um helicóptero, sobrevoando a floresta. Tudo fica mais fácil, não é mesmo? Torna-se possível determinar, lá de cima, a melhor forma de sair do labirinto, de encontrar a saída, inclusive utilizando o caminho mais curto.

O estado de supraconsciência, comparativamente, é o mesmo que poder sobrevoar os “labirintos da vida” para encontrar o melhor caminho de cada um.

Em toda uma existência terrena, uma pessoa está sujeita às armadilhas ou aos caminhos errados que irão surgir, gerando problemas, aumentando os riscos, consumindo energia. Em estado normal, uma pessoa dificilmente perceberá esses abismos.

A condição de supraconsciência permite-nos a prevenção das tão comuns armadilhas, pois traz uma visão ampliada do todo, um entendimento do melhor passo, do melhor caminho, que é guiado pela própria consciência sintonizada em um estado elevado e altamente perceptivo.

Uma pessoa nessa condição vive na Terra, sem perder a sua conexão com o astral superior (aqui vamos chamar de céu, ou plano divino). É como um jogador de futebol, atuando em campo em um jogo importante, que recebe constantemente dicas e avisos de seu técnico para corrigir os erros e melhorar a

tática.

Um dos grandes erros que qualquer pessoa pode cometer, ao fazer escolhas e tomar suas decisões, é estar em estado normal. Isso é o mesmo que dizer que existe um curtíssimo alcance na visão do todo, sem contar o alto nível de interferências energéticas nocivas atuando contra. A maioria das decisões são tomadas no calor das emoções e dos sentimentos em que o ser humano está inserido, por onde transitam muitos medos, carências, inseguranças, mágoas, raivas, ciúmes, apegos, possessividades, invejas, vinganças, vícios, maldades, entre muitas outras nocividades.

Será que a pessoa que precisa tomar uma decisão, e que se encontra inserida em um ambiente em que todos esses sentimentos estão presentes, escolherá, com discernimento, a melhor coisa a fazer? Será que os erros do passado, os fracassos, os rancores não vão interferir na escolha? E, se isso ocorrer, será que o caminho escolhido estará correto?

É muitíssimo importante atingirmos o estado de supraconsciência, para que possamos decidir por aquilo que é melhor – de acordo com a nossa essência. Quando estamos envolvidos por uma atmosfera ruim, há um distanciamento em relação à nossa programação interior (essência), que é o verdadeiro leme para nossa vida.

Em outras palavras, qualquer um, antes de decidir, necessita estar em ressonância unicamente com o princípio básico de sua vida, a sua missão aqui na Terra. Toda escolha feita, quando pensamentos e sentimentos estão em ressonância com tantas inferioridades mundanas, certamente acarretará em erro.

Seguem alguns exemplos de como nos comportarmos em estado de supraconsciência, comparando com o estado de consciência normal:

## **EXEMPLO 1**

**Fato normal da vida:** Tem dificuldades na família.

**Reações no indivíduo em estado normal:** Aumenta o nível de estresse, a dificuldade e a tensão com brigas, discussões, desentendimentos e preocupações.

**Reações no indivíduo em estado de supraconsciência:** Procura verificar seus papéis, entender o motivo do conflito, entender as diversas óticas da situação.

## EXEMPLO 2

**Fato normal da vida:** Tem dificuldades no trabalho.

**Reações no indivíduo em estado normal:** Reclama muito; torna-se negativo e pessimista.

**Reações no indivíduo em estado de supraconsciência:** Procura ver o que pode ser feito para reverter a situação. Investe em si próprio, dedica-se, procura entender sua missão no trabalho e quais os aspectos que estão aflorando para se melhorar. Volta-se para sua própria essência.

## EXEMPLO 3

**Fato normal da vida:** Está doente.

**Reações no indivíduo em estado normal:** Sente-se vítima; reclama; perde a paciência; sofre.

**Reações no indivíduo em estado de supraconsciência:** Procura ver onde errou, planeja uma nova conduta, aproveita para repensar a vida, estabelece novos limites. Busca Deus.

## EXEMPLO 4

**Fato normal da vida:** Está triste.

**Reações no indivíduo em estado normal:** Aumenta a tristeza; mergulha profundamente no estado sem perceber aquilo que o causou; sente-se vítima, indefeso ou carente.

**Reações no indivíduo em estado de supraconsciência:** Busca respostas internamente; medita; reza; silencia. Estabelece novas atitudes; repensa os atos; estabelece novas metas e entende a tristeza como uma necessidade de ajustes na vida.

## EXEMPLO 5

**Fato normal da vida:** Sofre um acidente.

**Reações no indivíduo em estado normal:** Reclama; chora; xinga; sente-se vítima; traumatiza-se.

**Reações no indivíduo em estado de supraconsciência:** Corrige sua “rota” imediatamente; muda o pensamento; começa a fazer as coisas de forma diferente e caminhar por novos caminhos. Para para pensar e faz uma mudança radical na vida.

## **EXEMPLO 6**

**Fato normal da vida:** Sofre um assalto.

**Reações no indivíduo em estado normal:** Sente-se injustiçado, vítima; reclama; chora; traumatiza-se; torna-se neurótico; amedronta-se.

**Reações no indivíduo em estado de supraconsciência:** Procura entender o que está fazendo de errado. Questiona-se sobre o materialismo; volta-se para Deus e sua essência. Entende que precisa corrigir a rota.

## **EXEMPLO 7**

**Fato normal da vida:** Perde o emprego.

**Reações no indivíduo em estado normal:** Reclama; acha culpados; sente-se rejeitado; perde a autoestima; perde a fé e a confiança; sente-se fracassado.

**Reações no indivíduo em estado de supraconsciência:** Procura perceber os erros e ver a necessidade de rumar em novos caminhos. Reconstrói o padrão de atitudes. Entende que precisa mudar a forma de ver a vida.

## **EXEMPLO 8**

**Fato normal da vida:** É magoado.

**Reações no indivíduo em estado normal:** Considera-se injustiçado; acha culpados e vilões; sente-se vítima da situação; nunca tem responsabilidade pelo fato; sente-se um mártir.

**Reações no indivíduo em estado de supraconsciência:** Procura entender que a pessoa é apenas o instrumento para a mágoa aflorar. Percebe que se trata de um sentimento antigo, mas que precisa ser transmutado. Muda o pensamento.

## **EXEMPLO 9**

**Fato normal da vida:** É traído.

**Reações no indivíduo em estado normal:** Sente-se injustiçado; tem o ego abalado; sente raiva e mágoa profunda; torna-se agressivo ou depressivo; perde a autoestima. Torna-se mais ciumento e apegado.

Reações no indivíduo em estado de supraconsciência: Reconsidera suas atitudes; equilibra o egoísmo x altruísmo; busca eliminar o sentimento de apego, solidão, mágoa e baixa estima. Percebe que é necessário nutrir o espírito. Busca Deus; volta-se para sua essência; faz uma reforma íntima.

## **EXEMPLO 10**

**Fato normal da vida:** É abandonado.

**Reações no indivíduo em estado normal:** Sente-se vítima, rejeitado; perde a autoestima; sente pena de si próprio.

**Reações no indivíduo em estado de supraconsciência:** Compreende que era um corte necessário; procura entender os erros; reconstrói suas condutas; silencia-se; busca Deus.

## **EXEMPLO 11**

**Fato normal da vida:** É injustiçado.

**Reações no indivíduo em estado normal:** Sente raiva; quer fazer justiça de qualquer maneira; consome-se; perde energia; torna-se agressivo; reclama; acha culpados.

**Reações no indivíduo em estado de supraconsciência:** Procura compreender que sentimento precisa ser trabalhado; busca a mudança de pensamento, reforma condutas; volta-se para sua essência.

## **EXEMPLO 12**

**Fato normal da vida:** Sofre crise financeira.

**Reações no indivíduo em estado normal:** Reclama da vida; perde a fé e a esperança; torna-se depressivo; sente-se fracassado; acha culpados; perde a autoestima.

**Reações no indivíduo em estado de supraconsciência:** Muda seus valores; reforma pensamentos; nutre o espírito e estimula sua fé. Age com a alma e com

o Eu Superior.

### **EXEMPLO 13**

**Fato normal da vida:** Sofre fracasso; perde; erra.

**Reações no indivíduo em estado normal:** Acha-se a pior das pessoas; considera-se incompetente; perde a autoestima; perde a confiança; traumatiza-se; bloqueia-se.

**Reações no indivíduo em estado de supraconsciência:** Recomeça; pensa nos erros e corrige-os. Entende os erros como uma oportunidade de melhoria e sucesso futuro. Admite falhas, mas limpa qualquer culpa e pensa na frente.

### **EXEMPLO 14**

**Fato normal da vida:** Perde alguém querido (morte).

**Reações no indivíduo em estado normal:** Reclama da vida; não aceita; não tolera; desiste de viver, entra em depressão.

**Reações no indivíduo em estado de supraconsciência:** Trabalha o apego; silencia-se; medita sobre; busca Deus; volta-se para a própria essência.

O indivíduo em supraconsciência percebe que nunca existe um problema, mas desafios. Entende que cada adversidade é um gatilho que serve para aflorar oportunidades de melhoria em sua personalidade. A supraconsciência traz no ser o entendimento de que o importante não é o fato em si, mas as lições, emoções, sentimentos e pensamentos decorrentes da situação.

Toda adversidade aparente torna-se uma oportunidade de aprendizado para quem está com a consciência elevada. Se a pessoa sofre é porque não entendeu o recado por trás da adversidade, por isso não evolui e continua patinando em sua missão evolutiva.

Quando existem muitos gatilhos na vida de uma pessoa, significa que ela não está entendendo os sinais, que não está evoluindo e equilibrando os sentimentos que estão aflorando. É como se o aluno repetisse de ano por não tirar nota suficiente no exame escolar. Se as adversidades continuam a acontecer, com cenários diferentes, no entanto com as mesmas mensagens, isso indica que a pessoa “não passou de ano”.

As situações deixam de ser repetitivas quando entendemos o que está por trás, e a maior dica é olharmos os problemas como gatilhos, pois sempre aparecem aspectos negativos que devem ser melhorados. Os percalços da vida nada mais são do que instrumentos que proporcionam que nossas inferioridades sejam reconhecidas.

A supraconsciência é um estado que deve ser conquistado, em geral com o equilíbrio dos aspectos mentais, emocionais, físicos e espirituais, ou seja, é um estado energético muito elevado, resultante de um equilíbrio geral da pessoa em seus diferentes aspectos. Embora seja um estado raro de encontrarmos nas pessoas, é perfeitamente possível atingi-lo e mantê-lo de forma constante, basta que haja dedicação para tal.

## **DESENCADEANDO SITUAÇÕES**

Ao acordar pela manhã, um desafio novo começa: concentração, prece, invocações, respirações, mentalizações. Tudo isso é necessário para garantirmos um bom equilíbrio mental e emocional, proteção energética e paz interior. Contudo, mesmo depois de tanta dedicação, ainda é bem difícil conquistarmos um estado elevado de harmonia todos os dias. Ficarmos bem, em paz e em equilíbrio não é tarefa impossível, entretanto requer dedicação e disciplina, concentração e conexão. Para ficarmos mal, em desequilíbrio, basta acordarmos pela manhã e não fazermos nada. Deixar o dia passar e as coisas fluírem livremente. Pronto, esse é um estado de que a pessoa sem leme aproxima-se e sintoniza-se com o inconsciente coletivo, ou seja, com a ressonância geral do planeta e da cidade onde mora. E, como sabemos, normalmente são padrões contaminados, negativos, cheio de sentimentos de apegos e medos.

A decisão é livre: todo santo dia acordar e sintonizar-se com Deus e com uma frequência de luz e paz, ou aceitar que a vida, o fluxo energético do planeta e o inconsciente coletivo engulam-nos com energias nocivas de estresse, medo, mágoa, raiva, preocupações, materialismo, egoísmo. Façamos a nossa escolha, afinal, temos livre-arbítrio e isso traz direitos, mas é bom que saibamos que essa escolha levará a um caminho bem específico, determinado pela natureza de nossas ações.

Por experiência pessoal, estudando e observando o dia a dia no consultório de terapia, nas palestras e nos cursos, em contato com milhares de pessoas, considero que seja nove vezes mais fácil ficar em estado estressado,

desequilibrado, cansado do que atingir uma condição de paz, que dá muito mais trabalho. Conclusão: para ficar mal e em desequilíbrio, basta não fazermos nada.

## **ESCOLHENDO A SUA SINTONIA**

Procure imaginar as ondas de rádio: cada frequência toca um tipo de música, e você pode decidir que tipo quer ouvir. Essa música interfere em seus estados psíquico, emocional e espiritual, seja de forma positiva ou negativa.

A sua sintonia tem como base os seus estados energéticos, por isso o grau de dedicação que você tem em relação à sua energia pessoal vai determinar que tipo de comportamento, sentimento, emoção irão lhe influenciar durante o dia, a semana, o mês, desencadeando uma série de acontecimentos em sua vida, sempre correspondentes à sua sintonia.

Procure sempre se equilibrar, respirar, rezar, meditar. Tudo isso para que você se conecte com Deus de forma pura e sem interferências. Essa energia maior o suprirá de paz e de sabedoria. Vai energizar seus corpos físico, emocional, mental e espiritual, de maneira simples e confortadora. Essa não é uma atividade que requer exigências especiais, mas apenas que se volte para o seu próprio interior e para Deus.

## **O DESENCADEAMENTO**

Se você eleva a sua energia, sua condição mental e seu equilíbrio emocional, começa a se sintonizar em frequências de mesmo padrão. Isso quer dizer que semelhante atrai semelhante, coisa boa atrai coisa boa, e ruim atrai ruim.

Costumamos reclamar demais quando coisas indesejadas acontecem, mas o que deveríamos fazer é questionarmos o motivo pelo qual estamos atraindo isso. Se estou atraindo complicações é porque sou também uma pessoa complicada, já que estou em ressonância com esse padrão.

A compreensão do padrão de sintonia em que vivemos trará também a consciência do nível de evolução em que estamos. Trata-se de uma lei universal: “semelhante atrai semelhante”. Se estamos atraindo pessoas boas em nosso convívio diário, amigos, vizinhos, colegas de trabalho, quer dizer que estamos em um bom nível de sintonia. Se o oposto acontece e apenas aproximamos pessoas complicadas, negativas, devemos nos questionar e começar nossa reforma íntima (mudança consciencial), pois precisamos evoluir.

É muito comum situações em que as pessoas mergulham em complicações, problemas, dificuldades. As adversidades vão emergindo uma atrás da outra, e a pessoa cria um estado mental e emocional negativo, o que atrai mais problemas. É nesse momento que é necessário ficar muito atento e elevar a consciência para que um desencadeamento negativo não ocorra. Uma frase muito comum é “só falta cair a casa na minha cabeça”. Essa expressão resume o caso, pois traduz o sentimento que quer dizer: quando tudo dá errado. A situação fica tão complicada que até se cria um estado mental de esperar a próxima desgraça. É neste momento que a pessoa pode mergulhar em uma lama preta, já que sua mente está em um nível tão baixo que só consegue, por ressonância, atrair coisas densas.

A nossa luta é criar uma condição de evolução pessoal que interrompa qualquer desencadeamento negativo e mantenha uma sintonia em vibrações elevadas, criando ressonância em frequências positivas, tornando a vida uma experiência prazerosa.

Não existem vítimas, vilões, nem culpados. Atraímos o que somos e comandamos tudo por nosso universo de pensamentos, emoções e sentimentos. O pensamento é forma; a imaginação é “imagem em ação”. Vigiem tudo que pensamos ou sentimos. Essa é uma rotina de autodisciplina diária para garantir a qualidade de nossa sintonia: “orai e vigiai”.

Quando as coisas começarem a dar certo, olhemos para trás e percebamos que tudo foi fruto do nosso esforço em manter a nossa sintonia elevada. Essa é uma ótima receita para um bom desencadeamento em nossa vida.

## **COMPREENDENDO AS DUAS MENTES: A SUPERIOR E A INFERIOR**

Em nosso corpo físico existem centros energéticos denominados chakras, que possuem a função de captar, receber e distribuir energia para que as glândulas endócrinas produzam todos os componentes necessários para uma saúde perfeita. São sete os chakras principais, que estão associados às sete glândulas, responsáveis pela produção de hormônios e outras substâncias essenciais que proporcionam equilíbrio ao nosso organismo. Os chakras são gerenciadores da quantidade de energia que cada glândula recebe, e esse fluxo energético pode ser afetado pelo nosso descontrole emocional, fazendo com que as emoções inferiores se transformem em doenças físicas. Por exemplo, uma crise de raiva

ou de fúria se instala no terceiro chacra, localizado próximo ao estômago. Esse descontrole gera descargas enormes de adrenalina em nossa corrente sanguínea, podendo causar gastrites, tumores ou mesmo a famosa úlcera nervosa, que possui esse nome justamente em função do desequilíbrio emocional.

Os chacras são como gavetas energéticas que, ao longo dos anos, acumulam sentimentos inferiores e não processados por nossa mente. A tendência pessimista gerada pelo inconsciente coletivo e também por uma dimensão de polaridade negativa, em que residem sentimentos como medo, raiva, ódio, insegurança, ambição, fazem com que, já ao acordar pela manhã, sentimo-nos cansados e desanimados. Essa nuvem de carga negativa, aliada à falta de consciência da missão pessoal e dos motivos pelos quais estamos aqui nesta vida, levam ao sofrimento e à doença. Em vez de lidar com os desafios diários, vendo-os sob a ótica de que a existência é cíclica e aproveitando a vivência atual para o desenvolvimento espiritual, simplesmente fazemos vista grossa para esses sentimentos, que podem levar à doença e até à morte.

Vivendo dessa forma, a vida não tem sentido. Isso é viver por viver. É empurrar com a barriga! Cada desafio ou problema que surge não é uma coincidência, mas um gatilho que precisa ser disparado para que haja aprendizado, crescimento e amadurecimento. Identificando o problema já quando acontece e enxergando-o como aprendizado, a vida se torna muito mais leve. Quando tudo começa a dar errado na vida de alguém, é porque Deus já cansou de avisar de formas mais sutis quais eram os caminhos. Deus é leveza, sutileza, amor e manifesta-se em tudo, a todo momento. Se prestarmos atenção no sorriso de uma criança, no desabrochar de uma flor ou no vento que toca o nosso rosto, Deus ali está. Deus é a energia que move este planeta. Estamos aqui e somos avisados constantemente por meio das coincidências, dos sonhos e, muitas vezes, das pessoas. Na maioria das vezes, não prestamos atenção aos sinais, porque estamos imersos em orgulho, ego, vaidade e questões materiais terrenas. Esses sentimentos criam uma força tão negativa que nossa essência divina fica escondida, como se estivesse sufocada.

Quando buscamos a espiritualidade, acontece uma utilização da nossa energia, como se fosse invadida por uma onda de polaridade positiva, com sensibilidade e frequência vibratória aumentadas, aproximando as boas coincidências, as notícias boas, as coisas boas.

É aí que entra em ação a Mente Superior, que é chamada assim porque possui

a essência espiritual ou a consciência divina. A Mente Superior é tão criativa quanto a Mente de Deus, pois é uma partícula dela. Tudo o que existe de matéria na natureza é apenas energia condensada, que, anteriormente, eram partículas soltas que foram se agrupando na mente de alguém até se transformarem em uma ideia e, posteriormente, em realidade material. O resultado das nossas vidas hoje faz parte de um programa de evolução que foi criado pela nossa mente.

Quando utilizamos a Mente Superior, na qual estão armazenados sentimentos como amor, compaixão, solidariedade, criatividade, intuição e inteligência, com mais frequência ela se conecta a uma energia que traz uma vida mais próspera, harmoniosa e iluminada.

Quando utilizamos a Mente Inferior, em que residem sentimentos como raiva, ódio, medo, tristeza, insegurança, mágoa, apego, desejo, aversão, carência, orgulho, vaidade, ego, o resultado produzido na vida será catastrófico.

No momento em que nos desviamos do cumprimento da missão da alma, a nossa energia começa a avisar de forma bem sutil. Por exemplo, uma pessoa que não quer enxergar seu lado espiritual pode vir a ter miopia em um dos olhos, que já é a energia da doença se condensando no corpo, por meio da Mente Inferior. Algo bem leve ocorre e, depois de um tempo, ainda não enxergando o que precisa ser visto, o grau aumenta, até que a pessoa chegue à cegueira para poder se aproximar de Deus. As doenças terminais mais difíceis são o caminho mais tortuoso e doloroso para chegar até Deus, pois, em alguns casos, as pessoas precisam passar por uma situação de câncer para entender o sentido de sua vida ou para se aproximarem de sua essência divina e de seu aprendizado.

Não é necessário passarmos por uma doença. O que precisamos é compreender nossa natureza divina. Podemos nos aproximar de Deus a qualquer momento, bastando acessá-lo com a Mente Superior existente em cada ser, que é nada menos que a Morada de Deus ou a partícula dele em cada um.

## **A MATERIALIZAÇÃO DA DOENÇA**

Qualquer matéria existente em nosso plano era de um quantum de energia desagrupado, que, passando pela mente de alguém, foi se moldando até atingir a densidade necessária para se transformar em matéria.

Vamos pensar em uma casa pronta para morar. Antes de estar pronta, ela nada mais era do que material desagrupado. Tijolos em uma olaria, cimento em uma

fábrica, pisos em uma loja. Energia espalhada por aí. O que foi necessário para que essa casa ficasse pronta? A mente de alguém. Primeiro alguém que a merecesse (plano espiritual); depois alguém que a imaginasse (plano mental); em seguida, alguém que a desejasse muito, a ponto de colocar o projeto em prática (plano emocional); e, por último, alguém que a fizesse (plano físico).

Nossa mente funciona de forma igual, e traz a doença até nosso corpo dessa mesma maneira, agrupando partículas de energia negativa até que ela se condense numa doença física. Muitas partículas de sentimentos negativos soltos no ar começam a invadir o campo de energia humana. Vamos citar o exemplo de uma pessoa que mora em uma cidade poluída, com muitos prédios cinzas, de clima frio, denso e sem sol. Esse indivíduo sente-se invadido por toda essa energia e já se sente parte de tudo o que o rodeia.

Falamos somente do ambiente e ainda nem tocamos no carma maior: a família. Se essa pessoa tem uma família problemática, um irmão suicida, o pai alcoólatra, existe ainda mais carga negativa no ar. Por enquanto, estamos no plano espiritual, pois, se as coisas se apresentaram dessa forma para essa pessoa, é porque ela precisa de tudo isso para evoluir e crescer espiritualmente. Ela precisa morar num determinado lugar e conviver com determinadas pessoas, para que sejam aflorados alguns sentimentos inferiores. Sem o cenário e os atores ideais, essas inferioridades talvez nunca se manifestassem e nunca pudessem ser processadas e eliminadas.

O próximo passo é o mais importante: como a mente dessa pessoa enxerga tudo isso? Ela processa esses sentimentos com qual das duas Mentes: a Inferior ou a Superior? A escolha de como processar esses sentimentos é do indivíduo: é aí que mora o livre-arbítrio, que é a maior dádiva que recebemos de Deus. É o nosso poder de escolher como vamos pensar, sentir, viver. Podemos escolher enxergar nossa vida de forma superior ou inferior.

Com a Mente Superior, a pessoa compreenderia que esse pai, esse irmão e essa cidade são degraus para sua evolução espiritual e que esses são elementos necessários para que haja aprendizado e crescimento. Vendo dessa maneira, é muito mais fácil trabalhar a desvitimização. Quando a vida se apresenta de forma difícil para nós, normalmente nos sentimos vítimas, uns coitadinhos.

A vitimização não faz parte da Mente Superior. É uma inferioridade, pois somente nós mesmos somos os causadores do cenário em que nossa vida se encontra hoje. Não devemos direcionar nossas frustrações para outras pessoas,

pois elas são instrumentos evolutivos em nossas vidas.

Essa consciência se dá através da Mente Superior, e, quando isso acontece, começa o caminho de volta à nossa essência divina. Quando “cai a ficha”, o processo reverso já começou, e a Mente Superior, que é extremamente criativa, já inicia um processo de cura, mudando os pensamentos e criando boas coincidências, situações e oportunidades para nossa felicidade plena.

Desenvolver a Mente Superior é uma questão de treino. Devemos ter persistência e determinação, pois é possível vivermos somente com sentimentos bons. Quanto mais utilizarmos sentimentos bons, mais ela estará treinada para situações difíceis em que podem prevalecer sentimentos como a raiva, por exemplo. Oração, meditação, yoga, reiki e outras terapias vibracionais são excelentes instrumentos de cura da Mente. Acessando nossa Mente Superior, estaremos sempre conectados com nossa essência divina, com a força criadora, que é a energia do amor universal.



Capítulo

# II

## AS MUDANÇAS QUE A VIDA PEDE

O melhor plano de saúde possível adquirimos quando encontramos e realizamos a missão de nossas almas.

# Quando o instinto de sobrevivência esconde a essência

**V**ivemos, em tempos atuais, em um mundo onde o instinto de sobrevivência e de autodefesa é impregnado no estilo de agir da maioria das pessoas. Nos grandes centros e cidades, as pessoas travam diariamente uma batalha para sobreviver em meio a tantas agitações, adversidades e materialismo. Essa conduta é fruto de um crescimento desequilibrado, não sustentável, em que os seres perderam a noção das coisas essenciais da vida.

O estado caótico da sociedade, os problemas sociais, a falta de emprego e de segurança tornam a pessoa escrava de si mesma e do sistema que, mesmo sem perceber, foi uma das responsáveis em construir.

A necessidade de sobreviver e de vencer os obstáculos de um mundo materialista gera grande distanciamento da essência humana. Nutrir as necessidades do ego torna-se muito mais interessante que desenvolver a essência espiritual.

Esse desvio de rota vai acontecendo sutilmente, e os princípios e valores pela vida são completamente trocados, focados em objetivos materiais, da vaidade, do ego, da ganância e, na maioria das vezes, no instinto de sobrevivência.

A pessoa nesse nível de consciência entrou no chamado piloto automático. Suas respostas e reações são quase automáticas. Seu coração é endurecido, e a razão e o instinto decidem os caminhos da vida. A intuição, a voz do Eu Interior e do coração, é banida, extinta. O ser é movido pela Mente Inferior, que é cega, e não enxerga um palmo à frente, não reconhece o que é melhor para a sua alma.

Quais são os motivos de uma pessoa para viver?

Quais são as suas motivações? Para que ela se desdobra trabalhando e batalhando? Está ajudando o planeta? Está evoluindo como ser?

O sério problema é que a pessoa perde a noção sobre o seu propósito neste plano. Sua missão vai sendo deixada de lado à medida que o instinto de sobrevivência vai sendo priorizado ao extremo. Essa atitude comum nos afasta de nossos princípios e de nossa essência e torna-nos escravos de nossa realidade,

o que é um grande erro, já que estamos neste planeta com objetivos e metas a cumprir. O ser humano tem internamente também um instinto para evolução, para o crescimento pessoal e para a prosperidade pessoal, mas acaba se afastando disso tudo pela necessidade que encontra de resistir, de perpetuar e de superar as intempéries da vida.

As pessoas cada vez mais estão distanciadas de metas pessoais (conscienciais) e dos objetivos de crescimento espiritual, tornando suas mentes dispersas e lentas, já que perdem grandes quantidades de energia com aspectos desnecessários para sua evolução.

## **NO FUNDO TODOS QUEREM EVOLUIR ESPIRITUALMENTE**

Toda a busca interior que fazemos, mesmo que inconscientemente, é a maior prova de que nosso espírito quer romper a barreira que o aprisiona nos conceitos e paradigmas viciados da criação humana. Isso mostra que toda meditação, concentração, conexão e canalização do seu Eu com a Existência é a necessidade que nosso espírito tem, naturalmente, de buscar a energia primordial, sem contaminações.

Então, todo o conceito de evolução transpassa o pressuposto das inferioridades da casca (ego), pois transcende a própria casca e eleva-se para um novo padrão, que não requer curá-la, mas, simplesmente, não precisa que ela exista. As nossas mentes são contaminadas por nosso universo mental/emocional, enfraquecendo substancialmente seu poder ou sua força, enquadrando-se em uma regra de comportamento, podendo ser perfeitamente previsível. O padrão mecanicista que se encaixa acaba tornando a mente calculável, aprisionada ao nível da terceira dimensão (visão unicamente material).

Assim como os *hackers* se infiltram em sistemas informatizados que sejam frágeis por sua lógica previsível, influências negativas e inferioridades do espírito vão também permear na sua vida, graças a esse rótulo comportamental que o ser humano carrega, que o torna também frágil. O seu nível de aprisionamento e de vício por alguns sentimentos e emoções trará a previsão das suas fraquezas, tornando-o escravo da terceira dimensão, das suas limitações e da fraqueza mental por consequência.

Uma das maiores escravidões, senão a maior, é a ignorância criminosa e autodestrutiva que cultuamos pelos nossos vícios emocionais, pelas nossas

projeções contaminadas e pelo nefasto inconsciente coletivo, no qual estamos inseridos e pelo qual somos influenciados. Quando se removem esses vícios, a mente se expande, quebra barreiras, cocria conscientemente o futuro, e um novo universo de possibilidades integralmente livre aparece.

É muito difícil aceitar o convite para evolução pessoal, pois somos tão viciados em emoções, prazeres e sentimentos que acabamos nos tornando incompetentes para vislumbrar o novo, ou seja, tornamo-nos incompatíveis com a busca por evolução espiritual.

O mundo dos vícios e dos comportamentos contaminados, por nós mesmos gerados, cria efeito hipnótico que nos afasta da verdade íntima existente na essência de cada um, tornando a tarefa de desapegar-se e de desvitimizar-se uma missão muito árdua e pouco provável para a grande maioria das pessoas, que não aprendem a aprender.

## **A VIDA PEDE MUDANÇAS**

O ser humano pode estar engessado em seus vícios rotineiros de comportamentos, ligado no piloto automático de sua própria ressonância (criada por suas atitudes e escolhas), mas logo chegará a hora em que a sua essência vai “gritar por socorro”.

Muitas pessoas passam vidas inteiras nesse piloto automático e, quando menos esperam, a vida as presenteia com situações extremas que as fazem repensar tudo, mudar conceitos, reformar padrões, romper barreiras e quebrar paradigmas.

A vida está para nossa essência assim como a água está para o rio. Não adianta fugirmos da nossa missão maior, mesmo que a deixemos de lado. Nossa essência vai se manifestar sempre que os interesses do Eu do Ego sejam diferentes do Eu da Alma, e isso é inevitável.

Durante a vida, em fases específicas, recebemos muitas dicas sobre a necessidade de fazermos mudanças de rumo, principalmente de reformarmos condutas e atitudes. Somente as pessoas mais antenadas percebem, escutando a voz da intuição, que é o Eu da Alma. Algumas até escutam essa voz, percebem, mas não têm convencimento suficiente e disciplina para realizar as mudanças, porque estão envolvidas em apegos, comodismos e outros obstáculos, que consideram intransponíveis. Outras pessoas não percebem nada, tampouco

realizam mudanças.

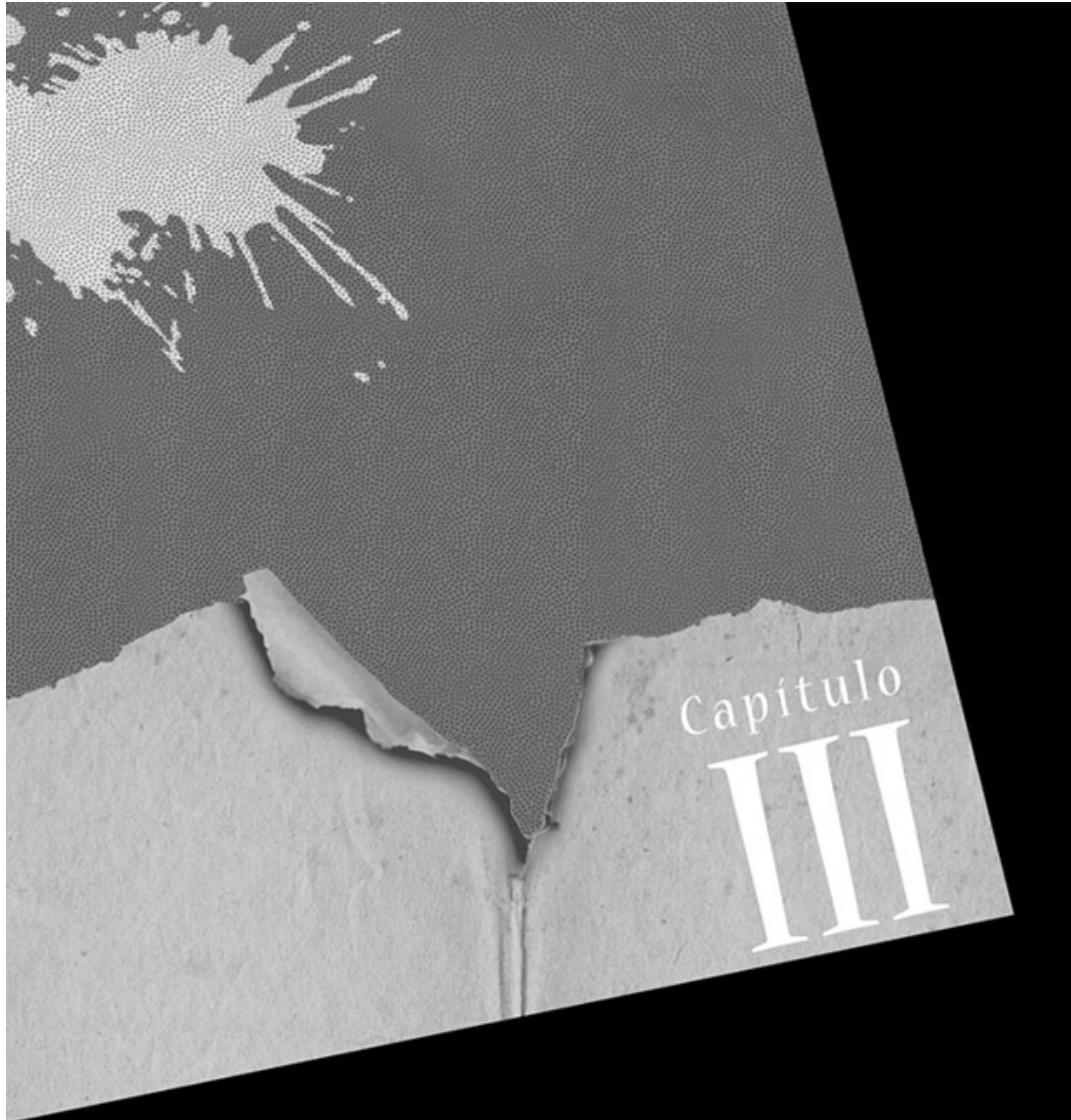
Esses eventos que ocorrem, pela maioria considerados problemas, crises, transtornos, catástrofes pessoais ou coletivas, acidentes e outras desgraças, carinhosamente neste livro chamaremos de “flechas dos anjos”.

Foi escolhido esse nome porque, mesmo que a pessoa não perceba ou não aceite, essas situações têm sempre o objetivo de ajudá-la a reformar os seus padrões. Quanto mais drástico e complicado for o evento, mais a pessoa está precisando de um choque de pensamentos. Quando a pessoa vai compreendendo as mensagens por trás das adversidades, rapidamente pode produzir mudanças importantes. Em consequência disso, as flechas dos anjos tornam-se mais amenas, pois a pessoa torna-se mais consciente.

**As flechas dos anjos são sinais ou avisos que indicam que a pessoa precisa reformar atitudes, pensamentos, princípios, valores e conduta. Alguns exemplos:**

- Dificuldades em qualquer área de sua vida;
- Demissões;
- Acidentes;
- Crises conjugais ou de relacionamentos em geral;
- Falta de amizades;
- Fechamento das “portas do mundo”;
- Dívidas financeiras constantes;
- Doenças leves constantes;
- Doenças agudas que surgem;
- Dor e sofrimento constantes;
- Assaltos;
- Problemas constantes com pessoas ao redor;
- Sofrimento de fraudes, crimes e outras ações negativas de terceiros;
- Adversidades repentinas;
- Perdas em geral (materiais e afetivas);

- Gravidez inesperada;
- Outras situações aparentemente adversas que estimulam a pessoa a mudar seus conceitos.



Capítulo

III

# FALANDO SOBRE DECISÕES

O Eu Superior é o gerente geral do projeto de evolução espiritual de cada ser. É ele quem conduz a pessoa ao rumo da realização da sua missão aqui na Terra, utilizando os melhores caminhos.

# Por que é tão importante saber tomar decisões?

**D**ecidir significa escolher um caminho. O fato de não escolhermos nada já é uma escolha. Como já foi dito, uma decisão serve unicamente para duas coisas: ficar mais próximo ou ficar mais distante da missão da alma.

Também sabemos que, quando a pessoa está fora da rota de realização de sua missão pessoal, a sua essência espiritual “grita”. Logo, toda decisão bem tomada é instrumento para saúde, alegria plena, autoestima e para o desencadeamento positivo, que é algo a que todos almejamos.

Com essa ótica, é recomendável que a pessoa sempre consulte o seu Eu da Alma antes de tomar qualquer decisão. Tendo essa consciência, a prática de fazer escolhas pode se tornar o maior recurso evolutivo de um indivíduo.

## **DECIDINDO ENTRE EU SUPERIOR E EU INFERIOR**

Decidir no calor das emoções produz no ser um aumento na capacidade de errar nas escolhas, porque nosso Eu Inferior é recheado de sentimentos e de emoções negativas, como ego, vaidade, vingança, ansiedade, orgulho, medo, carência.

Quando estamos envolvidos de forma intensa pelas emoções, quem raciocina não é a mente, não é o Eu Interior. Decidir com a influência do Eu Inferior é comparativamente a mesma coisa que um médico fazer suas cirurgias com instrumentos contaminados.

As decisões tomadas nesse tipo de condição afetam muito a capacidade pessoal de escolher aquilo que é melhor para a alma, o que, muitas vezes, pode gerar prejuízos irreversíveis na história da vida de qualquer um. As decisões devem ser tomadas, tendo sempre como base programação interior de cada um e jamais os aspectos inferiores. Seguem alguns exemplos de decisões para serem analisadas.

### **EXEMPLO 1**

**Decisão a tomar:** Proposta de emprego em um novo local.

**A dúvida é:** Aceito ou não?

**Comentários sobre a situação:** Mostra-se uma boa oportunidade, boa prosperidade e perspectiva.

**Motivos para as dúvidas:** “No emprego atual não preciso dirigir, tampouco pegar uma condução, pois é muito perto de minha casa. Se eu trocar de emprego, vou precisar dirigir todos os dias e tenho muito medo de dirigir.”

**Decisão final:** Ficar no emprego atual.

**Conclusão:** Decisão baseada no medo e no comodismo, que são emoções negativas.

**Consequências:** Tipo de decisão baseada no Eu Inferior (ego) – a pessoa está indo na direção errada. Não ajuda a evoluir nem a crescer espiritualmente, distancia-se de sua missão. Certamente existirão conflitos no futuro, pois a essência vai gritar.

## **EXEMPLO 2:**

**Decisão a tomar:** Uso do dinheiro para adquirir bens. O que fazer com o dinheiro?

**A dúvida é:** Comprar um terreno e investir no futuro ou comprar um lindo carro?

**Comentários sobre a situação:** Nada impede essa pessoa de comprar qualquer um dos bens.

**Motivos para as dúvidas:** “Sei que o terreno é um bom investimento, mas com esse carro eu poderei ser notado na sociedade, e as pessoas poderão ver o quanto eu tenho capacidade e sou próspero.”

**Decisão final:** Comprar um lindo carro.

**Conclusão:** Decisão baseada no ego, baixa autoestima e vaidade, que são dois sentimentos negativos. Essa decisão vai afastar a pessoa da necessidade de nutrir sua essência para adquirir autoestima, sem o uso de recursos externos, mas internamente. O automóvel não vai curar as inferioridades de sua alma.

**Reflexão:** “Quando decidimos por impulsos, fazemos com que nossas

emoções respondam por nós.” As emoções não conhecem a missão de nossa alma. Uma decisão precisa ser negociada com o Eu Interior, com a essência. Negociar uma decisão com os aspectos inferiores que possuímos é um grande erro. É como “dar o queijo para o rato guardar”.

Somente os aspectos superiores é que são capazes de saber o que é melhor para a pessoa e para a realização de sua missão aqui na Terra. Qualquer pessoa adquire sabedoria para decidir quando aprende a escutar o Eu Superior, quando aprende a acalmar o Eu Inferior.

Decisões tomadas pela influência do Eu Inferior normalmente trazem falsa impressão de serem positivas, pois geram fascínio e até mesmo inflam o ego e a autoestima, mas por curtos espaços de tempo. Esse tipo de decisão tem energia limitada e logo vem a ressaca, que é característica de uma decisão mal tomada.

Essa ressaca, que se mostra por aflorar sentimentos e emoções negativas, como arrependimento, culpa e desmotivação, sempre aparece com o tempo. Ela é impiedosa e mostra claramente o quanto a decisão foi mal feita. Quanto mais rápido reconhecermos o erro e tentarmos corrigi-lo, melhor para a missão de nossa alma.

A expressão “Esfria a cabeça e depois a gente fala sobre isso” é muito pertinente, pois “cabeça quente”, na verdade, quer dizer que estamos com muitas emoções afloradas (medo, raiva, ódio, tristeza, vingança, ansiedade, orgulho) que certamente irão interferir negativamente na decisão, contaminar a escolha correta. “Esfriar a cabeça” quer dizer acalmar o Eu Inferior para poder ouvir o Eu Superior, que é o grande responsável pela correta condução do nosso plano divino aqui na Terra. É por isso que é comum arrependermos de decisões e atitudes tomadas em momentos de tensão e de emoções fortes.

Todas as pessoas possuem um nível de energia que é o grau de vitalidade. Essa energia pode aumentar ou diminuir durante o decorrer de um dia, mas é importante frisar que pensamentos, sentimentos e emoções são os grandes responsáveis pela qualidade dessa energia. Em outras palavras, as emoções, os pensamentos e os sentimentos estão intimamente ligados a esse nível de energia, que nada mais é que a aura ou o campo energético do ser.

Tudo que acontece na nossa aura reflete no corpo físico, e tudo que acontece no corpo físico reflete na aura, pois eles estão interligados. Visto que pensamentos, emoções e sentimentos influenciam a aura, podemos dizer que o corpo físico é a condensação do universo de pensamentos, emoções e sentimentos.

Essa visão ajuda a explicar a verdadeira origem da doença, que nada mais é do que a condensação continuada de pensamentos, sentimentos ou emoções negativas. A cura profunda e efetiva só acontece quando se torna positivo esse universo em cada ser. Esse é um grande desafio, mas é possível.

A habilidade consciencial para decidir aumenta quando se estimula a voz da intuição, que é a voz da essência, do seu coração e do seu Eu Interior. Para melhorar a percepção da intuição, é necessário desenvolver formas para elevar a sua energia geral, acalmando os aspectos do Eu Inferior e ampliando a consciência, tornando a mente um radar de longo alcance. É preciso tornar a intuição a maior aliada para fazer boas escolhas.

Quando a tomada de uma decisão é consultada pela intuição, ela é decidida a favor da missão da alma da pessoa, encurtando distâncias, diminuindo ilusões e sofrimentos, avançando no processo evolutivo de cada ser.

O passo básico para desenvolver essa habilidade é estimular a percepção interior. Assim como podemos desenvolver um músculo do corpo físico pelo seu estímulo contínuo, também é possível desenvolvermos essa faculdade da mente.

## **NÍVEIS ENERGÉTICOS DA CONSCIÊNCIA**

A energia geral de um ser é exatamente o reflexo do seu universo consciencial e moral. Quanto maior a elevação no nosso nível de energia, maior será o nosso nível de consciência. Sendo maior o nível de consciência, maior também será a capacidade de decidirmos e de discernirmos, pois ampliam-se as capacidades, sensibilidades e percepções. O poder pessoal de um ser é resultado de seu nível de energia. Quanto mais elevado esse nível, assim também será seu poder pessoal.

A mente humana é o grande núcleo conversor e gerador de energia e, quando aliada à energia que flui do coração, elas podem produzir verdadeiras maravilhas na vida de uma pessoa. Mas é bom comentar que a mente não é o cérebro. O cérebro é apenas um instrumento codificador das energias da consciência. O coração é outro exemplo, ele apenas codifica as energias da consciência sentimental.

Todas as células têm consciência, sendo o cérebro e o coração apenas alguns dos muitos instrumentos transmissores dessas informações. Os órgãos físicos captam os impulsos energéticos oriundos da consciência do ser, da alma, que é

imaterial e muito sutil.

A mente, como uma energia imaterial, não se perde com a morte do corpo físico. Na mente, está armazenado o propósito divino de cada ser, sua programação interior, bem como registros de suas experiências passadas, dons, aspectos da personalidade. Em outras palavras, traz consigo o acervo consciencial daquela alma, a experiência adquirida com todas as vivências anteriores.

A mente é o centro energético da alma e está presente em todas as células do indivíduo. É o principal mecanismo de interação entre corpo e espírito ou entre mundo interior e mundo exterior. As doenças surgem toda vez que há desequilíbrios na interação entre mente, espírito e matéria (corpo físico).

A frequência da energia da mente revela a qualidade da energia geral de cada ser. Se a mente governa o universo das sensibilidades, das emoções e dos pensamentos, ela é o centro gerador dessa frequência. Em outras palavras, o universo que o indivíduo cria internamente dita a frequência pessoal. Se a frequência da mente é responsável pela sua condição psíquica/emocional, logo, somos o que pensamos.

Se o universo mental/sentimental/emocional do indivíduo é positivo, a energia que o abastece torna-o pleno, criando condições para que ele atinja a supraconsciência. Com a supraconsciência, há o desencadeamento positivo, quando a mente passa a atrair situações positivas para a vida.

Mas ficam as perguntas: O que você decide pensar e sentir todos os dias? O que você decide gerar internamente com suas emoções, seus sentimentos e seus pensamentos? Você já parou para observar a energia contida nesses aspectos e quais as influências no seu bem-estar?

A percepção do homem é limitada demais para perceber que as mais importantes decisões da vida são as que tomamos todos os dias. Um exemplo é a decisão em relação à qualidade de pensamentos, sentimentos e emoções que serão produzidos internamente. A vigília interior deve ser uma doutrina e estar constantemente atuante, para preservarmos um bom nível de energia de tudo que pensamos e sentimos.

As ideias negativas, pessimistas e as emoções inferiores são “mantras ao contrário”, já que agem debilitando a energia do ser, consumindo seu poder pessoal e desestabilizando o equilíbrio vital.

A mente atua por mecanismos de adição e de subtração: tanto os aspectos negativos quanto os positivos são somados à estrutura energética do ser. Quando os aspectos são positivos, somam energia ao indivíduo. O oposto ocorre no caso de aspectos negativos, já que subtraem a energia mental. Tudo funciona exatamente como uma conta bancária:

Pensamento, sentimentos ou emoções negativas= débitos (Consomem energia)

Pensamento, sentimentos ou emoções positivas = créditos (Adicionam energia)

**Nível de Consciência**

Amor, Compaixão Devoção, Humildade Desapego, Caridade Felicidade	100	Supraconsciência	Capacidade intuitiva aguçada. Intelecto aflorado, vidência, clarividência. Consciência da missão. A vida é governada pelo Eu Superior. Paranormalidade, humildade e compaixão desenvolvidas.
Alegria, Harmonia Generosidade Bondade	90		
Crença, Disciplina Confiança, Paz, Fé Otimismo, Atitude Positivismo Serenidade	80		
Tolerância Curiosidade Tranquilidade Calma	70		Comodismo e negligência com a evolução espiritual
Passividade Perfeccionismo Curiosidade Indiferença	60		
Rebeldia, Birra Egocentrismo Ansiedade Preocupação Falta de Iniciativa Falta de Fé	50	Alta predisposição a contrair síndromes, tendências nocivas, pânico e obsessões de qualquer natureza.	Passividade, psicossomatização, predisposição p/ aflorar personalidade negativa e genética familiar (doenças). Vícios e maus hábitos.
Vaidade, Apego Nostalgia, Preguiça Implicância Vício	40		
Orgulho, Ciúme Fofoca, Pessimismo Lamentação Angústia, Posse Paixão	30		
Vitimização, Mágoa Fascínio Inveja, Cobiça Desespero Raiva, Rancor Vingança	20 10 0		Intuição contaminada. Erro iminente, dúvidas, caráter duvidoso.

Cada energia produzida pela mente reforça alguns aspectos e enfraquece outros. Normalmente, um aspecto possui intensidade idêntica a outro na escala, mas com polaridade invertida. Um exemplo são o amor e o ódio, ambos com nível 10. A raiva é 10 negativo, enquanto que o amor é 10 positivo.

A sintonia ocorre como se fosse uma rádio, e o dial é a escala de 0 a 100 no nível de consciência. O que você reforçar por efeito do seu psiquismo ditará o desencadeamento em sua vida. Qual a rádio que toca em sua vida? Rádio raiva, rádio ansiedade, rádio estresse ou rádio amor? Uma pessoa sintonizada no nível 30 está conectada na rádio nostalgia, orgulho, ciúme, vícios. Por efeito do desencadeamento, a pessoa vai continuar atraindo situações ou pessoas na mesma frequência. Da mesma forma, se está sintonizada na frequência 70, tem sua mente governando suas ações e atitudes com a energia de confiança, otimismo, paz e fé.

É importante salientar que todo processo obsessivo, seja ele por ação externa ou interna, síndromes ou tendências nocivas, acontece sempre que a pessoa está sintonizada em níveis abaixo de 50. No nível acima de 70, não ocorrem obsessões.

## MAS, COMO FUNCIONA NA PRÁTICA?

Cada pensamento, sentimento ou emoção produzida tem uma graduação quanto à sua energia e quanto à sua polaridade (se é positiva ou negativa). À medida que o indivíduo vai criando os aspectos, vai somando ao seu campo energético a ação dessas energias criadas. Se a pessoa pensa e pratica o amor, ela vai adicionando as vibrações dessa energia em seu campo energético.

A seguir, criei uma tabela para melhor entendimento do tema. As energias de cada aspecto foram estudadas e classificadas de acordo com seu nível e polaridade:

Polaridade	Nível de Intensidade	Aspecto
+	10	Amor, Compaixão
	9	Devoção, Humildade, Perdão
	8	Desapego
	7	Felicidade, Alegria, Harmonia
	6	Generosidade, Bondade
	5	Crença, Disciplina, Confiança, Paz, Fé
	4	Otimismo, Atitude
	3	Calma
	2	Serenidade
	1	Passividade
	0	Monotonia
-	1	Perfeccionismo, Curiosidade Excessiva, Implicância
	2	Rebeldia, Birra, Falta de Iniciativa, Nostalgia

3	Ansiedade, Preocupação, Estresse, Dependência, Falta de Fé, Vícios, Maus Hábitos
4	Futilidade, Vaidade, Preguiça, Fofoca, Pessimismo
5	Posse, Ciúme, Apego, Egocentrismo
6	Orgulho, Lamentação, Reclamação, Angústia
7	Paixão, Vitimização, Mágoa
8	Fascínio, Fanatismo, Inveja, Cobiça, Ceticismo
9	Violência, Vingança
10	Raiva, Rancor, Desespero

EXEMPLOS	
Uma pessoa começa a semana com nível de consciência em 60.	
Segunda-feira. Durante o dia ela experimenta internamente os seguintes Aspectos:	
Positivos: Amor + 10 Compaixão + 10 Fé + 5 Confiança + 5 Alegria + 7 Total: + 37	Saldo do Dia: 7 negativo
Negativos: Raiva -9 Ódio - 10 Mágoa - 7 Desespero - 8 Lamentação - 6 Fofoca - 4 Total: - 44	$60 - 7 = 53$  Total acumulado do nível de consciência = 53
Terça-feira. A pessoa dormiu, descansou e acorda com nível em 63. Durante o dia ela experimenta internamente.	
Positivos: Otimismo + 4 Passividade +1 Amor + 10 Compaixão + 10 Fé + 5 Confiança + 5 Alegria + 7 Total: + 42	Saldo do Dia: 24 negativo
Negativos: Preocupação - 3 Ansiedade - 3 Ciúmes - 5 Raiva -9 Ódio - 10 Mágoa - 7 Desespero - 8 Lamentação - 6 Fofoca - 4 Vitimização - 7 Pessimismo - 4 Total: - 66	$63 - 24 = 39$  Total acumulado do nível de consciência = 39

A partir daí, a pessoa vai entrando em um nível crítico. Reforça sua ressonância em padrões negativos e inicia o desencadeamento também negativo. Nesse nível, as coisas vão ficando cada vez mais difíceis, pois sua ressonância só

atrai situações complicadas e pessoas em desequilíbrio.

Com o nível de consciência baixo, a pessoa não consegue perceber o que está errado. Começam lamentações e pessimismos, e ela pode mergulhar em profundas crises pessoais. Por isso, são tão necessárias as “flechas dos anjos”, pois a pessoa nesse nível não conseguirá perceber a necessidade de mudança, até que situações extremas aconteçam para tirá-la do padrão psíquico vicioso e nocivo. Álcool, drogas, remédios antidepressivos, vícios e maus hábitos reforçam a sintonia em níveis inferiores a 50.

## **IMPORTÂNCIA DO NÍVEL DE CONSCIÊNCIA PARA DECIDIR**

A sintonia em que a pessoa estiver dita sua ressonância com atitudes e acontecimentos de mesma frequência. A isso damos o nome de desencadeamento. O desencadeamento é inevitável, já que está apoiado na lei universal de que semelhante atrai semelhante. Por isso, para decidir, as influências sobre a mente devem ser mínimas, o que é o mesmo que dizer que a pessoa precisa estar sintonizada em níveis elevados de consciência.

Decisões tomadas, quando o nível de consciência estiver abaixo de 50, serão fortemente influenciadas pelos aspectos inferiores. Se a pessoa estiver no nível 50, por exemplo, dúvidas, ansiedades, excesso de senso crítico poderão contaminar a escolha.

Sabemos que é meta ainda difícil manter-se todo o tempo no nível de supraconsciência. No entanto, atingir esse estado alguns minutos antes de uma decisão é tarefa simples e qualquer um pode conseguir, utilizando técnicas simples que serão mostradas neste livro.

## **A AUTOESTIMA COMO PROPULSORA PARA AS REALIZAÇÕES**

Pensar, falar, agir, acreditar. Tudo que movemos ao nosso redor ou internamente cria um padrão, uma intensidade, uma força e uma energia. As palavras ditas, os sentimentos e os pensamentos criados durante um dia são sempre geradores de algum tipo de energia, sintonizando o indivíduo a vários tipos de vibrações energéticas, inevitavelmente a todo instante.

Por isso, é possível tentar explicar uma oração ou uma prece, ou seja, uma conexão do pensamento humano com a sua própria consciência espiritual, fazendo referências a seres de luz, a Deus, a ensinamentos puros. Essa conexão

faz com que a pessoa receba uma energia na frequência em que ela está sintonizada, de boa qualidade, positiva.

Nossos pensamentos negativos e antagonistas são os maiores parasitas energéticos que podem existir. Consomem a nossa energia pessoal e ainda nos tornam pessimistas, o que caracteriza uma péssima companhia para qualquer um. O maior problema são os nossos próprios pensamentos mesquinhos e pessimistas, pois eles aniquilam qualquer criação positiva que possa existir em nossa consciência. Destroem e anulam qualquer otimismo interior que o ser humano possa ter, e, pior ainda, contaminam de forma nociva tudo que está ao redor: ambientes, pessoas, objetos, plantas, animais.

Pensar e agir de forma negativa é abrir uma porta de acesso ao nível mais impuro de um ser humano, no qual residem os piores sentimentos, o Eu Sombrio que cada um de nós tem, a morada da polaridade negativa, geradora de tudo o que não é bom. Porém, essa lei funciona para as duas polaridades, a positiva e a negativa, o que torna possível nos beneficiarmos disso para termos uma vida melhor com atitudes muito simples.

A autoestima é um exemplo disso. Muito falamos em autoestima e, na maioria das vezes, a referência está limitada à aparência física de um ser humano, ou seja, à satisfação que uma pessoa tem com a sua própria aparência física. Vivemos em uma época em que as cirurgias plásticas são realizadas para fins estéticos, em números que batem recordes a cada ano, mostrando fortes indícios de que a busca por autoestima está se concentrando na sua causa externa.

A busca pelo conhecimento interior está lenta. A essência de cada ser está adormecida. Se não acessamos essa essência, também não podemos conhecer a origem dos nossos pensamentos e sentimentos, normalmente onde também residem as causas de sentimentos, como a baixa estima.

A busca por autoestima não começa com ações mirabolantes e complexas, mas sim em pequenas atitudes durante o dia, na vigília dos pensamentos, evitando cultivar raiva, diminuindo reclamações, trocando as palavras negativas por positivas, rezando.

Quando a autoestima está elevada, os pensamentos estão sintonizados em níveis de energia superiores, de altíssima frequência, capazes de transformar qualquer sonho em realidade. Acreditarmos em nós próprios, termos autoconfiança e coragem de enfrentar situações é algo que nasce em pequenos atos e vai ganhando força à medida que praticamos mais e mais, a cada dia, a

cada instante.

A autoestima floresce também quando contemplamos a beleza que está presente nas coisas mais simples da vida, como as plantas, a natureza, o Sol, a chuva, o vento. Admirar a presença divina existente nas coisas boas da vida, mesmo sendo elas tão simples e óbvias, traz um sentimento de unidade com o todo que é fundamental para que possamos nos fundir à nossa própria essência e à nossa luz interior.

A prática de orações, mantras, meditações e afirmações positivas programa a nossa mente para armazenar energia positiva e desprogramar o negativo. O ser humano tem o poder de se autoprogramar para suas realizações. Temos o livre-arbítrio de fazer isso para o positivo ou para o negativo. A qualidade dessa semente é uma escolha individual, pois o que virá a germinar será a consequência do que foi plantado, inevitavelmente.

## **A FORÇA ALQUIMISTA EM CADA UM**

A força alquimista é uma força interior que existe adormecida dentro de cada ser, capaz de transformar, transmutar, lapidar e purificar tudo que a natureza do próprio homem cria.

Criamos um padrão de pensamentos e de sentimentos que nos afasta da realidade divina, e o fruto dessa própria criação brota, gerando a insatisfação, a tristeza e o desejo não realizado. Criamos, de maneira equivocada, nossos parâmetros e referências do que consideramos ideal. Essa projeção não se realiza, e a nossa consciência limitada e reduzida às três dimensões pouco percebe a subutilização de sua capacidade.

O poder da alquimia interior é uma natureza real e abundante existente em cada ser que vive neste planeta. A busca pelo despertar dessa força é meta de quem quer evoluir e, para isso, busca uma fonte de energia original, adequada e vital, longe das interferências de nossas mentes inferiores, organizadas por nossas projeções de desejos, apegos, medos e ambições.

O alquimista interior é aquele senso crítico presente dentro de nós, mas que não pode ser confundido com o senso crítico natural e vigente em consciência natural do dia a dia, o chamado superego. Ele é aquela voz sutil e poderosa que sua consciência anuncia sempre depois de decidir, de agir ou de realizar, ou seja, sempre que se faz um balanço de nossas atitudes. O alquimista interior, que parte

de sua própria consciência, brota sutilmente, incentivando-o a perguntar: Fiz certo? Está certo? É por aí mesmo? Onde errei? Onde devo mudar?

Todas as vezes em que as perguntas emergem sutilmente, fique atento e jamais desperdice essa oportunidade, considerando que seja apenas imaginação ou fantasia de sua mente. Isso pode ser destrutivo e, principalmente, estender e dificultar o caminho para o encontro da missão de sua alma. Tenha sempre muito claro em sua consciência quais são suas limitações e suas inferioridades, de preferência até tome nota. Com o passar das horas, dos dias, dos meses e dos anos em sua vida, “exercite uma negociação constante” para ampliar seus limites e para anular as suas inferioridades.

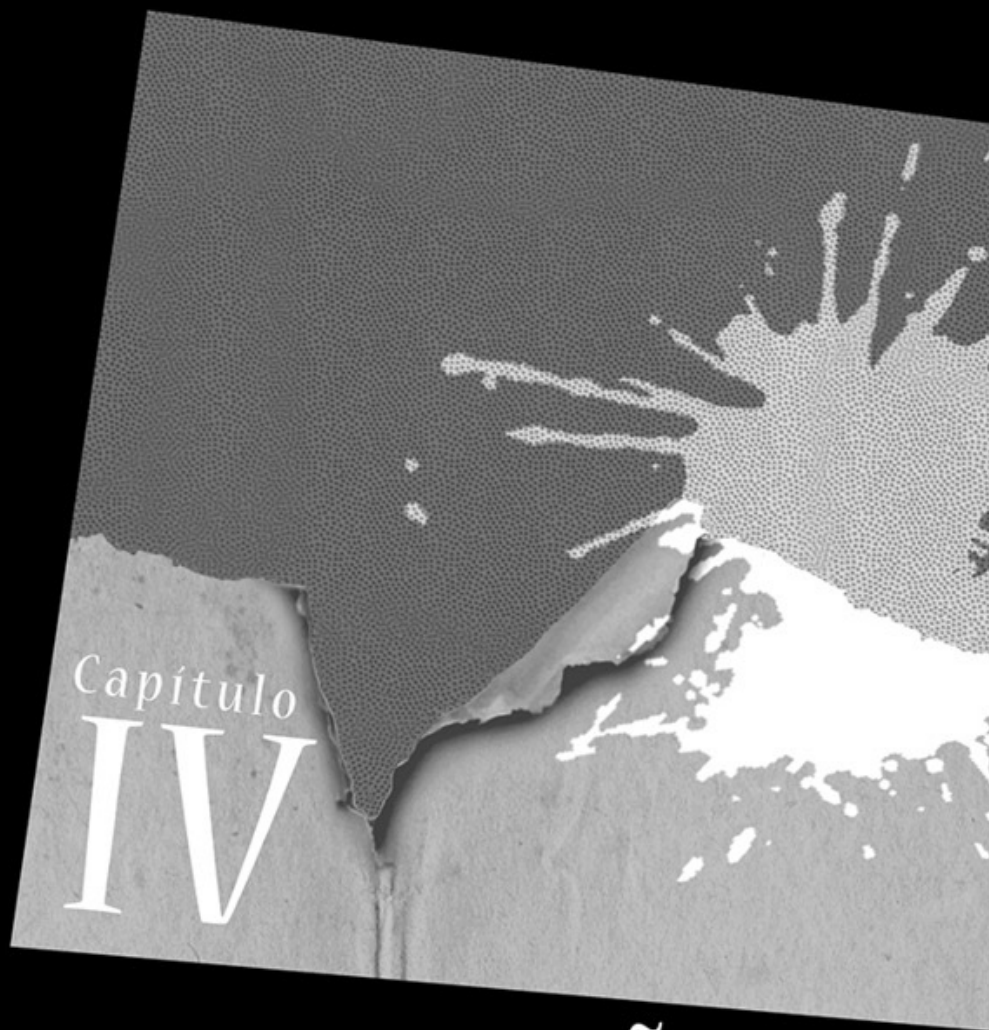
O alquimista interior é uma energia que vem de dentro de cada célula dos seus corpos energético e físico e tem a força mágica com intensidade incomensurável, pois traz a potência da energia cósmica de Deus, ou a própria centelha divina.

Ativar essa consciência é despertarmos a necessidade de sermos senhores da nossa própria evolução e treinarmos a mente consciente e inconsciente para a principal tarefa da alma encarnada aqui na Terra: a evolução. E o que é evolução senão a purificação de todos os nossos sentimentos e emoções negativas?

Despertando esse alquimista interior, poderemos focar a nossa energia psicoespiritual para fazermos de nossa existência uma turbina completamente harmoniosa, que pulsa e que nos impulsiona no caminho do crescimento pessoal.

Jamais desperdice seus mais sutis pensamentos. Não despreze captações pessoais extra-sensoriais da sua realidade. Nunca deixe de se perguntar: “O que eu estou fazendo com minha existência aqui neste plano?”.

Pode ser que as respostas venham por sinais, por sonhos, por mensagens de outras pessoas que nem sabem o que estão dizendo, mas que significarão muito, já que o alquimista interior só despertará quando você souber usar e compreender essas respostas ou sinais sutis que vêm da sua própria essência.



Capítulo  
IV

# A MISSÃO DE CADA UM

As decisões só servem para duas coisas: aproximarmo-nos ou  
distanciarmo-nos da missão da nossa alma.

## Qual a missão da sua alma?

**T**oda vez que alguém fala sobre missão, talvez mesmo o mais incrédulo, desconectado ou ateu, acaba se questionando internamente: qual será a minha? Eu tenho uma missão? Existe mesmo uma missão ou um propósito de vida para cada ser? Isso já é um grande começo. Acreditar que podemos ter uma missão é um grande passo.

A intenção deste livro é, sem dúvidas, estimular todos os leitores a compreenderem que temos uma missão pessoal e que nosso propósito é a realização dessa essencial meta pessoal.

Essa missão está escondida dentro de nós mesmos, sendo muito sutil e pouco percebida. Somos regidos pela lei do livre-arbítrio, o que nos disponibiliza o direito de decidir e fazer o que quisermos.

Para aprofundarmos o entendimento desse tema, é necessário um pouco de reflexão: O que estamos fazendo aqui na Terra? Para que vivemos? Qual nossa missão por aqui?

Muitas pessoas sequer arriscam uma resposta. O que é preocupante. A maioria das pessoas não sabe muito bem, mas considera unanimemente que estamos aqui para aprender, evoluir e desenvolver-nos.

Já é um ótimo passo. Se a missão da alma de uma pessoa é evoluir, então o que significa evoluir nesse caso? Evoluir significa eliminar os aspectos inferiores da personalidade, que são diversos, como raiva, ódio, mágoa, tristeza, depressão, orgulho, ego, vaidade, medo, vergonha, baixa estima, entre outros. Toda vez que uma pessoa experimenta a força desses sentimentos, muitas consequências negativas aparecem.

Todos os seres humanos possuem aspectos inferiores na personalidade, que ficam escondidos na essência, prontos para entrar em cena a qualquer momento.

O nível de consciência é o grande responsável pela percepção que temos sobre as situações da vida, decidindo sempre de que maneira iremos encarar as adversidades, com a Mente Superior ou com a Mente Inferior.

É muito incomum alguém acordar pela manhã, meditar e pedir internamente: “Hoje quero curar a raiva existente em mim”. As pessoas nem percebem que têm

raiva até que sejam ofendidas ou injustiçadas. Então, num ímpeto incontrollável, o sentimento aparece. Sem barreiras, ele sai das profundezas e emerge para a superfície do ser. Na verdade, o evento é apenas o instrumento para trazer à tona um sentimento que estava escondido dentro da pessoa. Não há um culpado pelo sentimento. Existem os gatilhos, que, na verdade, são grandes contribuições para que possamos perceber o quanto somos ainda dotados de aspectos inferiores.

## **NOSSO PLANETA É UMA ESCOLA**

A Terra é uma escola. A vida é um eterno aprendizado. Por isso, o plano maior de Deus proporciona ferramentas pedagógicas para nossa evolução. Nós somos eternos alunos e necessitamos de ajuda do astral superior para acelerar a nossa evolução.

Os gatilhos acontecem a todo instante, aflorando os sentimentos inferiores, para que possamos reconhecer os aspectos negativos e curá-los. Mas nem sempre é assim que acontece. Quando as inferioridades aparecem, muitas vezes mergulhamos em um sentimento de vitimização e de autopiedade que tornam as coisas bem mais difíceis.

Se a nossa missão é evoluir, e evoluir significa purificar os sentimentos, logo todo gatilho deve ser visto como presente de Deus, pois ajuda a acelerar o processo. Em vez de adotarmos a postura de vítima da situação, é necessário buscarmos entender e identificar qual é o sentimento negativo aflorado a cada situação. Isso vai proporcionar muitas dicas para encontrarmos a missão de nossas almas.

Essa visão traz a condição de percebermos que a maior parte da missão de nossas almas não se dá separadamente na realização de um projeto ou de algo parecido, mas no dia a dia, em meio aos familiares e amigos, no trabalho, nas relações. Cada pessoa, cada conflito ou cada adversidade atua como um instrumento dessa missão. E se a Terra é uma escola, cada gatilho em nossas vidas pode ser considerado um exame escolar, que verifica a capacidade do entendimento por parte do aluno.

Situações repetitivas, cíclicas, que acontecem por longos períodos, indicam que não estamos compreendendo o que está acontecendo, muito menos estamos transmutando os aspectos negativos. É possível dizermos que precisamos dos gatilhos. Levando isso para a vida cotidiana, dá para dizer que precisamos de um problema que nos faça sentir a emoção negativa, o apego, o medo, a raiva, o

ciúme. Essas são boas perguntas para fazermos quando os problemas acontecerem em nossa vida: Por que estou precisando desse gatilho? Por que estou precisando desse pai distante, desse chefe autoritário ou desse vizinho intrometido? Por que eu me incomodo com ele? Que sentimentos aflorados devem ser purificados? Quando nos damos conta disso, percebemos o que deve ser curado e passamos a não precisar mais desses gatilhos. O ciclo se encerra, e o aluno “passa de ano”.

Em quantos aspectos inferiores estamos sendo repetentes? Essa é uma boa pergunta para nos fazermos em um momento de introspecção.

Simple na proposta, essa é a nossa principal missão de alma, o requisito básico para qualquer pessoa que vive na Terra. A vida é leve se olharmos com novos olhos. É bom ficarmos atentos, pois muitas coisas podem acontecer, muitas armadilhas podem nos desviar de nossa meta maior e nos levar a mergulharmos em um universo denso que é alienado aos objetivos do Pai Maior para conosco.

## **A DOR HUMANA COMO INSTRUMENTO DE EVOLUÇÃO**

Em *Sob a Luz do Espiritismo*, obra psicografada por Hercílio Maes, mestre Ramatís fala sobre a dor humana de forma peculiar.

Ramatís diz que a dor e o sofrimento humano não são punições impostas por Deus, mas consequências resultantes de uma resistência contra as leis disciplinadoras da evolução. “A dor e o sofrimento são técnicas pedagógicas para o aprimoramento do ser em seu processo evolutivo e também consequentes a seus equívocos nas múltiplas vidas.”

As dores e doenças são necessárias, pois estimulam a nos voltarmos para dentro, a cuidar de nós mesmos. Esse é um processo natural, que sinaliza que algo está errado e precisa ser reparado. Os remédios alopáticos desenvolvidos pela medicina ocidental mascaram as verdadeiras causas das doenças e, passando a ser grandes armadilhas, despistam a necessidade de curar a verdadeira causa-origem do problema.

Vivemos em um universo em que as pessoas se tornaram imediatistas e ansiosas. Achamos que tudo tem que ser curado na hora, com um simples remédio, transferindo a responsabilidade de cura, que deveria ser nossa, para o médico ou para o próprio medicamento. É muito importante usarmos os avanços

da medicina, mas isso precisa ser equilibrado com cuidado, para que não percamos o controle de nossa proposta de evolução.

Os remédios antidepressivos são uma moda na atualidade. Estão sendo usados largamente pelas pessoas que buscam a solução dos problemas, o que chega a ser trágico. Uma perigosa armadilha que despista o foco necessário de atuação por parte do enfermo. Traz a ilusão de que a dor ou a doença eram meros desequilíbrios químicos ou fisiológicos, sem qualquer relação com seu universo emocional, mental e espiritual.

Muitas pessoas passam toda a vida à base de remédios, nos quais encontram conforto ilusório, deixando de buscar a verdadeira causa. Qualquer problema que necessite constantemente do remédio alopático cria uma dependência, indicando que a raiz do problema não foi solucionada.

É óbvio que o sofrimento é um aspecto que precisa ser transmutado, assim como outras tantas emoções que emergem quando há enfermidades. Por isso, a dor e a doença são excelentes ferramentas de apoio para que a pessoa possa se purificar e crescer espiritualmente. A atenção deve ser dobrada nesses casos, já que as enfermidades são gatilhos que afetam o corpo físico. E, nesse caso, repetir de ano pode significar graves e irreversíveis complicações, levando, muitas vezes, à morte do corpo físico.

## **DOENÇAS E O ESPÍRITO: CONSIDERAÇÕES**

Nossa causa maior aqui na Terra são a evolução, os aprendizados, as referências que experienciamos, o nosso convívio com as outras pessoas e a busca por harmonização em qualquer tipo de relacionamento. Não podemos esquecer também que uma das grandes façanhas que o homem pode e deve realizar é a criação de bons exemplos. Eles sempre surgem quando pensamos na causa maior, quando nos doamos para o todo, buscando, com ações simples, ajudar-nos e ajudar ao próximo. Existem maneiras ilimitadas de fazermos coisas positivas, que ajudem o planeta a crescer e a se desenvolver, que, sem dúvida, podem estimular cada um de nós a chegar mais perto de nossa essência e divindade.

Essa essência que cada ser humano tem, viva e presente, costumamos chamar de alma. A nossa alma é mais do que um corpo, é uma manifestação da energia de onde viemos, ou seja, a extensão do plano astral aqui na Terra. A nossa verdadeira identidade é essa energia, que é a nossa luz primordial, manifestando-

se e moldando-se de acordo com os nossos sentimentos, emoções e pensamentos. O corpo físico é apenas o veículo para a alma, na qual a essência se aloja e mora por um período, para que possa adquirir conhecimento e evoluir. Chamamos esse período de vida, existência ou encarnação.

O nosso corpo é a manifestação física do nosso espírito, dos nossos pensamentos e das nossas emoções. Não é o corpo físico que molda o espírito, mas o contrário. O corpo físico é apenas a sinalização da condição em que o espírito se encontra. Se está bem e saudável, indica que o espírito está em harmonia. A doença é a indicação de que algo está errado e, mesmo estando presente no corpo físico, a causa primária é uma desarmonia no espírito, que se impregnou de energias negativas oriundas de sentimentos, pensamentos e influências espirituais.

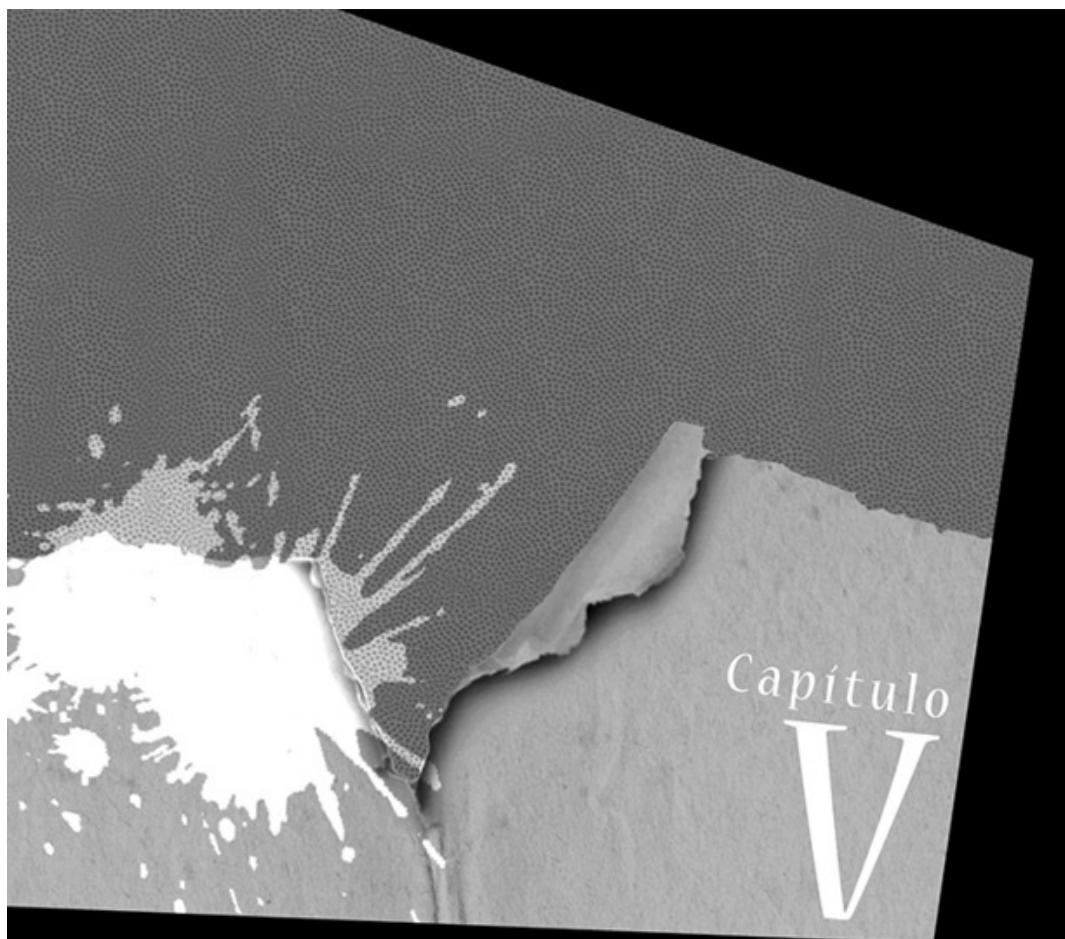
É importante entendermos que o espírito é o molde ou a forma do corpo físico. Se essa forma apresenta defeito, o corpo físico também vai ter um defeito. O corpo físico é a exposição da essência interior. É uma espécie de mapa da alma, pois externaliza o que ocorre no nosso Eu Interior.

A aura é a condensação da energia da nossa alma, por isso ela pode se tornar maior ou menor de acordo com a nossa consciência, evolução e energia pessoal. Quanto menos expandido é esse campo energético, mais sensível e delicada é a saúde física. Uma pessoa com qualquer doença física tem seu campo de energia debilitado, frágil e com falhas energéticas (causa primária). Essas falhas ou a falta de energia presentes na aura são o início da doença, que, muitas vezes, ainda nem se manifestou no corpo físico.

Visto por essa ótica, quanto mais expandida e irradiante for a aura de uma pessoa, mais saúde em todos os aspectos ela terá, e o contrário será igualmente verdade: quanto mais reprimida e menos expandida a aura for, maior será a tendência de adquirir doenças de qualquer espécie.

Então, no que se baseia a cura energética (essencial)? Simples e objetivamente na busca da expansão do nosso campo de energia ou aura, o que é perfeitamente possível quando encontramos a missão de nossas almas. Por isso, encontrá-la é um dos principais remédios para as dores e doenças.

Quando se expande a nossa energia pessoal, conectamo-nos com a consciência divina, presente em uma frequência muito mais sutil da que vivemos.



Capítulo  
V

# INTERFERÊNCIAS ENERGÉTICAS NOCIVAS

Seu corpo reflete exatamente a qualidade de suas emoções, pensamentos,  
sentimentos e o grau de desenvolvimento de sua espiritualidade.

## **Interferências energéticas nocivas**

**T**odo ser humano busca evolução, consciente ou inconscientemente. Nos níveis espiritual e energético, existem muitos obstáculos que impedem ou dificultam a evolução espiritual e o crescimento pessoal do ser humano. Essas interferências também podem ser chamadas de amarras, pois de certa forma “amarram” o indivíduo. Elas não permitem que a pessoa flua livremente em sua caminhada.

### **COMO ATUAM ESSAS INTERFERÊNCIAS ENERGÉTICAS NEGATIVAS?**

Imagine um balão inflado, prestes a subir do chão, plenamente aquecido e estabilizando-se no ar. Ele está preso ao chão apenas por sacos de areia. As interferências energéticas são semelhantes aos sacos de areia, que não permitem que o balão suba. Neste caso, entenda a lona do balão como um indivíduo qualquer. O gás quente que infla o balão é a própria espiritualidade: quanto mais evoluída for uma pessoa, mais intensa é a força do balão para subir.

Quando os sacos de areia são soltos, o balão começa a subir, mas, se a força do fogo que aquece o balão diminui, ele começa a descer de novo, pois perde força. Lá no alto, muitas vezes, o operador do balão joga fora os pesos remanescentes para compensar a perda de altitude e continuar subindo.

### **DESSE EXEMPLO PODEMOS TIRAR VÁRIOS APRENDIZADOS**

As amarras não permitem que o indivíduo suba, cresça e evolua, tornando-o estagnado e passível de retrocesso em sua vida.

Ao deixar a sua essência desnutrida ou desestimulada, sua força de crescimento diminui. Corremos o sério risco de andar para trás. O que pode ser fatal (o balão cai no chão).

Independentemente das interferências, que são comparadas aos sacos de areia, quando apostamos em desenvolver nossa força interior e investimos nisso, esse poder elevará o balão. Mesmo que lentamente, ele sairá do chão e continuará a flutuar. A ideia principal é eliminar essas interferências para que a energia usada

seja voltada para um voo limpo e sereno, sem dificuldades.

Algumas origens possíveis das interferências negativas (amarras):

- Carmas de outras vidas;
- Inimigos espirituais adquiridos nesta vida (obsessão);
- Inimigos espirituais adquiridos em outras vidas (obsessão);
- Influência espiritual dos antepassados e do grupo espiritual de que fazemos parte;
  - Projeção de terceiros, como inveja, raiva, ódio e demais sentimentos negativos projetados por outras pessoas, que podem ser sem fundamento ou criados por conflitos e pendências geradas às pessoas;
  - Projeção interior e inferioridades da personalidade: a própria consciência projetada em sua vida pode criar angústias, pessimismo, conduta interior negativa, raiva, ódio, mágoa, ego. Essa também é uma forma de obsessão;
  - “Semelhante atrai semelhante”: a própria vibração do ser, em baixa frequência, atrai inferioridades;
  - Amarras positivas: muitas vezes o plano espiritual cria amarras na vida de uma pessoa para protegê-la de um erro ou de um problema grave, por isso são consideradas pseudoamarras. Elas não podem ser removidas e devem ser entendidas como “obra do divino”.

## **OBSESSÕES**

### **Obsessões do plano espiritual – possíveis causas**

- Seres desencarnados (espíritos) que, sem compreender o que está acontecendo, acabam por explorar a energia vital dos seres a que estão ligados. Normalmente, conectam-se por ressonância e, preferencialmente, aos membros encarnados de sua última família no plano material.
- Espíritos malignos empenhados em realizar o mal, graças à ação de algum rito (magia negra) ou outros interesses.
- Inimigos de outras vidas que, ainda desencarnados, estão interessados em se vingar, ou os próprios antepassados, no caso de eles serem pessoas maldosas ou densas com sentimentos de ódio, vingança, traições.

– Interferência de inimigos espirituais da vida atual. Nesse caso, quando a pessoa “toma” o carma de alguém, passa a assimilar também os inimigos espirituais envolvidos. Esse erro é muito comum e muitas pessoas não percebem que estão errando. Acontece quando se quer ajudar ao próximo a todo custo, preservando-o de sofrimento ou dor, sem entender que aquela adversidade é o instrumento que a pessoa precisa para evoluir.

### **Obsessões do plano mental**

São causadas pelo pensamento atuante que gera uma forma, que passa a ser uma energia pensante acoplada ao campo energético. Ocorre principalmente na região do sexto chacra. Podendo se estender por qualquer parte da aura, inclusive para todos os outros chacras.

Essas obsessões são criadas como resposta a situações ocorridas, por isso podem ser consideradas pela medicina tradicional como síndromes. A mente cria a forma-pensamento ativa e inteligente. Ela atua sobre o ser, recriando suas atitudes e comportamentos, normalmente de maneira negativa e sutil.

Mais de 90% das pessoas encarnadas na Terra sofrem com a ação de alguma forma-pensamento ativa. O mais grave é que são as próprias pessoas que as criam. Por isso, são de difícil transmutação, pois requerem, antes de qualquer coisa, interiorização e meditação.

As formas-pensamento ativas são energias inteligentes, com consciência. Percebem quando estão ameaçadas e criam mecanismos para driblar qualquer ação contra elas.

Medo, fobia, caos, depressão, desentendimento são, normalmente, associados a formas-pensamento ativas. Além de serem extremamente prejudiciais para a pessoa, também são portas de acesso para as invasões densas de origem espiritual (obsessões), bem como solo fértil para a ação de implantes extrafísicos. Os implantes são possíveis, pois, antes de uma ação externa, a própria pessoa cria ressonância para que essas invasões ocorram. Em suma, tudo depende unicamente de cada ser, que é mestre de suas próprias escolhas, atitudes e pensamentos.

Essas influências são, muitas vezes, responsáveis por impedir uma pessoa de se desenvolver, evoluir e encontrar sua missão aqui na Terra. Para remover essas influências, nada é mais eficiente que autodisciplina diária. A prática de

mentalizações, invocações, meditações, apelos e orações auxilia a cocriação de novas formas-pensamento, neste caso, positivas.

Para detectar essas energias negativas, é necessário muita humildade, respeito e amor intenso pela existência divina. Existem várias outras formas de obsessão, mas aqui optei por comentar apenas as mais presentes no período atual da humanidade.

### **A pior obsessão: a silenciosa**

Os malefícios da ação de situações extremas, como acidentes, demissões, doenças, podem ser notados imediatamente. Trata-se de interferências negativas que podem ser facilmente detectadas, entendidas e logo combatidas, pois a consciência de que um mal ocorreu é grande e esclarecedora.

Mas como ficam os males sutis do dia a dia? Quem os percebe? A falta de persistência, a vontade de desistir, a intolerância, a preguiça, o egoísmo e outros aspectos tão presentes na vida navegam plenamente por cada ser, com impunidade absoluta. Por quê?

O mal latente não é exclusivamente aquele que se mostra com grande impacto e concentração ou em acontecimentos negativos de grande intensidade. É também aquele que emerge sorrateiramente, que aos poucos vem ganhando terreno silenciosamente.

Uma mudança abrupta de conduta pode ser detectada imediatamente e corrigida. Se alguém, com bons hábitos alimentares, sem vícios, de um dia para outro começar a se alcoolizar, as atenções se voltarão para esse fato, que será considerado um fenômeno, uma anomalia, algo fora do normal da pessoa.

A ação do mal poucas vezes ocorre dessa forma. Silenciosa e discretamente, aos poucos vai criando mecanismos para mudar hábitos e atitudes. O indivíduo recebe impulsos de interferências negativas que vão produzindo pequenas e quase imperceptíveis mudanças no seu comportamento. Diante disso, o autocontrole mental e sua consciência do todo diminuem, o padrão de sua frequência vibratória cai, e ele passa a se tornar solo fértil de obsessões, de tendências negativas e de fraquezas.

Difícilmente, há o choque direto entre uma energia densa e uma energia de luz. Suas polaridades tão opostas naturalmente não permitem essa aproximação.

O mal, quando atua de forma intensa, rapidamente é percebido pelo indivíduo e combatido. Quando ele age silenciosamente, vai recriando comportamentos, emanando influências e alterando lentamente o percurso da jornada de evolução. De uma forma ardilosa, seduz-nos pacientemente para um caminho de densidades, fraquezas, inferioridades e vícios; os mais diversos possíveis. As interferências negativas lentas e sutis podem vir a atuar por dez, vinte ou mais anos, reprogramando o poder mental do indivíduo e construindo alicerces firmes para suas investidas agudas.

### **Eliminando as interferências**

A maneira mais simples e sutil de sairmos dessas interferências é, primeiramente, tomarmos consciência delas e, a partir daí, recriarmos positivamente nossas atitudes e conduta. A percepção sempre traz a reação, por isso fiquemos atentos e verifiquemos quantas coisas deixamos de realizar por interferências negativas “suaves”. Olhemos para trás e contabilizemos quantas vezes fomos impedidos, de maneira sutil, de crescer e de evoluir.

Além de ficarmos com a atenção redobrada para captarmos possíveis interferências que possam minar a nossa mente, pratiquemos também orações e meditações. Levemos uma vida saudável, à base de alimentação saudável, com muitas frutas e verduras, praticando esportes, dançando, cantando, brincando, excluindo definitivamente o álcool e outros vícios como cigarro. O equilíbrio desses aspectos eleva a frequência de qualquer ser, criando um escudo protetor cada vez mais forte contra quaisquer interferências nocivas.

A handprint graphic is shown on a background of torn paper. The handprint is dark and appears to be stamped or pressed into the paper. The paper is torn, with jagged edges and a mix of light and dark gray tones. The overall composition is abstract and evocative.

Capítulo

VI

ABRA SEU  
CORAÇÃO

Não podemos controlar a vida, mas podemos controlar  
as nossas respostas em relação às coisas que a vida  
nos apresenta.

## Você se junta ao problema por ter afinidade com ele

**J**á falamos de frequência, de ressonância, de desencadeamento. Todos esses nomes e mecanismos para mostrar que o problema que você enfrenta agora é fruto da sua própria criação. Você se une ao problema por precisar que ele lhe ensine a encontrar a missão da sua alma. Você merece o problema.

Não dá mais para ficar se lamentando. Lembre-se de que a energia da lamentação decresce o seu nível de consciência. Lamentação é apenas um instrumento usado pelo homem para desviar o foco de atenção e retardar o processo de evolução espiritual.

Todos os dias, sinais visíveis mostram que o estressado atrai o estresse; o medroso, situações de medo; o materialista, com bens materiais.

Em uma ocasião, em uma comemoração de final de ano, fomos em vinte amigos a um restaurante muito bom. Desses amigos, dezenove eram pessoas relativamente calmas e pacientes. Um, no entanto, apesar de uma grande pessoa, era estressado e intolerante ao extremo.

O garçom anotou os pedidos. Optamos por pratos individuais, que eram a especialidade da casa. Quase todos pedimos pratos diferentes uns dos outros. Meia hora mais tarde, os garçons começaram a servir os vinte pratos individuais. Dezenove vieram exatamente como pedidos, mas, por distração, um garçom se enganou em um dos pratos. Fez uma grande confusão e serviu algo totalmente diferente do solicitado. Adivinha de quem era o prato que veio errado? Preciso mesmo dizer? É claro que era do meu amigo estressado. O universo é assim: aproxima as afinidades, para que as inferioridades sejam afloradas e transmutadas. O problema é que, na maioria dos casos, não percebemos que é mais um teste de qualidade das emoções e dos sentimentos da pessoa.

Eu e um grupo de amigos, uma certa vez, fomos ao aniversário de um colega de trabalho. Vários amigos chegaram ao mesmo tempo e fomos muito bem recebidos por todos. No fundo do terreno, havia um canil com dois lindos cães da raça pastor alemão. Um dos que foi conosco comentou: “Morro de medo

desses bichos, não posso nem ver”.

Mesmo com os animais mostrando-se extremamente dóceis, meu amigo não se sentia confortável perto do canil. Não demorou muito tempo, e as pessoas pediram que os animais fossem soltos. A beleza dos cães chamava a atenção e aguçava a vontade de acariciá-los. O dono da casa fez o gosto da maioria. Quando os animais foram soltos, saíram como foguetes do canil, agitados, mas, como todos previam, muito brincalhões.

Em uma turma de mais de trinta pessoas na festa, em quem você acha que os animais foram primeiro? É isso mesmo, no meu amigo que morria de medo de cães.

Esses são apenas alguns exemplos que mostram que o universo conspira para que as pessoas fiquem frente a frente com suas inferioridades, e que essa atração se dá natural e implacavelmente.

## **AGINDO RÁPIDO**

Algumas decisões precisam ser tomadas com muita agilidade. A vida é muito rápida com os gatilhos que coloca à nossa frente. Se formos mais rápidos que os gatilhos, diminuiremos consideravelmente o sofrimento. É necessário entendermos que, se não fizermos nenhuma mudança em nossas atitudes, a vida também não vai nos presentear com situações positivas.

É imprescindível percebermos que, se não fazemos as mudanças que precisam ser feitas, a vida naturalmente cria gatilhos para que os ajustes ocorram, pelo amor ou pela dor. Todos os sinais nos são dados. Mensagens indiretas o tempo todo nos são passadas, mas preferimos nos guiar pela Mente Inferior, do comodismo, da dúvida ou da insegurança. Se não mudamos, então Deus muda. Se não nos transformamos pelo amor, então fazemos pela dor.

É preciso compreendermos que o erro é importante, pois, muitas vezes, ocorre para amadurecermos uma atitude ou nossa personalidade. A vigília deve ocorrer em não deixarmos as coisas tomarem proporções alarmantes, e, por isso, as mudanças devem ser rápidas. Uma pessoa, antes de morrer de infarto, sempre recebe sinais de que está na hora de fazer mudanças. Um doente terminal de câncer teve muitos avisos de que o caminho era sem volta e, mesmo assim, não realizou a mudança.

As pessoas se engessam em empregos, em relacionamentos e não têm

coragem de fazer as mudanças que precisam, somatizando escória e lixo psíquico por toda uma vida. O tempo passa, e as doenças vêm, simplesmente porque a resposta contra o desconforto não foi rápida, e as decisões foram tomadas com base na Mente Inferior.

Não precisamos e nem conseguiremos ter controle sobre a vida. Isso não está em nossas mãos. O que temos e devemos ter é o controle sobre as nossas respostas em relação ao que a vida nos apresenta. Para isso, é necessário curarmos os medos, os apegos e os comodismos, pois, se não os curamos, a vida nos passa uma rasteira. O pior é sabermos que, até nos darmos conta, os problemas vão continuar a acontecer, e o sofrimento vai se agravando, até que seja irreversível. O segredo é termos muita agilidade para não deixarmos que dificuldade alguma atinja proporções intensas na vida e no corpo físico. Enquanto os efeitos não são profundos, tudo pode ser reparado e ajustado, mas, para isso, são necessárias mudanças rápidas, que exigem, sobretudo, um nível de consciência muito elevado.

Quando agimos mais rápido que a vida, vamos acumulando dádivas que serão o combustível de nossas realizações e de nossa plenitude. Em outras palavras, poderemos transformar nossa vida em uma linda e prazerosa história de sucesso.

## **A BUSCA INCESSANTE**

Quando as situações adversas acontecem, existem apenas duas opções: você sentar, chorar, vitimizar-se e autodestruir-se com o tempo, ou mudar, renovar, começar de novo, consertar, fazer diferente.

Como mencionado antes, a velocidade dessa ação de mudança pode ser decisiva para que as coisas deem certo e para que a vida se torne agradável e promissora. No entanto, o que mais observamos é que, quando decidimos fazer as mudanças, a busca começa e é seguida de um grande período de descobertas que serão vitais.

Acidentes, perdas (materiais e afetivas), demissões, doenças graves, crises e fracassos estimulam a pessoa a buscar ajuda, desencadeando um processo intenso de busca por respostas. A pessoa muda hábitos, muda pensamentos, busca ajuda na casa espírita, no terreiro de umbanda, na igreja (seja ela católica ou protestante), seicho-no-ie, benzedores, paranormais. Viaja quilômetros, busca leituras, experimenta remédios naturais, aceita toda dica de tratamentos caseiros ou alternativos. Vai ao psicólogo, ao terapeuta holístico, procura toda forma

possível de ajuda. Popularmente falando, começa a dar tiros para todos os lados. E o motivo principal: encontrar respostas: a cura, o milagre e a salvação.

O milagre, nós mesmos o realizamos. A cura nunca está no próximo. A cura está no nosso interior, na essência divina presente em cada ser. Toda forma de ajuda externa é muito importante. Tudo isso é muito válido e faz parte da aprendizagem necessária para que transmutemos nossos carmas. No entanto, todas as formas de ajuda externa são instrumentos para que possamos encontrar as respostas internas, dentro de nós mesmos.

Todo tratamento tem como objetivo ajudar alguém a se ajudar, a tornar-se terapeuta de sua própria vida. Esse é o ponto. Quando transferimos a façanha do milagre para outra pessoa, não há cura, porque dessa forma não existe o aprendizado, conseqüentemente não crescemos em nossa consciência.

## **A IGNORÂNCIA: O MAL DA HUMANIDADE**

Por que não percebemos os gatilhos? Porque, além de estarmos normalmente com o nível de energia da consciência baixo, estamos cobertos pelo véu da ignorância. Todos nós, além de termos encarnado neste plano para curar alguns aspectos inferiores da personalidade, viemos curar sobretudo a ignorância. Ignoramos o fato de que temos uma missão; ignoramos que os problemas são gatilhos; e ignoramos a nossa essência. Somos uma raça que tem, como principal aspecto da personalidade inferior, a ignorância.

Para toda decisão que tomarmos em nossa vida, consideremos que algo estamos ignorando. Quando nos decidimos, apoiados por essa triste constatação, as coisas podem ser mais simples. Pensando dessa forma, o determinismo, a arrogância e o ego diminuem, pois uma certa insegurança presente por trás de cada escolha vai estimular a calma e diminuir a ansiedade. Pensar assim é crucial para estimular a percepção interior e eliminar a ação da mente inferior. Traz humildade, respeito, sabedoria e, sobretudo, elimina a cegueira causada pelo fascínio.

Todas as pessoas possuem aspectos negativos diferentes para serem curados. Alguns precisam ser mais tolerantes, outros mais corajosos, seguros e confiantes. Diversos são os aspectos a serem curados em cada pessoa, no entanto eles se diferem, porque cada ser é um universo à parte. Cada indivíduo carrega consigo as suas necessidades de gatilhos, cada um sintonizado em sua frequência específica, desencadeando aquilo que está em sua ressonância. Mas existe um

aspecto que todos, sem exceção, viemos curar: a ignorância.

Sabendo disso, aprendemos a viver com mais respeito pela vida e a ser menos arrogantes, porque as convicções caem a cada instante nesse universo de possibilidades à nossa volta. Quando essa consciência se dá, começamos a estimular muito a intuição, a força da percepção interior, principalmente vinda do coração. A intuição que vem da Mente Superior, mais precisamente do sexto chakra, é muito precisa, intensa e importante e deve ser utilizada. No entanto, a percepção do coração tem um alcance milhares de vezes maior. Aquilo que é sentido apresenta intensidade incrivelmente benéfica se soubermos despertá-la. Essa é uma fonte de respostas corretas, a fonte de energia para atingir a supraconsciência, que precisa ser ativada com muita humildade e busca interior.

O coração, no sentido dessa energia que vem do amor e do quarto chakra, tem sua consciência própria, e suas percepções avançam muitos níveis e dimensões, apresentando-nos como a principal chave de cura para qualquer mal, doença ou dificuldade.

Para ativar essa consciência amorosa, é necessário aprendermos a amar, a compreender que cada pessoa tem os seus gatilhos e que, muitas vezes, somos o gatilho da situação. É importante compreendermos que cada pessoa precisa ter aflorados seus aspectos inferiores e desenvolver a compaixão e a paciência para com todos os seres vivos. Despertarmos o hábito de contemplar a beleza de Deus em cada planta, em cada grão de areia, no céu, na chuva, no Sol. Abrirmos o coração por inteiro significa quebrarmos paradigmas engessados, enfrentarmos os medos, solidarizarmo-nos, amarmos incondicionalmente, agradecermos as bênçãos e sorrirmos para a vida. Esse mecanismo é como um músculo, que precisa ser desenvolvido com exercícios diários e com disciplina espiritual.

As pessoas que experimentam essa energia manifestam profunda gratidão por tudo. Aprendem a desvendar seus gatilhos com leveza, com saúde e com alegria e, o mais importante, tornam-se seres completamente livres.

A torn piece of light-colored paper is shown against a dark, textured background. Behind the paper, a bright, white sunburst or starburst pattern is visible. The text 'Capítulo' is printed in a serif font on the paper.

Capítulo

VIII

# DÚVIDAS FREQUENTES

*Não adianta. Chega uma hora em que a própria sabedoria da natureza  
vai lhe fazer questionar tudo, até mesmo o inquestionável.  
Não desperdice isso, pois aí pode estar a chave do seu sucesso.*

## Avaliando sua vida

**C**omo já comentado neste livro, muitas situações são “flechas dos anjos” que atuam com a função de mostrar a necessidade de mudanças e de ajustes na rota pessoal. Se a vida avisa quando as coisas não estão indo bem, com sinais claros, ela também mostra claramente se estamos no caminho certo e se temos aproveitado bem os gatilhos em prol de nossa evolução pessoal. Veja a seguir alguns indicadores que mostram se você está no caminho certo.

Avalie cada item com a honestidade que vem do coração, e, de acordo com a sua resposta para cada tópico (sim, não ou às vezes), você perceberá o seu grau de alinhamento com a missão da sua alma. É importante fazer essa avaliação periodicamente, percebendo que, à medida que o tempo vai passando, você deve evoluir em sua resposta, o que mostrará a sua evidente evolução, isso se você decidir fazer a sua parte!

### **AVALIE-SE:**

#### **MARQUE AS OPÇÕES ESCOLHIDAS, NO FINAL SOME E VEJA O RESULTADO.**

– Você olha para suas fotos mais antigas, de alguns meses ou de anos atrás e, mesmo tendo a noção de que está envelhecendo fisicamente, gosta mais de ser como você é agora.

Sim 3 / Não 0 / Às vezes 1

– Você olha para trás alguns meses ou anos e percebe o quanto conseguiu crescer espiritualmente com as adversidades. Tem a consciência de que os problemas foram gatilhos e pensa que mesmo as adversidades mais intransponíveis foram um presente digno de agradecimento a Deus.

Sim 3 / Não 0 / Às vezes 1

– Você adota a postura de jamais culpar alguém. Busca dentro de si as soluções e identifica os erros para corrigi-los.

Sim 3 / Não 0 / Às vezes 1

– Você não se lamenta pelas dificuldades da vida, porque compreende que é seu universo interior que está em ressonância com os problemas desencadeados. Procura compreender o motivo para estar precisando do gatilho e age rapidamente, fazendo as mudanças necessárias.

Sim 3 / Não 0 / Às vezes 1

– Você tem bom humor constante, facilidade para sorrir e, por onde anda, é notado por seu alto astral.

Sim 3 / Não 0 / Às vezes 1

– Você não alimenta culpas: não culpa o próximo e não se autopenaliza pelos erros cometidos. Entende que foi um aprendizado e prefere olhar para frente, querendo fazer melhor.

Sim 3 / Não 0 / Às vezes 1

– Você seguidamente se mostra disponível para contribuir com as pessoas, usando palavras de consolo, gestos positivos, orientação e apoio consciente. Busca também ajudar as pessoas para que enxerguem com seus próprios olhos. E não dá o peixe, ensina a pescar.

Sim 3 / Não 0 / Às vezes 1

– Você reconhece rapidamente os avisos da vida, toma decisões rápidas e conscientes, impedindo que eles sejam mais vigorosos e traumáticos.

Sim 3 / Não 0 / Às vezes 1

– Você sempre considera que há um alto nível de ignorância por trás de tudo, por isso acalma seus instintos inferiores no momento das decisões.

Sim 3 / Não 0 / Às vezes 1

– Sua saúde é boa. Você dificilmente contrai doenças.

Sim 3 / Não 0 / Às vezes 1

– Acidentes, assaltos, fracassos, crises intensas não acontecem com frequência em sua vida.

Sim 3 / Não 0 / Às vezes 1

– As pessoas ao seu redor comentam o quanto você evoluiu em determinados

aspectos da personalidade, de alguns meses até agora.

Sim 3 / Não 0 / Às vezes 1

– Você atrai pessoas boas. Seu ciclo de amizade é constituído de pessoas íntegras e de moral elevada.

Sim 3 / Não 0 / Às vezes 1

– Você tem o costume de rezar e buscar as respostas internamente, no silêncio da meditação.

Sim 3 / Não 0 / Às vezes 1

– Você contempla a beleza de Deus existente em cada ser ou partícula da natureza.

Sim 3 / Não 0 / Às vezes 1

– Você segue sua intuição. Tem consciência de que ela é a gerente geral da sua missão de alma. Utiliza a percepção do coração, como uma forte aliada nas suas decisões.

Sim 3 / Não 0 / Às vezes 1

*Para calcular: Somar os pontos do teste e verificar o resultado conforme tabela abaixo:*

Classificação	Resultado
Acima de 39 pontos	Muito bom! Vocês está plenamente alinhado(a) com o caminho para a realização da missão da sua alma.
27 a 38 pontos	Você já começa a compreender a sua missão pessoal e está se alinhando ao caminho dessa busca.
14 a 26 pontos	Você está ainda começando a despertar para o entendimento que tem uma missão pessoal. Ainda está alienado ao seu propósito aqui na Terra.
Até 13 pontos	Você está completamente alienado(a) e adormecido(a), longe da compreensão da sua essência e propósito divino.



Capítulo

# VIII

## DÚVIDAS FREQUENTES

Não adianta. Chega uma hora em que a própria sabedoria da natureza  
vai lhe fazer questionar tudo, até mesmo o inquestionável.  
Não desperdice isso, pois aí pode estar a chave do seu sucesso.

## **Perguntas e respostas sobre o tema**

**1) Como posso saber se estou no caminho certo da missão da minha alma?**

A vida dá sinais claros. É preciso abrir a percepção para entender. Como visto neste livro, existem situações que ocorrem com frequência e com intensidade necessárias, estimulando que você repense seus caminhos: são as flechas dos anjos. Situações aparentemente adversas acontecem para indicar que é necessário fazer ajustes. Da mesma maneira, quando você sente paz, harmonia, plenitude, saúde física constante e equilíbrio com as coisas da vida material, profissional e afetiva, tudo isso é um ótimo indicador de que você está no caminho certo. Ter felicidade interior, independente de aspectos exteriores, também é um ótimo indício de que as coisas estão no rumo certo.

**2) No caso de uma criança sofrida, que cresce aparentemente sem defesas, o que fazer para que na vida adulta, não sofra tantos traumas e doenças físicas?**

Não podemos esquecer que a nossa principal missão é curar os aspectos inferiores da personalidade. É necessário compreender que essa criança precisa dessas situações adversas (gatilhos) para que tenha suas inferioridades afloradas. Essa criança, quando crescida, precisa abrir sua percepção e procurar compreender porque ela precisou ter uma infância tão sofrida. Quando compreender que todos os acontecimentos foram gatilhos, as doenças já começam a se dissolver. A motivação maior para que este livro fosse editado foi acreditar que, se essas pessoas ditas como sofredoras pudessem ler este trabalho, encontrariam muitas respostas esclarecedoras.

**3) Então, é possível haver gatilhos desde a infância que já mostrem o que a criança precisa curar para chegar mais perto da missão da sua alma (exemplo: criança que é abandonada em um orfanato)? O que você acha**

**disso?**

Os gatilhos vão aparecendo de acordo com a necessidade de evolução de cada pessoa, independente da idade. Nesse caso, o mais provável é que essa criança precise curar carência, rejeição, abandono, vitimização, entre outros aspectos inferiores, que não foram criados pelos gatilhos, mas aflorados. Essa alma necessita desses gatilhos, para que esses aspectos sejam transmutados.

#### **4) Somente com o sofrimento posso encontrar o caminho da evolução?**

O sofrimento torna-se necessário quando a pessoa, por falta de vontade ou de consciência, não aprende a voltar-se para o Eu da Alma, ou a própria essência divina que existe em cada um. Qualquer um pode encontrar as respostas ou a cura para os sofrimentos quando se voltar para Deus. Podemos certamente encontrar o caminho da evolução sem sofrimento, mas a dor funciona como uma técnica “pedagógica” de Deus, para que seus filhos busquem o que é realmente essencial. E o que é essencial senão a própria essência?

#### **5) Como reajo em momentos extremos para conseguir alcançar autoconhecimento e manter a consciência elevada?**

Quando o indivíduo é um eterno buscador de sua espiritualidade, alguém que realmente se empenha em lapidar a sua essência, mesmo nos momentos de dor, angústia ou sofrimento, compreende que por trás de tudo sempre há uma mensagem e que nada acontece por acaso. Mesmo que a pessoa mergulhe no sofrimento e no desespero, tendo essa consciência, ela sai da posição de vítima. Essa postura, por si só, já aumenta muito a velocidade de reação da pessoa contra as adversidades. Por isso, a melhor forma de reagir é manter uma disciplina de busca pessoal constante, pois, quando a situação extrema vier, a sua visão mais evoluída do fato vai trazer conforto, entendimento, reação rápida (atitudes de mudanças), para não mergulhar em crise e vencer com serenidade os obstáculos.

## **6) Como descubro o nível de energia da consciência pessoal?**

Avaliando quais os tipos de emoções e de sentimentos você desenvolve internamente durante o dia a dia. Neste livro, existe uma tabela que faz uma representação da intensidade energética de cada aspecto. Se você, por exemplo, estiver conectado com a raiva, a mágoa, o ciúme, com certeza estará com o seu nível de energia da consciência pessoal abaixo de 50.

## **7) E como lutamos contra o que nem conseguimos ver, perceber ou ter a consciência de que existe?**

De uma maneira cíclica, quando não se percebe algo que existe, o universo sempre mostra os sinais e indica o que precisa ser mudado. No começo, as flechas dos anjos são mais sutis e superficiais. Com o passar do tempo, se você não compreender as mensagens, essas flechas vão ficando mais incisivas, num nível de intensidade cada vez mais forte. Por isso, a sabedoria de Deus sempre vai criar recursos para que perceba a necessidade de mudanças, faça suas reformas e com isso evolua, pelo amor ou pela dor.

## **8) Quando preciso mudar e não vejo, não sinto, não entendo que mudanças tenho que fazer na vida, quais as doenças mais comuns que se manifestam, visto que o ser humano só costuma perceber que precisa fazer mudanças quando fica doente? A doença é o último estágio de alerta?**

A intensidade da doença depende de muitos aspectos que fogem à nossa compreensão. Seria arrogância querer codificar e explicar tudo. Mas, na maioria dos casos, a intensidade da dor ou a gravidade da doença têm uma relação direta com a necessidade da transformação pessoal. Quando a doença se manifesta em nível físico, indica que os aspectos espirituais, mentais, emocionais já foram “perfurados”. Isso quer dizer que os sinais mais sutis já foram esgotados, restando apenas um aviso, que é a doença física, nesse caso se configurando

como o último estágio de alerta.

**9) Você diz que a única maneira de ser feliz é encontrando a missão da alma e realizando-a. Então, o que dizer das pessoas que não conhecem suas missões pessoais, no entanto se consideram felizes?**

A felicidade pode existir em uma pessoa que não compreende a missão da sua alma, porém em doses menores. Outro aspecto comum é compreender que a felicidade da maioria das pessoas depende de aspectos exteriores, como bens materiais, aspecto físico, afetos, etc, o que seria uma felicidade ilusória. Refiro-me à verdadeira felicidade, encontrada no Eu da Alma, abastecida pela essência divina. Essa felicidade real só é gerada quando existe integração perfeita entre Deus e a realização da missão de alma de cada um. Com isso, a pessoa se enche de energia primordial, pois vai direto ao encontro dos mais puros princípios divinos, combustíveis mais do que suficientes para que a pessoa encontre a verdadeira felicidade.

**10) Você incentiva as pessoas a fazerem os cursos nas áreas de curas energéticas e naturais, mas quais os benefícios obtidos pelas pessoas que fazem esses cursos?**

Os cursos são uma ótima oportunidade que as pessoas têm de se tornarem terapeutas de suas próprias vidas, podendo adquirir instrução, confiança e técnica para atuar nos mais diversos casos em que estejam em desequilíbrio a saúde emocional, mental e espiritual própria ou de terceiros. Eles criam capacidade para que as pessoas voltem-se para si mesmas e busquem o entendimento das causas de doenças, gerando, assim, um processo contínuo de autoaprendizado.

O desenvolvimento pessoal acontece de forma ascendente, ágil e sem mistérios, naturalmente, possibilitando que a pessoa perceba nitidamente suas melhoras e torne visíveis essas novas qualidades para as pessoas à sua volta, criando bons exemplos.

As pessoas que investem nessa modalidade de aprendizado costumam relatar

um grande aumento no equilíbrio emocional, na paz interior e na imunidade física, já que o aluno aprende diversas maneiras de melhorar sua saúde por meio da autocura. Pessoas acostumadas a usar medicamentos alopáticos percebem uma redução drástica na necessidade deles, o que, além de ser uma vantagem do ponto de vista de saúde, é também um grande diferencial do ponto de vista financeiro. Afinal, ficar doente custa muito caro, não é mesmo?

Um estudante de terapias alternativas, como o reiki, por exemplo, possui uma maior capacidade de concentração de energia mental, o que é uma das principais causas pelas quais suas metas pessoais começam a se resolver com velocidade muito superior ao que estava acostumado. A aceleração no nível de energia do aluno proporciona o encontro com sua essência, facilitando a busca e o conhecimento de sua missão pessoal aqui na Terra, sem mistérios e sem complicações.

De maneira geral, estudar e desenvolver-se com terapias energéticas e curas naturais traz a capacidade de uma conexão mais intensa com Deus, aproximando-nos de um caminho de consciência e de evolução, que, sobretudo, é a nossa grande missão e propósito de vida.

**11) Por que mesmo as pessoas espiritualizadas, que já evoluíram bastante em muitas questões, continuam resistindo à mudança que pode levá-las ao encontro da missão da alma?**

Todo ser humano tem natureza bipolar, energeticamente falando, e é humanamente impossível uma pessoa se sentir somente bem ou somente mal o tempo todo. As oscilações são necessárias para o aprendizado constante. Quando elas acontecem, as pessoas tendem a deixar as suas atitudes serem governadas pela Mente Inferior. Com isso, a sintonia da pessoa permite que os apegos ou os medos atuem negativamente, influenciando-a a resistir à mudança. Lembre-se de que tudo é uma questão de tempo e de consciência. Quanto mais rápido a pessoa compreender a necessidade dos ajustes, mais sutis serão as flechas dos anjos, evitando o sofrimento. O certo é que, quando a vida pedir mudanças, a pessoa vai precisar se adequar, pelo amor ou pela dor.

**12) Qual a função dos remédios alopáticos da medicina tradicional e**

## **quais cuidados devem ser tomados com eles?**

O uso dos remédios alopáticos é uma linha tênue entre a busca por amenizar a dor e a alienação em relação à necessidade de fazer mudanças. Eles podem camuflar o problema. A doença é uma flecha dos anjos que indica a necessidade de mudar. Se o uso dos alopáticos acontecer sem uma ação paralela da pessoa pela busca de sua reforma íntima, uma grave alienação pode ocorrer. Encontramos um conforto temporário no medicamento, passando a ignorar, ilusoriamente, a verdadeira necessidade de ajustes, afastando-nos de realizarmos a missão da nossa alma, nossa meta maior neste plano. Definitivamente, não sou contra os medicamentos alopáticos, já que salvam vidas e diminuem o sofrimento, mas alerta para o risco de desviar o foco da real causa do problema, o que significa grande atraso na caminhada de evolução de cada um.

### **13) Encontrar a missão da alma tem relação com desapego? Como entender o desapego nessa perspectiva?**

Nesse caso, podemos entender o apego como uma interferência nociva. Ele estabelece uma sintonia com o Eu Inferior. Tudo que é do Eu Inferior trava o progresso na busca por evolução. É importante lembrarmos que nossa missão maior é a cura de aspectos inferiores, e apego é um deles. Por isso, encontrarmos a missão da alma passa por descobrirmos em nós mesmos quais aspectos inferiores afloram, para serem transmutados. Apego é uma das inferioridades mais presentes em toda a humanidade e merece atenção especial.

### **14) O que fazer para que os erros cometidos em vidas passadas não interfiram tanto no momento presente?**

Os erros são armazenados como carma, o qual é uma energia acumulada que requer uma ação, algo que precisa ser trabalhado e transmutado. Os problemas passados vão atrapalhar enquanto a pessoa demorar para entender os sinais que estão por trás das adversidades e resistir às mudanças, tornando morosa a purificação dos aspectos negativos em questão. Nesse caso, o que precisa ser

feito é compreender o mais rápido possível, para aumentar a velocidade de reação e fazer as mudanças necessárias.

**15) Na sua opinião, o que desencadeia a vitimização? Quais gatilhos influenciam para que a pessoa se torne vítima?**

Semelhante atrai semelhante. Por ressonância, atraímos aquilo que está na nossa frequência. Sem contar que atraímos os gatilhos necessários à nossa evolução. A vitimização é a falta de consciência espiritual. O ser humano se torna vítima quando transfere a sua responsabilidade para uma situação ou pessoa, quando acha culpados e não decide fazer as mudanças que precisam ser feitas, tanto interna quanto externamente. Por ressonância, pela lei do carma e por diversos outros mecanismos do universo, definitivamente não existem vítimas. A tendência de a pessoa se penalizar, após situações traumáticas, é muito grande, mas não se pode esquecer que a intensidade das flechas dos anjos acontecem de acordo com a necessidade de compreender o que deve ser corrigido. Nunca o universo deixa de avisar de forma sutil, ele sempre nos dá uma chance de mudar pelo amor.

**16) Como realmente entender qual é a nossa missão individual?**

Principalmente em nossa família, no trabalho, nas relações do dia a dia, entendendo os nossos papéis, percebendo atentamente quais são os sentimentos, emoções e pensamentos negativos decorrentes do nosso convívio diário. Quando você perceber quais são os aspectos negativos aflorados, perceberá que as pessoas e as situações que você atrai são apenas gatilhos de que necessita para evoluir. Quando você se pergunta por que está precisando desse chefe arrogante ou desse marido alcoólatra, certamente você começa a compreender os seus papéis. Entender também que alguns aspectos negativos afloram ciclicamente em sua vida traz uma maior capacidade de compreensão e de mudanças rápidas. “Orai e vigiai”: ficar atento a toda forma de emoção, sentimento ou pensamento negativo, transmutando-os. Ajudar o planeta a evoluir, respeitar a grandiosidade de Deus e entender as limitações da ignorância humana também são bons passos para evoluir, desenvolvendo a humildade.

**17) Como podemos evoluir com tantos obstáculos e com desafetos tão próximos?**

Elevando a nossa consciência com atitudes simples, como as recomendadas neste livro. Lembre-se de que não existem vítimas. Os desafetos são consequências das nossas necessidades de aprendizado, da nossa ressonância. O maior obstáculo não são os desafetos, somos nós mesmos e nossa ignorância consciencial.

**18) Explique o significado dessas duas palavras: “Orai e vigiai”, que tanto ouvimos.**

Baseado no material apresentado neste livro, essa expressão manifesta precisamente a necessidade que temos de vigiar a qualidade dos nossos pensamentos, sentimentos e emoções. Se a qualidade desses aspectos dita o nosso nível de energia mental e este, por sua vez, sintoniza a nossa ressonância, que gera o desencadeamento, “orai e vigiai” manifesta o cuidado que temos de ter, constantemente, para mantermos nossa sintonia no que há de melhor, gerando, em nossas vidas, desencadeamentos também positivos.

**19) A missão da nossa alma é progressiva? Conforme ela vai se limpando, vão surgindo outros desafios?**

A própria natureza do universo é evoluir constantemente. Esse processo certamente nunca terá fim, pois faz parte da natureza de Deus. Para percebermos isso, é só olharmos para a história da humanidade e vermos que, mesmo ainda com tantas calamidades globais, o ser humano está evoluindo gradativamente. Ele vive nesse plano por nele existirem as ferramentas para evolução e transformação de seus carmas. São energias que devem ser transmutadas sucessivamente, para evoluirmos. Após cada degrau, há um novo a seguir, só que mais alto, superior. Isso sugere que os desafios nunca irão terminar, e também

que, a cada degrau superior alcançado, a consciência se eleva, a essência se ilumina, a alma evolui. Esse grau de consciência aumentando, melhor agrega ao nosso espírito qualidades essenciais, como amor, compaixão e humildade, que trazem cada vez mais sabedoria. Os desafios são progressivos, no entanto o crescimento consciencial daquele que compreende e busca realizar a missão de sua alma também é crescente.

**20) Como fazemos para manter um estado de supraconsciência constante? Não seria algo impossível?**

Principalmente por meio da vigília constante da qualidade dos pensamentos, das emoções e dos sentimentos. Quando conseguimos nos manter conectados aos aspectos do Eu Superior, começamos imediatamente a gerar ressonância com situações também positivas, criando uma poderosa conexão que ajuda a manter esse estado. Não é difícil atingir essa condição de supraconsciência; é algo natural. O difícil é mantermos esse nível por longos períodos. A mídia contaminada, o consumo indiscriminado de álcool, de fumo, de carne, os maus hábitos são energias altamente nocivas que exercem forte influência sobre todos, drenando nossas energias e tirando do nível de supraconsciência.

Uma oração bem feita, com a força do coração, pode elevar-nos a esse estado em menos de cinco minutos. Se soubermos nos cuidar e manter nossa ressonância nesse nível, no mínimo quatro vezes por semana, ao final de seis meses, iremos olhar para trás e ver o quanto evoluímos. Neste trabalho, apresentamos dicas simples e fáceis que podem produzir verdadeiras revoluções no nível de energia.

**21) Se mantivermos o nosso nível de equilíbrio emocional sintonizado numa frequência vibratória alta, poderemos manter distância de pessoas que não estão nesta faixa vibratória, ou seja, pessoas negativas, complicadas?**

Sim, com certeza. No entanto, às vezes atraímos pessoas negativas porque elas serão o gatilho de que necessitamos para evoluir. Em casos gerais, quando

elevamos o nível de energia da consciência, criamos uma ressonância com pessoas do mesmo nível, afastando assim, naturalmente, as pessoas com sintonias inferiores ou negativas.

**22) Existe uma relação entre o grau de evolução de uma pessoa e a forma como ela enfrenta seus desafios?**

Uma pessoa que está sintonizada com o seu Eu Superior enfrenta seus desafios sempre com uma ótica positiva, pró-ativa a mudanças e consciente de seu papel e de seus gatilhos. Essa consciência diminui o sofrimento, aumenta a fé, a compaixão e a humildade.

**23) Como viver num mundo material, evoluir e superar etapas espiritualmente?**

Somos seres espirituais em uma experiência material, e não o oposto. A Terra é uma escola. Reúne os atributos necessários para mostrar as nossas inferioridades e com isso esclarecer quais melhorias precisam ser realizadas. O mundo material permite que esse processo aconteça, oferecendo as ferramentas para que evoluamos em nossos aspectos espirituais.

**24) É ainda cegueira nossa querer mudar os outros?**

Precisamos tomar muito cuidado com isso. É importante e necessário ajudar ao próximo. Temos essa missão, com certeza. É cegueira e erro danoso querermos ajudar a quem não quer ser ajudado, pois devemos sempre respeitar o livre-arbítrio de cada um. No entanto, mudar os outros pode ser cegueira e até arrogância nossa em relação àquilo que nos incomoda. Por que mudar o outro? O que nos incomoda nele? Esse é um dos gatilhos mais comuns, proporcionando que aflore um aspecto negativo, seja ele intolerância ou implicância.

**25) As decisões tomadas de forma equivocada, que nos distanciam da nossa missão de alma, podem ser consertadas?**

Sempre podem ser consertadas. O fato é que a elevação da consciência poderá ajudar a encurtar caminho. Errar nas escolhas, na maioria das vezes, é um caminho retornável, mas demanda tempo, energia e muita, muita dedicação, atrasando nossa evolução.

**26) Como diferenciar intuição, imaginação, formas-pensamento e fantasias criadas pela mente?**

Elevando o nível de energia da consciência. Um indivíduo em estado de supraconsciência confia integralmente em sua intuição. Alucinações ou erros na percepção só acontecem quando a sintonia do indivíduo está em níveis inferiores.

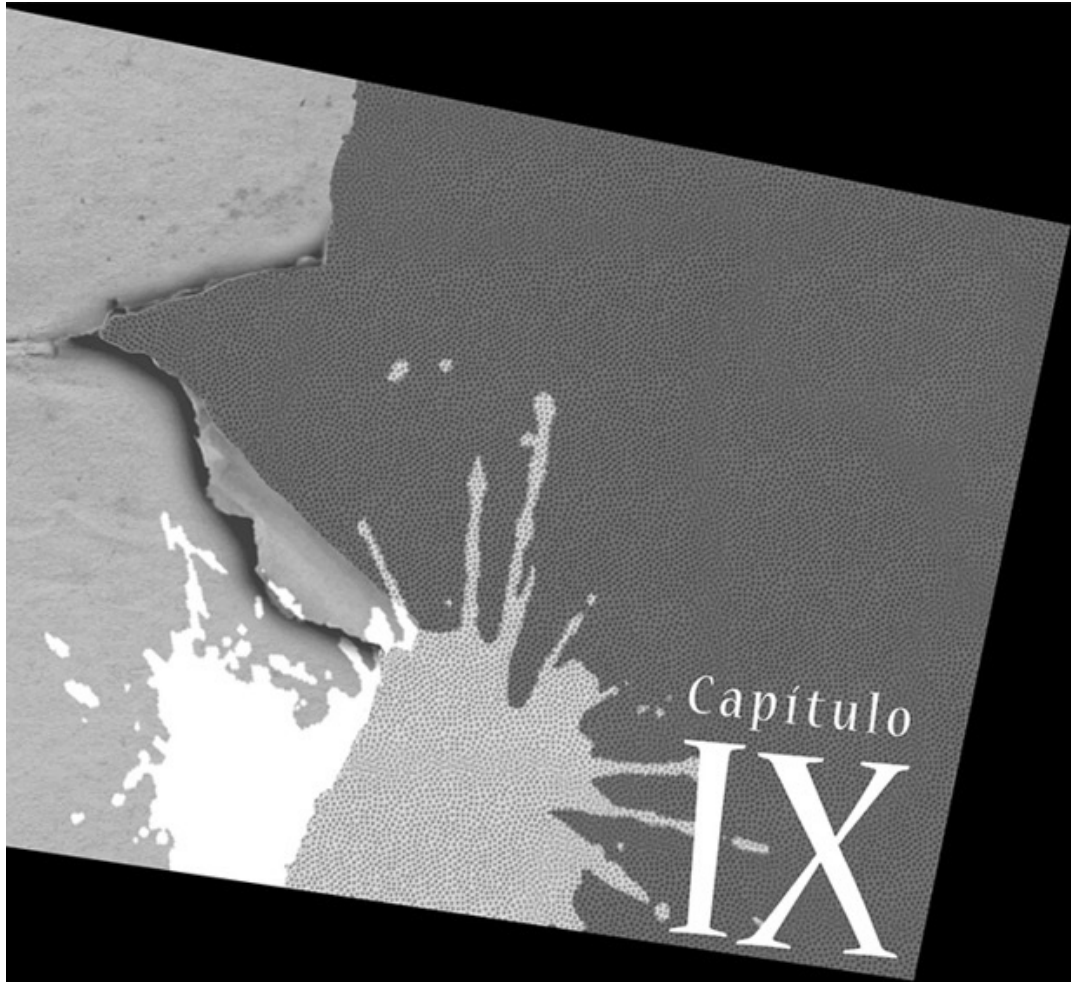
**27) Se pseudoamarras são formas de proteção divina, como diferenciá-las das amarras negativas que vão sugando e obsediando o ser humano?**

Desenvolvendo e utilizando a intuição, aprendendo a decidir com o Eu Superior, aumentando a percepção em relação aos sinais constantes do universo e procurando entender os gatilhos.

**28) Existem outras formas de transmutar obsessões em geral (mentais e espirituais) senão pela interiorização e pela meditação? Existe uma forma mais efetiva, já que as obsessões são, na maioria das vezes, inteligentes e criam mecanismos de drible quando se sentem ameaçadas?**

A forma mais efetiva nesse caso é a geração de um padrão mental sintonizado em níveis elevados, que jamais criarão ressonância para a obsessão permear, tampouco criar raízes. É mais um caso em que o “orai e vigiai” é o mais

importante recurso de proteção.



# DICAS GERAIS

É melhor ser cobrado pelos homens  
do que ser cobrado por Deus.

## 1. PARA DECIDIR

**A**s técnicas mais simples utilizadas para decidir são realizadas por qualquer pessoa, mesmo sem prática. Com o treino, as capacidades vão se ampliando, e as coisas se tornam muito mais fáceis. Veja a seguir:

- Procure um lugar em que você possa ter um mínimo de silêncio por uns 5 a 10 minutos;
- Feche os olhos;
- Faça vigorosas respirações, inspirando e expirando pelo nariz. Repita esse ciclo por, no mínimo, vinte vezes. A cada respiração, conte o número referente de um a vinte. É importante que seja uma respiração realmente profunda: que na inspiração você preencha seus pulmões o máximo que conseguir, e, na expiração, esvazie tanto quanto puder;
- Ao final da respiração, mentalmente diga: “Eu invoco meu poder pessoal para tomar a melhor decisão para a missão de minha alma”;
- Se possível, faça uma breve oração de acordo com a sua crença ou religiosidade, invocando a presença de Deus ou dos seres de luz em que você acredita;
- Mentalmente, visualize, crie em sua tela mental uma das opções de sua escolha acontecendo. Procure imaginar todos os detalhes possíveis, criando em sua mente a situação que você decidiu. Procure olhar para os lados; a face das pessoas; o seu próprio corpo. Avalie tudo. “Fotografe” tudo;
- Deixe que os detalhes surjam naturalmente, apenas dando margem à sua imaginação;
- Procure perceber a facilidade ou dificuldade com que os detalhes se formam. Avalie o brilho do dia ou da noite. Veja e sinta as reações, avaliando as sensações que geram em você. Olhe para si mesmo e para as pessoas e veja se estão felizes;
- Perceba se existe clareza ou escuridão e, principalmente, se você consegue imaginar com nitidez a decisão tomada e sua escolha feita;

- Fique receptivo assim por alguns minutos, captando as informações e sensações;
- Abra os olhos; respire fundo; feche os olhos novamente; e faça a mesma coisa com a outra ou as outras opções de escolha que você tem;
- Com essa técnica, em apenas 5 a 10 minutos você poderá acessar a sua Mente Superior, eliminar as interferências e decidir pela opção que, certamente, vai encurtar caminhos na realização da missão de sua alma.

## **DECIFRANDO OS SINAIS**

A nossa programação interior já existe dentro de nós. Quando confrontamos uma situação com essa programação, em uma simulação mental, ela sempre vai responder positivamente, quando estiver de acordo, ou negativamente, quando não tiver afinidade com a opção.

A programação interior protege a pessoa contra quaisquer decisões que possam ferir a sua essência divina. Por isso, na mentalização, quando a opção é equivocada, as imagens nem chegam a se formar, ou, quando se formam, estão envolvidas por sombras ou escuridão, sem maiores detalhes. As sensações nesses casos são angustiantes e aumentam a ansiedade.

Por esse mesmo mecanismo, quando a pessoa faz uma escolha equivocada, que não está de acordo com a programação interior, acontece posteriormente uma espécie de ressaca. A pessoa se sente inquieta, ansiosa, insegura, com peso na mente e nas costas, muitas vezes podendo até gerar doenças em um curto espaço de tempo.

Quando a opção mentalizada está de acordo com a programação interior, formam-se verdadeiros filmes na tela mental. Existe muito brilho, cores, e as sensações são confortantes e positivas. Quando uma decisão é tomada de acordo com a missão da alma, posteriormente uma onda de leveza e de paz aflora, indicando que mais um passo foi dado no sentido certo.

É muito comum, também, depois das decisões corretas, que situações de sua vida que estavam travadas ou lentas comecem a se movimentar. Isso acontece porque todas as decisões corretas da vida geram movimento positivo. As células e o campo energético da pessoa passam a vibrar em frequências mais aceleradas. O nível de energia da consciência também se eleva, tornando, assim, a vida mais leve.

## **AS COINCIDÊNCIAS**

Da mesma maneira que os anjos enviam flechas para nos alertar da necessidade de mudarmos a rota da realização de nossa missão de alma, o universo também nos avisa, por meio de sinais, os caminhos a seguir. Esse fenômeno se dá de várias formas, mas a mais comum delas são as coincidências.

Por exemplo, você está pensando em fazer um curso de marcenaria. Distraidamente se senta no sofá para assistir à televisão e, como de costume, assiste aos mesmos canais de sua preferência. Mas, naquele dia, decide procurar o que há em outros. Quando passa por várias emissoras, acaba se deparando com uma matéria sobre marcenaria. Fica impressionado, mas acha que não passa de uma mera coincidência. No outro dia pela manhã, você acorda, toma um café e abre o seu jornal. Pasmé, uma coluna falando sobre os marceneiros da sua região.

O termo “coincidência” na verdade é irônico, pois, quando você aumenta a sua percepção, pode ver e sentir que o universo se comunica dando respostas e mostrando caminhos, e esse é um recurso poderoso. Quando estiver pensando a respeito da decisão que quer tomar, faça uma breve prece, peça para o universo ajudá-lo a decidir, criando as coincidências (ou sinais) necessárias para que você possa entender qual a melhor escolha a fazer. Aumente sua percepção, fique atento e você vai se surpreender com as coisas que irão acontecer, mostrando indícios de que caminho seguir. Quanto mais utilizar esses recursos conscientemente, mais habilidade para entender os sinais você adquire, e, com o tempo, o universo não mais precisará atirar flechas para corrigir a sua rota, já que você passa a ser um “aluno nota 10.”

## **2. PARA VOCÊ ENCONTRAR A MISSÃO DE SUA ALMA**

– Você terá que buscar sua missão, ajudar para que ela aflore. Existe livre-arbítrio sobre querer ou não buscar a compreensão dessa missão. Se você der uma “mãozinha”, tudo ficará mais simples e prazeroso, diminuindo as dores e os sofrimentos tão comuns às pessoas alienadas de sua missão.

– Independente de sua missão pessoal, que é a meta maior de sua alma, há também uma meta coletiva, já que se vive em coletividade. Isso quer dizer que, se vem para um planeta, tem de contribuir, agregando valores e bons exemplos para ele e para a sociedade que se estabelece nele.

– Evoluir é sempre a sua meta, independente das particularidades da missão de cada ser; ou seja, evoluir é o seu objetivo básico, primordial, essencial.

– O que é evoluir, então? É eliminar os seus aspectos inferiores, ou seja, purificar os sentimentos, emoções, pensamentos e atitudes negativas. Um ser evolui quando ele vai se desligando das inferioridades, libertando-se de medos, mágoas, raiva, rancor, ódio, orgulho, egoísmo, vaidade, futilidade, estresse, comodismo, vaidade, materialismo, possessividade, apego.

– Sua missão normalmente é mais clara e mais fácil de entender do que realmente se pensa. Ela está no dia a dia, no simples, no corriqueiro, no convívio diário, na família, no trabalho e nas relações em geral.

– Sofrimentos e dificuldades que ocorrem repetidas vezes mostram que sua missão de alma, de alguma maneira, precisa passar por ajustes.

– Acidentes, problemas, crises financeiras, doenças, falta de sucesso e prosperidade, infelicidades, falta de sorte são flechas dos anjos que indicam que há necessidade de corrigir a sua rota, e que o caminho para a realização da missão de sua alma está errado, normalmente muito longe de onde você pensa estar.

– Para decifrar a missão de sua alma, é necessário estar constantemente em um estado elevado de energia geral. Isso quer dizer que, na busca da missão da alma, a pessoa precisa voltar-se para o Eu Interior, espiritualizar-se, conhecer-se. É necessário nutrir a essência divina presente em cada ser. Não há como conhecer a missão de sua alma sem antes se conhecer intimamente.

– Sua missão não está em uma outra pessoa, mas dentro de você. Não procure em terceiros e não delegue essa responsabilidade. As pessoas à sua volta ajudam a aflorar as suas inferioridades ou, por afinidade, ajudam a enxergar e a atuar no caminho certo. Mas, esse caminho está dentro de cada um, jamais no outro.

– Não existem culpados, não existem vítimas nem vilões. Você é o único que criou tudo, por isso é também o único que pode melhorar e transformar. Você é o resultado de suas escolhas. Sempre foi assim e sempre será.

– Entre muitos aspectos negativos que viemos curar, um deles precisamente é a missão de transmutar a ignorância e a alienação.

– Não vá contra a natureza das coisas. Não trave batalhas com o que é natural, procurando sempre respeitar os ciclos de tudo que vem de Deus. Tudo que se faz

contra o ciclo natural das coisas acaba prejudicando muito a missão da sua alma. Preserve o planeta, a natureza, começando pelo seu corpo, seus pensamentos, suas emoções e seus sentimentos. Questione todas as coisas que são antinaturais e veja que contribuição você pode dar.

– Quanto mais pessoas você ajudar a evoluir, mais energia positiva e mais força proverá para realizar a missão de sua alma. Porém, não se engane: procure ajudar as pessoas que passam perto do caminho da missão de sua alma. Fique atento, pois a meta principal de cada ser é sua autoevolução.

– Quando você evolui, faz com que o universo à sua volta evolua naturalmente.

– Pense, questione, medite: Eu tenho uma missão de alma? O que eu estou fazendo para encontrá-la? Eu já encontrei? Eu me desviei? Posso fazer os ajustes? O que preciso para pegar as rédeas da minha causa maior aqui neste plano?

### **3. PARA ELIMINAR AS INTERFERÊNCIAS ENERGÉTICAS NOCIVAS**

– Limpe-se diariamente de todo sentimento, emoção ou pensamento negativos em relação a você mesmo ou aos outros. Esse é um exercício diário de libertação e requer disciplina. Ore para o arcanjo Miguel diariamente. Solicite que sejam cortadas todas as interferências que o impeçam de ser feliz. Mentalize cada setor de sua vida e deseje que ele corte as amarras presentes. O processo acontecerá naturalmente. É importante lembrar, no momento da mentalização, de pedir que as interferências sejam transformadas e transmutadas em bênçãos.

– Invocações e apelos diários: invoque os mestres de luz, a presença do “Eu Sou”, a chama violeta e todas as formas que você conhecer. Lembre sempre de solicitar que essas invocações sejam focadas para eliminar as interferências negativas que atrapalham você, consciente ou inconscientemente. Nunca se esqueça de que você tem a intensa força do livre-arbítrio e por isso tem o poder de querer se libertar de tudo que é nocivo. Ex: *“Pela força do meu livre-arbítrio, invoco a presença dos seres de luz, pedindo que atuem na minha essência, limpando e transmutando toda interferência energética nociva, consciente ou inconscientemente, obrigado.”*

– Pratique diariamente o exercício do perdão. Exemplo: “Eu, fulano de tal, em

nome da divindade que há em mim, invoco a presença da luz celestial para testemunhar que, neste instante, eu perdoo e peço perdão a todas as formas de vida com as quais tive conflitos, inconsciente ou conscientemente, obrigado”.

– Use quantas formas ou técnicas você conhecer. Havendo a boa intenção, bons resultados surgirão. Acima de tudo, tenha persistência e disciplina para fazer todos os dias. Sempre, sempre mesmo.

#### **4. PILARES BÁSICOS: DICAS PARA SER FELIZ**

– Contemple. Antes de pedir, de orar, de meditar ou de solicitar, aprenda a contemplar o universo e sua genialidade, sem querer nada em troca. Tire alguns minutos do seu dia para, com o coração receptivo, admirar a beleza de Deus existente na natureza, nas plantas, nos quatro elementos, nos seres vivos. Esse exercício diário expande sua energia geral e cria um estímulo interno capaz de conduzi-lo a um novo caminho. Tenha disciplina e inclua essa prática em sua rotina, pois os resultados serão notáveis;

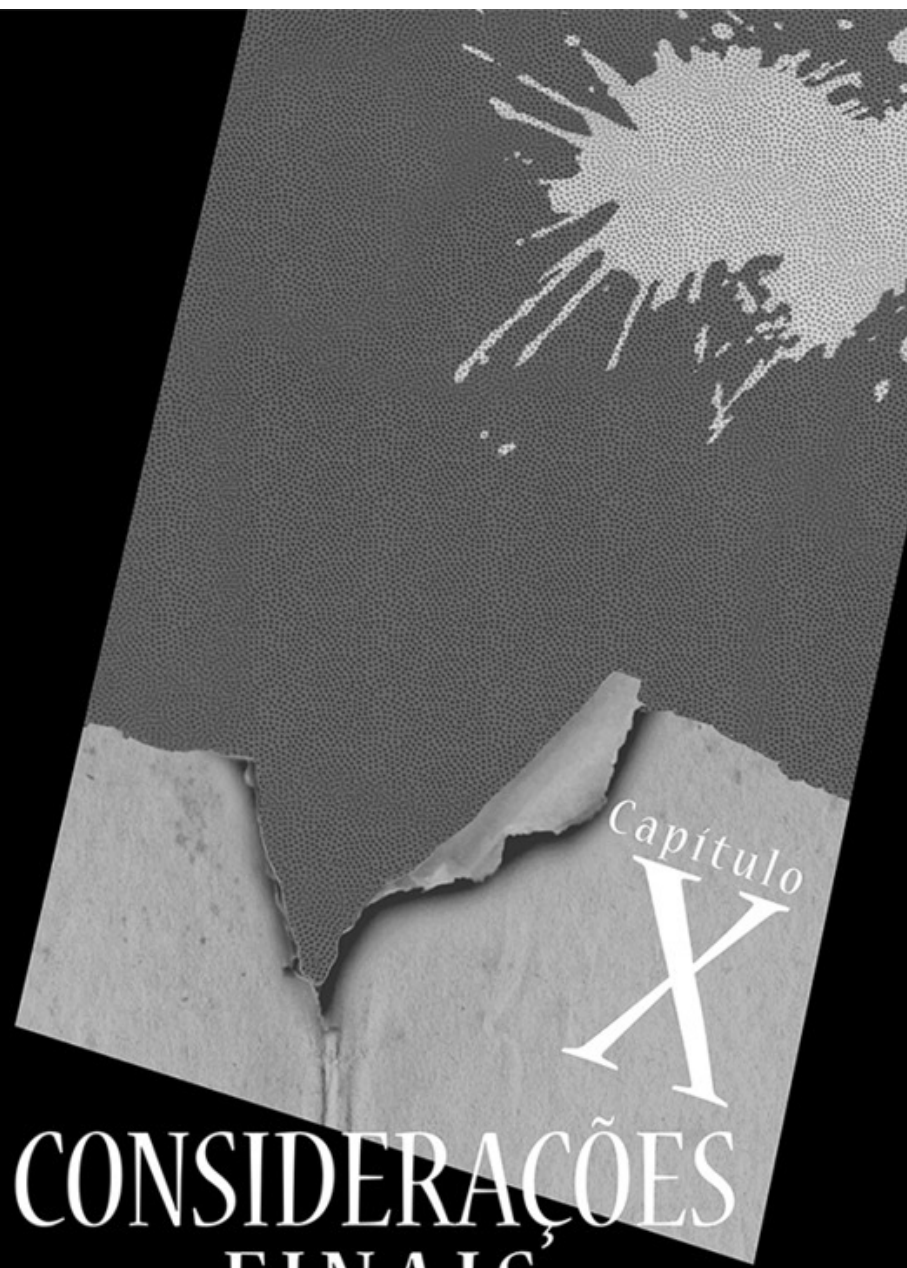
– Conecte-se com a Pura Luz de Deus e com os Bancos de Dados Ascensionais existentes no universo. Feche os olhos, respire, relaxe e mentalmente deseje receber energia dos bancos ascensionais que vêm de Deus. Eles são responsáveis por fornecerem fotoinformações que trarão grandes ideias, muita criatividade e confiança nos seus caminhos e nas tomadas de decisões. As informações são captadas em forma de luz e com a força da intenção que vem do coração. Geram poderes transformadores e ágeis.

– Remova as matrizes negativas: remova de uma vez por todas o que lhe impede de ser feliz e livre. As matrizes negativas são formas-pensamento, miasmas e outras condensações de energias negativas somatizadas nos corpos energético e físico do ser. A força do pensamento positivo, da intenção, com o coração receptivo, pode ser a grande energia de que você precisa para se curar das imperfeições da criação humana. Feche os olhos, respire, relaxe, concentre-se na luz de Deus ou em um mestre iluminado em que você confia. Mentalize ou imagine que ele, envolvido por muita luz, remove do seu corpo todas essas matrizes que possam existir. Fique em silêncio por alguns minutos. O processo vai ocorrer com ou sem sua consciência, mas mesmo assim com muita efetividade. Faça sempre, não tenha preguiça de remover o que é nocivo. Faça todos os dias até que o que você deseja curar seja totalmente transmutado de sua vida.

– Reivindique seu poder. Cada um de nós é uma parte de Deus. Somos uma “fatia do bolo” e, por isso, somos ele em essência. Faça uso disso, aproveite essa dádiva. Várias vezes ao dia, mentalmente diga: Eu reivindico meu poder para... (diga o que quiser, desde que seja positivo: ser feliz, ter harmonia e saúde, ter paz no meu coração, aprender a lidar com as pessoas, curar-me de uma doença, para decidir). Use quantas vezes quiser, mas faça sempre de coração aberto e com muita intenção positiva.

– Suas palavras são mantras. Jamais reclame, fale palavrões, xingue, seja injusto ou negativo em suas palavras. Lembre-se: seu pensamento é forma. Ele projeta a palavra na mente e dispara ao ar como energia sonora por meio da fala. Energias que condensam e dão forma a uma palavra negativa têm força muito concentrada. Evite palavras e pensamentos negativos. Aproveite para fazer uso dessa poderosa ferramenta e distribua palavras e pensamentos positivos todos os dias. Uma força mágica e poderosa vai impulsionar sua vida para cima.

– A escolha é sempre sua. Mesmo com essas dicas eficazes, o Homem pode não obter qualquer efeito positivo, porque está sendo regido pela lei do livre-arbítrio. A escolha é sua: você aceita a oportunidade de evoluir se assim desejar. Caso escolha se fechar e ser a vítima do mundo, mesmo o universo de Deus, cheio de luzes abençoadas, cheio de seres iluminados, nada vai poder fazer para ajudá-lo. Você é quem decide aceitar ou não o caminho da evolução. Reflita, mas reflita de coração aberto.



# CONSIDERAÇÕES FINAIS

O universo precisa seguir seu fluxo e evoluir sempre,  
ninguém pode bloquear isso.

## Mensagem final

**Q**uando resolvi escrever este livro, decidi isso com o meu coração. Baseei-me na experiência que tenho como palestrante, professor e terapeuta para colocar no papel uma realidade a que assistimos todos os dias. As pessoas precisam de ajuda. Mais do que isso, estão confusas sem saber no que acreditar ou o que seguir, longe de suas essências interiores.

Desejo que este livro tenha trazido para você um pouco de entendimento. Mesmo que somente uma ou duas palavras escritas aqui tenham contribuído com algo, já terá valido a pena.

Vejo constantemente, em nossas palestras pelo Luz da Serra, instituição da qual sou um dos fundadores, um público de excelente capacidade e de ótimo nível de instrução assistindo aos eventos. Muitas vezes, fico envaidecido com a presença dessas pessoas. Algumas que têm o equivalente à minha idade, somente em estudos e pesquisas na área de medicina vibracional, cura energética e espiritualidade. Já me questionei muito sobre elas, e com muitas até tive a oportunidade de conversar pessoalmente. Sempre perguntei: mas você tem bagagem suficiente para estar aqui na frente (refiro-me a ser professor), por que não está? As respostas sempre são as mais diversas: “acho que não estou pronto”, ou “sinto-me inseguro”, entre outras.

Estou na minha caminhada nessa área incentivando as pessoas a arriscarem e enfrentarem seus desafios para poderem usar o que sabem. Lembre-se: o sábio não é aquele que sabe muito, mas o que usa o que sabe. Penso que aquilo que, de alguma maneira, a sociedade à sua volta acabou nos trazendo de aprendizado e de conhecimento, temos a obrigação de devolver mais tarde. Também me motivei a escrever este livro para apresentar para as pessoas aquilo que considero boas práticas para melhorar a vida de qualquer um.

Com este trabalho, fica a confiança de que, se você usar o que aprendeu nessas linhas, poderá fazer mudanças incrivelmente positivas em pouco tempo.

Há alguns anos, existe uma coisa que me causa um pouco de sofrimento. Mesmo sabendo que cada pessoa precisa passar por seus gatilhos, ou mesmo acreditando que exista um governo oculto que rege as leis de carma, fico triste

ao ver o número de pessoas que não têm a mínima ideia do que está acontecendo em suas vidas. Fico, sinceramente, abalado ao ver pessoas reclamando, vitimizandose, como se a vida fosse uma desgraça, e a culpa sempre fosse de alguém.

Fico pasmo ao perceber que 97% das pessoas não têm esclarecidas suas missões aqui na Terra, sendo que algumas nem fazem ideia do que isso seja. Os hospitais, os hospícios, os presídios, os órgãos públicos, até mesmo as igrejas e as entidades espiritualistas estão cheias de pessoas assim. Dessa forma, como podemos ser felizes?

Muitas pessoas me dizem que são completamente felizes, e algumas são realmente. Mas o que espanta é que a maioria delas está apoiada nas ilusões do ego, precisando necessariamente de recursos externos para alimentar a felicidade.

Quando decidimos algo que está de acordo com a nossa programação interior, as coisas fluem mais rápido. Por isso, acredito que este trabalho seja a oportunidade de criar mecanismos para acelerar a realização da missão da minha alma também. Quando consultei meu Eu Superior, a minha essência divina, senti com a força do coração que, se as pessoas pudessem entender a proposta deste livro, poderiam usá-la como uma ferramenta evolutiva poderosa em suas vidas. Isso me encheu de esperança; a esperança me encheu de energia; a energia elevou a minha consciência, que me permitiu escrever.

Acho que a espiritualidade deve ser falada de maneira simples, universalista, sem conotação religiosa, com a tarefa de trazer ciência e espiritualidade para o mesmo patamar. Acredito, com a força que vem do meu coração, que todos os processos de cura passam principalmente por estimular a pessoa a acessar sua própria essência e a aprender a amar de verdade. Tenho certeza de que, se você começar a instigar esse caminho, tudo passa a ser mais fácil e divertido. Não é que os problemas não vão mais acontecer, mas você passa a ver as coisas com outra ótica, o que é a base da cura e do equilíbrio. Essa é uma linda forma de consciência.

Para finalizar, gostaria de recomendar que você jogue no lixo algumas coisas que leu e com que não concordou, filtrando minhas imperfeições, pois não sou um mestre espiritual, tampouco dono da verdade. No entanto, se alguma coisa que leu neste trabalho, que realizei com muito amor, agradou ou convenceu, você tem o dever de usar e de se beneficiar com os resultados. Seja feliz, o

mundo precisa de pessoas assim.

Muita luz e paz no seu coração! Que Deus o abençoe!

Um beijo carinhoso, Bruno J. Gimenes

## GLOSSÁRIO

**Carma:** Ações já cometidas por nós que trazem os resultados atuais das situações presentes.

**Dharma:** Ações produzidas por nós de maneira bem-intencionada que visam não só o bem-estar próprio, mas o de terceiros e de todos os seres vivos.

**Livre-arbítrio:** Nossa liberdade de decidir sobre qualquer coisa ou assunto. São as nossas escolhas, que sempre implicam consequências, sejam elas positivas ou negativas.

**Armadilhas:** Situações aparentemente benéficas que estão presentes em nossas vidas, mas que na realidade nos distraem, desviando da rota da missão de nossa alma.

**Gatilhos:** Situações necessárias para que nossas inferioridades sejam afloradas e curadas.

**Lei do retorno:** Consequências de todos os nossos atos e de nossas escolhas.

**Casca:** Corpo físico e a identidade que utilizamos em cada uma de nossas encarnações. A casca é uma ilusão, que esconde nosso “Eu” verdadeiro, sendo apenas um veículo para nosso espírito realizar sua Missão.

**Terceira dimensão:** Contexto físico onde estamos inseridos. A terceira dimensão é exatamente o nível de energia do Planeta Terra atualmente.

**Eu da alma:** Nossa parte espiritual, nosso Eu Superior e divino. A parte mais pura do ser humano.

**Eu do ego:** Nossa parte materialista, separativa e baseada no medo. Está vinculado às atitudes terrenas e aos sentimentos inferiores.

**Aura:** Campo de energia eletromagnética vital que envolve o corpo humano. A aura é resultado de uma emanção sutil produzida no interior de nossas células.

**Grupo espiritual:** Almas pertencentes à nossa Mônada, que lá do astral superior vibram por nossa Ascensão.

**Implantes extrafísicos:** Condensações de energias negativas presentes no

campo de energia do ser humano. Podem ser criados por mentais inferiores, por pensamentos negativos emanados por terceiros e por vibrações densas de seres extrafísicos.

**Matrizes negativas:** Bloqueios ou condensações de energia negativa que formam padrões repetitivos de aspectos inferiores.

**Mantras:** Sons sagrados que, quando emitidos, organizam os pensamentos e acalmam a mente, proporcionando paz e equilíbrio.

## BIBLIOGRAFIA

KWITKO, Mauro. *Como Aproveitar a Sua Encarnação*. 3ª Edição. Porto Alegre: Besourobox, 2006.

MAES, Hercílio. Ramatís. *Fisiologia da Alma*. 15ª Edição. Limeira: Editora do Conhecimento, 2006.

MAES, Hercílio. Ramatís. *Sob a Luz do Espiritismo*. 3ª Edição. Limeira: Editora do Conhecimento, 2003.

RIBALT, Ruan. *Radiônica, A Ciência do Futuro*. 1ª Edição. São Paulo: Editora Roka, 1997.

STONE, Joshua David. *Sua Missão Ascensional*. 10ª Edição. São Paulo: Pensamento, 2000.

Outras Publicações

Luz  
da Serra  
EDITORA



### **Evolução Espiritual na Prática**

Bruno J. Gimenes e Patrícia Cândido

Esse trabalho é uma séria proposta que visa contribuir na evolução espiritual universalista (sem cunho religioso), na prática do dia a dia, com uma linguagem diferenciada por sua simplicidade e objetividade. É um manual prático que proporciona ao leitor, condições de acelerar sua evolução espiritual, de forma consciente, harmoniosa, inspirando valores para alma, que o faça refletir sobre o sentido da vida e seus aprendizados constantes.

Páginas: 344  
Edição: 3ª  
Acabamento: Brochura  
Formato: 16x23 cm  
ISBN: 978-85-7727-200-6



### **Grandes Mestres da Humanidade**

*Lições de Amor para a Nova Era*  
Patrícia Cândido

É uma busca no passado que traz à tona a herança deixada pelos sábios que atingiram os níveis mais altos de consciência. Talvez a humanidade não perceba que as mensagens de Buda, Krishna, Gandhi, Jesus e outros seres iluminados nunca foram tão necessárias e atuais. Nesta obra, a autora reúne as propostas de evolução que cinquenta grandes almas apresentaram à humanidade.

Páginas: 336  
Edição: 2ª  
Acabamento: Brochura  
Formato: 16x23 cm  
ISBN: 978-85-7727-153-5



### **O Criador da Realidade**

*A vida dos seus sonhos é possível*  
Bruno J. Gímenes e Patrícia Cândido

O Criador da Realidade é uma obra que vai encher sua vida de prosperidade e possibilidades, pois lhe transformará em um criador consciente da sua realidade. De forma direta e eficiente, oferece todas as informações que você precisa saber para transformar a sua vida em uma história de sucesso em todos os sentidos: saúde, relacionamentos, dinheiro, paz de espírito, trabalho e muito mais.

Páginas: 128

Edição: 2ª

Acabamento: Brochura

Formato: 14x21 cm

ISBN: 978-85-7727-234-1



### **Fitoenergética**

*A Energia das Plantas  
no Equilíbrio da Alma*

Bruno J. Gímenes

O poder oculto das plantas apresentado de uma maneira que você jamais viu. A Fitoenergética é um sistema de cura natural que apresenta ao leitor a sabedoria que estava escondida e deixada de lado em função dos novos tempos. É um livro inédito no mundo que mostra um sério e aprofundado estudo sobre as propriedades energéticas das plantas e seus efeitos sobre todos os seres.

Páginas: 304

Edição: 4ª

Acabamento: Brochura

Formato: 16x23cm

ISBN: 978-85-7727-180-1



## **Mulher - A essência que o mundo precisa**

Bruno J. Gimenes

Orientado espiritualmente por Luara

Um novo jeito de pensar e agir a partir das bases amorosas aproxima-se para a humanidade, tendo como centro dessa transformação a energia essencial da mulher. Essa mudança já está acontecendo, estamos a poucos instantes de entrar em um movimento na Terra que removerá passo a passo as impurezas e excessos da atmosfera psíquica. Nesse evento dos planos superiores, a protagonista é a mulher, o ser que consegue armazenar em seu seio, a força das atmosferas sublimes, que é o antibiótico para a bactéria da ignorância mundana. E, quando a mulher lembrar da sua força e usar em sua essência, provocará um movimento que fará as sombras se dissiparem da Terra.

Páginas: 152  
Edição: 2ª  
Acabamento: Brochura  
Formato: 16x23 cm  
ISBN: 978-85-7727-251-8



## **E o Lobo uivou para a Águia**

*Espiritualidade como prática de vida*

Juarez Gurdjieff

Nesta obra, Juarez Gurdjieff apresenta o assunto da espiritualidade de forma prática e vinculada aos estados psicológicos da vida humana em vários segmentos.

Ao leitor cabe apenas o exercício de compreender e traduzir para a sua vida as reflexões advindas da tradição dos índios. Numa linguagem simbólica entre os animais, o diálogo que se estabelece produzirá benefícios incríveis em sua vida.

Páginas: 136  
Edição: 1ª  
Acabamento: Brochura  
Formato: 16x23 cm  
ISBN: 978-85-7727-259-4



## **Encontro de Eus**

*Um caminho... Uma vida diferente...*

Domicio Martins Brasiliense

Encontro de Eus propicia a descoberta do Novo Eu. Conduz uma reflexão crítica, abordando aspectos fundamentais para a compreensão do que somos hoje a partir do somatório de fatos, lembranças, noções de amor e opções que fizemos. Mais do que denunciar o Eu desgostoso e oprimido, aponta aspectos relevantes para que tenhamos opções a partir da adequada percepção das coisas a nossa volta. Desenvolve a escuta necessária aos nossos sentimentos, preconizando um Eu de possibilidades a novas descobertas e mudanças para a felicidade.

Páginas: 128

Edição: 1ª

Acabamento: Brochura

Formato: 14x21cm

ISBN: 978-85-64463-07-3