

A Lei da Atração

Esther e Jerry Hicks

Introdução

Escrevemos esse livro para inserí-lo nas Leis Universais e nos processos práticos que o guiarão clara e precisamente à realização de seu estado natural de Bem-Estar. A leitura desse livro lhe dará a única e benéfica experiência de escutar respostas poderosas e precisas às perguntas que venho acumulando em uma existência de perguntas. E o sucesso da utilização dessa filosofia baseada no contentamento da espiritualidade prática também o ajudará a guiar outros a viver qualquer coisa que eles considerem ser a vida perfeita.

Muitos têm me dito que minhas perguntas, em muitas maneiras, espelham as deles mesmos. Assim, conforme você vivencia a clareza e brilhantismo das respostas dos Abrahams, não apenas começará a sentir uma satisfação verdadeira de que as perguntas de tanto tempo estão sendo respondidas, mas também descobrirá, como nós descobrimos (Esther e eu), um entusiasmo renovado por sua própria experiência de vida.

E, a partir de nossa novíssima perspectiva de vida começamos a aplicar os processos práticos que são oferecidos aqui, você também descobrirá que pode deliberadamente criar para si mesmo qualquer coisa que queira fazer, ser ou ter.

A mim parece que minha vida, tanto quanto eu possa me lembrar, produzia um fluxo de perguntas intermináveis às quais eu não era capaz de encontrar respostas satisfatórias, pois eu tinha um desejo forte de descobrir uma filosofia de vida que fosse baseada na verdade absoluta. Mas assim que os Abrahams vieram para nossa experiência – revelando à Esther e a mim suas explicações sobre as poderosas Leis do Universo, junto com os processos efetivos que nos ajudaram a transformar ideologia e teoria em resultados práticos – percebi que o fluxo estável de livros, professores e as experiências de vida que encontrei em meu caminho foram os passos perfeitos para a descoberta dos Abrahams.

Gosto de pensar sobre a oportunidade que você tem agora, quando lê esse livro, de descobrir por si mesmo o valor do que os Abrahams oferecem, pois sei como esses ensinamentos melhoraram nossa experiência de vida. Também tenho consciência de que agora você não estaria segurando esse livro se sua experiência de vida não o tivesse

preparado (assim como minha vida me preparou) para receber essa informação.

Sinto uma ansiedade para que você mergulhe nesse livro e descubra as Leis simples e poderosas, e os processos práticos que os Abrahams oferecem de forma a que você possa começar a atrair deliberadamente para a sua experiência tudo o que você deseja; assim você pode liberar qualquer coisa, que não queira, de sua experiência.

Um fluxo estável de grupos religiosos

Meus pais não eram pessoas religiosas, então eu realmente não entendia porque eu sentia tal compulsão poderosa de encontrar uma igreja e me envolver com as doutrinas religiosas, mas havia uma força poderosa em mim enquanto eu estava crescendo. Talvez fosse uma tentativa de preencher o vazio que eu sentia interiormente, ou talvez fosse porque muitos outros ao meu redor demonstravam seu fervor religioso e sua certeza de que haviam descoberto a verdade.

Durante meus primeiros 14 anos de vida, vivi em 18 casas em seis Estados, então tive a oportunidade de avaliar a ampla variedade de filosofias. De qualquer forma, sistematicamente marchava de igreja para igreja, esperando de todo o meu coração, a cada vez, que atrás daquelas portas eu pudesse encontrar o que estava procurando. Mas conforme me movia de uma religião ou grupo filosófico para outro, meu desapontamento crescia quando cada um deles exclamava que eles estavam certos, declarando, ao mesmo tempo, que os outros eram os errados. E nesse ambiente, com meu coração deprimido de novo e de novo, eu sabia que não tinha encontrado as respostas que estava procurando. E assim, minha busca por respostas continuava.

(Foi apenas após descobrir os ensinamentos dos Abrahams que fui capaz de entender aquelas aparentes contradições filosóficas, e nunca mais sentir-me negativo em relação a tudo isso).

Uma Tábua de Ouija soletra o alfabeto

Embora eu nunca tivesse tido nenhuma experiência pessoal com a Tábua de Ouija, eu não tinha opiniões negativas fortes a respeito dela. Eu acreditava que ela era, no máximo, apenas um jogo e, no mínimo, um embuste absoluto. Então em 1959 quando amigos em Spokane, Washington, me apresentaram com a idéia de jogar com a Tábua, imediatamente rejeitei, como se aquilo fosse ridículo. Mas quando meus amigos insistiram e, em seguida, me apresentaram com minha primeira experiência verdadeira com ela, constatei que um fenômeno real estava ocorrendo.

Por essa razão, já que eu estava procurando por respostas para minha longa lista de perguntas, perguntei à Tábua: “Como eu posso me tornar verdadeiramente bom?”

Com uma velocidade dramática, o alfabeto começou a ser escrito e então a prancheta sinalizou para “L-E-I-A”.

“Ler o quê?”, perguntei. A Tábua soletrou “L-I-V-R-O-S”. E quando eu perguntei “Que livros?”, ela soletrou (novamente com a velocidade dramática do início): “QUALQUERLIVRODEALBERTSCHWEITZER”. Meus amigos nunca haviam ouvido sobre Albert Schweitzer e embora eu soubesse muito pouco sobre ele, minha curiosidade estava, para dizer o mínimo, aguçada; e decidi fazer algumas pesquisas para saber mais sobre esse homem que tinha acabado de despertar em minha consciência dessa forma verdadeiramente extraordinária.

Na primeira livraria que encontrei, descobri uma grande seleção de livros escritos por Albert Schweitzer e, sistematicamente, li toda. E embora eu não possa dizer que tenha descoberto algumas respostas específicas para minha longa lista de perguntas, especialmente o livro de Schweitzer “A busca pelo Jesus histórico” abriu minha mente para a consciência de que há muito mais maneiras de olhar as coisas do que eu era capaz de considerar.

Meu entusiasmo pelo que eu esperava ser uma janela para uma iluminação poderosa e para as respostas a todas as minhas perguntas foi um golpe inesperado, pois não encontrei nem iluminação poderosa pela Tábua de Ouija nem respostas a todas as minhas questões; mas certamente me despertou para a percepção de que havia uma avenida de comunicação inteligente disponível na qual eu nunca acreditava ser possível antes de experienciar por mim mesmo.

A Tábua de Ouija não funcionou para mim quando eu a usava para mim mesmo, mas tentei usá-la para centenas de pessoas em minhas viagens como artista e encontrei três pessoas que obtiveram sucesso com ela. Com alguns amigos em Portland, Oregon (para quem a Tábua realmente funcionou), “falamos” por centenas de horas com o que pensávamos ser Seres Não-Físicos. Um batalhão de piratas, sacerdotes, políticos e rabinos conversaram conosco! Era como estar engajado em fascinantes conversas numa festa, com indivíduos oferecendo uma ampla variedade de programas, atitudes e intelectualidades.

Posso dizer que, com a Tábua, não aprendi nada de valioso que pudesse usar em minha própria vida – ou que quisesse ensinar para alguém – então, um dia, joguei fora e esse foi o fim do estágio de meu interesse ou atividade com a Tábua de Ouija. A despeito dessa experiência

marcante – especialmente com a INTELIGÊNCIA que me encorajou a leitura dos livros – não apenas despertou em mim um entendimento de que há muito mais “lá fora” do que eu realmente entendo, mas provocou-me um desejo muito mais poderoso de encontrar respostas. Comecei a acreditar que era possível encontrar uma Inteligência que tivesse respostas práticas às questões sobre como o Universo funciona, por que estamos todos aqui, como podemos viver vidas mais prazerosas e como podemos responder às nossas razões de estar aqui.

A Lei da Atração Universal

Tudo em sua vida e nas vidas dos que estão ao seu redor é afetado pela Lei da Atração. Ela é a base de tudo que você vê manifestado. Ela é a base de tudo que acontece em sua experiência...A consciência sobre a Lei da Atração e um entendimento de como ela funciona é essencial para viver a vida com propósito. Na realidade, é essencial para viver a vida de alegria que você veio aqui para viver.

A Lei da Atração diz: os semelhantes se atraem. Quando você diz “Os pássaros de mesma espécie voam juntos”, você está falando, na verdade, sobre a Lei da Atração. Você vê isso evidenciado quando acorda sentindo-se infeliz e, através do dia, as coisas pioram e pioram, e no final do dia você diz “Eu não deveria ter saído da cama”. Você vê a Lei da Atração evidenciada em sua sociedade, quando você vê que o que mais fala sobre doença tem doença; quando você vê que o que mais fala sobre prosperidade tem prosperidade. A Lei da Atração é evidente quando você liga seu rádio na 630AM e espera receber a programação da torre de transmissão da 630AM, pois você entende que os sinais de rádio entre a torre de transmissão e seu receptor precisam se compatibilizar. Quando você começa a entender a – ou melhor colocado, quando você começa a lembrar-se dessa – dessa poderosa Lei da Atração, a evidencia dela, que cerca você será bem mais aparente, pois você começa a reconhecer a exata correlação entre o que você tem pensado e o que está, na verdade, vindo para sua experiência. Nada se mostra meramente em sua experiência. Você atrai isso, tudo disso, sem exceções.

Dar pensamento a isso é convidar isso

Quanto mais você entende o poder da Lei da Atração, mais interesse você terá em direcionar seus pensamentos deliberadamente, pois você obtém aquilo no qual pensa a respeito, quer você queira aquilo ou não.

Sem exceção, aquilo para o qual você dá seu pensamento é aquilo que você começa a convidar para dentro de sua experiência. Quando você pensa um pensamento pequeno sobre algo que quer, através da Lei da Atração, aquele pensamento se torna maior e maior, mais e mais poderoso. Quando você pensa um pensamento sobre algo que você não quer, a Lei da Atração traz aquilo e o pensamento crescer mais e mais também. Assim, quanto mais ele cresce, mais poder é somado a ele e mais próximo você está de receber a experiência.

Quando você vê algo que gostaria de experienciar, você diz “Sim, gostaria de ter aquilo”, através de sua atenção àquilo você convida aquilo para dentro de sua experiência. Porém, quando você vê algo que não quer experienciar e grita “Não, não, eu não quero aquilo!”, através de sua atenção àquilo você convida aquilo para dentro de sua experiência. Nesse Universo de base atrativa, não há tal coisa como exclusão. Sal atenção àquilo inclui aquilo em sua vibração e se você mantém aquilo em seu campo de atenção ou consciência tempo bastante, a Lei da Atração trará aquilo para dentro de sua experiência, pois não há tal coisa como “Não”. Para esclarecer, quando você olha para algo e grita “Não, eu não quero experienciar isso; vá embora!”, o que você está, na verdade fazendo é chamando aquilo para dentro de sua experiência, pois não há tal coisa como “Não” em um Universo de base atrativa. Sua atenção àquilo diz “Sim, venha para mim essa coisa que eu não quero!”.

Felizmente aqui em seu tempo-espaço-realidade físico, as coisas não se manifestam em sua experiência instantaneamente. Há um maravilhoso espaço de tempo entre quando você começa a pensar sobre algo e o tempo em que esse algo se manifesta. Esse espaço de tempo lhe dá a oportunidade de redirecionar sua atenção mais e mais na direção das coisas que você realmente quer que se manifestem em sua experiência. E bem antes que aquilo se manifeste (na verdade, quando você primeiramente começa a dar atenção àquilo), você pode dizer pela forma como se sente se aquilo é algo que você quer manifestar ou não. Se você continuar a dar sua atenção àquilo – seja algo que você queira ou não – aquilo virá para dentro de sua experiência.

Essas Leis, mesmo que você não entenda o que elas fazem, afetam sua experiência mesmo que você as ignore. E mesmo que você possa não estar consciente de ter ouvido sobre a Lei da Atração, seu poderoso efeito é evidente em cada aspecto de sua experiência de vida.

Quando você considera o que lê aqui e começa a perceber a correlação entre o que você está pensando e falando e o que você tem obtido, você começa a entender a poderosa Lei da Atração. E quando você, deliberadamente, direciona seus pensamentos e foca sobre as coisas que você quer, de forma a trazê-las para dentro de sua experiência – você começa a receber a experiência de vida que você deseja em todas as áreas.

Seu mundo físico é um lugar vasto e diverso, com uma surpreendente variedade de eventos e circunstâncias, algumas das quais você aprova (e gostaria de experienciar) e algumas das quais você desaprova (e não gostaria de experienciar). Não era sua intenção, quando veio para essa experiência física, pedir que o mundo mudasse de forma a acomodar

suas opiniões em relação à maneira como as coisas deveriam ser, eliminando todas as coisas que você não aprova e somando as coisas que você aprova.

Você está aqui para criar o mundo que você escolheu ao seu redor enquanto permite que o mundo – como os outros escolhem – exista também. E enquanto as escolhas deles não estorvam de forma nenhuma suas próprias escolhas, sua atenção ao que eles escolhem afeta sua vibração e, conseqüentemente, seu próprio ponto de atração.

Meus pensamentos têm poder magnético

A Lei da Atração e seu poder magnético alcançam o Universo e atraem outros pensamentos que são vibracionalmente compatíveis e traz essas coisas para você. Sua atenção a temas, sua ativação de pensamentos e a resposta da Lei da Atração àqueles pensamentos são responsáveis por cada pessoa, cada evento e cada circunstância que vem para sua experiência. Todas essas coisas são trazidas para dentro de sua experiência através de um tipo de funil magnético, já que são compatíveis vibracionalmente com seus próprios pensamentos.

Você obtém a essência do que está pensando, seja algo que você queira ou algo que você não queira.

Isso pode parecer perturbador para você no início, mas com o tempo, é nossa expectativa que você começará a apreciar a justiça, a consistência e a integridade dessa poderosa Lei da Atração. Uma vez que você entenda essa Lei e comece a prestar atenção ao que você está dando sua atenção, você recuperará o controle de sua própria experiência de vida. E com esse controle você novamente se lembrará de que não há nada que você deseje que não possa obter e nada que não queira que não possa liberar de sua experiência.

Entendendo a Lei da Atração e reconhecendo a absoluta correlação entre o que você tem pensado e sentido – e o que tem manifestado em sua experiência de vida – fará com que você esteja mais atento ao estímulo de seus próprios pensamentos. Você começará a perceber que seus próprios pensamentos podem ser estimulados a partir de algo que você lê, assiste na TV, ou escuta ou observa da experiência de alguma outra pessoa. E uma vez que você veja o efeito que a Lei da Atração tem sobre esses pensamentos que começam pequenos e vão crescendo, e ficando mais poderosos com sua atenção a eles, você sentirá um desejo de começar a direcionar seus pensamentos mais as coisas que você quer experimentar. Pois qualquer coisa que você esteja ponderando, e não importa a fonte de estímulo daquele pensamento, pois quando você pondera sobre um pensamento, a Lei da Atração trabalha e começa a

oferecer outros pensamentos, conversas e experiências de natureza similar.

Se você está se lembrando do passado, observando o presente ou imaginando o futuro, você está fazendo isto agora mesmo; e tudo que no que você está focando está causando a ativação de uma vibração à qual a Lei de Atração está respondendo. No início você pode estar ponderando sobre um assunto particular, reservadamente, mas se você pensar bastante nisto, começará a notar outras pessoas que começam a discutir isto com você já que a Lei de a Atração encontra outros que oferecem uma vibração similar e traz essas vibrações diretamente para você. Quanto mais você foca sobre algo, mais poderoso esse algo se torna; e quanto mais forte seu ponto de atração se torna, mais evidencias disso aparecem em sua experiência de vida. Esteja você focando sobre coisas que você queira ou sobre coisas que não queira, a evidência de seus pensamentos continuamente flui através de você.

Bem-vindo, pequeno, ao Planeta Terra

Você pode estar sentindo que seria mais fácil estar escutando essas palavras se elas tivessem sido ditas a você em seu primeiro dia de experiência nesse Planeta Terra. E se estivéssemos falando com você em seu primeiro dia de experiência física de vida, isso seria o que estaríamos dizendo:

- Bem-vindo, pequeno, ao Planeta Terra. Não há nada que você não possa ser, fazer ou ter. Você é um criador magnífico e está aqui pela virtude de sua poderosa e deliberada vontade de estar aqui. Você tem aplicado especificamente a tremenda Lei da Criação Deliberada e pela sua habilidade em fazer isso, você está aqui.

Siga adiante, dando pensamento ao que você quer, atraindo a experiência de vida que o ajudará a decidir o que você quer e, uma vez decidido, dê pensamento apenas a isso.

Muito de seu tempo será gasto coletando dados – dados que o ajudarão a decidir o que você quer. Seu verdadeiro trabalho é decidir o que quer e, então, focar nisso, pois é através do foco sobre o que você quer que você atrairá isso. Esse é o processo da criação: pensar no que quer, tanto e tão claro que seu Ser Interior emita emoção. E quando você estiver pensando, com emoção, você se tornará o mais poderoso de todos os ímãs. Esse é o processo pelo qual você atrairá (o que quer) para sua experiência.

Muitos dos pensamentos que você estará pensando não serão poderosos em termos de atração, não no início – a menos que você

esteja focado sobre eles o bastante de forma a que eles se multipliquem. Pois, quando eles se tornam mais em termos de quantidade, eles se tornam mais poderosos; quando eles se tornam mais, e mais poderosos, a emoção que você sentirá de seu Ser Interior será ótima.

Quando você tem pensamentos que trazem emoções, você está acessando o poder do Universo. Siga adiante (diríamos) em seu primeiro dia de experiência de vida, sabendo que seu trabalho é decidir o que quer – e então foque naquilo.

Mas não estamos falando com você em seu primeiro dia de experiência de vida. Você tem estado aqui já há um tempo. Muitos de vocês têm visto a si mesmos não apenas através de seus próprios olhos (na realidade, nem mesmo primariamente através de seus próprios olhos), mas através dos olhos dos outros; conseqüentemente, muitos de vocês não estão presentemente no estado de Ser que quer estar.

Minha “Realidade” é realmente real?

Queremos lhe oferecer um processo através do qual você consiga o estado de Ser de sua escolha, de forma que você possa acessar o poder do Universo e comece a atrair o tema de seu desejo, mais do que o tema que você sinta que é seu atual estado de Ser. Pois, de nossa perspectiva, há uma grande diferença entre o que agora existe – que você chama de sua “realidade” – e aquele que sua realidade realmente é.

Mesmo que você esteja num corpo que não seja saudável, do tamanho, tipo ou vitalidade que você escolheu; em um estilo de vida que não o satisfaça; dirigindo um automóvel que o constranja; interagindo com pessoas que não lhe proporcionem prazer – queremos ajudá-lo a entender que embora esse pareça ser seu estado de Ser, não precisa ser. Seu estado de Ser é a maneira como você se sente sobre si mesmo em qualquer tempo.

Suas palavras não lhe trarão manifestações imediatas do que você está pedindo, mas quanto mais você as diz, e quanto melhor você se sente enquanto as diz, mais pura ou menos contraditória será sua vibração. E logo seu mundo será preenchido com essas coisas que você tem dito. Palavras sozinhas não atraem, mas quando você sente a emoção enquanto as está dizendo, isso significa que sua vibração é forte – e a Lei da Atração precisa responder a essas vibrações.

Qual é a medida de nosso sucesso?

A obtenção de qualquer coisa que você deseja precisa ser considerada como sucesso, seja um troféu, dinheiro, relacionamentos ou coisas. Mas se você permitir que seu padrão de sucesso seja a obtenção de alegria, tudo o mais se adequará facilmente. Pois, no encontro da alegria, você está encontrando alinhamento vibracional com as Fontes do Universo.

Você não pode sentir alegria enquanto está focando sobre algo indesejado, ou na falta de algo desejado; no entanto, enquanto você está sentindo alegria nunca estará no estado de vibração contraditória. E apenas a contradição de seus próprios pensamentos e a da vibração podem manter você longe das coisas que você deseja.

Divertimo-nos quando vemos a maioria gastando a maior parte de suas vidas procurando um conjunto de regras que possa medir a experiência de vida, procurando fora de si mesmo por aqueles que irão dizer-lhes o que é certo ou errado, quando desde o princípio têm um Sistema de Orientação tão sofisticado, tão complexo, tão preciso e tão prontamente disponível.

Prestando atenção a esse Sistema de Orientação Emocional e alcançando o pensamento que leve ao melhor sentimento que você pode achar exatamente agora - a partir de qualquer lugar onde você esteja - você permitirá que sua Ampla Perspectiva o ajude a mover-se na direção das coisas que realmente quer.

Quando você peneira através do magnífico contraste de seu tempo-espaco-realidade físico, conscientemente alerta da maneira como se sente e guiando deliberadamente seus pensamentos para o que o faz sentir-se melhor e melhor, com o tempo você começa a ver sua vida através dos olhos de seu Amplo Ser Interior. E quando você age assim, você sente a satisfação de estar no caminho que escolheu a partir da perspectiva Não-Física, quando você tomou a decisão de vir para esse corpo maravilhoso. Pois, a partir da vantagem de seu ponto Não-Físico, você entendeu a eterna evolução natural de seu Ser e a promessa que esse ambiente contrastante de Linha de Ponta mantém. Você entendeu a natureza de seu magnífico sistema de orientação e, com a prática, você poderá ver esse mundo como seu Ser Interior vê. Você entendeu a poderosa Lei da Atração, a justiça e precisão com que responde à livre vontade de todos os criadores.

Alcançando o pensamento pró melhor sentimento que você pode encontrar, você se reconecta com essa perspectiva e treme de alegria quando se reconecta com seu propósito, com sua vivacidade, com seu deleite pela vida – e com você mesmo!

PARTE I

Nosso caminho na Experiência com os Abraham

Pense e Enriqueça

Talvez a primeira experiência na busca de respostas práticas para minha lista crescente de perguntas tenha começado com a descoberta de um livro fascinante enquanto eu estava fazendo concertos em séries no colégio e na universidade em 1965. O livro repousava em uma mesa de centro no salão de entrada de um pequeno motel em Montana e lembro-me de um sentimento contraditório dentro de mim quando eu o peguei e olhei para as palavras na capa: “Pense e Enriqueça”, de Napoleon Hill.

Para mim, o título era desconcertante, pois, como muitos, fui ensinado a basear minhas impressões negativas sobre pessoas ricas como uma justificativa para minha própria falta de riqueza ou para a dificuldade em adquirir riqueza. Havia algo incontestável sobre aquele livro, entretanto. E após a leitura de 12 páginas, meus pêlos resistiam e ondas de emoção percorriam minha espinha, de cima a baixo.

Agora entendemos que essas sensações físicas e viscerais são evidências confirmatórias de que estamos no caminho de algo de extremo valor, mas eu sentia que aquele livro despertou em mim o conhecimento de que meus pensamentos são importantes e de que minha experiência de vida reflete de alguma forma o conteúdo de meus pensamentos. O livro era instigante, interessante e me inspirou um desejo de tentar seguir as sugestões oferecidas – e eu fiz.

Utilizar os ensinamentos funcionou muito bem para mim, de tal forma que num breve espaço de tempo eu fui capaz de construir um negócio multinacional, dando-me a oportunidade de tocar as vidas de milhares de pessoas de forma significativa. Eu comecei até mesmo a ensinar os princípios que eu estava aprendendo. Mas embora eu tivesse pessoalmente recebido o incrível valor dos ensinamentos de mudança de vida contidos no livro de Napoleon Hill, muitas das vidas daqueles a quem eu estava ensinando não foram dramaticamente melhoradas como foi a minha, não importa quantos cursos eles frequentassem. Então, minhas pesquisas por respostas específicas continuaram.

Seth fala sobre criar sua realidade

Enquanto minha lista de perguntas para descobrir respostas significativas persistia e meu desejo de encontrar uma forma de ajudar

os outros de forma mais efetiva a alcançarem seus objetivos aumentasse, eu fiquei temporariamente distraído de tudo isso por causa da nova vida que eu e Esther estávamos construindo juntos em Phoenix, no Arizona. Casamo-nos em 1980 após nos conhecermos por uns poucos anos e nos sentíamos inexplicavelmente compatíveis. Vivenciávamos prazer, dia após dia, explorávamos nossa nova cidade, montávamos nossa nova casa e descobríamos nossa nova vida juntos. E embora não compartilhássemos a mesma sede por conhecimento ou minha fome por respostas, ela era ávida por vida, sempre feliz e uma excelente companhia.

Um dia, passando o tempo numa livraria, peguei um livro intitulado “Seth fala”, por Jane Roberts. E me pareceu que antes que eu pudesse tirar o livro da prateleira, meus pêlos começaram a se arrepiar de novo e de novo. E meu corpo foi percorrido por uma onda de avidez. Folheei as páginas do livro, pensando no que ele poderia conter que pudesse ser responsável por minha resposta emocional.

Durante o tempo em que Esther e eu estávamos juntos eu havia descoberto apenas um ponto de discórdia entre nós: ela não queria ouvir sobre minhas experiências com a Tábua de Ouija. Sempre que eu falava sobre o assunto, extremamente interessante (sob meu ponto de vista), ela deixava o ambiente. Ela havia sido ensinada durante sua infância a ter um medo tremendo de tudo que não fosse físico e, já que eu não a queria contrariar, parei de contar essas histórias, ao menos enquanto ela estivesse por perto. Assim, para mim, não foi realmente uma surpresa que Esther não quisesse ouvir sobre o livro “Seth fala” também....

“Você pode ler o livro se quiser”, Esther me disse, “mas, por favor, não o traga para nosso quarto”.

Sempre acreditei em julgar a árvore por seus frutos, então tudo que eu considero o faço a partir do ponto de como eu me sinto sobre determinada coisa...e havia muito do material de Seth que eu sentia ser exatamente para mim. Então, não fez nenhuma diferença para mim o fator de onde vinha ou como era apresentado. Essencialmente, eu sentia que havia encontrado informações valiosas que eu poderia usar – e que poderia passar adiante para as pessoas que eu acreditava que poderiam usar essas informações. Eu estava muito entusiasmado!

Meus medos foram sanados

Eu pensava que era sábio e educado da parte de Jerry não me empurrar os livros de Seth, pois eu realmente sentia uma forte aversão a eles. A idéia de uma pessoa estar em contato com um ser não-físico me fazia

sentir extremamente desconfortável; então, desde que Jerry não quisesse me perturbar, ele poderia acordar cedo de manhã e, enquanto eu ainda estava dormindo, ler aqueles livros sozinho. Gradualmente, quando ele encontrava algo particularmente interessante para ele, gentilmente coloca nas conversas e em meu menor estado de resistência, eu normalmente ouvia o valor da idéia. Pouco a pouco, Jerry introduzia um conceito, e outro, e outro, até que comecei a sentir verdadeiro interesse por aqueles trabalhos magníficos. Com o tempo, eles se tornaram nosso ritual matutino. Sentávamos juntos e Jerry lia os livros de Seth para mim.

Meus medos não nasceram de nenhuma experiência pessoal, mas de informações que eu havia recebido, provavelmente de outros que as obtiveram de outros.

Analisando, agora parece totalmente ilógico eu ter tido aqueles medos. Em todas as ocasiões vivi uma mudança real de atitude assim que percebi que minha experiência pessoal era o alvo...tudo ficou bem.

Conforme o tempo passou, meu medo dos processos de Jane, ao receber a informação de Seth, diminuía, comecei a sentir uma imensa apreciação por aqueles livros maravilhosos. Na verdade, estávamos tão alegremente envolvidos com o que estávamos lendo que pensamos em viajar para New York para encontrarmos-nos com Jane e seu marido, Robert – e até mesmo com Seth!

Quão longe eu havia chegado nisso, de forma que realmente queria encontrar-me com esse Ser Não-Físico. Mas o número de telefone do autor dos livros não estava publicado, então não sabíamos exatamente o que fazer para marcar esse encontro.

Um dia, estávamos almoçando num café próximo a uma livraria em Scottsdale, no Arizona, e Jerry estava folheando um livro novo que havia acabado de comprar, quando um estranho sentado próximo a nós nos perguntou: “Você já leu alguns dos livros de Seth?”

Quase não acreditamos no que estávamos ouvindo, pois não havíamos dito a ninguém que estávamos lendo aqueles livros. Então, o homem falou “vocês sabem que Jane Roberts morreu?”

Lembro-me que meus olhos se encheram de lágrimas ao impacto dessas palavras.

Foi como se alguém tivesse dito que minha irmã estivesse morta e eu não estivesse sabendo disso. Foi um choque. Sentimo-nos

desapontados, como se percebêssemos que agora não haveria meio possível de encontrarmos Jane ou Rob...ou Seth.

Sheila “canaliza” Theo

Alguns dias depois de saber da morte de Jane, nossos amigos e associados profissionais, Nancy e seu marido, e Wes, tivemos um jantar.

“Temos um tape que gostaríamos que ouvissem”, Nancy disse, colocando o K-7 em minhas mãos. O comportamento de nossos amigos parecia embaraçoso para mim; havia algo esquisito neles. Na verdade, tive a mesma sensação que havia sentido quando Jerry estava descobrindo os livros de Seth. Era como se eles tivessem um segredo que quisessem compartilhar, mas estivessem preocupados sobre como reagiríamos a essa partilha.

O que é isso? – perguntamos.

É uma canalização – Nancy sussurrou.

Não creio que Jerry ou eu alguma vez tenhamos escutado a palavra “canalização” naquele contexto.

Canalização? O que você quer dizer? – perguntei.

Conforme Nancy e Wes explicavam brevemente e de forma desconexa, eu e Jerry percebemos que eles estavam descrevendo o mesmo processo pelo qual os livros de Seth foram escritos.

“Seu nome é Sheila”, eles continuaram, “e ela fala por uma entidade de nome Theo. Ela está vindo para Phoenix e você pode marcar uma entrevista para falar com ela se você quiser”.

Decidimos marcar uma entrevista e ainda posso me lembrar de quão eufóricos estávamos. Estávamos numa bela casa em Phoenix (desenhada pelo arquiteto Frank Lloyd Wright). Era um dia claro e, para meu alívio, nada remotamente assombroso aconteceu. Tudo era confortável e agradável. Quando nos sentamos e tivemos a “visita” de Theo (bom, eu deveria dizer quando Jerry teve a visita de Theo – acho que não disse uma palavra durante aquele encontro), eu estava absolutamente surpresa!

Jerry tinha uma caderneta cheia de perguntas, algumas que ele havia dito que tinha guardado desde que tinha seis anos de idade. Ele estava tão excitado, fazendo perguntas após perguntas, às vezes interrompia no meio de uma resposta que o fazia ter mais uma pergunta antes de o

tempo se esgotar. A meia hora passou tão rápido e nos sentíamos tão maravilhosos!

“Podemos voltar amanhã?”, eu perguntei, pois agora eu estava desenvolvendo uma lista de perguntas que, agora eu, queria fazer a Theo.

Devo meditar?

Quando voltamos no dia seguinte, perguntei a Theo (através de Sheila) o que podíamos fazer para nos movermos mais rápido em direção a nossos objetivos. Theo disse: “Afirmações”. E me deu uma maravilhosa: “Eu, Esther Hicks, vejo e atraio para mim, através do Amor Divino, os Seres que procuram iluminação através do meu processo. A partilha nos elevará a ambos, agora”.

Jerry e eu conhecíamos afirmações; já as usávamos. Então, perguntei “O que mais?”. Theo respondeu: “Medite”. Bom, pessoalmente eu não conhecia ninguém que meditasse, mas a idéia disso me parecia estranha. Não era algo que eu poderia me ver fazendo. Jerry disse que ele associava a meditação com pessoas analisando quão ruins suas vidas poderiam se tornar ou já eram – quantas dores ou pobreza elas poderiam admitir. Em minha mente, meditação pertencia à mesma categoria esquisita dos que andam sobre brasas quentes ou deitam em camas de pregos, ou se equilibram sobre um único pé durante todo o dia, com as mãos estendidas à espera de um donativo.

Mas, perguntei a Theo: “Bom, o que você quer dizer com ‘meditação?’”.

Theo respondeu: “Por 15 minutos diários, sente-se em um cômodo silencioso, use roupas confortáveis e foque em sua respiração. E quando sua mente vagar, e irá, simplesmente libere o pensamento e foque de volta em sua respiração”. Eu pensei: “Bom, isso não parece tão esquisito”.

Perguntei se eu poderia trazer nossa filha de 14 anos de idade, Tracy, para se encontrar com Theo e a resposta foi: “Se ela estiver pedindo, mas não é necessário, pois vocês também são canalizadores”. Lembrome quão implausível aquilo parecia, como algo tão estranho em ser um canalizador – ou tão significativo – poderia não ter sido conhecido por nós até então. E então o tape terminou, indicando que, novamente, nosso tempo havia acabado.

Eu não podia acreditar quão rápido o tempo havia passado. Assim, conforme eu olhava para minha lista de perguntas ainda não respondidas, Stevie, a amiga de Sheila que estava regulando o gravador

e tomando novas durante nossa conversa com Theo, talvez tenha notado minha frustração resignada, pois ela perguntou: “você tem uma última pergunta? Gostaria de saber o nome do seu guia espiritual?”.

Essa era uma questão que não havia me ocorrido, pois eu nunca tinha ouvido sobre esse termo, guia espiritual. Mas gostei do som e disse: “Sim, quem é meu guia espiritual?”.

Theo disse: “Fomos informados de que lhe será informado diretamente. Você terá uma experiência de clariaudiência e você saberá”.

Deixamos aquela linda casa naquele dia nos sentindo melhor do que podemos nos lembrar. Theo nos encorajou a meditar juntos. “Porque vocês são compatíveis, o processo será mais poderoso”. Assim, seguimos a sugestão de Theo, fomos diretamente para casa, colocamos nossos roupões de banho (nossa mais confortável roupa), fechamos as cortinas da sala de estar e nos sentamos com a intenção de meditar (fosse lá o que isso significasse). Lembro-me de ter pensado “vou meditar todo dia por 15 minutos e vou encontrar o nome de meu guia espiritual”. Eu me sentia estranha por estarmos fazendo aquela coisa esquisita juntos, sentávamos em grandes poltronas com um pequeno móvel entre nós, de forma que não podíamos nos ver.

Algo começou a me respirar

As instruções de Theo sobre o processo da meditação tinham sido breves: por 15 minutos diários, sente-se em um cômodo silencioso, use roupas confortáveis e foque em sua respiração. E quando sua mente vagar, e irá, apenas libere o pensamento e foque de volta em sua respiração.

Acertamos o cronômetro para 15 minutos e me sentei de volta em minha grande e confortável poltrona, focando-me em minha respiração. Comecei a contar minhas respirações, dentro e fora. Quase imediatamente comecei a sentir uma espécie de dormência sobre mim. Era uma sensação extremamente prazerosa. Gostei.

O cronômetro soou seu alarme e me assustei. Enquanto recuperava minha consciência de Jerry e do cômodo, exclamei “Vamos fazer de novo!”.

Ajustamos o cronômetro para mais 15 minutos e, novamente, senti aquela sensação maravilhosa de afastamento, ou dormência. Dessa vez eu não sentia a poltrona sob meu corpo. Era como se eu estivesse suspensa ali na sala e nada mais houvesse ali.

Colocamos o cronômetro para mais 15 minutos e, novamente, me abandonei àquela sensação deliciosa – e senti a incrível sensação de estar sendo respirada. Era como se alguma coisa investida de poder e amor estivesse enviando o ar para meus pulmões e, então, inspirando o ar de volta novamente. Percebo agora que aquele foi meu primeiro contato poderoso com os Abrahams, mas naquele tempo tudo o que eu sabia era que algo muito mais amoroso do que qualquer coisa que eu houvesse experienciado antes estava fluindo através de todo o meu corpo. Jerry diz que quando ouviu a diferença de som em minha respiração, olhou ao redor do pequeno móvel e para mim; e pareceu-lhe que eu estava em estado de êxtase.

Quando o cronômetro soou e comecei a recuperar a consciência do ambiente, havia um sentimento de energia se movendo através de mim, algo que eu nunca havia sentido antes. Era a experiência mais extraordinária de minha vida e meus dentes zumbiam (não tremiam) por vários minutos.

Uma seqüência de eventos surpreendentes nos guiou a esse ainda quase inacreditável encontro com os Abrahams: o medo irracional que eu havia carregado por toda a minha vida, sem base em minha própria experiência de vida foi liberado e substituído com o amor e com o encontro pessoal com a Fonte de Energia. Eu nunca havia lido nada que tivesse me dado alguma compreensão real sobre “o quê” ou o “quem” Deus era, mas eu sabia que o que eu tinha experienciado precisava ser aquilo, com certeza.

Nosso caminho na Experiência com os Abrahams - Meus medos foram sanados

Meu nariz soletra o alfabeto

Por causa do poder e da emoção da experiência de nossa primeira tentativa, tomamos a decisão de separar 15 ou 20 minutos todos os dias para meditar. Assim, por aproximadamente nove meses, Jerry e eu sentávamos em nossas poltronas, silenciosamente respirávamos e sentíamos o Bem-Estar. E, então, logo após o Dia de Ação de graças de 1985, durante um período de meditação, experienciei algo novo: minha cabeça começou a se mover muito gentilmente. Aquela era uma sensação muito prazerosa em meu estado de abandono, sentir a sensação daqueles movimentos sutis. Era quase como um sentimento de vôo.

Eu realmente não pensava nada a respeito daquilo, exceto que eu sabia que não estava fazendo aquilo por minha conta e que aquela era uma experiência muitíssimo agradável. Minha cabeça se moveu daquela

maneira por dois ou três dias, sempre que estávamos meditando e, do terceiro dia em diante, percebi que minha cabeça não estava se movendo sem propósito – eu estava na verdade soletrando letras com meu nariz como se ele estivesse escrevendo em uma lousa. Exclamei surpresa: “Jerry, estou soletrando o alfabeto com meu nariz!”.

Consciente de que algo notável estava acontecendo e de que alguém estava se comunicando comigo, ondas intensas de emoção moviam-se através de todo meu corpo. Nunca antes daquele momento eu tinha vivenciado a intensidade de tais sensações maravilhosas ondulando-se em meu corpo. E eles falaram: “Sou Abraham. Sou seu guia espiritual. Amo você. Estou aqui para trabalhar com você”.

Jerry pegou seu caderno de notas e começou a anotar tudo o que eu estava traduzindo conscientemente com meu nariz. Letra por letra, Abraham começou a responder às perguntas de Jerry, às vezes várias de uma vez. Estávamos tão eufóricos por ter feito contato com os Abraham dessa maneira!

Os Abraham começam a escrever o alfabeto

De certa forma, a comunicação era lenta e desconfortável, mas Jerry obtia as repostas às suas perguntas e a experiência era absolutamente excitante para nós dois. Por algo em torno de dois meses, Jerry fez perguntas e os Abraham responderam guiando meu nariz, com movimentos de letras e Jerry ia escrevendo. Então, uma noite, estávamos deitados na cama e minha mão começou a bater suavemente no peito de Jerry. Fiquei surpresa, e disse a ele: “Não sou eu. Deve ser eles.” E senti um forte impulso de escrever.

Fui até minha máquina de escrever e pus minhas mãos sobre o teclado e, da mesma forma que minha cabeça havia se movido involuntariamente para soletrar as letras no ar com meu nariz, minhas mãos começaram a se mover no teclado de minha máquina de escrever. Elas se moviam tão rapidamente e com tal poder que pareceu algo alarmante para Jerry.

Ele permaneceu de pé, pronto a pegar minhas mãos se necessário, pois ele não queria que eu machucasse meus dedos. Ele disse que eles se moviam tão rápido que ele quase não podia vê-los. Mas não havia nada com o qual se alarmar. Meus dedos tocavam cada tecla, muitas, muitas vezes antes de começarem a escrever as letras do alfabeto e, então, começaram a escrever quase uma página com: “queroescreverqueroescrever”; em letras minúsculas e sem espaço ente as palavras. Aí, meus dedos começaram a escrever uma mensagem, devagar e metodicamente, pedindo para que eu fosse até a máquina de

escrever por quinze minutos diariamente. Assim foi a comunicação pelos dois meses seguintes.

A datilógrafa se torna palestrante

Um dia estávamos dirigindo na estrada em nosso pequeno Cadillac Seville, e em ambos os lados havia um caminhão de 18 rodas e um trailer.

Essa parte da estrada não parecia estar bem pavimentada e quando nós três começamos a virar ao mesmo tempo, pareceu que ambos os caminhões estavam entrando em nossa pista. Pareceu-nos que estávamos para ser esmagados por aqueles veículos enormes. No meio da intensidade da emoção, os Abraham começaram a falar. Senti minha mandíbula apertada (não muito diferente da sensação do bocejo) e minha boca começou a, involuntariamente, formar essas palavras: "Pegue a próxima saída". E foi o que fizemos.

Sentamo-nos num acostamento e Jerry conversou com os Abraham por muitas horas naquele dia. Foi excitante!

Embora eu estivesse mais confortável a cada dia conforme o processo de tradução dos Abraham se desenvolvia, pedi a Jerry que mantivéssemos aquilo como um segredo nosso, pois eu temia a forma como outros considerariam o que estava acontecendo comigo. Com o tempo, no entanto, vários amigos mais íntimos começaram a se juntar para dialogar com os Abraham e mais ou menos um ano depois decidimos abrir esses ensinamentos ao público, como ainda estamos fazendo.

A evolução de minha experiência em traduzir a vibração dos Abraham continua todo dia. A cada seminário, eu e Jerry nos sentimos surpresos com a clareza deles (dos Abraham), sabedoria e amor.

Um dia eu ri tanto por ter percebido isso: eu tinha tanto medo da Tábua de Ouija e agora sou uma!

A deliciosa experiência dos Abraham evolui

Nunca somos capazes de encontrar palavras adequadas para expressar o que sentimos por esse trabalho com os Abraham. Jerry sempre pareceu saber o que mais queria e encontrou formas de conhecer antes de encontrar os Abraham. Mas ele diz que os Abraham trouxeram ao entendimento dele a consciência de seu propósito aqui e uma clareza absoluta sobre como cumprir ou como não cumprir esse propósito e, com isso, o conhecimento de temos completo controle.

Não há interrupções ruins, dias de azar, tampouco necessidade de mover amarras movidas por alguém. Também, de que somos livres...somos criadores absolutos de nossa experiência – e amamos isso!

Os Abraham explicaram que meu marido e eu somos uma combinação perfeita para apresentar esses ensinamentos porque o poderoso desejo de Jerry de encontrar respostas para suas perguntas convocou os Abraham à nos, e eu fui capaz de aquietar minha mente e liberar resistência, de forma a permitir que as respostas viessem.

Levei bem pouco tempo para permitir que os Abraham começassem a falar através de mim. De meu ponto de vista, eu só mentalizo a intenção: Abrhaam, quero falar claramente suas palavras. E então eu foco em minha respiração. Em poucos segundos, posso sentir a clareza, o amor e o poder dos Abraham se elevando dentro de mim. E, então, começamos.

Minha conversa com os Abraham

Por Jerry Hicks

Essa aventura com os Abraham, através de Esther, continua a me deixar alegre, pois descobri uma fonte infindável de respostas às minhas, aparentemente infindáveis, perguntas, que minha própria experiência de vida continua gerando.

Nos primeiros vários meses após nosso encontro com os Abraham, Esther e eu reservávamos tempo, todo dia, para falar com eles. Conforme eu começava a trilhar meu caminho através de minha desenvolvida lista de perguntas, com o temo, quando Esther relaxou mais ante a idéia de ser alguém que podia aquietar sua mente e permitir que essa Inteligência Infinita fluísse através dela, começamos a, gradualmente, abrir o círculo de amigos e associados que podia se reunir para discutir os detalhes de suas vidas com os Abraham.

Apresentei minha lista de perguntas incendiárias aos Abraham assim que começamos a ter nossa experiência com eles. Espero que as respostas deles às minhas primeiras perguntas possam também satisfazer você. Claro que desde aquele momento em que os enchi com minhas perguntas, encontramos milhares de pessoas que foram bem mais adiante na profundidade delas e que fizeram suas próprias perguntas, somando-as à lista a qual os Abraham ofereceram seu amor e brilhantismo. Mas é aqui onde começo com os Abraham.

(Não tenho como entender como é que Esther é capaz de permitir que os Abraham falem através dela. De meu ponto de vista, Esther fecha os olhos e toma algumas poucas e profundas respirações. Sua cabeça faz um movimento de concordância, para cima e para baixo, gentilmente, e, então, seus olhos se abrem e os Abraham conversam comigo diretamente, como segue).

Nós (os Abraham) nos descrevemos como professores

Abraham: Bom dia! É bom ter uma oportunidade de lhes visitar. Estendemos nossa apreciação a Esther por permitir essa comunicação e a você por solicitá-la. Temos considerado o imenso valor dessa interação, já que ela proporcionará uma introdução ao que somos para nossos amigos físicos. Mas, mais que uma mera introdução dos Abraham em seu mundo físico, esse livro proverá uma introdução ao papel do Não-Físico em seu mundo físico, pois esses mundos são inextricavelmente entrelaçados que não há como separar um do outro.

Também, ao escrever esse livro, estamos satisfazendo um acordo que estabelecemos muito antes de vocês virem para seus corpos físicos. Nós, Abraham, concordamos que permaneceríamos aqui, focados na amplitude, clara e, conseqüentemente, mais poderosa perspectiva Não-Física, enquanto vocês, Jerry e Esther, concordaram em vir para seus magníficos corpos físicos e para a Linha de Ponta do pensamento e criação. E uma vez que suas experiências de vida estimularam o desejo claro e poderoso, foi nosso acordo encontrarmos-nos com o propósito da poderosa co-criação.

Jerry, estamos ansiosos para responder sua longa lista de perguntas (deliberadamente preparada e lapidada a partir do contraste de suas experiência de vida), pois há muito o que queremos trazer para nossos amigos físicos. Queremos que vocês entendam a magnificência de seu Ser e que entendam quem-vocês-realmente-são e o motivo pelo qual vieram para essa dimensão física.

É sempre uma experiência interessante explicar a nossos amigos físicos aquelas coisas que são de natureza Não-Física porque tudo que oferecemos a vocês precisa ser traduzido através das lentes de seu mundo físico. Em outras palavras, Esther recebe nossos pensamentos, como sinais de rádio, num nível inconsciente de seu Ser e, então, traduz para palavras físicas e conceitos afins. É uma perfeita mistura do físico e do Não-Físico que está ocorrendo aqui. Como estamos aptos a ajudá-los a entender a existência do estado Não-Físico a partir do qual falamos, iremos auxiliá-lo, portanto, a entender mais claramente quem-vocês-são. Pois vocês são, de fato, uma extensão daquilo do qual somos.

Há muitos de nós aqui e estamos juntos por causa da compatibilidade de nossas intenções e desejos atuais. Em seu ambiente físico somos chamados de Abraham e somos conhecidos como professores (mestres), significando aqueles que são amplos em entendimento, que podem guiar outros para a amplitude do entendimento. Sabemos que palavras não ensinam, que apenas a experiência de vida ensina, mas a combinação da experiência de vida acompanhada das palavras que definem e explicam aquilo que a experiência do aprendizado – e é nesse espírito que oferecemos essas palavras.

Há Leis Universais que afetam tudo no Universo – tudo que é Não-Físico e tudo que é físico. Essas Leis são absolutas, eternas e onipresentes (ou, em todo lugar). Quando você é consciente dessas Leis e tem uma compreensão funcional delas, sua experiência de vida é tremendamente gratificante. Na verdade, apenas quando você tem um conhecimento consciente funcional sobre essas Leis, você é capaz de ser o Criador Deliberado de sua própria experiência de vida.

Você tem um Ser Interior

Enquanto você certamente é o Ser físico que vê aqui em seu papel físico, você é muito mais do que isso que vê com seus olhos físicos. Na verdade, você é uma extensão da Fonte de Energia Não-Física. Em outras palavras, aquele amplo, velho, sábio você Não-Físico está agora também focado no Ser físico que você conhece como você. Referimo-nos à sua parte Não-Física como seu Ser Interior.

Seres Físicos normalmente pensam a si mesmos como mortos ou vivos e, nessa linha de pensamento, eles às vezes, tomam ciência de que existem num nível Não-Físico antes de virem para seus corpos físicos e que, após a morte física, retornarão ao nível do Não-Físico. Mas poucas pessoas realmente entendem que sua parte Não-Física permanece atuante, poderosa e predominantemente focado no reino do Não-Físico enquanto uma parte daquela perspectiva flui para essa perspectiva física e, agora, seus corpos físicos.

Um entendimento dessas duas perspectivas e do relacionamento de uma com a outra é essencial para um verdadeiro entendimento de quem-você-realmente-é e sobre como entender o que você pretendia quando veio para esse corpo físico. Alguns chamam essa parte Não-Física de “Ser Superior” ou “alma”. Não importa como você chame isso, mas é importante que saiba que seu Ser Interior existe, pois apenas quando entender conscientemente a relação entre você e seu Ser Interior, você terá um verdadeiro sistema de orientação.

Não queremos alterar suas crenças

Não viemos para alterar suas crenças, mas para reapresentá-lo às Eternas Leis do Universo de forma que você, intencionalmente, seja o Criador que veio aqui para ser, pois não há outro que atraia para sua experiência o que você está obtendo – você é quem está fazendo isso.

Não viemos para guiá-lo a crer em nada, pois não há nada no qual você creia que não queiramos que você creia. E quando vemos esse impressionante plano Terreno físico, vemos uma ótima diversidade no que vocês crêem – e em toda essa diversidade há um equilíbrio perfeito.

Apresentar-lhes-emos as Leis Universais em um formato simples. E também ofereceremos processos práticos através dos quais você possa, deliberadamente, acessar as Leis para obter qualquer coisa que seja importante para você. E embora saibamos que você sentirá prazer com o controle criativo que descobrirá ter sobre sua própria experiência de vida, sabemos que o grande valor em tudo será a liberdade que você descobrirá com o aprendizado aplicado à Arte da permissão.

Já que uma grande parte de vocês já sabe tudo isso, vemos nosso trabalho como um lembrete do que, em algum nível, você já sabe. É nossa expectativa de que você, ao ler essas palavras, se este for o seu desejo, seja guiado passo a passo para um Despertar – para o reconhecimento do Você Total.

Você é valioso para o Todo-Que-É

É nosso desejo que você retorne ao entendimento do imenso valor que você é para o Todo-Que-É, pois você verdadeiramente está na Linha de Ponta do pensamento, somando ao Universo com cada pensamento, palavra e atitude. Vocês não são Seres inferiores aqui, tentando apreender, mas, ao invés disso, Criadores da Linha de Ponta com todos os recursos do Universo à disposição.

Queremos que você saiba seu valor, pois na ausência desse entendimento você não atrair a herança que verdadeiramente lhe pertence. Na ausência de auto-apreciação, você se nega os dons naturais do prazer contínuo. E embora o Universo ainda se beneficie de tudo que você experiencie, é nosso desejo que você comece a colher os frutos de seu labor aqui e agora também.

É de nosso conhecimento absoluto que você encontrará as chaves que o guiarão à experiência de vida que você pretendia ter mesmo antes de emergir nesse corpo. Nós o auxiliaremos a atender o propósito de sua vida e sabemos que isso é importante para você, pois escutamos você perguntar: “Por que estou aqui? O que posso fazer para tornar minha

vida melhor? Como sei o que é o certo?”. E estamos aqui para responder a tudo isso em detalhes.

Estamos prontos para suas questões.

Uma introdução ao estar no Bem-Estar

Jerry: O que eu gostaria, Abraham, é de um livro de introdução, escrito especialmente para aquelas pessoas que querem ter controle consciente sobre as experiências de suas próprias vidas. Eu gostaria que tivesse informação e orientação suficiente nesse livro de forma que cada leitor pudesse começar imediatamente a usar essas idéias e, conseqüentemente, experienciar imediatamente um aumento de seus estados de felicidade, ou seus estados de Bem-Estar...entendendo que elas provavelmente quererão explicação futura em alguns pontos específicos.

Abraham: Todos irão começar exatamente de onde estão e é nossa expectativa que, aqueles que estejam buscando, encontrem as respostas que estão procurando aqui nesse livro. Nenhum de nós pode oferecer tudo que sabemos, ou querer cobrir informações de um ponto a outro. Assim, aqui ofereceremos uma base clara do entendimento das Leis do Universo, sabendo que alguns estarão interessados em ir adiante do que está escrito, e, alguns, não. Nosso trabalho é evoluir continuamente através das questões que são perguntadas como um resultado da estimulação do que for discutido inicialmente (antes). Não há fim para a evolução do que todos somos.

As Leis Universais: Definição

Há três Leis Universais Eternas que queremos ajudá-los a entender mais claramente, assim você pode aplicá-las intencionalmente, efetivamente e satisfatoriamente através de sua expressão física de vida. A Lei da Atração é a primeira das Leis que ofereceremos, pois se você não entender e não for capaz de aplicá-la efetivamente, não poderá utilizar a segunda Lei (a Ciência da Criação Deliberada) e a terceira Lei (a Arte de Permitir).

Primeiro você precisa entender e utilizar efetivamente a primeira Lei, de forma a entender e utilizar a segunda Lei antes de ser capaz de entender e utilizar a terceira.

A primeira Lei, a Lei da Atração, diz: Aquilo a que eu dedico meu pensamento e aquilo em que acredito ou mantenho expectativa – é.

Em resumo, você obtém aquilo em que está pensando, quer você queira aquilo ou não.

Uma deliberada aplicação do pensamento é realmente o que a Ciência da Criação Deliberada é, pois se você não entende essas Leis, e não as aplica deliberadamente, você pode muito bem criar por padrão.

Só quando você entende que os outros não podem ser parte de sua experiência – a menos que você os convide através de seus pensamentos (ou através de sua atenção a eles) – e que as circunstâncias não podem ser parte de sua experiência – a menos que você as convide através de seu pensamento (ou através de sua observação a elas) -, você será o Permissor que você queria ser quando veio para essa expressão de vida.

Um entendimento dessas três poderosas Leis Universais e uma aplicação deliberada delas, o guiará à liberdade prazerosa de ser capaz de criar sua própria experiência exatamente como você quer que ela seja. Uma vez que você entenda que todas as pessoas, circunstâncias e eventos são convidados para sua experiência por você mesmo, através de seu pensamento, você começará a viver sua vida como pretendia quando tomou a decisão de vir para esse corpo físico.

Assim, um entendimento da poderosa Lei da Atração, casada com a intenção de Criar Deliberadamente sua própria experiência de vida, finalmente o guiará para uma liberdade sem paralelo que só pode vir de um completo entendimento e aplicação da Arte da Permissão.

PARTE II - A Lei da Atração

A Lei da Atração Universal: Definição

Jerry: Bom, Abraham, assumo que o primeiro tema que você discutirá conosco em detalhe seja a Lei da Atração. Sei que você disse que essa é a mais poderosa Lei.

Abraham: A Lei da Atração não é apenas a Lei mais importante do Universo, como também você precisa entendê-la antes que qualquer coisa que ofereçamos tenha valor. E você precisa entender isso antes que qualquer coisa que você esteja vivendo, ou que você observe que os outros estão vivendo, faça algum sentido. Qualquer coisa em sua vida e na vida dos que estão ao seu redor é afetada pela Lei da Atração. Ela é a base de qualquer coisa que venha para sua experiência. A consciência sobre a Lei da Atração e um entendimento de como ela funciona é essencial para viver a vida com propósito. Na verdade, é essencial viver a vida de prazer que você veio aqui para viver.

A Lei da Atração diz: o que é igual a si mesmo, acontece. Quando você diz “pássaros voam juntos”, você está na verdade falando sobre a Lei da Atração. Você vê isso evidenciado quando você acorda sentindo-se infeliz e durante o dia as coisas vão ficando piores e piores e no fim do dia você diz “eu não devia ter saído da cama”. Você vê a Lei da Atração evidenciada em sua sociedade quando você vê que o que mais fala sobre doenças, é doente; quando você vê que o que mais fala sobre prosperidade, é próspero. A Lei da Atração é evidente quando você sintoniza seu rádio na AM630 e espera receber a exibição da torre de transmissão da AM630, pois você entende que os sinais de rádio entre a torre de transmissão e seu rádio precisam se compatibilizar.

Quando você começa a entender – ou melhor dizendo, quando você começa a se lembrar – dessa poderosa Lei da Atração, a evidencia dela, que o cerca, será facilmente aparente, pois você começará a reconhecer a exata correlação entre o que você tem pensado e o que exatamente acontece em sua experiência. Nada aparece por acaso em sua experiência. Você atrai o que acontece – tudo. Sem exceções.

Como a Lei da Atração está respondendo aos pensamentos que você mantém a todo tempo, é acurado dizer que você está criando sua própria realidade. Qualquer coisa que você vivencia é atraída para você porque a Lei da Atração está respondendo aos pensamentos que você está emitindo. Sempre que você está lembrando algo do passado, observando algo em seu presente ou imaginando algo sobre seu futuro, o pensamento no qual você está focando esses eventos em seu poderoso

agora ativou uma vibração em você – e a Lei da Atração está respondendo a ela agora.

As pessoas comumente explicam, no meio de coisas indesejadas que estão acontecendo em suas experiências, que estão certas de não terem criado tais coisas. “Eu não teria criado essa coisa indesejada para mim mesmo!”, elas dizem. E embora saibamos que você não traria – deliberadamente – essa coisa indesejada para sua experiência, ainda assim precisamos explicar que só você poderia ter causado isso, pois ninguém mais tem o poder de atrair o que lhe acontece, só você. Focando no indesejado, ou na essência dele, você o criou por padrão. Como você não entende as Leis do Universo, ou as regras do jogo, grosso modo falando, você convidou essas coisas indesejadas para sua experiência através da atenção que deu a elas.

Para entender melhor a Lei da Atração, veja-se como um ímã atraindo para si a essência daquilo no qual está pensando e sentindo. Assim, se você está se sentindo gordo, você não pode atrair magreza. Se você se sente pobre, não pode atrair a prosperidade, e assim por diante. Isso desafiaria a Lei.

Pensar nisso é convidar isso

Quanto mais você entende o poder da Lei da Atração, mais interesse terá em direcionar seus pensamentos deliberadamente – pois você obtém aquilo no qual pensa, queira aquilo ou não.

Sem exceção, aquilo no qual você pensa é aquilo que você convida para dentro de sua experiência. Quando você pensa um pouco sobre algo que quer, através da Lei da Atração, aquele pensamento se intensifica mais e mais, e fica mais e mais poderoso. Quando você pensa sobre algo que não deseja, a Lei da Atração busca aquilo e aquilo cresce mais e mais também. Assim, quanto mais o pensamento se intensifica (cresce), mais poder ele encerra e, então, mais certeza você tem de receber aquilo.

Quando você vê algo que gostaria de vivenciar e diz “sim, eu gostaria de ter aquilo”, através de sua atenção àquilo, você convida aquilo para sua experiência.

Por outro lado, quando você vê algo que não gostaria de vivenciar e solta um “não, não, não quero isso!”, através de sua atenção àquilo, você convida aquilo para dentro de sua experiência.

Nesse Universo de base-atrativa, não há tal coisa como exclusão. Sua atenção àquilo inclui aquilo em sua vibração e se você mantém em sua

atenção ou consciência tempo suficiente, a Lei da Atração trará aquilo para sua experiência, pois não há tal coisa como “Não”.

Para clarear, quando você olha para algo e grita “Não, não quero viver isso, quero distância!”, o que você está, na verdade, fazendo é chamando isso para sua experiência, pois não há essa coisa de “não” num Universo base-ativo. Sua atenção àquilo diz “sim, venha para mim essa coisa que não quero!”.

Felizmente, aqui em seu tempo-espaço-realidade físico, as coisas não se manifestam em sua experiência instantaneamente. Há um maravilhoso espaço de tempo preventivo entre quando você começa a pensar sobre algo e o tempo em que esse algo se manifesta. Esse tempo preventivo lhe dá a oportunidade de redirecionar sua atenção mais e mais em direção às coisas que você realmente quer manifestar em sua experiência. E bem antes da manifestação (na verdade, assim que você dá seu pensamento àquilo), você pode dizer pela maneira como se sente se aquilo é algo que você quer manifestar ou não. Se você continua a dar sua atenção àquilo – seja algo que você queira ou não – aquilo virá para sua experiência.

Essas Leis, mesmo que você não entenda que elas ajam, afetam sua experiência mesmo quando você as ignora. E embora você possa não estar consciente de ter escutado sobre a Lei da Atração, seus efeitos poderosos são evidentes em cada aspecto de sua experiência de vida.

Conforme você considera o que lê aqui e começa a perceber a correlação entre o que você está pensando e falando e o que tem obtido, você começará a entender a poderosa Lei da Atração. E conforme você, deliberadamente, dirige seus pensamentos focando-nos nas coisas que realmente quer para trazê-las para dentro de sua experiência, você começará a receber a experiência de vida que você deseja em todos os tópicos.

Seu mundo físico é um campo vasto e diverso, repleto de uma surpreendente variedade de eventos e circunstâncias, alguns dos quais você aprova (e gostaria de vivenciar) e alguns que você desaprova (e não gostaria de vivenciar). Não era sua intenção, quando você veio para essa experiência física, pedir que o mundo se modificasse para acomodar suas opiniões sobre como as coisas devem ser, eliminando todas as coisas que você não aprova para somá-las às coisas que aprova.

Você está aqui para criar o mundo que você escolheu ao seu redor enquanto permite o mundo – como os outros escolhem que ele seja – exista também. E embora as escolhas dos outros não estorvem as suas

próprias escolhas de nenhuma forma, sua atenção ao que eles estão escolhendo afeta sua vibração e, conseqüentemente, seu próprio ponto de atração.

Meus pensamentos têm poder magnético

A Lei da Atração e seu poder magnético atingem o Universo e atrai outros pensamentos vibracionalmente compatíveis e traz para você: sua atenção aos temas/áreas, sua ativação de pensamentos; e a resposta dos pensamentos da Lei da Atração àquele pensamentos é responsável por cada pessoa, por cada evento e cada circunstância que vem de sua experiência. Todas essas coisas vêm para sua experiência através de um tipo de funil magneticamente poderoso, pois está compatível vibracionalmente com seus próprios pensamentos.

Você obtém a essência daquilo em que está pensando, seja algo que queira ou algo que não queira. Isso pode parecer estranho para você no começo, mas com o tempo é nossa expectativa que você venha a apreciar a razoabilidade, a consistência e absolutismo dessa poderosa Lei da Atração. Uma vez que você entenda essa Lei e comece a prestar atenção ao que você está dedicando sua atenção, você recuperará o controle de sua própria experiência de vida. E com esse controle, você novamente se lembrará de que não há nada que você não queira que não possa liberar de sua experiência (deixar ir embora).

Entender a Lei da Atração e reconhecer a correlação absoluta entre o que você tem pensado e sentido – e o que tem se manifestado em sua experiência de vida – fará com que você fique mais consciente da estimulação de seus próprios pensamentos. Você começará a perceber que seus próprios pensamentos podem ser estimulados com algo que você lê, ou com o que assiste na TV, ou escuta, ou observa da experiência de alguém. E uma vez que você veja o efeito que a Lei da Atração tem sobre esses pensamentos, que começam pequenos, e vão crescendo e ficando mais poderosos com sua atenção a eles, você começará a sentir um desejo de começar a direcionar seus pensamentos para mais coisas que você realmente queira vivenciar. Pois, quando você está ponderando, e não importa a fonte de estímulo daquele pensamento, quando você pondera aquele pensamento, a Lei da Atração começa a trabalhar e começa a lhe oferecer outros pensamentos, conversas e experiências de natureza similar.

Sempre que você está recordando o passado, observando o presente ou imaginando o futuro, você está fazendo aquilo no agora e qualquer coisa, na qual você esteja focando, está causando uma ativação de uma vibração à qual a Lei da Atração está respondendo. No início você pode estar ponderando um tópico particular, mas se você pensá-lo tempo

suficiente, começará a perceber outras pessoas começando a discutir o tópico com você, já que a Lei da Atração encontra outros que estejam emitindo vibração similar e as traz para você. Quanto mais você foca sobre algo, mais poderoso aquilo se torna; e quanto mais forte é seu ponto de atração, mais evidências daquele algo aparece em sua experiência de vida. Esteja você focando em coisas que queira ou em coisas que não queira, a evidência de seus pensamentos continuamente flui através de você.

Meu Ser Interior se comunica através de emoções

Você é muito mais do que vê aqui em seu corpo físico, pois embora você seja realmente um criador físico tremendo, você existe, simultaneamente, em outra dimensão. Há uma parte de você, uma parte Não-Física de você – chamamos de Ser Interior – que existe exatamente agora enquanto você está aqui nesse corpo físico.

Suas emoções são seu indicador físico de seu relacionamento com seu Ser Interior. Em outras palavras, quando você foca um tema/assunto e tem uma perspectiva e opinião própria sobre ele, seu Ser Interior também está focado e tem uma perspectiva e opinião a respeito. As emoções que você sente são seu indicador compatível - ou não compatível - com essas opiniões. Por exemplo, algo pode ter lhe acontecido e sua opinião atual sobre si mesmo é que você deveria ter feito/agido melhor, ou que você não é esperto, ou que você não é merecedor. Já que a opinião atual de seu Ser Interior é que você está fazendo/agindo bem, e que você é esperto e eternamente merecedor, há uma incompatibilidade definitiva nessas opiniões e você sente essa incompatibilidade na forma de emoção negativa. Por outro lado, quando você se sente orgulhoso de si mesmo ou ama a si ou a alguém, sua opinião atual está muito mais próxima com o que seu Ser Interior está sentindo no momento; e, nesse caso, você sente emoções positivas de orgulho, amor ou apreciação.

Seu Ser Interior, ou Fonte de Energia, sempre lhe oferece uma perspectiva vantajosa e quando sua perspectiva se compatibiliza àquela, a atração positiva está ocorrendo. Em outras palavras, quanto melhor você se sente, melhor é o seu ponto de atração e melhor as coisas se tornam para você. A vibração comparativa de sua perspectiva e a de seu Ser Interior é responsável por essa magnífica Orientação que está sempre disponível para você.

Uma vez que a Lei da Atração está sempre respondendo e atuando em qualquer vibração que você emita, é extremamente útil entender que suas emoções estão deixando você saber quando está no processo de criar algo que quer ou algo que não quer.

Freqüentemente, quando nossos amigos físicos aprendem sobre a poderosa Lei da Atração e começam a entender que estão atraindo coisas para si mesmos em virtude do que estão pensando, tentam monitorar cada pensamento, sentindo-se em guarda em relação a seus pensamentos. Mas o monitoramento de pensamentos é uma tarefa árdua, pois há muita coisa sobre as quais você pode pensar e a Lei da Atração está continuamente trazendo mais.

Melhor do que tentar monitorar seus pensamentos, encorajamos você a simplesmente prestar atenção a como está se sentindo. Pois, se você deve escolher um pensamento que não está em harmonia com a maneira como o amplo, antigo, sábio e amoroso Ser Interior (que é uma parte de você) vê, você sentirá a discordância e poderá facilmente redirecionar seu pensamento para algo que o faça sentir-se melhor e que, conseqüentemente, lhe sirva melhor.

Você sabia, quando tomou a decisão de vir para esse corpo físico, que você teria acesso a esse maravilhoso Sistema de Orientação Emocional, pois você sabia que através de suas maravilhosas e sempre presentes emoções, você seria capaz de saber se estaria se distanciando de sua vasta sabedoria ou fluindo com ela.

Quando você está dedicando seu pensamento para a direção de algo que você quer, você está se sentindo. Pois, se você deve escolher um pensamento que não está em harmonia com a maneira como o amplo, antigo, sábio e amoroso Ser Interior (que é uma parte de você) vê, você sentirá a discordância e poderá facilmente redirecionar seu pensamento para algo que o faça sentir-se melhor e que, conseqüentemente, lhe sirva melhor.

Você sabia, quando tomou a decisão de vir para esse corpo físico, que teria acesso a esse maravilhoso Sistema de Orientação Emocional, pois sabia que através de suas maravilhosas e sempre presentes emoções, você seria capaz de saber se estaria se distanciando de sua vasta sabedoria ou fluindo com ela.

Quando você está dedicando seu pensamento em direção a algo que quer, você sente emoção positiva. Quando está dedicando o pensamento a algo que não quer, sente emoção negativa. Assim, simplesmente prestando atenção à como está se sentindo, saberá a todo o tempo a direção a partir da qual seu poderoso Ser magnético está atraindo o tópico/assunto de qualquer coisa para a qual você está dedicando seu pensamento.

Meu Onipresente Sistema de Orientação Emocional

Seu maravilhoso sistema de Orientação Emocional é de grande vantagem para você, pois a Lei da Atração está sempre trabalhando, saiba você ou não. Assim, esteja você dedicando seu pensamento a algo que não queira, mantendo-se focado naquele pensamento, pela Lei você está atraindo mais e mais, mais e mais, até que atrairá eventos ou circunstâncias compatíveis para sua experiência.

Se você estiver consciente de seu Sistema de Orientação Emocional e perceptivo à maneira como se sente, perceberá logo no início, nos estágios sutis, que você está focado em algo que não quer e pode, facilmente, mudar o pensamento para começar a atrair algo que queira. Se você não for perceptivo à maneira como se sente, não perceberá conscientemente que está pensando na direção do que não quer e poderá muito bem atrair algo muito grande e poderoso que você não queira com o qual seja difícil de lidar mais para frente.

Quando lhe ocorre uma idéia e você se sente entusiasmado com ela, isso significa que seu Ser Interior se compatibiliza vibracionalmente com ela e sua emoção positiva é um indicador de que a vibração de seu pensamento nesse momento se harmoniza com a de seu Ser Interior. Que é, de fato, o que a inspiração é: você está, no momento, em perfeita compatibilidade com a ampla perspectiva de seu Ser Interior e, por causa desse alinhamento, você está agora recebendo uma comunicação clara - ou orientação - de seu Ser Interior.

E se eu quiser mais rapidez?

Por causa da Lei da Atração, pensamentos compatíveis são trazidos juntos e quando isso acontece, eles se tornam mais poderosos. E como eles se tornam mais poderosos – e, portanto, próximos da manifestação – a emoção que você sente também se torna proporcionalmente maior.

Quando você está focado em algo que deseja, então, através da Lei da Atração, mais e mais pensamentos sobre o que você deseja serão reunidos e você sentirá uma emoção positiva ótima. Você pode agilizar a criação de algo simplesmente dando mais atenção àquele algo – a Lei da Atração cuida do resto e lhe traz a essência do objeto (assunto) de seu pensamento.

Definiríamos as palavras “querer” ou “desejar” como segue: focar a atenção, ou dedicar o pensamento a um tema/objeto enquanto, ao mesmo tempo, vivencia emoção positiva. Quando você dá sua atenção a um tema/assunto e sente apenas emoção positiva quando faz isso, o tema/assunto virá bem rápido para sua experiência. Às vezes ouvimos nossos amigos físicos falando as palavras “querer” ou “desejar” enquanto, ao mesmo tempo, sentem dúvida ou medo de que seus

desejos não se realizem. De nosso ponto de vista, não é possível desejar algo puramente enquanto se sente emoção negativa.

O desejo puro é sempre pela emoção positiva. Talvez esse seja o motivo pelo qual a s pessoas não concordem com nosso uso das palavras “querer” ou “desejar”. Elas normalmente argumentam que “querer” implica numa espécie de falta e contradiz o próprio significado; e concordamos. Mas o problema não é com a palavra, ou rótulo, em si, mas com a qualidade da emoção expressada enquanto se usa a palavra.

Nosso desejo é ajudá-lo a entende que você pode ter qualquer coisa que queira a partir de qualquer lugar/situação em que esteja, não importa onde você esteja ou qual seja seu atual estado de Ser. A coisa mais importante a entender é que seu estado mental de Ser, ou sua atitude, do momento é a base a partir da qual você atrai mais. Assim, a poderosa e consistente Lei da Atração está respondendo a qualquer coisa nesse Universo vibracional – promovendo o encontro de pessoas com vibrações compatíveis, trazendo juntas situações com vibrações compatíveis e trazendo juntos pensamentos que se compatibilizam. Assim, qualquer coisa em sua vida – da forma como os pensamentos se movimentam em sua mente, as pessoas com que você se encontra no trânsito – é como tem que ser devido à Lei da Atração.

Como quero ver-me?

Para a maioria de vocês muitas coisas em sua vida estão indo bem e vocês querem que continuem, mas há coisas que vocês gostariam que fossem diferentes. De forma que as coisas mudem, você tem que vê-las como quer que elas sejam, ao invés de continuar a observá-las como são. A maioria dos pensamentos que você provavelmente pensa são sobre as coisas que observa, o que significa o que é dominante em seu foco, em sua atenção, em sua vibração e, conseqüentemente, em seu ponto de atração. Que é composto por aqueles ao seu redor que também observam você.

Assim, como resultado da intensidade da quantidade de atenção que a maioria de vocês dá à situação corrente (a que é), as mudanças acontecem muito devagar ou quase nenhuma. Um fluxo invariável contínuo de pessoas diferentes flui para sua vida, mas a essência ou tema das experiências não muda muito.

De forma a obter uma mudança verdadeiramente positiva em sua experiência, você precisa ignorar como as coisas são – assim o “como” as outras pessoas vêem você – e dar de sua atenção à maneira como você prefere que as coisas sejam. Com a prática, você mudará seu ponto de atração e experienciará uma mudança substancial em sua

experiência de vida. Doença pode se tornar saúde, falta de abundância pode se tornar abundância, relacionamentos ruins podem ser substituídos por bons relacionamentos, confusões podem ser substituídos por clareza, e assim por diante.

Através da direção deliberada de seus pensamentos – melhor do que meramente observar o que está acontecendo ao seu redor – você começará a mudar os padrões vibracionais aos quais a Lei da Atração está respondendo. E com o tempo, com bem menos esforço do que você possa atualmente acreditar, você não mais – pela resposta ao que os outros percebem de você – criará um futuro tão similar a seu passado e presente. Ao invés disso, você será o criador deliberadamente poderoso de sua própria experiência.

Difícilmente você veria um escultor jogando sua grande quantidade de massa de argila em sua mesa de trabalho exclamando “oh, isso não ficou bom!”. Ele sabe que precisa pôr suas mãos em sua argila e trabalhar com ela para moldá-la, só assim a visão de sua mente se compatibiliza com a argila em sua mesa. A variedade de sua experiência de vida lhe dá a argila da qual você moldará sua experiência de vida e meramente observando-a como ela é, sem se responsabilizar por ela e moldá-la deliberadamente para se compatibilizar com seus desejos, não é satisfatório – e isso não é o que você tinha em mente quando tomou a decisão de vir para esse tempo-espaço-realidade. Queremos que você entenda que sua “argila”, não importa como ela pareça exatamente agora, é moldável. Sem exceções.

Bem-vindo, pequeno, ao Planeta Terra

Você pode estar achando que seria mais fácil estar escutando essas palavras se elas tivessem sido ditas no primeiro dia de sua experiência sobre esse planeta Terra. E se disséssemos a você em seu primeiro dia de experiência de vida física, seria assim:

Bem vindo, pequeno, ao planeta Terra. Não há nada que você não possa ser, fazer ou ter. Você é um criador magnífico, você está aqui em virtude de seu desejo poderoso e deliberado de estar aqui. Você aplicou, especificamente, a tremenda Ciência da Criação e por causa de sua habilidade de fazer isso, você está aqui.

Siga diante, dedicando seu pensamento ao que você quer, atraindo experiências de vida que o ajudarão a decidir o que você quer e, uma vez decidido, dedique seu pensamento só àquilo.

A maior parte de seu tempo será gasto coletando dados – dados que irão ajudá-lo a decidir o que você quer; seu trabalho realmente é

decidir o que quer e, então, focar nisso, pois é através do foco no que você quer que você atrai o que quer. Esse é o processo da criação: dedicar o pensamento ao que quer, bastante pensamento, e pensamento com tal clareza que seu Ser Interior sinta a emoção. E quando você está dedicando pensamento com emoção, você se torna o mais poderoso de todos os ímãs. Esse é o processo pelo qual você atrairá o que quer para experiência.

Muitos dos pensamentos que você terá não serão poderosos atratores no início – não até que você permaneça focado neles tempo suficiente de forma a que eles se multipliquem. Pois quando a quantidade deles aumenta, eles têm mais poder. E quando se multiplicam, e em poder, a emoção que você sentirá de seu Ser Interior será maravilhosa.

Quando você tem pensamentos que lhe trazem emoções, você está acessando o poder do Universo. Siga adiante (diríamos) nesse primeiro dia de experiência de vida, sabendo que seu trabalho é decidir o que você quer – e, então, foque-se nisso.

Mas não estamos falando com você em seu primeiro dia de experiência de vida. Você já está aqui há algum tempo. A maioria de vocês tem visto a si mesmos não apenas através de seus próprios olhos (de fato, nem mesmo primariamente através de seus próprios olhos), mas através dos olhos dos outros; portanto, muitos de vocês não estão atualmente no estado de Ser que querem estar.

Minha realidade é realmente real?

Queremos lhe oferecer um processo através do qual você atinja o estado de Ser de sua escolha, assim você poderá acessar o poder do Universo e começar a atrair o objeto de seu desejo, ao invés do objeto que você está sentindo em seu atual estado de Ser. Pois, de nossa perspectiva, há uma grande diferença entre o que existe agora – que você chama de sua “realidade” – e o que sua realidade realmente é.

Mesmo que você esteja num corpo que não seja saudável; ou que não tenha o tamanho, forma ou vitalidade que você escolheu; ou num estilo de vida que não o satisfaz; dirigindo um automóvel que o envergonha; interagindo com outros que não lhe dão prazer...queremos ajudá-lo a entender que, embora isso possa parecer seu estado de Ser, não precisa ser. Seu estado de Ser é a forma como se sente sobre si mesmo em qualquer parte do tempo.

Como posso aumentar meu poder magnético?

Os pensamentos que você tem, que não trazem uma forte emoção, não são ímãs poderosos. Em outras palavras, embora cada pensamento tenha potencial criativo ou potencial atrativo magnético, os pensamentos tidos em combinação com o sentimento de forte emotividade são os mais poderosos. Certamente, a maioria de seus pensamentos não tem grande poder atrativo. Eles estão basicamente mantendo o que você já atraiu.

Você não pode ver o valor de gastar 10 ou 15 minutos diários tendo pensamentos deliberados que evoquem grandes, poderosas, apaixonadas emoções positivas de forma a atrair circunstâncias e eventos para sua experiência de vida para o que você deseja? (Vemos grande valor nisso)

Aqui, ofereceremos um processo pelo qual você pode gastar um pouco de tempo diariamente, intencionalmente atraindo para sua experiência a saúde, vitalidade, prosperidade e interação positiva com outros; todas as coisas que embelezam sua visão do que a perfeita experiência de vida seria para você. E isso será uma mudança, amigos. Pois, quando você tem a intenção e recebe, você não apenas receberá o benefício do que criou, como receberá também uma nova perspectiva a partir da qual suas intenções serão diferentes. Isso é o que é evolução e crescimento.

O Processo do Seminário Criativo dos Abrahams

Eis o processo: você irá para um tipo de “Seminário Criativo” todos os dias – não por um longo período de tempo – 15 minutos é uma boa quantidade de tempo, 20 minutos no máximo. Esse seminário não precisa acontecer no mesmo lugar todo dia, mas é bom que seja num local onde você não seja distraído ou interrompido. Não é um lugar onde você entrará num estado alterado de consciência, não é um estado meditativo. É um estado de dedicação de seu pensamento ao que você quer, com tal clareza que seu Ser Interior responda pela emissão da emoção confirmatória.

Antes de começar esse processo é importante que você esteja feliz, pois se você começar sentindo-se infeliz ou não sentindo nenhuma emoção, seu trabalho não terá grande valor, pois seu poder de atração não estará ali. Quando dizemos “feliz” não estamos falando da euforia do excitação. Queremos dizer estar alavancado, sentindo o coração leve, aquele tipo de sensação onde tudo está bem. Portanto, recomendamos que você faça qualquer coisa que o faça ficar feliz; para cada um de vocês é necessário um processo diferente. Para Esther, escutar música é uma forma rápida de conseguir a alavancagem, o sentimento de contentamento – mas não são todas as músicas que levam a isso e nem

sempre a mesma música todas as vezes. Para alguns de vocês, será interagir com animais ou seres aquáticos – assim que você se colocar naquele bom sentimento, sente-se e aí seu seminário terá início.

Seu trabalho nesse seminário é assimilar informação que você vem coletando de sua experiência de vida real (já que você vem interagindo com outros e se movendo em seu ambiente físico). Seu trabalho é juntar esses dados, de forma a ter um quadro de si mesmo que lhe satisfaça.

Sua experiência de vida fora de seu Seminário será de grande valor, pois você está se movendo durante seu dia, não importa o que esteja fazendo – indo trabalhar, trabalhando o redor de sua casa, interagindo com seu parceiro; ou seus amigos; ou seus filhos; ou seus pais -, se você usar seu tempo com a intenção de coletar dados e procurar por coisas que você gostaria de trazer para seu Seminário, então você descobrirá que todos os dias são divertidos.

Você já foi a alguma loja de conveniência, quando tinha um pouco de dinheiro no bolso, com a intenção de achar algo para comprar? E quando estava olhando as coisas, embora houvesse muitas coisas que você não quisesse, sua intenção era achar algo que você quisesse para trocar pelo dinheiro. Bom, essa é a forma como gostaríamos que você olhasse para sua experiência de vida diária, como se tivesse o bolso cheio de algo que queira trocar pelos dados que está coletando.

Por exemplo, você pode ver alguém que tem uma personalidade alegre. Colete essa informação com a intenção de trazê-la para seu seminário depois. Você pode ver alguém dirigindo um veículo que você goste; colete esse dado. Você pode ver uma ocupação que o satisfaça...qualquer coisa que você veja que o satisfaça, lembre-se disso (você pode até mesmo anotar essa informação). Quando você vir qualquer coisa que gostaria de ter em sua experiência de vida, veja-se coletando aquele dado numa espécie de banco mental. E quando você for para seu seminário pode começar a assimilar os dados e, conforme o faz, preparará um quadro de si mesmo, a partir do qual começará a atrair a essência do que o satisfaz para sua experiência.

Se você é capaz de agarrar o conhecimento de seu verdadeiro trabalho – não importa que outras atividades você esteja desempenhando – ela será procurar ao seu redor por coisas que você queira com a intenção de trazê-las para seu seminário, de forma a criar sua visão de si mesmo, a partir da qual você atrairá – então, você saberá que não há nada que você não possa ser, fazer, ou ter.

Estou agora em meu seminário criativo

Agora você está se sentindo feliz e sentado em algum lugar para seu Seminário. Eis um exemplo do trabalho que você pode fazer em seu Seminário Criativo:

Gosto de estar aqui; reconheço o valor e poder desse tempo. Sinto-me muito bem por estar aqui.

Vejo-me como um tipo de conjunto, que sei que é minha própria criação e certamente um conjunto escolhido por mim. Estou cheio de energia nesse quadro de mim mesmo – descansado; e realmente movo-me por minha experiência de vida sem resistência. Quando vejo-me deslizando na vida, movendo-me para dentro e para fora de meu carro, para dentro e para fora de prédios, para dentro e para fora de salas, para dentro e para fora de conversações, dentro e fora de experiências de vida, vejo-me fluindo fácil, feliz e confortavelmente.

Vejo-me atraindo apenas aqueles que estão em harmonia com minhas intenções atuais. E tenho clareza a cada momento sobre o que quero. Quando entro em meu automóvel e me dirijo a um lugar, vejo-me chegando saudável, jovial, no tempo certo e preparado para qualquer coisa que irei fazer ali. Vejo-me perfeitamente vestido como escolhi. E é bom saber que não importa o que os outros estão escolhendo – ou até mesmo o que estão pensando a respeito de minhas escolhas.

O importante é o que me satisfaz e, como vejo-me, certamente sou.

Reconheço que sou ilimitado em todas as facetas de minha vida, tenho uma conta bancária de saldo ilimitado e conforme me movo através das experiências de vida, é prazeroso saber que não há nada que escolho que seja limitado pelo dinheiro. Tomo todas as minhas decisões baseado no que quero ou não quero – não baseado no que não posso comprar. Pois, sei que sou um ímã que atrai, em qualquer ponto, qualquer prosperidade, saúde e relacionamentos que escolho.

Escolho abundância absoluta e contínua, pois entendo que não há limite à abundância do Universo e, por atrair abundância para mim, não estou limitando os outros. Há bastante para todos. A chave é cada um ver e querer – assim cada um atrairá. Escolhi o ilimitado, não necessariamente para estocar, pois entendo que tenho o poder de atrair quando quiser para qualquer coisa que eu queira.

E quando penso em algo que quero, o dinheiro flui facilmente para mim, assim tenho um suprimento ilimitado de abundância e prosperidade.

Há aspectos abundantes em todas as áreas de minha vida, vejo-me cercado por pessoas que, como eu, querem crescer; e são trazidas por minha espontaneidade em permití-las ser, fazer ou ter qualquer coisa que queiram embora eu não precise trazer para minha experiência coisas que elas possam escolher para si e que eu não goste para mim. Vejo-me interagindo com os outros; e falando, rindo, tendo satisfação com o que é perfeito nelas enquanto elas se satisfazem com o que é perfeito em mim. Todos estamos apreciando uns aos outros e nenhum de nós está criticando ou observando as coisas que não gostamos.

Vejo-me em perfeita saúde. Vejo-me em absoluta prosperidade. Vejo-me revigorado, com vida, apreciando essa experiência de vida física que eu tanto quis quanto decidi ser um Ser físico. É glorioso estar aqui como um Ser físico, tomando decisões com meu cérebro físico e acessando o poder do Universo através do poder da Lei da Atração. E a partir desse maravilhoso estado de Ser atraio agora mais do mesmo estado. Isso é bom. Isso é divertido. Gosto muito disso.

Deixarei esse Seminário e voltarei para minhas atividades – durante o restante desse dia – para procurar por mais coisas que eu goste. É bom saber que se eu ver alguém próspero, mas doente, não preciso trazer todo o conjunto para meu Seminário, apenas a parcela que gosto. Trarei o exemplo da prosperidade e deixarei fora o exemplo da doença. Meu trabalho, por agora, está feito.

Todas as Leis não são Universais?

Jerry: Abraham, você nos falou de três Leis Universais principais. Há algumas leis que não são Universais?

Abraham: Há muitas que você pode chamar de “Leis”. Reservamos nossa definição de Lei para aquelas coisas que são Universais. Em outras palavras, quando você entra nessa dimensão física, você tem a concordância do tempo, a ocorrência da gravidade e a concordância dessa percepção espacial; mas essas concordâncias não são universais, pois há outras dimensões que não partilham essas experiências. Em muitos casos, onde você usa a palavra “Lei”, usaríamos a palavra “concordância”. Não há nenhuma outra Lei Universal que estejamos esperando para divulgar mais tarde.

Como posso utilizar melhor a Lei da Atração?

Jerry: Há muitas formas diferentes para que possamos conscientes ou deliberadamente usar essa Lei da Atração?

Abraham: Começaremos dizendo que você está sempre usando-a, saiba ou não. Você não pode parar de usá-la, pois ela é inerente a tudo que você faz. Mas apreciamos sua pergunta, pois você quer entender como usá-la deliberadamente para obter o que você intencionalmente deseja.

Esteja consciente de que a Lei da Atração existe, e a parte mais importante é a utilização deliberada. Já que a Lei da Atração está sempre respondendo a seus pensamentos, o foco deliberado de seu pensamento é importante.

Escolha temas que sejam de interesse para você e pense neles de forma a se beneficiar. Em outras palavras, procure pelos aspectos positivos dos temas que lhe são importantes. Quando você escolhe um pensamento, a Lei da Atração agirá sobre ele, atraindo mais pensamentos iguais, tornando aquele pensamento mais poderoso.

Mantenha-se focado num tema de sua escolha, seu ponto de atração naquele tópico se tornará muito mais poderoso do que se sua mente se movesse de um tema a outro. Há um tremendo poder no foco.

Quando você escolhe deliberadamente os pensamentos, as coisas que você faz e mesmo as pessoas com quem você passa seu tempo, farão você sentir o benefício da Lei da Atração. Quando você passa tempo com os que apreciam você, você estimula seus próprios pensamentos de apreciação. Quando você passa tempo com aqueles que vêem suas falhas, então sua percepção sobre suas falhas frequentemente se torna seu ponto de atração.

Quando você percebe que qualquer coisa para a qual você está dando sua atenção está se tornando maior (pois a Lei da Atração diz que precisa ser assim), você se torna mais específico em relação àquelas coisas para as quais você inicialmente dá sua atenção. É bem mais fácil mudar a direção de seus pensamentos nos estágios iniciais do pensamento antes que o pensamento ganhe muito momentum. Mas é possível mudar a direção de seu pensamento a qualquer tempo.

Posso reverter instantaneamente meu momentum criativo?

Jerry: Vamos supor que aqueles que já têm algo em andamento, a partir de seus pensamentos anteriores, e agora decidem que querem mudar repentinamente a direção de sua criação. Não há um momentum xis, um momentum fatorial? Eles não teriam que primeiro diminuir o que já está no processo de ser criado? Ou eles podem instantaneamente criar a partir de uma direção diferente?

Abraham: Há um momentum fatorial provocado pela Lei da Atração. A Lei da Atração diz: semelhantes se atraem. Assim, qualquer pensamento que você tenha ativado através de sua atenção se torna maior. Mas queremos que você perceba que o aumento do momentum é uma coisa gradual. Portanto, melhor do que tentar mudar aquele pensamento, considere focar sobre outro pensamento.

Digamos que você tem pensado sobre algo que não quer e que tem feito aquilo por um tempo, então você tem um impulso bastante negativo em andamento. Não seria possível para você repentinamente pensar um pensamento oposto. Na realidade, do lugar onde você está, você nem mesmo acessaria esse tipo de pensamento – mas você poderia escolher um pensamento que o faça sentir-se um pouco melhor do que os pensamentos que você estava tendo, e então outro, e então outro, até que gradualmente você poderia mudar a direção de seus pensamentos.

Outro processo efetivo para mudar a direção de seu pensamento é mudar o tema junto, deliberadamente, procurando pelo aspecto positivo de algo. Se você for capaz de fazer isso e se está disposto a tentar manter-se focado sobre o melhor pensamento-sentimento por um pouco, então, desde que a Lei da Atração agora está respondendo àquele pensamento, o equilíbrio de seus pensamentos se torna agora aperfeiçoado. Agora, quando você volta para revisitar seu pensamento negativo anterior, já que agora está num modo diferente de vibração, aquele pensamento será afetado suavemente por sua vibração melhorada. Pouco a pouco você aperfeiçoará o conteúdo vibracional do tema que você escolheu pensar a respeito e quando isso acontece, tudo em sua vida começa a se alavancar em uma direção mais positiva.

Como uma pessoa pode sobrepor-se ao desapontamento?

Jerry: Para o indivíduo que está tentando proceder com uma interrupção severa, colocando-se na direção positiva de sua prosperidade, ou de sua saúde, se ele já teve um momento fatorial indo para outro lado, quanta fé ou convicção seria necessário para que ele sobrepujasse-se a seu desapontamento e dissesse “Bem, sei que isso vai funcionar para mim”, embora ainda não tenha funcionado”?

Abraham: Você vê, de seu ponto de desapontamento você está atraindo mais desapontamento...Um entendimento do processo da criação é realmente o melhor meio. Esse é o valor do Seminário Criativo, de estar feliz, e então ir de um lugar onde você vê a situação como a que você está querendo ter; ver essa situação até que você acredite nela tão certamente que ela já lhe traga para a emoção – a partir desse estado de Ser, você a atrairá como se ela fosse a que você quer que seja.

O desapontamento é uma comunicação de seu Ser Interior, deixando-o saber que aquilo no qual você está focando não é aquilo que você quer. Se você é sensível à forma como está se sentindo, então o desapontamento por si mesmo o deixará saber que você está pensando sobre algo que não quer experimentar.

O que provoca ondas de eventos indesejados no mundo?

Jerry: No decorrer dos anos tenho visto noticiários de TV, coisas assim, que informam seqüestros de aviões, ou atos terroristas, ou casos de abuso de crianças, ou assassinatos em massa, ou algo negativo similar – então, vejo ondas de quase mundiais desses eventos começando a ocorrer. Isso é trazido pelo mesmo processo?

Abraham: A atenção para qualquer tema o amplifica porque a atenção para o tema ativa a vibração do tema e a Lei da Atração responde à vibração ativada.

Aqueles que podem estar planejando o seqüestro de um avião estão somando poder àquele pensamento, mas os que estão amedrontados pela perspectiva de um seqüestro de avião também estão somando poder ao pensamento – pois você soma poder a essas coisas que não quer, através da atenção a elas. Os que têm uma intenção clara de não trazer nenhum tipo de informação negativa para suas experiências provavelmente não estão olhando programas desse tipo.

Há tantas intenções diferentes e combinações de intenções que, no geral, nos é muito difícil apontar como alguém pode trazê-las à tona...Certamente, esses programas somam à essas situações. Pois, quanto mais as pessoas estão focadas no que não querem, mais somam à criação do que não querem. Seu poder emocional soma grande influencia em todos os eventos de seu mundo. Consciência de massa tem relação com isso.

A atenção a procedimentos médicos pode atrair mais?

Jerry: Atualmente há uma grande quantidade de cirurgias sendo televisionadas. Vocês consideram que isso possa aumentar a quantidade de cirurgias futuras per capita? Em outras palavras, quando indivíduos observam procedimentos médicos televisionados, eles podem, automaticamente, se tornar mais compatíveis vibracionalmente com a essência dos procedimentos médicos?

Abraham: Quando você dá sua atenção a algo, seu potencial para atrair aquilo é aumentado. Quanto mais vívidos os detalhes, mais atenção você dará àquilo, e mais tendência você tem a atrair aquilo para sua

experiência. E qualquer emoção negativa que você sinta quando assiste a tais coisas é seu indicador de que você está atraindo negativamente.

Claro que uma doença não vem imediatamente para você, assim, frequentemente, você não faz correlação entre seus pensamentos, suas emoções negativas subsequentes e o resultado da doença, mas tudo está absolutamente ligado. Sua atenção a qualquer coisa traz aquilo para você.

Felizmente, por causa do espaço de tempo, seus pensamentos não se tornam realidade instantaneamente, assim você tem uma ampla oportunidade de avaliar a direção de seu pensamento (pela forma como se sente) e mudar a direção dele todas as vezes que se pega sentindo emoções negativas.

Quem oferece detalhes de sua doença exerce muita influencia no aumento da doença em sua sociedade. Se você se permite focar na barreira constante das estatísticas desagradáveis relativas ao fluxo sem fim das doenças, isso não pode ajudá-lo, tão somente afetar seu ponto pessoal de atração.

Você pode, ao invés disso, encontrar uma forma de focar sua atenção naquelas coisas que você quer atrair para sua experiência, pois qualquer coisa para a qual você esteja conscientemente olhando, você está atraindo...quanto mais você pensa sobre doenças e se preocupa sobre doenças – mais atrai doenças.

Eu devo procurar a causa de minhas emoções negativas?

Jerry: Suponha que você esteja usando o Processo do Seminário Criativo de se focar nas coisas que você quer, mas depois, se você está fora do Seminário e sente uma emoção negativa, vocês sugerem tentar encontrar que pensamento provocou a emoção negativa? Ou sugeririam apenas pensar numa das coisas em que estivemos pensando no Seminário, relativa ao que queremos?

Abraham: O poder do Processo do Seminário Criativo é que quanto mais atenção você dá a um tema, mais poderoso ele se torna; mais fácil é pensar sobre ele e mais ele começa a aparecer em sua experiência. Quando você está consciente de que está sentindo uma emoção negativa é importante entender que embora possa não estar consciente dela, você está conduzindo um Seminário negativo.

Quando você se pega sentindo uma emoção negativa, sugerismo que tente gentilmente tirar seus pensamentos desse tema e o coloque em algo que você quer experienciar e, pouco a pouco, você mudará seu

habito de pensamento em relação àquelas coisas. Quando você é capaz de identificar algo que não quer, você sempre pode identificar o que é que você quer. E quando você faz isso de novo, e de novo, e de novo, seu padrão de pensamento – em qualquer tema importante para você – se alavancará mais em direção ao que você quer. Em outras palavras, gradualmente você construirá pontes a partir de qualquer convicção atual relacionada às coisas que você não quer para as convicções sobre as coisas que você quer.

Um exemplo de superação de uma convicção não desejada

Jerry: Você poder nos dar um exemplo do que quer dizer por “superar uma convicção”?

Abraham: Seu Sistema de Orientação Emocional funciona melhor quando você está estabelecendo intenções deliberadas e continuadas para o que você deseja. Digamos que você tem a intenção, em seu Seminário, de ter uma saúde perfeita; você se visualizou como um Ser saudável, com vitalidade. E agora você está se vivendo seu dia e, enquanto está almoçando, você está sentado com uma amiga que está discutindo a própria doença. Conforme ela fala sobre sua doença, você se pega sentindo muito desconfortável e inquieto com a conversa...Agora, o que está acontecendo é que seu Sistema de Orientação está indicando que aquilo que você está escutando e pensando – aquilo que sua amiga está falando – não está em harmonia com sua intenção. E você toma uma clara decisão de interromper essa conversa, saindo desse assunto da doença. Assim, você tenta mudar o tema, mas sua amiga está muito entusiasmada e emocionalmente voltada para esse tópico, e ela volta com a conversa para o tema de sua doença. Novamente, soa o alarme de seu Sistema de Orientação.

A razão pela qual você está sentindo a emoção negativa não é apenas porque sua amiga está falando sobre algo que você não quer. Sua emoção negativa é seu indicador de que você mantém convicções que são contrárias a seu próprio desejo. A conversa de sua amiga simplesmente ativou suas crenças internas que desafiam seu desejo de saúde. Distanciar-se de sua amiga e dessa conversa não mudará essas crenças. É necessário que você comece, exatamente onde está, no meio dessa crença, a mover gradualmente, construir uma ponte, grosso modo falando, para uma crença que esteja em maior harmonia com seu desejo de bem-estar.

Será de bom auxílio, quando você sentir emoção negativa, parar e tomar conhecimento do que você estava pensando quando a emoção negativa veio à tona. Quando você sente a emoção negativa, ela está sempre dizendo a você que qualquer coisa na qual você está pensando é

importante e que você está pensando o oposto do que você realmente deseja. Assim, questões como “No que eu estava pensando quando essa emoção negativa veio à tona?” e “O que é isso que eu não quero em relação a isso?” o ajudarão a perceber que você está, neste momento, focado na direção oposta ao que você realmente quer atrair para sua experiência.

Por exemplo: “No que eu estava pensando quando essa emoção negativa apareceu? Eu estava pensando sobre ficar gripado nessa época e estava me lembrando sobre com fiquei doente no passado com a gripe. Não apenas faltei ao trabalho e outras coisas que eu queria fazer, mas me senti um miserável por muitos dias. O que quero? Quero permanecer saudável nesse ano”.

Mas simplesmente dizer “Quero permanecer saudável nesse ano” normalmente não é o suficiente sob essas condições porque sua memória de ter uma gripe e, conseqüentemente, sua crença sobre a probabilidade de pegar uma gripe são muito mais fortes do que seu desejo de ficar bem.

Tentariamos cercar essa crença dessa forma:

Esse é, usualmente, a época do ano em que fico gripado.

Não quero ficar gripado esse ano.

Espero que eu não fique gripado esse ano.

Parece que todo mundo fica gripado.

Isso pode ser um exagero. Nem todo mundo fica gripado.

Na verdade, há muitas épocas de gripe em que eu não pego gripe.

Eu não fico gripado sempre.

É possível que essa época de gripe chegue e se vá sem nem me tocar.

Gosto da idéia de estar saudável.

Essas experiências do passado vinham antes que eu percebesse que posso controlar minha experiência.

Agora eu entendo o poder de meus próprios pensamentos, as coisas mudaram.

Agora que eu entendo o poder da Lei da Atração, as coisas mudaram.

Não é necessário que eu fique gripado esse ano.

Não é necessário que eu tenha a experiência de nada que eu não queira.

É possível, para mim, direcionar meus pensamentos em direção às coisas que eu quero experimentar.

Gosto da idéia de guiar minha vida para as coisas que eu quero experimentar.

Agora, você cercou a crença. Se o pensamento negativo retornar – e pode continuar vindo por um pouco mais – simplesmente guie seus pensamentos mais deliberadamente e, finalmente, ele não retornará mais.

Meus pensamentos, em meus sonhos, estão criando?

Jerry: Gostaria de entender o mundo do sonho. Estamos criando em nossos sonhos? Estamos atraindo coisas através dos pensamentos que estamos tendo ou experienciando em nossos sonhos?

Abraham: Não. Enquanto você dorme, você recolhe sua consciência desse tempo-espaço realidade física e, temporariamente, não está atraindo quando está dormindo.

Aquilo que você está pensando (e, conseqüentemente, sentindo) e o que está atraindo são sempre compatíveis. Mais, o que você está pensando e sentindo no estado de sonho e o que está manifestando em sua experiência de vida é sempre compatível. Seus sonhos lhe dão um vislumbre do que você tem criado ou do que você está em processo de criar – mas você não está no processo de criação enquanto está dormindo.

Normalmente você não está consciente do padrão de seus pensamentos, até que eles realmente se manifestem em sua experiência, porque você tem desenvolvido o hábito do pensamento gradualmente, no decorrer de um longo período de tempo. E embora seja possível, mesmo após algo indesejado ser manifestado, focar e mudar para algo que você deseje, é mais difícil fazer isso após a manifestação. Um entendimento sobre o que seu estado de sonho realmente é o ajudará a reconhecer a direção dos pensamentos antes que eles realmente se materializem em sua experiência. É muito mais fácil corrigir a direção de seus pensamentos quando seus sonhos são o indicador do que quando uma manifestação da vida real o é.

Devo assumir o bom e o mau deles?

Jerry: Qual é o nível de nosso envolvimento em algo (desejado ou indesejado) que alguém, com quem nos relacionamos, atrai? Em outras palavras, quanto, por si mesmo, alguém com quem nos relacionamos, atrai para nossa vida – as coisas que queremos ou as coisas que não queremos?

Abraham: Nada pode vir para sua vida sem sua atenção àquilo. A maioria das pessoas, no entanto, não é muito seletiva sobre os aspectos dos outros aos quais dá atenção. Em outras palavras, se você percebe qualquer coisa sobre alguém, então você está convidando todos esses aspectos dessa pessoa para sua experiência. Se você dá sua atenção apenas às coisas que você gosta nas pessoas, você convidará para a sua experiência apenas essas coisas.

Se alguém está em sua vida, você atraiu esse alguém. E embora às vezes seja difícil acreditar, você também atrai qualquer coisa sobre sua experiência com esse alguém – pois nada pode vir para sua experiência sem que você tenha atraído.

Devo não resistir ao mal?

Jerry: Não devemos realmente precisar repelir nada negativo? Temos que atrair apenas o que queremos?

Abraham: Não é possível recusar as coisas que você não quer, porque ao recusá-las você está na verdade ativando a vibração delas e, conseqüentemente, atraindo-as. Tudo nesse Universo é baseado na atração. Em outras palavras, não há tal coisa como exclusão. Quando você exclama “Não!” às coisas que não quer, na verdade, está convidando essas coisas indesejadas para sua experiência. Quando você exclama “Sim!” às coisas que você quer, está, na verdade, convidando essas coisas desejadas para sua experiência.

Jerry: É, provavelmente, de onde vem o ditado “Não resista ao mal”.

Abraham: Se você está resistindo a alguma coisa, você está focado naquilo, lutando contra aquilo, e ativando a vibração daquilo – e, conseqüentemente, atraindo aquilo. Assim, não seria uma boa idéia fazer isso com qualquer coisa que você não quer. “Não resista ao mal” seria dito por alguém sábio o bastante para entender que o que os humanos chamam de “mal” não existe.

Jerry: Abraham, qual seria sua definição para a palavra “mal”?

Abraham: Não há razão para a palavra “mal” estar em nosso vocabulário porque não há nada sobre o qual tenhamos consciência para rotularmos com essa palavra. Quando os humanos usam a palavra, eles normalmente querem dizer “aquilo que é oposto ao bem”. Temos percebido que quando os humanos usam a palavra “mal”, eles querem dizer algo que é oposto à idéia deles do que é bom, ou do que é Deus. O “mal” é aquilo que alguém acredita que não está em harmonia com o que ele quer.

Jerry: E a palavra “bem”?

Abraham: “Bem” é aquilo que alguém acredita ser o que ele quer. Você vê, “bem” e “mal” são apenas maneiras de definir o desejado e o indesejado. E “desejado” e “indesejado” se aplicam apenas aos afazeres individuais desejados. Isso se torna um artil quando os humanos se

envolvem no que os outros desejam e até mais ardiloso quando eles tentam controlar os desejos dos outros.

Como descobrir o que realmente quero?

Jerry: Uma das preocupações mais comuns que tenho escutado ao longo dos anos é das pessoas dizendo “Bem, eu simplesmente não sei o que quero”. Como sabemos o que queremos?

Abraham: Você veio para essa experiência de vida física com a intenção de experimentar a variedade e o contraste com o propósito de determinar suas próprias preferências e desejos.

Jerry: Você poderia nos dar uma idéia do processo que poderíamos usar para descobrir o que queremos?

Abraham: Sua experiência de vida está continuamente ajudando-o a identificar o que você quer. Mesmo que você esteja bastante ciente de algo que não quer, naquele momento você está se tornando mais ciente sobre aquilo que quer. E é de ajuda declarar “Eu quero saber o que quero”, porque em sua consciência da intenção, o processo da atração é intensificado.

Jerry: Então a pessoa que está me dizendo “Eu quero saber o que eu quero” está, naquele momento, começando a saber o que quer?

Abraham: Através da experiência de vida, você não pode ajudá-las, mas pode identificar a partir de sua perspectiva, suas opiniões pessoais e preferências: “Eu prefiro isso a isso, eu gosto disso mais do que daquilo, eu quero vivencia isso, eu não quero vivenciar aquilo”. Você não pode ajudar, mas pode chegar a suas próprias conclusões conforme peneira através dos detalhes de sua própria experiência de vida.

Não acreditamos que as pessoas estão tendo mais tempos difíceis decidindo o que querem do que não acreditando que podem receber o que querem...porque elas não entenderam a poderosa Lei da Atração e porque não estão conscientes de sua própria emissão vibracional, elas não estão vivenciando nenhum controle consciente sobre as coisas que vêm para suas próprias experiências. Muitas têm experienciado o desconforto de realmente querer algo e trabalhar duro para tentar conseguir, apenas para continuar mantendo aquele algo longe porque estão emitindo mais pensamentos da falta daquele algo de forma predominante do que pensamentos de recepção daquele algo. Com o tempo, elas começam a associar o recebimento das coisas que desejam com o trabalho árduo, com a luta e o desapontamento.

Quando elas dizem “não sei o que quero”, o que querem realmente dizer é “não sei como conseguir o que quero”, ou “não estou sendo capaz de fazer o que penso que preciso para tentar conseguir o que quero”, ou “eu realmente não quero trabalhar tão duro novamente apenas para ter o desconforto de ainda não ter conseguido o que quero!”.

Declarar “quero saber o que quero!” é o primeiro, e poderoso, passo na *Criação Deliberada*. Mas, então, um direcionamento de sua atenção para as coisas que você quer, a fim de atraí-las para sua experiência precisa vir em seguida.

A maioria das pessoas não direciona seus pensamentos deliberadamente para as coisas que realmente quer; ao invés disso, ficam simplesmente observando qualquer coisas que está ao redor delas. Assim, quando vê algo que a agrada, sente a emoção positiva, mas quando vê algo que não a agrada, sente a emoção negativa. Poucas percebem que podem controlar a forma como se sentem e afetar positivamente as coisas que vêm para suas experiências através do direcionamento deliberado de seus pensamentos. Mas como não estão acostumados a fazer isso, isso implica em prática. Por isso encorajamos o Processo do Seminário Criativo. Pelo direcionamento deliberado de seus pensamentos e pela criação de cenários mentais agradáveis em sua própria mente, você induz boas emoções-sentimentos dentro de você e começa a mudar seu próprio ponto de atração.

O Universo, que responde os pensamentos que você pensa, não distingue entre um pensamento trazido por sua observação de alguma realidade que você testemunhou e um pensamento trazido por sua imaginação. Em ambos os casos, o pensamento iguala seu ponto de atração – e se você focar sobre isso tempo o bastante, ele se tornará sua realidade.

Eu queria azul e amarelo, mas recebi o verde

Quando você estiver certo a respeito de qualquer coisa que queira, você receberá todos os resultados que quer. Mas normalmente você não está completamente certo. Você diz, por exemplo: “eu quero a cor amarelo, e quero a cor azul”. Mas acaba é com o verde. E então diz “Como eu consegui o verde? Eu não queria isso”. Mas isso veio como uma mistura das outras intenções. Claro, misturar a cor amarela com o azul, cria a cor verde.

Assim, de uma maneira similar (num nível inconsciente), há uma mistura de intenções que está ocorrendo continuamente em você, mas isso é tão complexo que seu mecanismo de pensamento consciente não

consegue abranger tudo. Mas seu Ser Interior pode abranger tudo isso – e pode lhe oferecer um guia emocional. Tudo o que é requerido é que você preste atenção à maneira como se sente e se permita ser levado para o que faz sentir bem enquanto permite mover-se para longe das coisas que não o fazem sentir-se bem.

Quando você praticar um pouco a clareza de suas intenções, você se pegará, já nos estágios iniciais, interagindo com outros sabendo se o que estão emitindo é de valor ou não. Você saberá se quer convidá-los para sua experiência ou não.

Como a vítima atrai o ladrão?

Jerry: Posso entender ladrões sendo atraídos para os que eles roubaram, mas é difícil ver vítimas inocentes (como elas são chamadas) atraindo ladrões, ou pessoas sendo discriminadas pela atração do preconceito.

Abraham: Mas são, exatamente igual. O assaltado e o assaltante são co-criadores do evento.

Jerry: Um deles está pensando sobre o que não quer e conseguindo isso, e o outro está pensando sobre o que quer e obtendo (a essência vibracional daquilo). Em outras palavras, eles estão, como você diz, numa compatibilidade vibracional?

Abraham: Não faz diferença se você quer aquilo especificamente ou não; é a essência vibracional dos temas de sua atração que é atraída. Aquilo que você realmente, realmente, realmente quer, você obtém – e aquilo que você realmente, realmente, realmente não quer, você obtém.

O único jeito de evitar desenvolver um pensamento emocional poderoso sobre algo é não pensando sobre o primeiro não tão poderoso pensamento, que é somado pela Lei da Atração.

Digamos que você leu em um papel que alguém foi roubado. A menos que você leia algo detalhado que lhe traga grande emoção, ler o papel ou escutar sobre o roubo não irá necessário colocá-lo no modo da atração. Mas se você ler algo, ou vir algo na televisão, ou discutir aquilo com alguém, até que você comece a sentir uma resposta emocional sobre aquilo, você começará a atrair a experiência similar para perto de você.

Quando você escuta as estatísticas do percentual de sua população que será roubada esse ano, você precisa entender que os números são tão altos e estão ficando mais altos porque muitas pessoas estão

estimuladas pelo pensamento. Aqueles alarmes não protegem você dos ladrões, mas, ao invés, fazem deles uma possibilidade. Eles fazem um trabalho tão bom em alertar você sobre a prevalência dos ladrões, trazendo aquela consciência para sua atenção de novo e de novo que você não apenas pensa naquilo com emoção, mas você começa a ter a expectativa daquilo. Não admira que você tenha muitas das coisas que não deseja – você dá tanta atenção às coisas que não deseja...

Recomendaríamos que se você escutar sobre um assalto, que você diga “Essa é a experiência deles. Eu não escolho isso”. E então libere o pensamento daquilo que você não quer e pense no que você quer, porque *you get what you think about*, queira ou não.

Você veio para esse ambiente com tantos outros porque você queria a experiência maravilhosa da co-criação. Você pode atrair aquelas pessoas de sua população com quem você gostaria de criar positivamente e você pode atrair, das pessoas em sua vida, as experiências que você gostaria de criar. Não é necessário, ou possível, evitar ou esconder-se de pessoas ou experiências indesejadas – mas é possível atrair apenas as pessoas e experiências que lhe agradam.

Decidi melhorar minha vida

Jerry: Lembro-me que, quando criança, tinha uma saúde extremamente frágil e meu corpo era muito fraco; e, então adolescente, decidi e comecei a fortalecer meu corpo e aprendi como me defender. Pratiquei artes marciais e fiquei muito bom na auto-defesa.

Do tempo em que eu era um adolescente até os 33 anos de idade, raramente se passava uma semana sem que eu usasse o que costumávamos chamar de “luta de punhos”, em que eu não batesse na cabeça de alguém. Então, meu trigésimo terceiro ano, após ler (na Antologia do Talmude) sobre a contraproducente vingança, tomei algumas decisões importantes e uma delas era que pararia de me vingar – e, desde então, não tenho tido que bater em ninguém. Em outras palavras, todas aquelas pessoas que eu acreditava estarem selecionando outras para começar a lutar comigo – do dia em que eu parei de praticar a luta (física e mentalmente) – aqueles lutadores provocadores pararam de vir para minha experiência.

Abraham: Assim, em seu trigésimo ano você mudou a direção de sua atração. Você vê, através do processo de viver sua vida e deixar de fora aqueles lutares, semana sim, semana não, você chegou a muitas conclusões sobre o que você queria e o que não queria. E embora você não tenha estado consciente, com cada luta que você vivenciou você se tornou claro sobre não querer aquela experiência.

Você não gostava de ser ferido, você não gostava de ferir os outros; e embora você sempre tenha se sentindo inteiramente justificado em sua razão para lutar, as preferências claras estavam nascendo em você. A atração do livro que você mencionou veio à tona por causa daquelas intenções. E quando você leu o livro, ele respondeu às questões que haviam sido formuladas em seu interior em vários níveis de seu Ser. E conforme aquelas respostas vieram, uma nova intenção foi elucidando-se e um novo ponto de atração nasceu em você.

O que há por trás de nossas religiões e preconceitos raciais?

Jerry: Porque há preconceitos?

Abraham: Constantemente é sentido que há os que não gostam de certas características em outros Seres; assim, nesse não gostar dessas características, eles são responsáveis pelo preconceito. Queremos sinalizar que não é apenas o que faz isso que causa o preconceito. Muito constantemente o que se sente discriminado é o criador mais poderoso nessa experiência. O Ser que sente que os outros não gostam dele, independente da razão – seja religiosa, racial, de gênero sexual ou status social...não importa a razão pela qual ele se sinta discriminado – é sua atenção ao tema da discriminação que atrai o problema.

Semelhantes se atraem ou opostos se atraem?

Jerry: Abraham, há uma afirmação que não parece coerente com o que escutamos de você. E essa afirmação é “os opostos se atraem”. Isso parece diferente do que você ensina, tanto quanto “os semelhantes se atraem”. Por exemplo, parece que os opostos se atraem, como um homem extrovertido que se casa com uma mulher tímida, ou uma mulher extrovertida que será atraída por um homem tímido.

Abraham: Tudo e todos que você conhece estão emitindo sinais vibracionais e esses sinais precisam se compatibilizar antes que a atração aconteça. Mesmo em uma situação onde as pessoas pareçam ser diferentes, precisa haver uma similaridade vibracional como base dominante para que eles estejam juntos. É a Lei. Em todas as pessoas há vibrações do que elas desejam e vibrações da falta do que desejam e tudo o que vem para suas experiências sempre se compatibiliza com as vibrações dominantes. Sem exceções.

Deixe-nos introduzir a palavra “harmonia”. Quando dois são exatamente o mesmo, então suas intenções não podem ser realizadas. Em outras palavras, um que quer vender não atrai outro vendedor. Mas a atração de um comprador traz a harmonia.

O homem tímido atrai uma mulher extrovertida porque sua intenção é ser mais extrovertido, então ele está, na verdade, atraindo o tema de sua intenção.

A caçarola magnetizada, cuja essência é ferro, atrairá para si outro objeto cuja essência for ferro (ou seja, um parafuso ou um prego, ou outra caçarola de ferro), mas não atrairá uma caçarola feita de cobre ou alumínio.

Quando você sintoniza o receptor de seu rádio para a frequência da FM98.7, você não pega o sinal da AM630 sendo transmitido de uma torre de rádio. Essas frequências precisam se compatibilizar.

Não há nenhuma evidência vibracional em nenhum lugar do Universo que valide a idéia de que os opostos se atraem. Não se atraem.

E quando o que era bom agora não é mais?

Jerry: Como é que algumas pessoas parecem atrair eventualmente algo que elas realmente queriam, mas quando acontece, elas acham que aquilo se transformou numa situação muito negativa? Isso traz dor para elas.

Abraham: Normalmente, em um estado muito distante do que é desejado, as pessoas decidem o que querem. Mas ao invés de focar sobre o desejo e praticar a vibração dele até que consigam o alinhamento vibracional com seu verdadeiro desejo – e permitindo que a Lei da Atração vá até o Universo e tragam-nas para os resultados perfeitamente compatíveis – elas se tornam impacientes e tentam fazer com que aconteça o que querem pulando para a ação. Mas quando elas começam a agir antes de terem aperfeiçoado o conteúdo de suas vibrações, o que elas conseguem é algo que se compatibiliza com a vibração corrente/atual, ao invés de algo que se compatibilize com o que desejam.

Até que você pratique sua vibração, sempre haverá um grande espaço entre a vibração do que você realmente quer e a vibração do que você está emitindo. Entretanto, sem exceção, o que vem a você se compatibiliza com a vibração que você está emitindo.

Por exemplo, digamos que uma mulher saiu recentemente de uma relação ruim onde seu parceiro a maltratava verbal e fisicamente. Ela não queria, tampouco gostava disso. Na verdade, ela odiava a vida que tinha com aquela pessoa. Assim, de seu estado de realmente saber o que ela não queria, ela faz uma declaração clara do que quer. Ela quer um parceiro que a ame e que a trate com gentileza e respeito. Mas ela

se sente muito insegura sem um parceiro e quer um novo parceiro imediatamente. Então, vai a algum lugar onde está acostumada a ir e encontra novas pessoas que parecem agradáveis o bastante. Mas o que ela pode não perceber é que a Lei da Atração ainda está compatibilizando-a com o que está dominante nela. E exatamente agora, o que ainda é dominante nela é sua vibração do que ela não quer porque as partes não desejadas de sua última relação ainda são muito mais ativas em seu pensamento do que as novas intenções que foram estabelecidas. Em sua impaciência para suavizar seus pensamentos de insegurança, ela entra em ação e pula para essa nova relação – e obtém mais do que é dominante em sua vibração.

Nós a encorajariamos a levar as coisas mais vagarosamente e gastar mais tempo pensando sobre o que ela quer até que esses pensamentos sejam a base de sua vibração dominante. E então, deixar a Lei da Atração lhe trazer seu maravilhoso novo parceiro.

Jerry: Ok, isso faz sentido. É como dizemos: “Ganhamos mais do que esperávamos”.

Abraham: Esse é o valor do Processo do Seminário Criativo. Quando você entra em seu Seminário, visualizando todas as possibilidades maravilhosas, deixando sua emoção vir quando você está tocando o que você realmente quer, e então trabalhando e se mantendo focado onde se sente bem, então você não terá muito daquilo. Você descobrirá como fazer do que você quer sua vibração dominante e então quando a Lei da Atração compatibiliza aqueles pensamentos que você têm praticado, você não ficará surpreso. Na realidade, você começará a perceber (a manifestação) das coisas maravilhosas que você tem praticado em sua mente.

Qualquer coisa é composta de pensamento?

Jerry: Tudo e todo mundo é composto de pensamento ou pelo pensamento? Ou ambos?

Abraham: Ambos. O pensamento pode ser atraído por outros pensamentos através do poder da Lei da Atração. O pensamento é a vibração sobre a qual a Lei da Atração age. O pensamento é a coisa, ou a manifestação, e também é o veículo através do qual todas as coisas são atraídas ou criadas.

Veja seu mundo como uma espécie de cozinha bem abastecida onde cada ingrediente possível, que já foi imaginado, considerado, pensado ou desejado existe em abundância, numa quantidade infinita; e veja-se como o chef, solicitando que venha das prateleiras de sua cozinha

qualquer ingrediente, em qualquer quantidade que você deseja e você está misturando todos para a criação do [seu] bolo, que nesse momento o agrada.

Quero mais alegria, felicidade e harmonia

Jerry: E se alguém disser a você “Abraham, eu quero ser mais alegre. Como posso usar o que você está ensinando para atrair mais alegria, felicidade e harmonia para minha vida?”

Abraham: Primeiro, cumprimentaríamos a pessoa na descoberta do desejo mais importante de todos: a busca pela alegria. Pois, na busca e encontro da alegria você não apenas encontra um alinhamento perfeito com seu Ser Interior e com quem você realmente é, mas também você encontra alinhamento vibracional com todas as coisas que você deseja.

Quando a alegria é realmente importante para você, você não se permite se focar em coisas que não o fazem se sentir bem – e o resultado de ter apenas os pensamentos que o fazem sentir-se bem faz com que você crie uma vida maravilhosa, repleta de todas as coisas que você deseja.

Quando você mantém o desejo de ser alegre e é sensível à maneira como se sente, e conseqüentemente guia seus pensamentos na direção das coisas que o fazem sentir-se melhor e melhor, você aperfeiçoa sua vibração e seu ponto de atração se torna um que apenas atrairá – através da Lei da Atração – as coisas que você deseja.

Guiar seus pensamentos deliberadamente é a chave para uma vida de alegria, mas um desejo de sentir a alegria é o melhor plano para tudo...pois no alcance da alegria você encontra os pensamentos que atraem a vida maravilhosa que você deseja.

Não é muito egoísta querer mais alegria?

Jerry: Alguns diriam que uma pessoa querer ter mais alegria todo o tempo seria uma forma muito egoísta, como se desejar a alegria fosse uma coisa negativa.

Abraham: Constantemente somos acusados de ensinar o egoísmo e sempre concordamos que certamente ensinamos o egoísmo, pois você não pode perceber a vida a partir de nenhuma perspectiva que não seja a partir de sua mesmo. O egoísmo é a percepção do ser. É a imagem que você mantém de si mesmo. Esteja você focando sobre si mesmo ou sobre outra pessoa, está fazendo isso a partir de seu ponto vibracional

pessoal e qualquer coisa que você esteja sentindo é seu ponto de atração.

Assim, se a partir da perspectiva do ser você está focado de uma maneira que você se sente bem, então seu ponto de atração é tal que as coisas que você está atraindo – através da Lei da Atração – o agradarão quando acontecerem.

Se, no entanto, você não é egoísta o bastante para insistir em focar de uma maneira que o faça sentir-se bem e está focado sobre algo que o faz sentir-se mal, então seu ponto de atração é tal que você está atraindo negativamente – e você não gostará do que está vindo quando acontecer.

A menos que você seja egoísta o bastante para se importar sobre como se sente e, conseqüentemente, direcionar seus pensamentos de tal forma que se permita uma conexão verdadeira com seu Ser Interior, você não tem nada a dar para ninguém. Todo mundo é egoísta. Não é possível ser o contrário.

O que é mais digno, dar ou receber?

Jerry: Parece que você veria que é certo e agradável tanto dar quanto receber. Em outras palavras, você não vê um moralmente superior ao outro?

Abraham: Por causa da poderosa Lei da Atração, qualquer coisa que você esteja dando – pela maneira como emite sua vibração - você está recebendo. A lei da Atração sempre classifica as coisas acuradamente e traz para todo mundo o produto compatibilizado de seus pensamentos. Assim, quando você dá um pensamento de Bem,-Estar, você sempre recebe o equivalente compatível. Quando você oferece pensamentos de aversão, a Lei da Atração não pode lhe trazer resultados amorosos. Isso desafia a Lei.

Normalmente quando as pessoas falam de dar e receber, estão se referindo a presentes em atitudes, ou coisas materiais, mas a Lei da Atração não está respondendo a suas palavras ou ações, mas, ao contrário, à vibração que está na base daquelas palavras e ações.

Digamos que você vê aqueles que necessitam de algo. Talvez eles não tenham dinheiro, transporte ou comida. E quando você os vê, você se sente triste (porque você está focado na necessidade deles e ativando isso em sua própria vibração), a partir desse estado de tristeza você oferece a ele a ação do dinheiro ou da comida. A vibração que você está transmitindo está na verdade dizendo-lhes “Faço isso por você porque

eu vejo que você não pode fazer isso por si mesmo". Sua vibração está na verdade focada sobre a falta de Bem-Estar deles e, conseqüentemente, embora você tenha oferecido dinheiro ou comida através de sua ação, seu sinal dominante está perpetuando a necessidade deles.

Encorajamos você a separar um tempo para imaginar aquelas pessoas numa situação melhor. Pratique o pensamento sobre o sucesso e felicidade delas em sua própria mente e, uma vez que essa seja a vibração dominante que você mantenha sobre eles, então, ofereça qualquer ação inspirada que você está sentindo agora. Nesse caso, por causa da vibração dominante de seu Ser, já que você está mantendo-os como objeto de atenção, você atrairá uma vibração compatibilizada do Bem-Estar deles. Em outras palavras, você os alavancará. Você os ajudará a encontrar a vibração que se compatibiliza com o desejo deles por Bem-Estar ao invés da vibração que compatibiliza-se com a situação atual. Em nosso ponto de vista esse é o único tipo de doação que tem valor.

A questão não é "O que é superior, dar ou receber?". A questão é "o que é superior, focar sobre o que é desejado ou sobre o que é indesejado?". "O que é superior, alavancar alguém pela crença em seu sucesso ou somar ao seu desencorajamento observando onde eles estão?". "O que é superior, estar em alinhamento com meu Ser Interior e, então, tomar uma atitude, ou estar desalinhado e tomando uma atitude?". "O que é superior, somar ao sucesso de alguém ou somar ao seu fracasso?".

O melhor presente que você poderia dar a alguém é o presente de sua expectativa sobre o sucesso desse alguém.

Há tantos mundos diferentes quanto observadores, Seres ou indivíduos. VOCÊ não está aqui para criar um mundo onde todo mundo seja igual, querendo e conseguindo a mesma coisa. Você está aqui para ser o que deseja ser, enquanto permite que todos os outros sejam o que eles desejam ser.

E se todo mundo conseguisse tudo o que quisesse?

Jerry: Deixe-me fazer o papel do advogado do diabo aqui. SE cada um dos Seres egoístas nesse planeta tivesse tudo que querem individualmente, que tipo de bagunça esse mundo seria?

Abraham: Não seria, e não é uma "bagunça". Pois, através da Lei da Atração, eles atraíram para si mesmos aqueles que estivessem em harmonia com suas intenções. Você vê, esse é um lugar muito bem equilibrado, esse em que vocês vivem. Há um pouco de tudo aqui, em

proporções suficientes, abundância e diferenças para dar a todos vocês os ingredientes dessa vasta e maravilhosa “cozinha” para a qual vocês vieram participar.

Como posso ajudar àqueles que sofrem?

Jerry: Vivo uma vida alegre e gloriosa, mas constantemente sou consciente de que há muita agonia sendo vivida no mundo ao meu redor. O que eu poderia fazer para tornar essa experiência de vida menos dolorosa para todo mundo?

Abraham: Você não pode criar na experiência dos outros porque você não pode pensar os pensamentos dos outros...são os pensamentos que eles estão pensando, as palavras que eles falam, ou as atitudes que eles têm que traz a resposta emocional (agonia) de seus Seres Interiores. Eles estão criando a própria agonia ao dedicar pensamentos ao que eles não querem.

Agora, o que você pode fazer por eles é dar o exemplo de alegria. Torne-se um Ser que pensa apenas no que deseja, que fala apenas o que está desejando, que faz apenas o que está desejando – e conseqüentemente traz apenas a emoção da alegria.

Jerry: Posso fazer isso. Posso focar no que desejo, naquela alegria e posso aprender a permitir que tenham qualquer experiência que criaram. É acurado dizer que se eu foco em suas experiências de dor, irei criar dor em minha própria experiência? Então, estarei estabelecendo aquele exemplo, o exemplo de uma experiência dolorosa?

Abraham: Digamos que alguém em sofrimento venha para sua experiência e, quando você vê esse alguém em sua situação de dor, um desejo de que bem-estar aparece em você, de que essa pessoa encontre uma forma de sair dessa situação de sofrimento, então a dor dela lhe atingiu levemente conforme você identificou rapidamente seu desejo por uma solução prazerosa. Se você, então, vira sua atenção integral para a resolução satisfatória dessa situação de dor da pessoa, você não sente uma dor real, e seria um catalisador a inspirar uma solução verdadeira para ela. Esse é um exemplo do que uma alavancagem verdadeira é. Contudo, se você apenas focar na dor dela, ou na situação que provocou a dor, você ativará em si a vibração que se compatibiliza com a dor e também começará a sentir a dor conforme começa a atrair aquilo que não quer.

Estabelecer um exemplo de alegria é a chave?

Jerry: É a chave para eu mesmo continuar procurando alegria? Estabelecer esse exemplo e permitir que os outros – realmente permitilos – ter qualquer experiência que eles estão escolhendo para si mesmos (independente da forma como eles escolham)?

Abraham: Você realmente não tem outra escolha a não ser permitir que eles tenham qualquer experiência que estão atraindo, pois você não pode pensar ou vibrar por eles – e, conseqüentemente, você não pode atrair por eles.

A permissão verdadeira mantém seu próprio equilíbrio, sua própria alegria, não importa o que eles estejam fazendo. A vantagem que você oferece a eles é que você permanece em equilíbrio, conectado a seu próprio Ser Interior, alinhado com os recursos da doação de vida do Universo, e você os mantém como seu objeto de atenção, então eles se beneficiam. Quanto mais você se sente bem quando mantém os outros como seu objeto de atenção, melhor o poder de sua influência positiva.

Você saberá quando atingiu o ponto de permitir que os outros sejam quem querem ser, fazer ou ter qualquer coisa que queiram (ou que não queiram) quando estiver consciente de que eles estão fazendo isso e você não sente emoção negativa a respeito. Quando você é um Permissor, você sente alegria quando os observa experienciando tudo.

Você tem fechado o círculo com suas perguntas ao ajudar-nos a explicar as três leis que são muito importantes.

A Lei da Atração está respondendo à vibração de seus pensamentos. Quando você oferece seus pensamentos deliberadamente através da escolha de pensamentos que fazem sentir bem, você permite sua conexão com seu Ser Interior, com quem você realmente é. Quando você está conectado a quem realmente é, qualquer pessoa que você mantém como seu objeto de atenção se beneficia. E, claro, em tudo isso você sente prazer!

Com o tempo, você estará tão consciente de como se sente e se tornará tão adepto do oferecer deliberadamente seus pensamentos que estará predominantemente no estado de atração positiva. E então (realmente só aí) se sentirá confortável em deixar que os outros criem o que escolheram criar. Quando você entender que coisas indesejadas não podem se firmar em sua experiência, mas tudo que é convidado e trazido por você através do pensamento, você nunca mais se sentirá ameaçado pelo que os outros estão escolhendo viver, mesmo que eles estejam muito próximos, pois eles não podem ser uma parte de sua experiência.

Eu posso pensar negativo e, ainda assim, sentir o positivo?

Jerry: Como podemos dar nossa atenção ou ter um pensamento sobre algo negativo e não ter uma resposta emocional negativa para isso?

Abraham: Você não pode. E não sugerimos que tente. Em outras palavras, dizer “nunca tenha uma emoção negativa” seria o mesmo que dizer “Não tenha um Sistema de Orientação. Não preste atenção a seu Sistema de Orientação Emocional”. E isso é o contrário do que estamos dizendo. Queremos que você esteja consciente de suas emoções e, então, que guie seus pensamentos até que sinta alívio.

Quando você está focado em um pouco de pensamento (negativo), você sentirá um pouco de emoção negativa (indesejada). E se você estiver sensível à maneira com se sente e quer sentir-se melhor, você mudará o pensamento. É fácil mudar quando é um pensamento pequeno e uma emoção pequena. É muito mais difícil mudar quando é um pensamento grande e, conseqüentemente, uma emoção grande. A emoção será proporcional em intensidade à quantidade de pensamentos que você tem acumulado pela Lei da Atração. Quando mais você se foca sobre o que não quer, maior e mais poderoso aquele pensamento se tornará. Mas se você está sensível às suas emoções e tira sua atenção do objeto indesejado mais rapidamente, você começará a sentir-se melhor e parará de atrair o algo indesejado.

Quais são as palavras que aperfeiçoam o estado do bem-estar?

Jerry: Vocês poderiam nos dar algumas palavras que pudéssemos usar para nos ajudar a atrair uma variedade de coisas, como uma saúde perfeita...?

Abraham: Quero uma saúde perfeita! Gosto de me sentir bem. Gosto do bem-estar de meu corpo. Tenho muitas lembranças positivas de sentir-me bem em meu corpo. Vejo muitas pessoas que estão num estado de boa saúde e é fácil ver com estão apreciando o bem-estar de seus corpos. Quando tenho pensamentos como esses, sinto-me bem. Esses pensamentos estão em harmonia com um corpo saudável.

Jerry: E para a prosperidade financeira perfeita?

Abraham: Quero prosperidade financeira! Há tantas coisas maravilhosas prontamente disponíveis nesse mundo maravilhoso e a prosperidade financeira abre as portas para essas tantas coisas. Já que a Lei da Atração responde a meus pensamentos, decido focar predominantemente sobre a abundância que é possível, entendendo que é apenas uma questão de tempo antes que meus pensamentos de

prosperidade se compatibilizem com o fluxo de prosperidade financeira. Já que a Lei da Atração me trará o objeto de minha atenção, escolho a abundância.

Jerry: E grandes relacionamentos?

Abraham: Eu quero grandes relacionamentos. Eu desfruto de pessoas boas, inteligentes, divertidas, ativas e estimulantes e amo saber que esse planeta é abundante delas. Tenho conhecido pessoas tão interessantes e amo descobrir características fascinantes nas pessoas que conheço. Parece que quanto mais aprecio pessoas, mais pessoas que aprecio vêm para minhas experiências. Amo esse tempo espetacular de co-criação.

Jerry: E sobre experiências Não-Físicas positivas?

Abraham: Quero atrair aqueles que estão em harmonia comigo, física e Não-Fisicamente. Sou fascinado pela Lei da Atração e me sinto confortado pelo conhecimento de que quando me sinto bem, posso atrair apenas o que me faz sentir bem. Amo entender que a base do que é Não-Físico é pura Energia positiva. Desfruto da utilização do Sistema de Orientação Emocional, assim posso ter um encontro com a Fonte.

Jerry: E o crescimento contínuo e prazeroso?

Abraham: Sou um buscador que cresce e é divertido lembrar que a expansão não é apenas natural, mas inevitável. Amo saber que o prazer é simplesmente uma escolha. Assim, já que minha expansão é inevitável, escolho tê-la toda – em alegria.

Jerry: E elas atrairão essas coisas?

Abraham: Suas palavras não lhe trarão as manifestações imediatas do que você está pedindo, mas quanto mais você as disser e quanto melhor se sentir enquanto as diz, mais pura, ou menos contraditória, será sua vibração. E logo seu mundo estará repleto dessas coisas que você falou...palavras sozinhas não atraem, mas quando você sente a emoção quando fala, isso significa que sua vibração é fortalecida – e a Lei da Atração precisa responder a essas vibrações.

Qual é a medida de nosso sucesso?

Jerry: O que vocês vêem como sucesso? O que vocês diriam que é a marca do sucesso?

Abraham: O alcance de qualquer coisa que você deseja precisa ser considerado sucesso, seja um troféu, dinheiro, relacionamentos ou coisas. Mas se você permitir que seu padrão de sucesso seja o alcance da alegria, tudo o mais se adequará. Pois, no encontro da alegria, você está encontrando alinhamento vibracional com os recursos do Universo.

Você não pode sentir alegria enquanto está focado sobre algo indesejado ou na falta de algo desejado; conseqüentemente, enquanto você está sentindo alegria, nunca estará no estado de vibração contraditória. E apenas a contrariedade em seus próprios pensamentos e vibração pode mantê-lo longe das coisas que você deseja.

Nós nos divertimos quando assistimos a maioria gastando a maior parte de suas vidas procurando um conjunto de regras contra o que medem suas experiências de vida, olhando para fora de si mesmos à procura de quem lhes diga o que é certo ou errado, quando têm o tempo todo consigo um Sistema de Orientação que é tão sofisticado, tão complexo, tão preciso e tão prontamente disponível.

Prestando atenção a esse Sistema de Orientação Emocional e alcançando o melhor pensamento-sentimento que você pode encontrar, exatamente agora, a partir de qualquer estado em que esteja você permitirá que sua ampla perspectiva o ajude a se mover na direção das coisas que você realmente deseja.

Quando você seleciona através do magnífico contraste de seu tempo-espaco-realidade físico, conscientemente ciente do modo como se sente e guiando deliberadamente seus pensamentos em direção ao que o faz sentir-se melhor e melhor, com o tempo você começa a ver sua vida através dos amplos olhos de seu Ser Interior. E quando faz isso, você sente a satisfação de estar no caminho que escolheu a partir de sua perspectiva Não-Física quando tomou a decisão de vir para esse maravilhoso corpo. Pois, do ponto vantajoso Não-Físico, você entendeu a natureza eterna evolutiva de seu Ser e a promessa que esse ambiente contrastante, vanguardista, mantinha. Você entendeu a natureza de seu magnífico Sistema de Orientação e como, com a prática, você poderia ver esse mundo como seu Ser Interior vê. Você entendeu a poderosa Lei da Atração e a beleza e retidão com a qual ela responde ao livre arbítrio de todos os criadores.

Pelo alcance do melhor pensamento-sentimento que você pode encontrar, você se reconecta com aquela perspectiva e você se arre pia com a diversão quando se reconecta com seu propósito, com seu deleite pela vida e consigo mesmo!

PARTE III

A Ciência da Criação Deliberada

Jerry: Abraham, você nos falou da Criação Deliberada. Você poderia discutir o valor dela e esclarecer o que você entende por Criação Deliberada?

Abraham: Chamamos de Ciência da Criação Deliberada porque assumimos que vocês querem criar com propósito. Mas, na verdade, é mais apropriadamente chamada de Lei da Criação, pois ela funciona, esteja você pensando no que quer ou no que não quer. Esteja você pensando no que quer ou não quer, esteja você pensando na falta do que quer (a direção de seu pensamento é sua escolha), a Lei da Criação vai funcionar sobre qualquer coisa em que você esteja pensando.

De sua perspectiva física, essa equação da criação tem duas partes importantes: a convocação do pensamento e a expectativa do pensamento – o desejo da criação e a permissão da criação. De nossa perspectiva Não-Física, experienciamos ambas as partes da equação, simultaneamente, pois não há brecha entre o que desejamos e o que aguardamos integralmente.

A maioria dos humanos é inconsciente do poder de seus pensamentos, da natureza vibracional de seu Ser, ou da poderosa Lei da Atração; assim, olham para suas ações para fazer qualquer coisa acontecer. E embora concordemos que a ação é um componente importante no mundo físico no qual você se foca, não é através de sua ação que você está criando sua experiência física.

Quando você entender o poder do pensamento e praticar sua emissão deliberada de pensamento, você descobrirá a poderosa alavanca (na criação) que só vem do “desejar e permitir”. Quando você pré-pavimenta, ou antecipa positivamente com seus pensamentos, a quantidade de ação requerida é muito pouca e a ação é muito mais satisfatória. Se você não reserva tempo para alinhar seus pensamentos, muito mais ação é requerida, sem resultados satisfatórios.

Seus hospitais estão cheios até a borda com aqueles que agora estão em ação compensatória por pensamentos inapropriados. Eles não criaram a doença proposadamente, mas criaram – através do pensamento e da expectativa – e foram para os hospitais para a ação física compensatória. Vemos muitas pessoas gastando seus dias trocando suas ações por dinheiro porque o dinheiro é essencial para a liberdade da vida nessa sociedade. Ainda assim, na maioria dos casos, a

ação não é ação em júbilo. É uma tentativa para compensar o pensamento desalinhado.

Você tem a ação intencionada; faz parte da delícia desse mundo físico no qual você vive. Mas você não tinha a intenção de criar através da ação física – você tinha a intenção de usar seu corpo para desfrutar daquilo que criou através do pensamento.

Quando você pensa no futuro, sentindo a emoção positiva, você ativa sua criação e quando se move através do tempo e espaço em direção da manifestação futura, esperando que ela esteja ali...a partir da criação jubilosa que você ativa no futuro, você é inspirado à ação, que é a ação em júbilo.

Quando você está agindo em seu agora e não é ação em júbilo, é nossa promessa absoluta, que essa ação não o conduzirá a um final feliz.. Não é possível, desafia a Lei.

Melhor do que estar tão pronto a pular na ação para conseguir as coisas que você quer, dizemos, pense-as com o ser, veja-as, visualize-as, e tenha expectativas sobre elas. E você será conduzido, inspirado, ou conduzido à ação perfeita que lhe trará o processo que o guiará ao que você procura... e há uma grande diferença entre aquilo que falamos e o modo que a maioria no mundo está praticando isso.

Convidei dando atenção do pensamento

Geralmente, quando começamos a partilhar nosso conhecimento com nossos amigos físicos em relação ao Processo da Criação Deliberada, encontramos resistência, pois há aqueles que têm coisas não desejadas em suas experiências de vida. E quando eles nos escutam dizer “Todas as coisas são convidadas por você”, eles protestam dizendo “Abraham, eu não teria convidado isso porque eu não quero isso!”.

Rapidamente oferecemos essa informação a você para ajudá-lo a entender como você está obtendo o que está obtendo, assim você pode ser mais deliberado em sua atração, e poderá atrair conscientemente as coisas que quer – enquanto poderá evitar atrair as coisas que não quer.

Sabemos que você não está convidando, atraindo ou criando-as propositalmente. Mas, dizemos-lhes, você é o que convida, o que atrai, o que cria isso...pois você está fazendo isso através do atenção do pensamento a isso. Por padrão, você oferece seu pensamento e então as Leis que você não entende responde a seu pensamento, provocando resultados que você não compreende. Assim, é por isso que viemos: para falar a você que as Leis Universais, de forma que você entenda

como está obtendo o que está obtendo, assim você pode entender como tirar proveito do controle deliberado de sua vida.

A maioria dos Seres físicos está tão completamente integrada no mundo físico que tem pouca consciência da relação com o mundo Não-Físico. Por exemplo, você quer luz em seu quarto, então você vai até a lâmpada ao lado de sua cama, aperta o botão e assiste a luz encher o quarto. E explica aos outros “Esse botão provoca a luz”. Mas você entende, sem nossa explicação, que há muito mais na história sobre de onde a luz vem. E assim é com todas as coisas que você está vivenciando em seu organograma físico. Você explica apenas um pouco do que faz as coisas acontecerem. Estamos aqui para explicar o restante disso para você.

Você emergiu nessa dimensão física a partir de sua perspectiva ampla e Não-Física, com grande intenção e propósito. Você veio porque queria muito essa experiência física. Essa não é a primeira experiência desse tipo para você. Você já teve muitas experiências de vida física, tanto quanto Não-Físicas. E você emergiu nessa porque você quer somar a esse Ser contínuo, que evolui, que você realmente é – esse Ser que através desse corpo e através desses sentidos físicos você pode não conhecer agora, mas esse Ser, de fato...essa parte evolutiva de você que é ampla, expansiva, buscadora contínua, que procura o prazer.

Meu Ser Interior está se comunicando comigo

Queremos ajudá-lo a se lembrar que você é o criador de sua experiência e que há inigualável prazer em ser deliberado. Queremos ajudá-lo a lembrar-se de seu relacionamento com sua parte não-física, com seu Ser Interior, que está consciente de você e envolvido com você em tudo o que você faz.

Você não se lembra dos detalhes do que já viveu antes de vir para esse corpo físico, mas seu Ser Interior está completamente consciente de tudo o que você se tornou e continuamente lhe oferece informação para ajudá-lo a viver da maneira mais prazerosa possível, em todos os momentos.

Quando você emergiu para essa experiência de vida, você não trouxe consigo a memória do que viveu antes, pois esses detalhes serviriam apenas para distraí-lo do poder do seu agora. No entanto, por causa de sua relação com seu Ser Interior, você tem acesso ao conhecimento daquela ampla perspectiva, ou do Você Total. Sua parte não-física e ampla se comunica com você desde que você emergiu nesse corpo físico. Essa comunicação se apresenta de várias maneiras – mas todos vocês têm recebido a comunicação básica na forma de emoções.

Cada emoção faz você se sentir bem...ou mal

Cada emoção que você sente, sem exceção, é comunicação de seu Ser Interior, deixando você saber, no momento, da propriedade de qualquer coisa que você esteja pensando, falando ou agindo. Em outras palavras, quando você tem um pensamento que não está em harmonia vibracional com sua intenção geral, seu Ser Interior lhe oferecerá uma emoção negativa. Quando você faz ou diz algo que não está em harmonia vibracional com quem você é e com o que você quer, seu Ser Interior lhe oferecerá uma emoção negativa. E, da mesma forma, quando você está falando, pensando ou agindo direcionado para o que se harmoniza com suas intenções, seu Ser Interior lhe oferecerá emoção positiva.

Há apenas duas emoções: uma delas faz sentir bem e, a outra, mal. Você as chama de toda sorte de coisas diferentes, dependendo da situação que as trás. Mas quando você reconhece que esse Sistema de Orientação (que vem de você na forma de emoção) lhe fala a partir de sua ampla perspectiva, toda inclusiva, você será capaz de entender que tem o benefício de todas as intenções mantidas aqui atualmente e de todas as intenções com as quais emergiu nesse corpo físico – e que você tem a habilidade de analisar os detalhes de todo os seus desejos e convicções, de forma a ser capaz de tomar as decisões apropriadas a todo tempo.

Posso confiar em minha Orientação Interior

Muitas pessoas colocaram sua própria orientação intuitiva de lado, substituindo-a pelas opiniões de pais, professores, especialistas, ou líderes em uma variedade de disciplinas. Mas quanto mais você olha para os outros, pela orientação deles, mais destituído você se torna da sabedoria de seu próprio conselho. Geralmente, quando começamos a lembrar nossos amigos físicos de quem eles realmente são, ajudando-os a reconectarem-se com o Sistema de Orientação que está dentro deles, eles se sentem hesitar. Geralmente se tornaram convencidos de seu desmerecimento e de sua inexatidão, temem mover-se adiante, desacreditando de sua própria Orientação ou da própria consciência, porque acreditam que pode existir alguém que saiba mais claramente o que é melhor para eles do que eles mesmos.

Mas queremos ajudá-lo a lembrar do Ser merecedor e poderoso que você é, e de sua razão para vir para esse tempo-espaco-realizada. Queremos que você se lembre de sua intenção de explorar o contraste desse ambiente maravilhoso, sabendo que ele daria à luz ao fluxo contínuo de novas intenções; e queremos que você se lembre que quem você realmente é – seu Ser Interior ou o Você Total, ou a Fonte – é deleite na expansão em que você está/vive. Queremos que você lembre

que pode sentir, pelo poder de suas emoções, a todo momento, esteja você vendo sua situação atual através dos olhos daquela ampla perspectiva, ou esteja você se privando daquela fonte pela escolha de pensamentos de uma natureza diferente. Em outras palavras, quando você sente amor significa que a maneira que você está vendo o objeto de sua atenção se compatibiliza com a maneira que o Você Interior vê; Quando você sente ódio, você está vendo sem aquela conexão interior.

Você sabia tudo isso intuitivamente, especialmente quando era mais jovem, mas, gradualmente, a maioria de vocês foi se habituando pela insistência dos velhos e autodescritos “sábios”, que lhes cercaram, trabalhando duro para convencê-los de que vocês não poderiam acreditar em seus próprios impulsos.

Assim, a maioria de vocês, Seres físicos, não acreditam em si mesmos, o que é surpreendente para nós, pois o que vem de você é tudo no qual você pode acreditar. Mas, ao invés disso, você está gastando a maior parte de sua vida física buscando um conjunto de regras ou um grupo de pessoas (grupos religiosos ou políticos) que lhe dirão o que é certo e errado. E então você desperdiça o resto de sua experiência física tentando enfiar o seu quadrado dentro do buraco de alguém, tentando fazer com que aquelas regras antigas – normalmente aquelas que foram escritas há milhares de anos antes de seu tempo – caibam dentro dessa nova experiência de vida. E, como resultado, o que vemos, na maior parte, é sua frustração e, no melhor, sua confusão. E também percebemos que todo ano há muitos de vocês que estão morrendo, já que vocês vivem discutindo sobre que conjunto de regras é o mais apropriado. Dizemos-lhes: Esse conjunto geral, todo inclusivo e não mutante de regras, não existe – pois, Seres buscadores-crescentes, vocês estão sempre mudando.

Se sua casa estivesse pegando fogo e os bombeiros viessem com o caminhão deles – aquele equipamento admirável com aquelas longas mangueiras, com toda aquela água surgindo delas – e esguichassem suas mangueiras em sua casa e apagassem as chamas, você diria “de fato, esse foi o comportamento mais apropriado”. Mas se, num dia em que não houvesse incêndio, esses mesmos bombeiros, com as mesmas mangueiras, entrassem em sua casa, esguichando água, você diria “de fato, isso não é apropriado!”.

Assim, é a mesma coisa com as leis que vocês têm passado de um ao outro: a maioria de suas leis e regras passadas não é apropriada para o que você está vivendo agora. Se você não tivesse a intenção de crescer, não estaria aqui nessa experiência física de vida. Pois você está aqui como um Ser em expansão, sempre mudando, um buscador-crescente, porque você quer somar àquilo que você entende. E você quer somar ao

Tudo-Que-É...se o que foi estabelecido há muito tempo atrás fosse a última fronteira, então não haveria razão para sua existência atual.

Como estou obtendo o que estou obtendo?

Primeiro, nossa insistência de que você é o criador de sua própria realidade condiz com uma aceitação prazerosa porque muitas pessoas anseiam pelo controle de suas próprias experiências. Mas quando você entende que tudo que está vindo para você está sendo atraído por seu próprio pensamento (você obtém aquilo em que pensa a respeito, deseje ou não), alguns de vocês se sentem desconfortáveis com o que parece ser uma tarefa opressora, os pensamentos monitorados; você teria que escolhê-los, oferecendo apenas aqueles que o conduzirão às coisas que você quer.

Não encorajamos o monitoramento dos pensamentos, pois concordamos que seria um incrível consumo de tempo e enfadonho, mas, ao contrário, recomendamos uma utilização consciente de seu Sistema de Orientação Emocional.

Se você prestar atenção à maneira como está se sentindo, uma monitoração de seus pensamentos não é necessária. Sempre que você estiver se sentindo bem, saiba que está, naquele momento, falando, pensando ou agindo de acordo com suas intenções – e saiba que sempre que você estiver se sentindo mal, você não está alinhado com suas intenções. Em resumo, sempre que há uma emoção negativa presente em você, você está, naquele momento, criando errado, seja através de seu pensamento, sua palavra ou sua ação.

A combinação de ser mais deliberado sobre o que você quer, mais claro sobre sua intenção e mais sensível à maneira como se sente, em essência, é o que é o Processo da Criação Deliberada.

Sou o único criador de minha experiência

A grande questão que normalmente surge nesse ponto de nossa discussão é: “Abraham, como sei que o que vem de mim pode ser acreditado? Não há ninguém melhor do que eu que faça todas as regras e que queira que eu seja ou faça coisas específicas?”

E dizemos: você é o criador de sua experiência e você emergiu nesse corpo físico através do poder de seu desejo. Você não está aqui para provar a si mesmo seu merecimento de algo; você não está aqui porque busca a grande salvação para algum outro plano. Você está aqui porque tem um propósito específico de estar aqui. Você quer ser um criador deliberado e escolheu essa dimensão física, onde há tempo e espaço,

assim pode afinar a sintonia de sua compreensão e, então, ver os benefícios de qualquer coisa criada no pensamento pela permissão de que essa criação ocorra em sua experiência física. Você está somando à expansão do Universo e o Tudo-Que-É se beneficia de sua existência, por sua exposição a essa experiência e por sua expansão.

Tudo o que você faz agrada àquilo que você procura agradar. Não há uma lista de coisas certas e uma de coisas erradas – há apenas aquilo que se alinha com seu intento e propósito verdadeiros, e aquilo que não se alinha...Você pode confiar em sua Orientação, que vem de você, para ajudá-lo a saber quando você está em alinhamento com seu estado de Bem-Estar natural.

Magneticamente, atraio pensamentos em harmonia vibracional

A Lei da Atração é responsável por muito do que é óbvio em sua experiência de vida. Vocês criam muitas frases por causa de seu entendimento parcial dessa Lei. Você diz “Cada qual com seu igual”. Você diz “Quanto melhor é, melhor fica; e quanto pior é, pior fica”. Você diz “Esse dia começou ruim e terminou péssimo”. Mas mesmo quando você está dizendo essas coisas, a maioria de vocês não entende verdadeiramente quão poderosa a Lei da Atração realmente é. As pessoas se encontram por causa disso. Toda circunstância e evento é um resultado disso...pensamentos que são similares vibracionalmente são reunidos magneticamente um com o outro através da poderosa Lei da Atração; pessoas que se sentem de determinadas maneiras se encontram, magneticamente, através dessa Lei; de fato, os pensamentos que você tem puxam outros até que o que era pouco ou insignificante, um pensamento não tão poderoso, pode – por causa de seu foco nele – crescer e se tornar muito poderoso.

Por causa da Lei da Atração, cada um de vocês é como um ímã poderoso, atraindo para si mais da maneira como se sente em qualquer ponto do tempo.

Como pensamos e falamos, criamos

Ninguém cria em sua experiência. Você é que faz tudo; você é que obtém o crédito. Conforme você observa sua própria experiência de vida e a experiência dos que estão ao seu redor, queremos que você entenda que não há uma sombra de evidência que contrarie essas leis poderosas que estamos expressando. Quando você começa a perceber a correlação absoluta entre o que pensamos e falamos – e o que obtemos – sua compreensão sobre a Lei da Atração continuará e seu desejo de utilizar seu Sistema de Orientação para direcionar deliberadamente seus pensamentos crescerá. E, é claro, você terá uma compreensão

melhor das vidas ao seu redor também. Na verdade, às vezes, é muito mais fácil para você ver isso nos outros.

Você já percebeu que aqueles que mais falam de doenças têm mais e mais doenças? Já percebeu que aqueles que falam de pobreza vivem mais disso, enquanto que os que falam de prosperidade têm mais dela? Quando você entende que seus pensamentos são ímãs e que sua atenção a eles faz com que eles cresçam em poder – até que, finalmente, o tema dos pensamentos se torna o tema de sua experiência – sua voluntariedade em prestar atenção à maneira como você se sente o ajudará a escolher mais deliberadamente a direção de seu pensamento.

É fácil ver a Lei da Atração em funcionamento quando você está envolvido em uma conversa com alguém. Por exemplo, imagine que sua amiga está falando de algo que ela está vivenciando e você, querendo ser um bom amigo, se foca nas palavras dela, escutando os exemplos que ela dá sobre o que acontece com ela. Quanto mais você se mantém focado, seus próprios exemplos de situações similares vêm em sua mente; conforme você se entretém na conversa acrescentando casos de sua experiência, a vibração do pensamento cresce. Atenção o bastante a esses temas e conversas sobre coisas que você vivenciou trarão mais do mesmo tipo de experiência para você. E quanto mais pensamentos são trazidos, relativos ao que vocês não querem, mais fará você se ver cercado por pensamentos, palavras e experiências direcionados àquilo que você não quer. Você e sua amiga terão agora mais situações desagradáveis para discutir um com o outro.

Agora, se você estivesse sensível à maneira como estava se sentindo assim que a conversa começou a se inclinar na direção do que você não quer, você teria consciência do sentimento doentio na boca do seu estômago. Você teria reconhecido seu Sistema de Orientação, que está essencialmente dizendo “Você está pensando e falando sobre o que não quer”. E a razão para esse sinal de alerta, essa “campainha”, é a discórdia entre quem você-realmente-é e o que você deseja, e o que está focando nesse momento.

Suas emoções indicam seu desalinhamento. Seu Sistema de Orientação está alertando-o para o fato de que, enquanto você está pensando e falando de coisas indesejadas, você é um ímã atraindo circunstâncias, eventos e outros seres para você; e logo você terá em sua experiência a essência da mesma coisa sobre a qual está falando, e que não quer ter.

Da mesma maneira, se você está falando sobre aquilo que quer, seus pensamentos arregimentarão mais disso. Você arregimentará para você

mais pessoas que quererão falar sobre aquilo que você quer. E enquanto estiver falando sobre aquilo que quer, seu Ser Interior lhe oferecerá uma emoção positiva para deixar você saber que está em harmonia – e que aquilo que você está atraindo para si está em harmonia vibracional também – com a essência do equilíbrio das intenções que você mantém.

O delicado equilíbrio entre querer e permitir

A ciência da Criação Deliberada é uma Lei de equilíbrio delicado. Ela tem duas partes: Por um lado, há o pensamento do que você quer. Por outro, há a expectativa ou convicção – ou a permissão em sua experiência – do que você está criando através de seu pensamento.

Assim, se você diz “eu quero um novo carro vermelho”, você, literalmente, através de seu pensamento, estabeleceu o início da criação do novo carro vermelho em sua experiência. E agora, quanto mais atenção você dá àquele pensamento, e quanto mais você for capaz de imaginar de forma pura aquele carro em sua experiência, mais entusiasmado sobre ele você ficará. E quanto mais entusiasmado você se torna, ou quanto mais emoção positiva lhe vem quando você pensa sobre seu carro vermelho, mais rápido seu carro vermelho está vindo para sua experiência. Uma vez que você o criou através do pensamento e uma vez que você tenha sentido uma poderosa emoção positiva enquanto pensava nele, o carro se move rapidamente para sua experiência. Ele foi criado, agora existe; e de forma a vê-lo em sua experiência, você tem apenas que permiti-lo. E você o permitirá pela expectativa dele, pela crença nele e por deixá-lo ser.

Quando você duvida de sua habilidade de ter o novo carro vermelho, você reprime sua criação. Se você diz “quero um carro novo vermelho”, você começa a criação dele, mas se você acrescenta “mas é muito caro”, você se mantém à parte de sua criação. Em outras palavras, você completou a primeira parte da criação através do querer, mas agora você obstrui a criação do que quer não acreditando, não tendo expectativa e não permitindo – pois, para trazer suas criações para a experiência física, ambas as partes do processo são necessárias.

Simplesmente falar sobre o tema de sua criação não significa necessariamente que você está permitindo-a. Quando você pensa sobre seu novo carro vermelho e se sente entusiasmado sobre ele, você o está permitindo, mas quando você pensa sobre ele a partir de um estado de preocupação, de que não pode tê-lo (ou de frustração por ele ainda não ter vindo), você está, na verdade, focado na ausência do carro e não o está permitindo em (dentro da) sua experiência.

Às vezes nos estágios iniciais da criação de algo desejado, você está no caminho certo para receber, já que está sentindo o entusiasmo e está na expectativa positiva, mas então você expressa seu desejo para outra pessoa, que começa a lhe falar de todas as razões pelas quais isso não vai acontecer ou porque não pode acontecer. A influência negativa de seu amigo não está lhe servindo, pois quando estava focado na essência de seu desejo, você estava atraindo-o, mas agora que está focado na ausência, na falta do objeto de seu desejo, você está distanciando de si o que quer.

Como isso faz sentir, bem ou mal?

E quando você diz “quero um novo carro vermelho, e sei que está vindo para mim”, assim é. Mas se você diz “mas onde está? Quero há muito tempo. Acreditei nos Abrahams, mas as coisas que quero não estão acontecendo”, agora você não está focado no que quer. Agora você está focado na falta do que quer e está obtendo, através da Lei da Atração, aquilo no qual está focado.

Se você se foca sobre qualquer coisa, você atrairá qualquer coisa que quer. Se você se foca sobre a falta do que quer, você atrairá mais dessa falta. Todo tema é realmente dois temas, o que você quer e a falta, ou ausência, do que você quer. Se você está prestando atenção à maneira como você está se sentindo, você sempre saberá se está focado no que quer ou na falta do que quer – pois, quando você está pensando no que quer, você se sente bem, e quando está pensando na falta do que quer, você se sente mal.

Quando você diz “quero dinheiro para manter meu estilo de vida”, você está atraindo o dinheiro, mas quando você foca nas coisas que quer e que não tem, percebendo a falta – você está distanciando sua abundância.

Um exercício para ajudar na Criação Deliberada

Eis um exercício que o ajudará em sua Criação Deliberada:

Pegue três folhas de papel e no topo de cada folha escreva uma coisa que c quer. Agora, pegue a primeira folha e embaixo do que você escreveu, escreva: “Razões pelas quais quero isso”. Escreva qualquer coisa que lhe venha à mente – escreva qualquer coisa que flua naturalmente, não tente forçar. E quando nada mais vier, você terminou. Agora, deixe essa folha e escreva no topo da segunda página: “Razões pelas quais acredito que terei isso”.

A primeira página acentua o que você quer (a primeira parte da equação da Criação Deliberada). A segunda página acentua sua crença de que terá isso (a segunda parte da equação da Criação Deliberada). E agora que você focou e ativou em sua vibração ambas as partes da equação, agora você está no estado da recepção da manifestação de seu desejo, pois você concluiu ambas as partes do Processo Criativo. Tudo o que é necessário agora é que você quer isso – e continue a ter expectativa até que você tenha o que desejou – e será seu.

Não há limite para a quantidade de coisas que você pode criar simultaneamente, pois não é difícil manter um desejo e, ao mesmo tempo, manter uma expectativa de conseguir. Mas no início, enquanto você ainda está aprendendo a focar seus pensamentos, pode ser de ajuda se concentrar deliberadamente em apenas dois ou três desejos por vez, pois quanto mais longa for a lista de coisas nas quais você estiver trabalhando, maior o potencial para que a dúvida lhe arraste conforme você olha para todas as coisas que não conseguiu ainda. Quanto mais pratica o jogo, melhor você se torna em focar seus pensamentos e, conseqüentemente, não haverá nenhuma razão para limitar sua lista.

Antes de você experienciar algo em sua vida física, você precisa primeiro dar atenção a isso. Seu pensamento é o convite e, sem ele, esse algo não vem. Encorajamos a uma decisão intencional do que é desejado e, então, a doação intencional do pensamento às coisas que você quer, não dando atenção intencional às coisas que você não quer; ao sugerir isso, encorajamos você a separar um tempo diariamente para sentar-se e trazer, intencionalmente, seus pensamentos, numa espécie de visão do que você quer experienciar em sua vida, e estamos nos referindo a esse tempo como seu seminário para a Criação Deliberada.

Conforme você estiver se movendo através das suas experiências diárias, estabeleça a intenção de perceber as coisas que você gosta: “hoje, não importa o que eu fizer ou com quem, é minha intenção dominante procurar por coisas que gosto”. E conforme você, deliberadamente, reúne esses dados, terá os recursos disponíveis para criar efetivamente quando for para seu Seminário Criativo.

Pensamentos evocam grande manifestação de emoção rapidamente

Dizemos a você que seus pensamentos são ímãs. Mas queremos somar um esclarecimento aqui: embora todo pensamento tenha potencial criativo, os pensamentos que não trazem grande emoção consigo não trazem o objeto de seu pensamento para sua experiência com nenhum tipo de rapidez. Quando seus pensamentos são imbuídos de forte emoção – seja positiva ou negativa – a essência desses pensamentos é

manifestada rapidamente em sua experiência física. E essa emoção que você sente é a comunicação de seu Ser Interior lhe deixando saber que agora você está acessando o poder do Universo.

Se você está assistindo um filme de terror no cinema, com um amigo, olhando para a tela e para todos os detalhes amedrontadores que estão sendo transmitidos com cor e som, você está, naquele momento, em um seminário negativo; pois, você está visionando tudo o que você não quer ver, a emoção que você sente é seu Ser Interior lhe dizendo “Você está vendo algo que é tão vívido que o Universo agora está emitindo poder para isso”.

Mas quando você deixa o cinema, felizmente, você normalmente diz “foi só um filme”; então você não tem expectativas sobre isso. Você não crê que aquilo vá lhe acontecer, então você não completa a segunda parte da equação. Você deu pensamento com emoção àquilo, então criou aquilo, mas não permite aquilo em sua experiência porque realmente não tem expectativas em relação àquilo. No entanto, quando está saindo do cinema, se seu amigo lhe diz “pode ser apenas um filme, mas isso já me aconteceu uma vez”, então você pode começar a ponderar aquele pensamento e, ao fazer isso, pode se trazer à crença ou expectativa de que aquilo pode lhe acontecer – e, então, irá. Dando pensamento de um lado e tendo expectativa, ou acreditando, de outro, é o equilíbrio que traz a você aquilo, que você recebe.

SE você quer aquilo e tem expectativas, aquilo será seu logo. Entretanto, não é com constância que você atinge um equilíbrio onde o querer e a expectativa são iguais. Às vezes seu desejo é muito algo, mas sua crença não está ali. Por exemplo, na história da mãe, cujo filho é preso sob um automóvel, ela não acredita que pode levantar aquele veículo pesado de sobre seu filho, mas seu desejo é tão extremo que ela o faz. Por outro lado, há muitos exemplos onde suas crenças são altas, mas seu desejo, não. A criação de uma doença, como um câncer, é um tipo de exemplo onde sua crença é muito incisiva, enquanto seu desejo, não é.

Muitos de vocês se pegam no que denominamos de Seminário Negativo, muitas vezes ao dia. Quando você está sentado à sua mesa, com sua pilha de contas a seu lado, sentindo-se tenso, ou até mesmo temeroso porque não tem dinheiro suficiente para pagá-las, você está num Seminário Criativo. Pois, quando você se senta ali, pensando que não tem dinheiro suficiente, você está na posição perfeita para a criação de mais do que você não quer. O modo como você se sente sobre isso é o sinal de seu Ser Interior lhe dizer que aquilo em que você está pensando não está em harmonia com o que você quer.

Um resumo do Processo da Criação Deliberada

Agora, deixe-nos resumir tudo o que oferecemos aqui, assim você pode ter um plano claro e definido para o controle deliberado de sua experiência de vida.

Primeiro, reconheça que você é mais do que vê aqui nesse corpo físico; e que há uma parte de você mais ampla, mais sábia, certamente mais antiga, que se lembra de tudo que você viveu e, mais importante, sabe o que você é agora. E, a partir dessa perspectiva toda rodeada de si mesmo, essa parte de você pode lhe oferecer clareza e informação absoluta, tanto quanto conferir propriedade ao que você está fazendo, falando, ou pensando; ou ao que você está para fazer ou falar.

Agora, se você for estabelecer a intenção clara do que você é nesse tempo, então seu Sistema de Orientação pode até trabalhar mais efetivamente, pois ele tem a habilidade de incluir todas as informações – reunidas a partir de todas as suas experiências (todos os seus desejos, todas as suas intenções e todas as suas crenças) – e comparar com o que você estiver fazendo ou estiver para fazer, de forma a lhe dar orientação absoluta.

Então, quando você estiver se movendo através de seu dia, seja sensível ao modo como está se sentindo. E sempre que se pegar sentindo emoção negativa, pare o que estiver fazendo, que está lhe trazendo a emoção, pois a emoção negativa significa que, nesse momento, você está criando negativamente. A emoção negativa existe apenas quando você está des-criando. Assim, quando você perceber que está sentindo uma emoção negativa – não importa porquê, não importa como ela veio parar ali, não importa em que situação seja – pare qualquer coisa que você está fazendo e foque seus pensamentos em algo que o faça sentir-se bem.

Pratique o Processo da Criação Deliberada por 15 ou 20 minutos todos os dias, sentando-se, calmamente, sem distúrbios e distrações pelo que está ao seu redor, e sonhe acordado sobre sua vida, vendo-se como você quer ser, e visionando-se cercado pelo que o agrada.

A atenção ao que-é apenas cria mais do que-é

A Lei da Atração está respondendo à você, ao seu ponto de atração – e seu ponto de atração é provocado por seus pensamentos. A maneira como você se sente é provocada pelos pensamentos que você está tendo. Assim, a maneira como você se sente é seu ponto de atração, forte e magnético. Quando você se sente pobre, não pode atrair prosperidade. Quando você se sente gordo, não pode atrair a magreza.

Quando você se sente só, não pode atrair a companhia – isso desafia a Lei. Muitos de seu convívio querem lhe mostrar a “realidade”. Eles dizem “encare os fatos. Olhe como as coisas são.”.

E lhe dizemos: se você for capaz de ver apenas o que-é – então, pela Lei da Atração, você criará apenas mais do que-é... Você precisa ser capaz de pôr seus pensamentos além do que-é, de forma a atrair algo diferente ou algo mais.

Sua atenção emocional ao que-é enraizará você, como uma árvore, nesse ponto, mas uma visão emocional do que você gostaria de começar a atrair para sua experiência lhe trará aquelas mudanças. Muito do que você está vivendo agora, você quer continuar; então, se mantenha dando atenção a essas coisas e você continuará mantendo-as em sua experiência. Mas você precisa tirar sua atenção de qualquer coisa que você não queira em sua experiência.

A apreciação disso atrai isso para mim

Os pensamentos que evocam suas emoções são aqueles que mais rapidamente exercem efeito de mudança em sua vida. Os pensamentos sem sentimentos e emoções que você tem, manterão o que já está ali. Assim, essas coisas que você já criou e aprecia podem ser mantidas em sua vida pela apreciação contínua a elas. Mas àquelas coisas que você ainda não tem, que você quer logo (e muito), você precisa dar pensamento claro, consciente, deliberado, que evoque emoção.

Um uso de extremo resultado do Seminário Criativo é ponderar os aspectos que você aprecia em relação ao tema que é mais importante para você. Cada vez que você revisita um tema, sua atenção aos detalhes crescerá notavelmente e, com o tempo e mais detalhes, sua emoção sobre o tema crescerá também. Utilizando o Seminário Criativo dessa forma, você realiza tudo que é requerido para a Criação Deliberada, pois você está pensando sobre algo que quer e em sua emoção de apreciação, está permitindo que aquilo que você deseja se manifeste em sua experiência de vida.

As leis Universais funcionam sem minha fé?

Jerry: Abraham, diga-me, essas leis que você fala, essas leis universais, elas funcionam mesmo que não acreditemos no funcionamento delas?

Abraham: Funcionam, claro. Você está emitindo vibração mesmo quando não sabe que está fazendo isso; por causa disso, há a criação por padrão. Você não pode desligar seu mecanismo de criação; ele está sempre funcionando e as leis estão sempre respondendo. Por isso, há

tal valor em entender as leis. Não entendê-las é um pouco como entrar num jogo sem conhecer as regras. Assim, quando você está no jogo, não tem como entender porque está obtendo o que está obtendo. E esse tipo de jogo se torna frustrante e a maioria quer sair dele.

Como não obter o que não quero?

Jerry: Abraham, você pode dizer às pessoas como elas podem não obter o que não querem?

Abraham: Não pense sobre o que não quer. Não pense no que não quer – pois sua atenção a isso, atrai isso. Quando mais você pensa sobre isso, mais poderoso seu pensamento se torna e mais a emoção emerge. No entanto, quando você diz “não vou mais pensar sobre esse assunto”, nesse momento você ainda está pensando sobre esse assunto. Portanto, a chave é pensar sobre algo diferente – algo sobre o que você queira. Com a prática você será capaz de dizer, pelo modo como se sente, se você está pensando sobre algo desejado ou indesejado.

Essa sociedade civilizada parece ter pouca alegria

Jerry: Vivemos no que chamo de uma sociedade muito civilizada e, nos aspectos econômico e material, estamos relativamente bem; ainda assim não vejo muita alegria nas pessoas ao meu redor nas ruas e nos negócios, aqui e ali. É por causa daqueles fatores sobre os quais você fala...de que eles têm pouco desejo mas uma forte convicção?

Abraham: A maioria das pessoas emite sua vibração principal em resposta ao que está observando. Assim, quando observam algo que as faz sentir bem, sentem alegria; mas quando observam algo que as faz sentir mal, simplesmente não sentem alegria. E a maioria das pessoas acredita que não tem o mínimo controle sobre como se sente porque não pode administrar o ganho do controle sobre as condições que estão respondendo com essas emoções. São as crenças delas, na falta de controle da própria experiência que são as maiores responsáveis pela ausência de alegria que você percebe. E temos que lembrar-lhe que, se você continuar a perceber a falta de alegria delas, a sua irá embora também.

Eu quero querer com mais paixão

Jerry: Você também disse que se nosso desejo for ardente, nossa crença não precisa ser tão forte. Assim, como podemos construir um desejo apaixonado no Seminário que você falou?

Abraham: Precisa haver um começo para todas as coisas. Em outras palavras, muitos que interagem conosco dizem “Abraham, escuto o que você está dizendo, mas não sei o que quero”. Então, dizemos “comece declarando: eu quero saber o que quero”. Pois, ao declarar isso, você se tornará um ímã que atrairá toda sorte de informação, através das quais poderá tomar suas decisões. Comece de algum ponto e deixe a Lei da Atração lhe trazer exemplos e escolhas; e, então, quanto mais você pensar sobre essas escolhas, mais apaixonado ficará.

A atenção a qualquer assunto fará com que ele se fortaleça e a emoção irá crescer também. Quando você pensa sobre o que quer e continua a acrescentar detalhes à imagem, aqueles pensamentos se fortalecem.

Mas quando você pensa sobre algo que deseja e, então, sobre isso ainda não ter acontecido...e, então, pensa sobre quão divertido será ter isso, mas então se lembra de que isso custa uma grande quantia de dinheiro e você ainda não pode comprar...esse “pensamento vai-e-volta” dilui sua paixão e minimiza o poder de seus pensamentos.

Eu poderia liberar as crenças contraprodutivas?

Jerry: As pessoas poderiam criar em uma direção desejada particular, mesmo que fossem conduzidas a acreditar (pelos outros) que são destinadas a criar em uma direção diferente?

Abraham: Se o querer delas fosse o bastante, poderiam. Em outras palavras, a mãe que mencionamos na história anterior foi ensinada por sua sociedade, e por sua própria experiência de vida, a acreditar que não poderia levantar um carro que pesasse tanto; ainda assim, quando seu querer foi incisivo o bastante (quando seu filho estava sob risco), ela foi capaz de fazê-lo. Assim, se o querer é grande o bastante, crenças podem ser superadas.

Crenças são muito poderosas e mudam muito devagar, mas podem ser mudadas. Conforme você continuar a alcançar melhores e melhores pensamentos-sentimentos, você os encontrará e os ativará e a Lei da Atração responderá a eles e, com o tempo, sua nova vida refletirá aquelas mudanças no pensamento. Se você se mantém à idéia de que só pode crer nas coisas que estão atualmente baseadas na evidência factual, então nada pode mudar para você; mas quando você entende que o refocar do pensamento e que a resposta da Lei da Atração ao novo pensamento lhe trarão novas evidências, então você entenderá o poder da Criação Deliberada.

As crenças de vidas passadas podem afetar minha vida atual?

Jerry: Há alguns pensamentos (ou crenças) de algumas de nossas vidas passadas que ainda estejam criando, ou que sejam capazes de criar, circunstâncias em nossa experiência física atual?

Abraham: Você é um Ser em expansão contínua e seu Ser Interior não apenas acredita, mas sabe do merecimento e valor de seu Ser; assim, quando você escolhe pensamentos que estão de acordo com os de seu Ser Interior, você sente a clareza daquele conhecimento.

No entanto, os detalhes de qualquer experiência física passada não afetam você nessa experiência física. Há muita confusão sobre isso e ela aumenta porque há aqueles que não querem aceitar que são os criadores das próprias experiências. Eles dizem “sou gordo nessa experiência de vida porque morri de fome na última”. E dizemos: não há nada da experiência da vida passada que esteja influenciando o que você está vivendo agora, a menos que, de alguma forma, você tenha se tornado consciente disso e agora esteja dando sua atenção a isso.

Minhas expectativas negativas podem afetar o bem-estar dos outros?

Jerry: Se, em nossa preocupação pelo bem-estar daqueles de quem realmente gostamos, pegamos nossos pensamentos flutuando sobre qualquer expectativa negativa em relação a eles, podemos, simplesmente por considerar que um problema possa ocorrer na vida deles, realmente provocar um problema para eles?

Abraham: Você não pode criar na experiência dos outros porque você não pode emitir a vibração deles – que é o ponto de atração deles – por eles. Mas quando você se foca sobre algo tempo bastante, de forma que seu pensamento se fortaleça e sinta uma forte emoção sobre isso, você pode influenciar os pensamentos que eles estão tendo sobre um tema.

Lembre-se, a maioria das pessoas emite a maioria de sua vibração em resposta ao que está observando; assim, se elas o estão observando e vêem aquele olhar de preocupação em seu rosto, ou estão observando os comentários de preocupação que você está tendo, elas podem muito bem se inclinar na direção do que não é desejado.

Se você quer ser de grande valor para os outros, veja-os como você sabe que eles querem ser. Essa seja a influência que você quer oferecer.

Posso desprogramar as programações passadas pelos outros?

Jerry: Se a mente de alguém foi “programada” pelos outros em relação a alguma crença e essa pessoa acha que essa crença não é mais

desejada em sua vida, como essa pessoa pode desprogramar essas crenças?

Abraham: Você é negativamente influenciado por dois obstáculos principais: um é a influência de outros; o outro é a influência de seus próprios hábitos antigos...você desenvolveu padrões de pensamento, então você pode cair mais facilmente nesses velhos padrões habituais do que ter novos pensamentos que estejam em harmonia com o novo desejo. Esse é um caso de utilizar deliberadamente um pouco de vigor, ou, como vocês dizem, força de vontade, e refocar sua atenção na nova direção.

A “programação” à qual você está se referindo é apenas o resultado de você ter focado sobre algo e, então, sobre a resposta da Lei da Atração àquilo; assim, qualquer coisa sobre a qual você se foca, se fortalecerá. Um pouco do que você pode estar chamando de “programação” é meramente uma integração saudável nessa sociedade atual, mas um pouco dela, na verdade, estorva sua expansão pessoal. Com o tempo e com a prática, você será capaz de perceber a diferença e guiar seus os pensamentos na direção de suas escolhas pessoais. E isso é o que é realmente a Criação Deliberada.

Meu ponto de poder está exatamente no agora?

Jerry: Abraham, há uma frase do livro de Seth que diz: seu ponto de poder está no presente. O que isso significa para você?

Abraham: Esteja você pensando sobre algo que está acontecendo exatamente agora ou sobre algo que aconteceu em seu passado, ou sobre algo que você gostaria que acontecesse em seu futuro – você está tendo o pensamento exatamente agora. Você está emitindo a vibração do pensamento em seu presente e é a essa vibração do pensamento presente que a Lei da Atração está sempre respondendo; portanto, seu poder de criar está no agora.

Também é útil saber que sua emoção vem em resposta a seu pensamento presente, esteja ele relacionado a seu passado, presente ou futuro. Quanto maior a emoção sentida, mais poderoso seu pensamento é, e mais rápido você estará atraindo para sua experiência coisas que se compatibilizam com a essência daquele pensamento.

Você pode estar se recordando de uma discussão que teve com alguém muitos anos antes, ou com alguém que pode ter falecido há 10 anos atrás, mas como você está se lembrando da discussão agora, você está ativando a vibração daquilo agora e seu ponto de atração presente está sendo afetado por aquilo agora.

Como a primeira coisa negativa aconteceu?

Jerry: Sempre pensei sobre como a primeira doença, ou a primeira coisa negativa, aconteceu. É verdade que a primeira ocorrência de quase tudo aconteceu através do pensamento naquilo? Em outras palavras, como a primeira luz elétrica, o pensamento veio primeiro e a luz elétrica se seguiu?; então nosso avanço em mais doenças ou nas coisas boas, ou entusiasmadoras, é apenas um passo, ou um pensamento, além de algo que foi previamente pensado?

Abraham: Todas as coisas – quer você determine que sejam boas ou não – são apenas os próximos passos lógicos a partir dos quais você está presentemente sustentando. Você está correto quando entende que o pensamento vem primeiro. Primeiro, há o pensamento, então a forma-pensamento, então a manifestação. Sua situação atual é a plataforma da experiência que inspira o próximo pensamento, e o próximo.

Quando você percebe que pode escolher a expectativa positiva, ou a expectativa negativa (mas em ambos os casos, a lei da Atração somará poder ao pensamento), até que ela eventualmente se manifeste, você pode desejar se tornar mais deliberado na direção de seus pensamentos. Nada se manifesta de você sem, primeiro, sua atenção sutil a isso. Leva tempo e atenção a um assunto para arregimentar poder o bastante para que ele provoque sua manifestação. Por causa disso, todos os tipos de coisas, desejadas ou não, aumentam. Em outras palavras, doenças aumentam e se tornam mais abundantes quando os humanos se focam mais e mais sobre doenças.

Imaginação não é o mesmo que visualização?

Jerry: Abraham, como você descreveria o termo “imaginação”? O que isso significa para você?

Abraham: Imaginação é a mistura e o massageamento de pensamentos em várias combinações. Ela é similar a “observar uma situação”. De qualquer modo, na imaginação você está mais criando as imagens do que olhando algo em sua realidade corrente. Alguns usam a palavra “visualização”, mas queremos oferecer essa sutil distinção: visualização é, constantemente, apenas uma memória de algo que você uma vez observou. Por imaginação, queremos dizer: trazer, deliberadamente, componentes desejados juntos, e em sua mente, para criar um cenário desejado. Em outras palavras, “focar com a intenção de induzir emoção positiva”. Quando usamos o termo “imaginação”, estamos realmente falando sobre criar deliberadamente sua própria realidade.

Jerry: Mas como uma pessoa poderia visualizar ou imaginar algo que não viu ainda, como um parceiro que gostaria de ter, um filho que gostaria de dar à luz, ou uma vocação que nunca considerou?

Abraham: Quando você observa o mundo ao seu redor, deliberadamente congrega e pondera os aspectos da vida que são atraentes para você. Perceba o lindo sorriso que alguém lhe dá ou a bonita casa na qual alguém vive. Faça notas mentais ou escritas sobre as coisas que você gosta em seu mundo e, então, misture esses componentes em sua própria mente, criando cenários e versões da vida que o agrada. Não procure por modelos perfeitos, pois você é único e o criador de sua própria e única realidade.

Com o tempo, você descobrirá, ou se lembrará, que essa arte da imaginação provocará agradáveis resultados em sua experiência, mas a arte da imaginação é também muito entretecedora e divertida. Quando você começar a dizer “eu quero saber o que quero”, você começará a atrair, pela Lei, todo tipo de exemplos. E quando você estiver coletando as informações que vêm para você, deixe sua intenção dominante, a cada dia, procurar pelas coisas que você quer. Então você olhará ao seu redor e verá os outros traços, ou características, que gostaria de ter em seu próprio parceiro, ou companhia, ou trabalho. Na verdade, o modelo de papel perfeito para você, relacionado a qualquer assunto, não existe – você é o criador dele.

Às vezes ouvimos “eu queria ser rica e encontrei um homem que era rico, mas ele não era saudável e tinha um casamento problemático; então, associei prosperidade a casamento problemático e má saúde, então não quero mais a prosperidade”. E dizemos: colete as informações relativas à prosperidade se você a quer – e deixe de fora a má saúde e o mau casamento.

Jerry: Então, podemos visualizar por partes todas as características do que queremos, do parceiro, ou do filho, ou do trabalho que desejamos?

Abraham: Sim. E é essa a real intenção do Seminário. Ele é um lugar para onde você pode ir, sem distrações, e onde você começa a formular imagens em sua mente.

Jerry: Então não tem que ser algo já existente, tem apenas que ser o que você sente que quer experimentar?

Abraham: E quando você estiver trabalhando em seu Seminário, você verá que, na maioria dos casos, isso não virá para você instantaneamente. Você saberá quando estiver certo porque você se sentirá entusiasmado... você já trabalhou em um projeto no qual tenha

pensado, pensado bastante e, de repente, você diz “tive uma boa idéia!”? Esse sentimento do “tive uma boa idéia!” é o seu ponto, o ponto para realizar sua criação. Em outras palavras, você fica ponderando os pensamentos em sua cabeça até que se tornem específicos o bastante para que, quando você atinja a combinação perfeita, seu Ser Interior lhe oferece emoções que dizem “Sim, é isso! Agora você chegou lá!”. Assim, a intenção do Seminário é pensar sobre toda sorte de coisas até que você sinta aquela sensação de boa idéia.

Jerry: Qual é a causa mais comum de uma forte intenção visualizada ainda não materializada?

Abraham: Se você visualiza sua intenção de forma pura, ela precisa vir e vir rapidamente. A pureza da visualização é a chave e, com isso, queremos dizer oferecer pensamentos puros apenas na direção do que você quer. Quando você diz “eu quero isso, mas...”, quando você diz seu “mas”, você cancela ou frustra seu desejo no nascimento. Geralmente você está oferecendo tanto ou mais pensamentos de ausência de seu desejo quando está na presença dele.

Se algo que você quer, está demorando a chegar para você, só pode ser por uma única razão: você está gastando mais tempo focado na ausência do que na presença do que quer.

Se você pudesse identificar o que quer e, então, deliberadamente, pensar claramente sobre o que quer até que o obtivesse, a essência de todas as coisas que c quer seria sua muito rapidamente. Se você pudesse gastar seu tempo visionando puramente o que quer, ao invés de dando sua atenção à realidade do que-é, você atrairia mais do que quer ao invés de mais do que-é. É uma questão de mudar seu ponto magnético de atração.

Tire seus olhos, palavras e pensamentos, do que-é e coloque-os puramente no que c quer agora. Quanto mais você pensa e fala do que quer, mais rápido o que você quer será seu.

Ser paciente não é uma virtude positiva?

Jerry: Abraham, o que você acha de dizer a alguém “simplesmente seja paciente”?

Abraham: Quando você entende a Lei da Atração e quando começa a direcionar deliberadamente seus próprios pensamentos, as coisas que você deseja fluirão rápida e continuamente para sua experiência – e a paciência não será necessária.

Não estamos na expectativa de que alguém aprenda a ser paciente, pois isso implica em que as coisas naturalmente levam longo tempo e isso não é verdade. Elas são levadas muito tempo para vir quando seus pensamentos são contraditórios. Se você vai para frente e para trás, para frente e para trás, você – potencialmente – nunca vai chegar onde quer. Mas quando você pára de ir para trás e se move apenas para frente, você chega lá rapidamente. E isso não requer paciência.

Quero dar um salto quântico

Jerry: Bom, é fácil dar um pequeno passo adiante de onde estamos e fazer um pouco mais do que estamos fazendo, gradualmente ser um pouco mais do que somos, mas o que dizer sobre o que chamamos de “salto quântico”? Em outras palavras, alcançar algo quase além de qualquer coisa que já tenhamos visto antes. Como alguém poderia encetar a criação de algo assim?

Abraham: Bom...agora tocamos na chave. A razão pela qual é fácil para você realizar aqueles pequenos passos adiante é porque é fácil para você conhecer as crenças que você mantém e esticar essas crenças apenas num pouquinho. Você não está mudando suas crenças completamente; você só as está expandido um pouco. “Salta Quântico” geralmente significa que você precisa liberar sua crença atual e adotar uma nova. Saltos quânticos não são conseguidos acentuando a parte da crença ou a parte da permissão na equação. Saltos quânticos são conseguidos através da amplitude que se dá à parte do desejo.

Quem não concordaria que aquela mãe que (na história que contamos) alavancou ou automovel de sobre o filho não experienciou um salto quântico? Se ela estivesse num ginásio, levaria um longo tempo, pouco a pouco, para convencê-la de que ela poderia levantar algo tão pesado. Mas seu desejo poderoso provocou o “salto quântico” naquele momento.

Não somos proponentes dos “saltos quânticos” porque eles requerem contrastes exagerados, o que provoca uma propulsão dramática de seu desejo e pode produzir um resultado surpreendente. Mas esse resultado é quase sempre temporário, pois o equilíbrio de suas crenças eventualmente o trará de volta para onde você estava antes. Uma escala gradual nas crenças em direção do que você deseja é uma maneira muito mais satisfatória para a criação.

Jerry: Diga-me uma coisa: como podemos entusiasmar nosso desejo? Como podemos fazer a nós mesmos querer mais?

Abraham: Coloque seus pensamentos no que você acredita que quer e a Lei da Atração lhe trará mais informação, mais dados e mais circunstâncias à sua criação.

Veja, esse é um processo natural, de que quando você olha para algo que quer, você sinta emoção positiva e poderosa. É uma questão de manter seus pensamentos no que você quer. Se possível, vá aos lugares onde estejam as coisas que você quer, assim você se coloca deliberadamente na posição de sentir-se maravilhoso. E quando você está se sentindo bem, todas as coisas que (por sua estimativa) são boas, começarão a vir para sua experiência.

Quando você se foca sobre algo, a Lei da Atração faz o processo do entusiasmo. Assim, se parece que é necessário muito trabalho para que seus desejos cresçam e para que a emoção positiva aumente, é porque você está pensando sobre o que quer e sobre o que está em oposição; assim, você não está permitindo, de forma confiante, o movimento constante.

As coisas grandes não são mais difíceis de manifestar?

Jerry: O que você diria que é a razão para todo mundo sentir que pode criar ou manifestar coisas pequenas, mas sentir que não consegue criar coisas grandes?

Abraham: É porque eles não estão entendendo a Lei; e ficam lutando com o que pode-ser o que tem-sido. Quando você entende as Leis, então você entende que não é mais difícil criar um castelo do que um botão. Eles são iguais. Não é mais difícil criar 10 milhões do que 100 milhões. É a mesma aplicação da mesma Lei em duas intenções diferentes.

Eu posso provar esses princípios para os outros?

Jerry: Quando uma pessoa quer testar essas Leis ou princípios de forma a tentar provar a validade delas para alguém e diz “deixe-me mostrar-lhe o que posso fazer com isso”, há algum empecilho na efetividade da Lei da Atração?

Abraham: O problema em tentar provar algo é que geralmente isso faz com que você se debata contra algo que você não quer. E quando você faz isso, você ativa aquela mesma coisa em sua vibração, o que faz com que fique mais difícil de você conseguir o que quer. Isso também pode ser desencorajador, pois se a pessoa tiver uma dúvida forte, ela pode influenciar você a ter dúvida.

Não há necessidade de provar nada a ninguém com suas palavras. Deixe que o que você é – o que você está vivendo – seja seu claro exemplo para alavancar os outros.

Por que há a necessidade de justificar o valor de alguém?

Jerry: Abraham, por que você acha que muitos de nós, na forma física, parecemos ter uma necessidade de justificar o que vem de bom para nós?

Abraham: Parte disso acontece porque os humanos, incorretamente, a creditam na limitação de recursos, então sentem que precisam explicar aos outros o porquê eles devem receber ao invés de os outros. Aceitar no “demérito” é outro fator. Há um pensamento muito poderoso aqui em sua dimensão física que diz “você não é merecedor, então você está aqui para provar seu merecimento”.

Você não está aqui para provar seu merecimento. Você é merecedor! Você está aqui para a experiência da expansão de alegria. Foi pelo poder de seu desejo e pelo poder de sua permissão – de fato por sua aplicação das mesmas Leis que estamos discutindo aqui – que você emergiu nessa realidade tempo-espacial. Assim, sua existência física aqui é a prova de seu valor, ou de seu merecimento para ser, fazer ou ter qualquer coisa que você deseje.

Se você pudesse perceber que a razão pela qual seu pensamento sobre seu “demérito” o faz sentir-se mal é porque esse pensamento está em total desacordo com o modo como seu Ser Interior se sente, você poderia, então, procurar melhorar a direção de seu pensamento. Mas se você não entende isso, então constantemente se debate tentando agradar os outros, mas como não há consistência no que eles pedem a você, eventualmente você se perde seu caminho.

Quando você está no modo da justificativa, você está num modo negativo, pois não está focado no que quer. Ao contrário, está tentando convencer os outros que está tudo bem em desejar, e você não precisa fazer isso. Está tudo com isso.

Como a ação, ou trabalho, cabe na receita dos Abraham?

Jerry: Muitos dos que tenho visto, que têm tido resultados tremendos em suas vidas – pessoas para quem coisas materialmente boas acontecem, nos relacionamentos e no estado de saúde – não parecem usar muita energia física para receber essas coisas. Parece que elas trabalham muito menos que outras pessoas que parecem trabalhar muito mais duramente, mas que recebem muito menos. Assim, onde o

trabalho físico, ou a parte da ação, cabe em sua receita para criar o que queremos?

Abraham: Você não veio para esse ambiente para criar através da ação. Ao contrário, sua ação é um modo pelo qual você se alegra com o que criou através do pensamento. Quando você pega um tempo para emitir seu pensamento deliberadamente, descobrindo o poder de alinhar os pensamentos de seus desejos com crenças harmonizadoras e com expectativas, a Lei da Atração o guiará para os resultados pelos quais você está buscando. Ao contrário, se você não pega tempo para alinhar seus pensamentos, não há ação suficiente no mundo para compensar esse desalinhamento. Ação que é inspirada pelo pensamento alinhado é ação prazerosa. Ação que é realizada a partir de um pensamento contraditório é trabalho duro e insatisfatório, e não leva a bons resultados. Quando você realmente se sente com se estivesse pulando para dentro de uma ação, isso é um claro sinal de que sua vibração está pura e você não está emitindo pensamentos contraditórios a seu próprio desejo. Quando você está tendo um tempo difícil se obrigando a fazer algo, ou quando a ação que você realiza não produz os resultados pelos quais você está buscando, é sempre porque você está emitindo pensamentos opostos a seu desejo.

Neste momento vocês são seres mais voltados para a ação física porque ainda não entendem o poder de seus pensamentos. Quando vocês forem melhores na aplicação do pensamento deliberado, não haverá tanta tendência para a ação.

Estou pré-pavimentando minhas circunstâncias futuras

Normalmente as pessoas nos dizem “Bem, Abraham, tenho que agir – não posso simplesmente sentar e ficar pensando hoje”.

E concordamos que suas vidas estão a caminho e que requerem ação. Mas se estivéssemos em seu lugar, iríamos, hoje, começar a emitir tanto pensamento deliberado sobre as coisas que são importantes para nós quanto pudéssemos. E quando nos achássemos pensando sobre as coisas que não queremos (pensamentos que são sempre acompanhados por emoção negativa), parariamos e faríamos um esforço para achar um sentimento melhor para pensar a respeito daquilo. E com o tempo, as coisas começariam a melhorar em todas as áreas.

Vamos supor que você está andando em uma rua e encontra um grande brigão (por sua estimativa) batendo em uma pessoa menor. Algum tipo de ação é requerido exatamente agora! Suas opções, nesse estágio dessa manifestação, são ir embora e deixar a pessoa menor ser ferida

ou se envolver e talvez correr o risco de se ferir. Nenhuma opção é satisfatória.

Assim, escolha qualquer ação, mas não deixe seu pensamento onde ele está agora. Reúna imagens positivas da experiência de vida de pessoas que estão vivendo mais harmoniosamente e leve-as para seu seminário e faça desse tipo de pensamento as vibrações mais ativas em você. E, com o tempo, a Lei da Atração não lhe trará para situações onde parece não haver escolhas positivas.

Aquele que se vê como um “salvador”, salvando os pequenos dos grandes, se encontrará constantemente com pessoas que precisam ser salvas... E se é seu desejo ter esse tipo de experiências, então continue com os pensamentos desse tipo de experiência – e a Lei da Atração continuará trazendo-as para você. Mas se você prefere algo diferente, pense sobre isso – e a Lei da Atração lhe trará isso. O tema de seus pensamentos está pré-pavimentando suas experiências futuras.

Como o Universo atende nossos diversos desejos

Jerry: Eu costumava dizer às pessoas que eu havia observado que aqueles que trabalharam duro na vida tinham menos, e aqueles que trabalharam menos tinham mais. Ainda assim, alguém tinha que arrancar as batatas, ordenhar as vacas, perfurar os buracos para o óleo e fazer o que chamamos de trabalho duro. Explique-me, Abraham, como tudo isso pode funcionar de forma que cada um de nós ainda possa ter, fazer e ser o que quer, sem importar o tipo de trabalho que precise ser feito.

Abraham: Você está vivendo no que vemos como um universo perfeitamente equilibrado. Vocês são como cozinheiros numa cozinha muito bem abastecida e todos os ingredientes que já foram imaginados estão aqui em proporções abundantes permitindo-lhe criar qualquer tipo de receita que você queira. Quando você realmente não quer fazer uma coisa, é difícil para você imaginar que existam outros que possam querer fazer aquilo ou que não se importe em fazer.

É de nosso absoluto conhecimento que se sua sociedade decidiu que não queria fazer determinada tarefa, pelo poder de seu desejo, você poderia ter vindo com outra maneira de fazer aquilo, ou de fazer sem aquilo. É uma coisa comum para uma sociedade atingir o ponto onde não haja mais um desejo por uma coisa, e, assim, aquilo é interrompido, enquanto é substituído por uma nova e melhorada intenção.

Como a vida física difere da não física?

Jerry: Quais são as diferenças principais em nossa vida, aqui em nossa experiência física, e sua vida em sua dimensão não-física? O que temos aqui na Terra que você não tem?

Abraham: Como vocês são uma extensão física daquilo que somos, muito do que você vivencia, também vivenciamos. No entanto, não nos permitimos o foco sobre as coisas que trazem desconforto a vocês. Somos mais incisivamente focados sobre o que é desejado e, conseqüentemente, não experienciamos a emoção negativa que você vivencia.

Vocês têm a habilidade de se sentir como nos sentimos e, de fato, quando vocês estão no modo da apreciação, por exemplo, ou do amor, a emoção que vocês sentem é o indicador de que vocês estão olhando para a situação atual da mesma maneira como a vemos.

Não há separação entre o que você sabe, enquanto no mundo físico, e o que você vê como nosso mundo não-físico; no entanto, no mundo não-físico, nossos pensamentos são mais puros. Não nos debatemos contra o que não é desejado. Não pensamos na falta do que é desejado. Damos nossa atenção integral a continuamente evoluir nossos desejos.

Seu mundo físico, a Terra, é um bom ambiente para harmonizar seu conhecimento, pois aqui seus pensamentos não se traduzem num instante equivalente – vocês têm um espaço de tempo. Quando vocês estruturam seus pensamentos em relação àquilo que querem, vocês precisam se tornar bem certos (certos o bastante a ponto de a emoção aparecer) antes de começar a atrair o processo. E ainda assim, vocês precisam permitir e manter a expectativa em sua experiência antes da manifestação. Aquele espaço de tempo lhe propicia muita oportunidade de ser mais claro sobre qual desejável o pensamento faz sentir-se. Se você estivesse numa dimensão onde manifestasse instantaneamente, você gastaria mais de seu tempo tentando se livrar de seus erros (como, aliás, muitos de você estão fazendo) do que em criar as coisas que querem.

O que previne todo pensamento indesejado de se manifestar?

Jerry: O que – nessa área de espaço de tempo – seleciona o indesejado de nossos pensamentos antes que eles se manifestem fisicamente?

Abraham: Na maioria dos casos, isso não é selecionado. A maioria das pessoas tem um pouco das coisas de que gosta e um pouco de que não gosta. A maioria está criando quase tudo em suas vidas por padrão porque não entende as regras do jogo. Elas ainda não entendem as Leis.

Mas há aqueles que estão começando a entender essas Leis Eternas Universais (e, por isso, queremos dizer que elas existem mesmo em sua ignorância delas e elas existem em todas as dimensões). Para essas pessoas, então, a consciência da maneira como estão se sentindo é o que faz a diferença sobre a qual manifestam seus pensamentos.

Eu não deviria visualizar os meios da manifestação?

Jerry: Abraham, quando estamos visualizando, ou pensando sobre algo que queremos, deveríamos estar olhando para os meios (ou para os “como”) da obtenção daquilo que queremos, assim como para aquilo que queremos obter? Ou seríamos mais inteligentes se apenas visualizássemos o resultado final deixando o “como”, mais ou menos, cuidar de si mesmo?

Abraham: Se você já identificou que quer participar dos meios específicos, então está tudo bem em dar sua atenção a isso.

A chave para saber se você não é específico o bastante ou muito específico é a forma como você se sente. Em outras palavras, quando você está em seu seminário, o específico de seu pensamento lhe trará o entusiasmo ou a emoção positiva; mas se você se tornar muito específico antes de ter coletado informações suficientes, então você se sentirá em dúvida ou preocupado. Assim, reconhecer o equilíbrio de suas intenções é um caso de prestar atenção à maneira como você se sente...seja específico o bastante para sentir emoção positiva, mas não tão específico para começar a sentir emoção negativa.

Quando você fala do que quer e porque quer, normalmente você se sente melhor. No entanto, quando você fala do que quer e como aquilo virá para você, se você não vê agora uma maneira pela qual aquilo se desenvolverá, então esse pensamento específico trará um sentimento pior. Se você fala de quem ajudará para que aquilo aconteça, quando aquilo vai acontecer ou de onde aquilo virá e você não tem nenhuma dessas respostas, então essas especificidades estão mais estorvando do que ajudando. Então, realmente, é questão de ser tão específico quanto você puder ser conquanto que ainda continue a se sentir bem.

Estou sendo muito específico em meus desejo?

Jerry: Digamos que eu gostaria de ser um professor em uma situação bem agradável. Seria de alguma vantagem dizer “Bem, então devo decidir se quero ensinar história, matemática, filosofia ou se quero ensinar no colegial ou alguma outra coisa?”.

Abraham: Quando você pensa que quer ser um professor (“quero alavancar outros à alegria que descobri nesse conhecimento específico”), sua emoção positiva indica que seu pensamento está ajudando sua criação. Mas se você fosse pensar “mas não sou bem versado nesse tema”, ou “não há liberdade para os estudantes nesse sistema escolar atual”, ou “lembro-me quão reprimido me senti quando eu era estudante”, ou “nunca tive um professor de quem gostasse”, esses pensamentos não trazem bom sentimento e ser específico sobre eles estorva sua criação prazerosa.

A questão não é sobre se você deve ser específico ou generalizado. A questão é sobre a direção do pensamento. O que você está alcançando são os pensamentos dos bons sentimentos. Assim, alcance os pensamentos de bons sentimentos e perceba que você os encontrará mais rapidamente quando estiver na generalização seu objetivo; mas, então, a partir desse estado de bom sentimento, continue somando gentilmente mais e melhores sentimentos específico a eles, até que você possa ser mais facilmente específico e sentir-se bem ao mesmo tempo. Essa é a melhor forma de criar.

Jerry: Seria melhor que apenas visionássemos a essência do resultado final e deixássemos os detalhes específicos cuidarem de si mesmos completamente?

Abraham: Essa é uma boa forma. Vá logo para os felizes resultados finais que você está buscando. Imagine-se já tendo adquirido qualquer coisa que você deseje. E a partir desse sentimento bom, você atrairá os pensamentos específicos, pessoais, circunstâncias e eventos que lhe trarão tudo relacionado a seu desejo.

Jerry: Então quão detalhados você recomendaria que nossos pensamentos fossem sobre o resultado final do que queremos?

Abraham: Seja tão detalhado em seus pensamentos sobre seu desejo quanto puder ser – e ainda sinta-se bem.

Posso apagar qualquer pensamento passado desvantajoso?

Jerry: Há alguma forma de uma pessoa apagar todas as experiências passadas, pensamentos e crenças que não representam alguma vantagem para nossas criações prazerosas nesse momento?

Abraham: Você não pode olhar para uma experiência indesejada e anunciar que não mais pensará sobre ela porque, mesmo naquele momento, você estará pensando nela. Mas você pode pensar sobre outra coisa. E, ao dar sua atenção à outra coisa, aquele tema indesejado

de seu passado perderá o seu poder e, com o tempo, você não pensará mais sobre aquilo. Melhor do que tentar arduamente apagar o passado, foque no presente. Dê atenção ao que você quer agora.

Como alguém poderia reverter uma espiral em declive?

Jerry: Se você se encontra em uma espiral descendente, onde todas as coisas que foram importantes para você parecem estar sumindo ou sendo depreciadas, como você poderia interromper o movimento de queda e transformá-lo num movimento positivo, superior?

Abraham: Essa é uma pergunta excelente. Essa espiral em declive é a Lei da Atração em trabalho. Em outras palavras, ela começou com um pouco de pensamento negativo. Então, mais pensamentos foram arregimentados, mais pessoas foram arregimentadas, mais conversas também, até que e isso se tornou uma espiral em declive, como você diz, muito poderosa. É necessário um Ser bastante forte para tirar seu pensamento do que não é desejado quando ele está assim intenso. Em outras palavras, quando seu calo está realmente incomodando, é difícil colocar seu pensamento num pé saudável. Em situações extremamente negativas, sugeriríamos mais a distração do que tentar mudar o pensamento. Em outras palavras, vá dormir ou vá a um cinema, escute música, brinque com seu gato..faça algo que mude seu pensamento.

Mesmo quando você está no que você chama de “uma espiral em declive”, algumas coisas em sua vida são melhores do que outras. Quando você foca no melhor do que você tem, mesmo que seja numa pequena parte do que está acontecendo, a Lei da Atração lhe trará mais daquilo. Você pode substituir um movimento em declive para um movimento positivo, simplesmente direcionando seus pensamentos para mais e mais coisas que você deseje.

E quando dois competem pelo mesmo troféu?

Jerry: Já que, numa situação competitiva, quando uma pessoa ganha o troféu isso significa que a outra o perde, como cada pessoa obtém o que quer?

Abraham: Pelo reconhecimento de que há ilimitados “troféus”. Quando você se põe numa competição onde há apenas um troféu, você está se pondo automaticamente em uma situação onde sabe que apenas um irá ganhar o troféu. O que for mais lúcido, que tiver o desejo mais forte e a maior expectativa de ganhar, ganhará...

A competição pode lhe servir porque estimula seu desejo, mas pode ser uma desvantagem se lhe embaraçar a crença no sucesso. Encontre uma

maneira de se divertir na competição. Procure pelas vantagens que isso lhe traz, mesmo que você não traga o troféu para casa. E quando você se sente bem, não importa no quê, você ganha o que consideramos ser o melhor troféu de todos. Você ganha Conexão. Você ganha clareza. Você ganha vitalidade. Você ganha alinhamento com seu Ser Interior. E como essa atitude, você trará mais troféus para casa.

Nesse Universo Ilimitado, não há necessidade de competição por recursos, pois os recursos são ilimitados. Você pode se privar de recebê-los e, conseqüentemente, perceber uma deficiência, mas isso é realmente criação sua.

Se eu posso imaginar, isso é realístico

Jerry: Há algo que possamos querer que você consideraria irrealístico?

Abraham: Se você é capaz de imaginar, não é “irrealístico”. Se, a partir desse tempo-espaco realidade, você é capaz de criar o desejo, esse tempo-espaco realidade tem os recursos para atender a ele. Tudo o que é requerido é seu alinhamento vibracional com seu desejo.

Jerry: Bem, se eu posso visionar, isso significa que eu imaginei?

Abraham: Quando você está visionando você mesmo com aquilo que está imaginando, você está atraindo as circunstâncias por meio das quais encontrará formas de criar aquilo.

Podemos usar esses princípios para o “mal”?

Jerry: Uma pessoa poderia usar o mesmo processo da criação que você tem ensinado para criar o que alguns veriam como o “mal”, como tirar as vidas dos outros ou tirar coisas dos outros, contra a vontade deles?

Abraham: É possível para alguém criar o que ele quer, embora você não queira que ele queira aquilo?

Jerry: Sim.

Jerry: Pois, certamente. Pois qualquer coisa que ele queira...ele pode atrair.

Há mais poder na co-criação grupal?

Jerry: Podemos aumentar nosso poder, ou nossa habilidade para criar algo, estando reunidos num grupo de pessoas?

Abraham: A vantagem de estar junto para criar algo é que você pode estimular e acentuar o desejo. A desvantagem é que, como há mais de vocês, se torna mais difícil estar focado apenas no que é desejado por você...individualmente você mantém uma capacidade suficiente para criar qualquer coisa que você pode imaginar. Conseqüentemente, não precisa estar junto com outros...no entanto, pode ser divertido!

E se eles não quiserem que eu tenha sucesso?

Jerry: É possível criar efetivamente quando estamos na companhia de pessoas que se opõem fortemente ao que queremos?

Abraham: Pelo foco no que você deseja, você pode ignorar a oposição deles. Se você se opõe à oposição deles, conseqüentemente não pode estar focado no que quer e sua criação seria afetada. É mais fácil se afastar para onde você não mais precise se focar na oposição, de forma a estar focado em seu desejo. Mas se você precisa se afastar de alguém por causa do potencial da oposição, então você precisa sair da cidade também, pois certamente ali há aqueles que não estão em total acordo com suas idéias; e fora desse país, e fora da face desse planeta. Sair da oposição não é necessário. Apenas foque no que você quer e, pelo poder da sua própria clareza, você será capaz de criar positivamente sob quaisquer circunstâncias.

Jerry: Você está dizendo que receberemos a essência de qualquer coisa em eu estejamos pensando – seja algo que queiramos ou algo que não queiramos – desde que haja emoção conectada a isso?

Abraham: Se você está tendo um pensamento e permanece focado nele tempo o bastante, a Lei da Atração lhe entregará mais pensamentos até que ele se torne tão claro o bastante que a emoção será convocada. Todo pensamento que você tiver, se você se mantiver pensando, irá eventualmente se tornar poderoso o bastante para atrair a essência dele mesmo em sua experiência.

Como uso meu fluxo do momentum para o crescimento?

Jerry: Abraham, como podemos entrar num estado de fluxo onde o momentum que criamos crie agora somando-se ao nosso crescimento – ou seja, para nosso movimento contínuo?

Abraham: Encontrando uma pequena coisa que o faça feliz quando você pensa nela e focando nela até que a Lei da Atração traga mais e mais e mais. Quando mais você pensa no que quer, mais emoção positiva

virá...e quanto mais emoção positiva vem, mais você saberá que está pensando no que quer. Assim, é uma questão de você – deliberada e conscientemente – tomar a decisão do fluxo que você quer.

Todo mundo, sem exceção, está atraindo qualquer coisa que vem para sua experiência, mas quando deliberadamente você escolhe a direção de seu pensamento, guiando gentilmente sua atenção para pensamentos que lhe tragam sentimentos melhores, você não mais criará coisas indesejadas de forma padronizada. Sua consciência da poderosa Lei da Atração, se combina com sua determinação de prestar atenção às suas emoções e seu desejo de se sentir bem fará com que você vivencie a alegria da Criação Deliberada.