

PLEIADIAN

Spirals of Light

Workbook



Ed Russo

PLEIADIAN

Spirals of Light

Workbook



Ed Russo

ESPIRAIS DE LUZ PLEIADIANOS

pasta de trabalho

Ed Russo

PUBLICAÇÕES ILUMINADAS, PITTSBURGH

SUBA A ESCADA E MANIFESTE SEUS SONHOS

Suba a escada dos centros de energia e realize todos os seus sonhos. Abrir seus centros de energia, o que os hindus chamam de chakras, pode transmutar seu metabolismo celular, alterando drasticamente seus tecidos energéticos de seu corpo. Para obter sucesso e verdadeiro poder, devemos subir a escada dentro de nosso corpo energético. Com este livro de exercícios, você pode obter melhor consciência espiritual e melhor saúde e aprovar todos os aspectos de sua vida.

SOBRE O AUTOR

Ed Russo se interessou por metafísica após um encontro com OVNI's nos primeiros anos de sua vida. Ele tem mais de 10 anos estudando as ciências esotéricas e as religiões da natureza. Ele tem sido membro de muitos grupos espirituais e esotéricos. Ele estuda os ensinamentos do Kabbalah Centre. Além de ser ministro da ULC, ele também deu palestras sobre metafísica e desenvolvimento humano, escreveu artigos para um folheto de notícias sobre saúde mental. Ele foi um convidado na rádio Blogtalk apresentada por Royce Holleman sobre o paranormal.

PARA ESCREVER AO AUTOR

Se você deseja entrar em contato com o autor ou gostaria de obter mais informações sobre este livro, escreva para o autor aos cuidados da Illuminated Publications e encaminharemos o pedido. Tanto o autor quanto a editora gostariam de ouvir os leitores, aprendendo com sua satisfação e benefícios com o livro. Para escrever ao autor, escreva para:

Ed Russo

c/o PUBLICAÇÕES ILUMINADAS

goldenilluminati@yahoo.com

Para obter informações sobre outros livros podem ser encontrados no site.

http://www.lulu.com/spotlight/dark_corvus

Também por Ed Russo

O CÓDIGO ILLUMINATI: Mistério da Nova Ordem Mundial

O CÓDIGO ILLUMINATI 2: O Apocalipse Ressurge

A MALDIÇÃO DA SERÍADE

MORTO E MORTO

A CIÊNCIA DOS NEGÓCIOS: O segredo para um negócio de sucesso

OS PAPÉIS PLEIADIANOS

LOUCURA DE COGUMELOS

Publicado por

PUBLICAÇÕES ILUMINADAS

Copyright © 2013

ISBN 978-1-304-28938-4

Dedicado a todos que querem crescer

INTRODUÇÃO

Existem Mestres de Luz que têm a capacidade de criar todos os seus sonhos. Alguns são deste planeta, alguns são de outros mundos. Quem são esses Mestres da Luz? Eles são aqueles que superaram as limitações que retêm o resto da humanidade. Esses Emissários da Luz são um com o Eu Divino. O corpo humano tem órgãos físicos importantes que todos nós conhecemos. Esses são o coração, os pulmões, o fígado e outros órgãos importantes necessários para viver. Também temos um corpo astral ou o que alguns chamam de corpo-alma. O corpo astral também tem órgãos principais, muito parecidos com os órgãos físicos principais do corpo humano. Esses órgãos do corpo astral são espirais de centros de energia que o iogue hindu chama de Chakras. Os egípcios os chamam de Sete Poderes. Os chineses os chamam de Vaso Propulsor. Os chineses se concentram mais na linha de energia do que nos centros de energia. Essas espirais são como funis. A frente e a parte de trás dos centros que são vórtices são considerados um. Os funis estão saindo de ambos os lados e se encontrando no meio. Este é considerado o coração dos Centros. A frente representa os sentimentos da pessoa e a parte de trás representa a sua vontade. Quando esses centros estão fracos, isso afeta a saúde mental e física da pessoa. É também a causa de todos os nossos sucessos e fracassos na vida, baseado na saúde de nossos centros de energia. Este livro de exercícios mostrará o que fazer para fortalecer seus centros de energia para mudar sua vida. Este é o primeiro passo para se tornar um Mestre da Luz.

A ideia é reconhecer o Eu Divino. Os Pleiadianos e outros Emissários da Luz estão em contato com o Eu Divino. Eles são Mestres da Luz e estão aqui para permitir que a humanidade perceba que eles também podem se tornar Mestres da Luz. Antes que alguém possa se tornar um Mestre da Luz, primeiro você precisa entender o que é a Luz. Este livro de trabalho é projetado para ajudá-lo a mudar e elevar suas vibrações. Para ter felicidade

na vida, uma vibração deve estar alinhada para refletir isso. Deve-se assumir total responsabilidade pessoal por suas ações. Isso inclui seus pensamentos e vibrações.

O desejo é a força que impulsiona tudo. Desejo é Amor, e é do amor que tudo se origina. O amor é Luz, e não há nada mais na existência além da Luz. Dois sistemas têm brigado entre si. Esses dois sistemas são religião e ciência. O contato extraterrestre que vem ocorrendo ao longo do tempo é projetado para criar uma ponte entre ciência e religião. A Fonte que é Luz é o que muitas religiões chamam de Deus. Gravidade é Desejo. A Lei do Amor e a Lei da Gravidade são as mesmas. É a força que faz com que gostos atraiam gostos. Coisas semelhantes ligam-se a coisas semelhantes. Quando um planeta está no espaço, ele não tem peso. Sempre que a matéria está no local de seu nascimento, ela pertence a lá e, portanto, em equilíbrio. Ele flutua em seu campo equilibrado. Nessa posição, ela não tem peso em relação a qualquer outra coisa no universo. Quando outro corpo se aproxima, a matéria fica desequilibrada, pois cria uma ligação que causa a medição em peso. Quanto mais a massa for semelhante à outra massa, mais forte será a ligação e mais ela pesará. A gravidade não puxa apenas em uma direção. Ele puxa em qualquer direção. O vapor de água sobe e se acumula e se torna nuvens. Isso é a gravidade puxando o vapor de água para cima em direção à sua semelhança, que são os gases que compõem a atmosfera.

A gravidade causa movimento e o movimento cria eletricidade. A eletricidade é a força para criar a manifestação material. Manifestações materiais são distúrbios elétricos no vácuo. A eletricidade causa esses distúrbios. A eletricidade se manifesta na polaridade como feminina e masculina como espirais de eletricidade em torno de um buraco negro. A corrente elétrica, por exemplo, deve ter um fluxo positivo e negativo de íons. Sem uma polaridade, não pode haver eletricidade. O masculino (polaridade positiva) e o feminino (polaridade negativa) devem estar presentes para que qualquer coisa se manifeste. No espaço, a gravidade, que é desejo, cria eletricidade no vácuo. Este vácuo é perturbado e o hidrogênio é a matéria que é criada. O hidrogênio espirala junto. À medida que espirala, é chamada de nebulosa. À medida que a nebulosa continua a espiralar, o atrito causa calor e, eventualmente, nasce uma estrela. Como esta esfera continua a se manifestar e se manter unida devido ao espaço frio que a comprime e ao calor que a expande, a próxima frequência na linha que é produzida é o elemento hélio. Cada oitava no teclado de energia deve sua existência à combinação de vibrações positivas e negativas. Cada teclado de energia é uma combinação de vibrações positivas e negativas. Portanto, existem reações que ocorrem entre essas vibrações. Isso significa que cada campo vibracional é um produto criado pela união de duas vibrações. Cada vibração de energia do teclado é uma extensão da anterior. Todas as vibrações, desde as mais altas (raios cósmicos) até as mais baixas (matéria física) no plano vibratório, têm frequências que são múltiplas daquelas correspondentes a cada nota da escala musical. Existe uma única escala composta por sete grandes divisões que se repete desde a unidade infinitamente menor até o universo infinitamente maior. Assim como a escala musical tem C, D, E, F, G, A e B em que cada oitava compõe as diferentes escalas, bem é o mesmo no teclado de energia.

Os músicos observaram que existem 9 escalas auditivas na música que correspondem ao teclado musical. O teclado de energia tem 144 totais de oitavas. Isso significa que na escala

de sua manifestação mais sublime, é repetido 144 vezes, dando assim um total de 1008 notas maiores para o teclado de energia.

A Lei do Triângulo

A Lei do Triângulo é que nada pode se manifestar sem a polaridade negativa e positiva. As duas polaridades manifestam o terceiro ponto que forma o triângulo. Existem três planos de existência. Toda a criação toma forma de acordo com a Lei do Triângulo; o número 3. Os três planos são concretos pelo número 9. Pois 9 é o único número que interage e penetra em um dos três planos. Nos três planos existem o material, o mental e o astral. Todos os outros números, como 1-8, estão sujeitos ao seu plano de manifestação espacial temporal. 9 permitem passagem direta para os planos enquanto 1-8 requer preparação especial que é mais complexa.

Quando se trata do ciclo nove, a vibração inicial tem uma frequência com redução teosófica de 0 ou 9. Ainda que o número 9 seja considerado desigual, a vibração correspondente não é negativa, mas neutra. O número 9 é um número neutro porque marca o fim de um ciclo e o início de outro na criação de uma condição vibratória. O número 9 está associado ao 0 nas derivações matemáticas. Esses números não alteram o total obtido nesses cálculos. Como este exemplo: $5+9 = 14 = 1+4 = 5 + 0$, que mostra que 0 desempenha o mesmo papel que 9 na função numérica. Mesmo na multiplicação se aplica. Qualquer redução do produto da multiplicação por 9 resulta sempre em 9. Exemplo: $4 \times 9 = 36 = 3+6 = 9$.

As vibrações não têm períodos correspondentes a todos os números de 1 ao infinito, mas sim períodos que correspondem ao intervalo entre 0 e 9. Portanto, todas as oitavas de energia dos raios cósmicos à matéria física consistem na combinação de frequências positivas e negativas baseadas na periodicidade cíclica expressa pelo número 9. É por isso que o sistema numérico é 0-9 e depois se repete como 10 cuja redução teosófica é 1, e a próxima redução teosófica do número 11 é 2 e assim por diante. Essa repetição continua por toda a eternidade. A redução teosófica será sempre a mesma. Na multiplicação é de 0 a 9

10,11,12,13,14,15,16,17,18,19 = 1,2,3,4,5,6,7,8,9,1 redução teosófica

10,11,12,13,14,15,16,17,18,19 = 0,1,2,3,4,5,6,7,8,9 tr por multiplicação

Como existem três planos de existência, o triângulo é usado para simbolizar isso. O espaço simboliza o círculo. O espaço é curvo e o círculo é de 360 graus que a redução teosófica é igual a 9. O círculo é infinito e finito. O círculo é a conclusão de nove e zero. É o Uroboros, o dragão ou serpente comendo sua cauda.

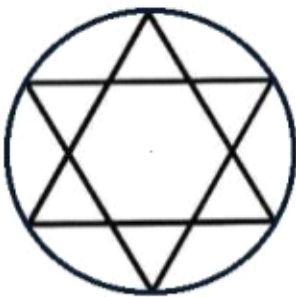


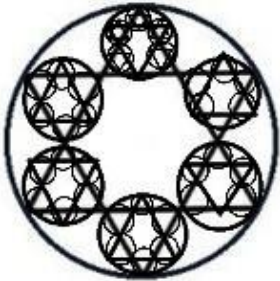
Imagem de www.aeriagames.com

Como o triângulo simboliza o três, que é a polaridade pai (positiva), mãe (negativa) e filho, o triângulo é usado dentro do círculo. Como tudo é polarizado, o triângulo então se polariza como dois triângulos entrelaçados. Os triângulos entrelaçados são um hexagrama. Cada ponto do hexagrama dentro do círculo manifesta círculos ao redor de cada ponto. Cada um desses círculos são limites criados. Dentro de cada um desses limites está o triângulo que é um ponto de cada hexagrama. Como tudo se polariza, esses triângulos se entrelaçam. Essa criação de limites continuará no infinito fazendo círculos menores. Portanto, você tem o Infinito dentro do finito, criando uma quantidade infinita de objetos replicados dentro do círculo original.

Portanto, cada círculo parece ser uma estrutura isolada com suas próprias informações. Mas exatamente cada círculo individual tem todas as informações exatas como um todo. Agora esse grande círculo que parece estar isolado do espaço fora dele, se você diminuir o zoom verá que é um círculo dentro de outro círculo. Você veria que ele fica maior e maior infinitamente. Seria como dois espelhos frente a frente onde os reflexos vão infinitamente em ambas as direções.

Cada círculo individual possui as informações de todos, o que determina sua individualidade é o código dentro do roteiro. Esse é o número de prótons que está dentro do átomo. Esses números determinam a frequência de cada círculo.





Quando um átomo tem um próton, então o elemento é o hidrogênio, enquanto isso continua, o próximo conjunto de átomos tem dois prótons, esse elemento é o hélio. Isso continua. Cada conjunto de átomos que se manifesta tem um próton a mais dentro do que o anterior. Cada próton tem todas as informações como o próprio universo. O próprio próton é um universo em escala subatômica. É um fractal do todo. Vivemos em um universo holográfico. Como um holograma, a luz brilha através de uma placa de zona que possui a gravação original de uma imagem. A luz que brilha cria um holograma tridimensional. O holograma pode ter várias imagens que aparecem separadas. A verdade é que vem da luz que brilha através da placa de zona. O mundo em que vivemos é apenas uma luz que cria hologramas que aparecem separados. A razão pela qual não passamos por hologramas ao nosso redor como o holograma brilhando de uma placa de zona é porque também somos hologramas. O mundo material que experimentamos, os hologramas projetam um campo eletromagnético. Quando o campo eletromagnético em ambos os objetos se repelem, ele parece sólido. Nossa mão não pode passar por ela. Quando o campo eletromagnético não se repele, nossa mão passa por ele como os hologramas projetados de uma placa de zona. Quando nosso campo eletromagnético entra em contato com outro campo eletromagnético que não está em fase, ele envia impulsos elétricos ao cérebro, dando-nos a sensação do tato. Nossas mentes criam o que esperamos, mesmo que não seja assim. O universo é um tanto plástico onde pode ser alterado. Temos hologramas em nosso cérebro como imagens em uma TV. Vemos o que esperamos. Os Mestres de Tai Chi têm um exercício que mostra como as limitações são criadas na mente. Eles percebem isso e aprendem a superar as limitações a ponto de derrubar uma multidão com um aceno de mão. Aqui está um exercício para mostrar que a solidez e os obstáculos são uma ilusão. Feche a mão esquerda sobre o pulso

da mão direita. Pressione para cima com o braço direito com toda a sua força enquanto pressiona igualmente para baixo com a esquerda. Agora sinta a tensão em ambos. Agora mantenha a tensão entre ambos, mas concentre toda a consciência da tensão no braço direito sem soltá-la. Agora que você sente a tensão no ombro e no braço, afaste o braço esquerdo. Observe que quando você moveu a mão esquerda pela primeira vez, a mão direita não se moveu? Isso porque você ainda pensou que estava empurrando o braço direito contra o esquerdo que não estava mais lá.

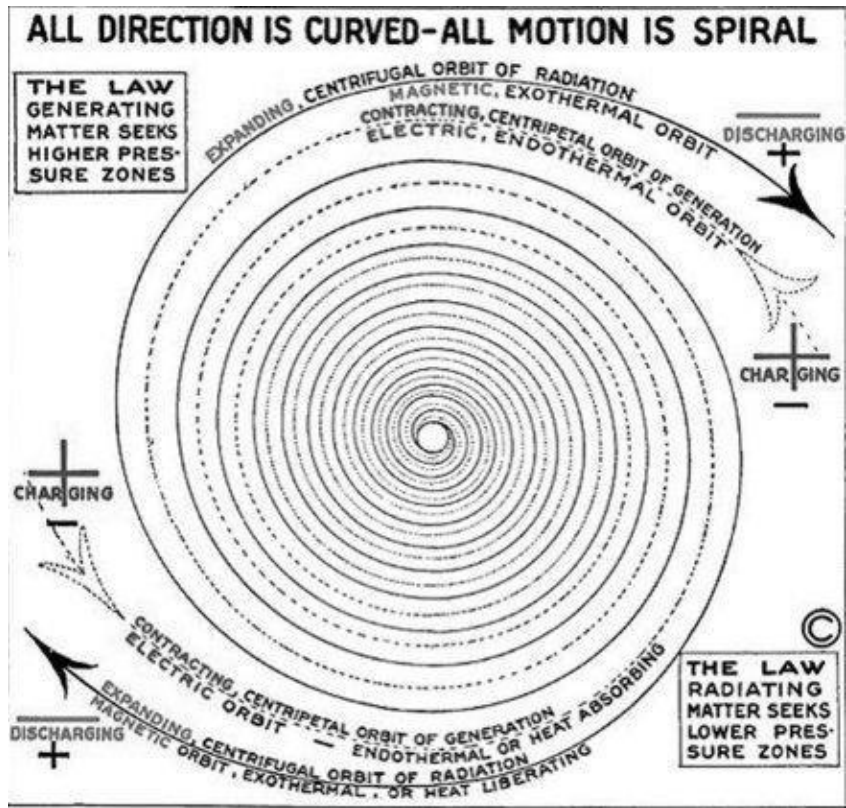
Enquanto você pensar que o obstáculo está lá, você congela e não pode fazer mais nada. Este é o exemplo com o braço. Na vida geralmente os obstáculos são o que são criados em nossa mente. Portanto, as coisas que nos impedem existem apenas na mente.

Tudo espirala. Como eu disse antes, a eletricidade espirala conforme se move ao redor do centro do buraco negro. Os íons negativos e os íons positivos se movem em duas direções. Um se move para dentro enquanto o outro se move para fora. Como você vê as espirais da Galáxia ao redor do buraco negro, a razão pela qual você vê o espaço negro entre cada banda espiral é porque a escuridão está espiralando na direção oposta à espiral das bandas que são visíveis. A energia que espirala para dentro é invisível ao olho humano. A luz mãe (negativa) irradia estendendo-se do centro do buraco negro para dar origem a incontáveis estrelas e planetas, desdobrando-os a partir da semente centralizadora. Os braços da luz pai gravitacional (positiva) puxam em espiral para dentro das estrelas em direção aos pólos do centro do buraco negro. Gravitação é a polaridade masculina da Criação. A gravidade se dobra em direção à semente. A radiação é a polaridade feminina da Criação. A radiação se desenvolve a partir da semente. Este equilíbrio de intercâmbio entre as ondas pai-mãe de gravitação e radiação é a base de todas as coisas criadas. É o princípio da doação igual em duas vias que manifesta a qualidade do Amor na Luz da Singularidade.

Essa espiral ocorre em tudo. O primeiro elemento que é o hidrogênio espirala junto como a Nebulosa. Os sóis são formados devido à espiral de gases. O próprio átomo está em espiral. O momento da espiral é o que mantém os sóis e planetas para continuar a girar.



Russell's Curve Electric Universe



Essa rotação e espiral também ocorre dentro dos centros de poder. Quando duas espirais se encontram e formam dois cones, elas são de duas polaridades diferentes que se tornam companheiras. As espirais giram para os eixos ainda centrados onde os cones se encontram. Nos centros de poder do corpo astral, os dois cones espiralados se encontram no eixo central. Um cone espiral (mãe) está associado a sentimentos. O outro cone (pai) está associado à vontade. É a vontade que impregna os sentimentos e os sentimentos dão origem à manifestação. Aqui está um exemplo de cones de acoplamento na figura 7.



Fig 7
Directions of spiral motion never reverses

Os dois cones em espiral juntos formam um vórtice. O cone em espiral na frente do corpo do Centro de Poder são os sentimentos (mãe) e o cone na parte de trás do corpo associado à vontade (pai). A vontade deve ser exercida para que a vontade impregne os sentimentos. São os sentimentos que dão origem à manifestação.

A PRIMEIRA ESPIRAL

(Elemento Terra)

Todos nós sabemos que o corpo físico possui órgãos principais, como o coração, fígado, baço, pulmões por exemplo. Dentro de nosso corpo astral também temos órgãos principais. Estes são os Centros de Poder. A primeira espiral é o primeiro centro de energia. Ele está localizado perto do ânus na base da coluna vertebral. Está associado ao elemento Terra. Este Power Center é sobre sobrevivência. Aqui está um correspondente do simbolismo deste centro de poder.

Elemento: Terra

Função: sobrevivência

Glândulas: supra-renais

Desequilíbrios: Obesidade, constipação, hemorróidas, problemas de dinheiro

Cor vermelha

Sephira: Malkuth

Esta primeira espiral está associada à sobrevivência. Quando nossos centros de poder dentro de nossa alma estão conectados ao corpo físico, nossos centros de poder são fortes. Estamos mais fundamentados. Quando forte, você ama sua carreira e não se julga mais, porque sempre se sente amado e desejado por seus amigos. Você tem mais do que suficiente. Você se sente abençoado e tem muita gratidão.

Quando este Centro de Poder está fraco, a pessoa se sente presa em uma carreira indesejada. Eles sentem que não têm dinheiro suficiente. A ideia de dar dinheiro, seja para pagar contas ou como presente, traz sentimentos de pavor.

A pessoa se torna um rabo duro e retentivo anal. Aquele que é um rabo duro não gosta de gastar dinheiro ou doar. O desequilíbrio desse Centro de Força também traz constipação, e Freud considerou retentivo anal como uma criança que se recusa a defecar. O uso dessa frase é usado para descrever alguém que não abre mão de seu impulso egocêntrico de dominar os outros. A auto-estima dessa pessoa é baixa e ela precisa inflar o ego para competir com os outros para se sentir digna. Eles estão sempre em um estado de autojulgamento e sempre sentem que precisam viver de acordo com algum padrão. Quem sofre de excesso de peso julga-se pelo constante questionamento de si mesmo. Quando este

Centro de Poder está fraco, a pessoa tende a buscar aprovação externa para seu próprio valor.

Quando não nos sentimos dignos, não estamos de castigo. A razão é porque quando alguém não se sente digno, eles se questionam. Alguém questiona se eles são estáveis o suficiente para ficar de pé com os próprios pés. A pessoa então tem um pensamento irrealista enquanto não está fundamentada no mundo que está ao seu redor. Alguém pergunta se eles têm o direito de estar aqui, de ocupar espaço. Esse pensamento leva a pensar que eles não merecem ter o que precisam para sobreviver.

Quando alguém acha que não merece ter o que precisa para sobreviver, os sentimentos envolvidos tornam mais difícil sobreviver. Essa vibração cria situações que levam a dificuldades financeiras e outras coisas necessárias para a sobrevivência. Muitos viciados em drogas e alcoólatras lutam com essa mentalidade. Eles sentem que não são dignos de ter suas necessidades, portanto, escapam pelo uso de drogas. Eles não estão de castigo e não acreditam que são estáveis o suficiente para ficar de pé com os próprios pés, então eles dependem de drogas ou álcool para se apoiar. Ao usar drogas ou abusar do álcool, a pessoa se apega a crenças errôneas de que será digna depois de parar, em vez de perceber que já é digna apenas porque está viva. Esse indivíduo luta com seu valor próprio e, quando pode ficar limpo e sóbrio, muitos recaem porque ainda não se sentem dignos de ter suas necessidades atendidas porque a vida ainda parece opressiva.

Quando se trata de sobrevivência, as glândulas supra-renais desempenham um papel importante. Quando sentimos que estamos em perigo, as glândulas supra-renais secretam adrenalina que desencadeia a resposta de luta ou fuga. Neste modo de sobrevivência reagimos rapidamente focando apenas nesta situação. No mundo moderno, a resposta de luta ou fuga é praticamente desnecessária. Não estamos em um mundo onde temos que estar constantemente atentos a animais selvagens ou a uma tribo inimiga em guerra para nos pegar. Muitos dos medos que temos hoje são irracionais. Esses medos irracionais podem ser ansiedade por perder nossos empregos, medo de perder o relacionamento amoroso, etc. A resposta de fuga ou luta faz com que a pessoa reaja de maneira agressiva ou submissa. Lidar com a situação de forma assertiva é como se resolve o dilema. Assertividade seria tomar as ações certas necessárias para salvar seu emprego ou relacionamentos. Assertividade é como você satisfaz suas necessidades. Agressividade ou passividade nunca atendem às necessidades. Quando alguém está no estado agressivo (luta), pode expressar suas necessidades, mas a agressividade coloca os outros na defesa. Isso não faz nada além de sair pela culatra. O uso da força, seja por palavras ou ações físicas, não atinge os objetivos. A natureza não força. O amor não opera na força, a agressão é a força. Para superar esses medos, é preciso reconhecer o Deus Interior. Quando você conhece e reconhece o Deus Interior, então você sabe que é digno e merece ter todas as coisas necessárias para viver. Saber verdadeiramente isso elimina o medo. Sabendo disso você sabe que tudo que você precisa está ao seu alcance.

Quando este Centro de Poder é forte, podemos viver a vida sem a necessidade de nos adequarmos a algum padrão. Percebemos que não somos o que fazemos, ou fizemos.

Existem exercícios para ajudar a construir resistência ao estresse que causa a resposta de luta ou fuga. Uma maneira é aumentar sua resistência física ao estresse. Nossas convicções são mantidas no corpo físico. Quaisquer que sejam nossas crenças, está associada à tensão corporal. Diferentes crenças tensionam certas áreas do corpo físico. É preciso que nosso corpo fique tenso em certas áreas para manter nossas fortes crenças. Relaxar essas tensões ajudará a abandonar essas crenças que podem estar criando medo. Algumas pessoas são mais vulneráveis ao estresse do que outras devido a essa tensão associada às suas crenças.

Examine e pergunte a si mesmo se você fica estressado mais facilmente ou menos do que outras pessoas que você conhece. Marque abaixo em qual categoria você se enquadra.

Eu pareço mais calmo do que a maioria das pessoas

Quase o mesmo que a maioria das pessoas

Eu pareço ficar mais chateado do que a maioria das pessoas que conheço

Se você marcou o terceiro, existem técnicas que podem ajudá-lo a lidar melhor com isso.

Exercício: as pessoas que praticam exercícios regularmente tendem a ter menos estresse e ansiedade do que aquelas que não praticam, indicam pesquisas. Não importa se o exercício é aeróbico ou anaeróbico. O que quer que você escolha, faça regularmente. O exercício regular ajuda a aumentar os níveis de serotonina no sangue. Este produto químico dá sensação de bem-estar. O exercício também ajuda a aliviar as tensões associadas a crenças que o deixam mais estressado. Escolha qualquer rotina de exercícios que você goste ou possa fazer. Lembre-se de alongar e aquecer primeiro. Nas primeiras quatro semanas você notará os benefícios. O exercício também eleva uma quantidade saudável de testosterona, o que o torna mais assertivo. Portanto, não se preocupem, senhoras, vocês ainda serão femininas. Sendo assertivo, você tomará calmamente as ações necessárias para fazer as coisas. Passividade ou agressão não. Quando alguém não satisfaz as necessidades, causa raiva. A raiva se manifesta na forma de hostilidade ou depressão. A depressão é a raiva voltada para dentro, em vez de externar de maneira hostil e agressiva. Quando estamos calmos, podemos pensar com mais clareza e encontrar melhores respostas para resolver os problemas. Ficar sobrecarregado impede a pessoa de ver como resolver uma situação.

Alimentação Saudável: quando comemos alimentos que não são saudáveis na correria, isso não ajuda em nada no estresse. Comer refeições nutritivas equilibradas é o que ajuda. Faça escolhas simples, como comer uma salada com algumas batatas fritas gordurosas. Reservar um tempo para sentar e mastigar a comida ajuda. Leva 20 minutos para o corpo reconhecer que não está com fome. Isso significa que não importa o quanto você coma, se comer antes desses 20 minutos, você ainda sentirá fome. Coma seus vegetais e obtenha proteínas. A proteína pode ser de feijões e nozes e carnes magras. Tente reduzir o açúcar. O açúcar é conhecido por causar uma montanha-russa no humor. Observe também a ingestão de cafeína. A cafeína não apenas vicia, mas também estimula a resposta ao estresse. Se você tem problemas de ansiedade ou raiva ou problemas para dormir, deve-se reduzir o uso de produtos com cafeína.

Durma o suficiente: dormir o suficiente é essencial. Muitas pessoas não dormem o suficiente e a privação do sono contribui para níveis mais altos de estresse. Certifique-se de que você está dormindo o suficiente à noite é uma grande prioridade em sua vida. A maioria precisa de cerca de 8 horas de sono todas as noites para obter o melhor desempenho. Cada indivíduo é diferente. Para obter melhores resultados, tenha uma hora de dormir regular e uma hora de acordar. Certifique-se de que seu ambiente de dormir esteja adequado em termos de temperatura, escuridão e silêncio. Se você tiver problemas para dormir, você pode querer consultar o seu médico.

Viva uma vida equilibrada: Sua vida é equilibrada? Você tenta fazer muito durante o dia? Se você está realizando várias tarefas ao mesmo tempo, tentando fazer muitas coisas ao mesmo tempo, diminua a velocidade. Tentar fazer muitas coisas ao mesmo tempo causa estresse. As coisas podem ser esmagadoras e você se sentirá sendo puxado para um comportamento agressivo, passivo e/ou passivo-agressivo. Portanto, desacelere e perceba que não há necessidade de pressa. Agir para prolongar sua vida alivia o estresse de tentar fazer tudo no momento. Ninguém no final da vida pensa: “droga, gostaria de passar mais tempo no trabalho”, desacelere e planeje com antecedência e pare de tentar fazer muitas coisas ao mesmo tempo.

Examine suas situações

Outra maneira de reduzir a ansiedade é examinar sua situação. Às vezes pensamos que nossas situações são muito mais ameaçadoras do que realmente são.

Pense em uma situação que aconteceu nas últimas semanas que foi pequena, mas causou uma grande reação em você. Escreva a situação.

Geralmente não reagimos ao que está acontecendo, mas reagimos ao que pensamos que está acontecendo. Se você reagiu de forma exagerada a um pequeno evento ou mesmo ao que o evento significou para você, anote. Talvez um amigo não tenha respondido a você no Facebook, mas você decidiu que isso significava que ele não queria ser incomodado por você. Sua resposta emocional não é pela falta de resposta dela, mas por ela não querer ser sua amiga.

Julgamentos sobre o significado das situações geralmente acontecem automaticamente sem que estejamos cientes. Ficamos chateados e não sabemos por quê. A ideia é se perguntar o que a situação significa. Avalie o significado, substitua por um significado diferente se acharmos que podemos estar pensando de forma irrealista

Pense na situação estressante que você anotou. O que a situação significou para você? O que isso disse sobre você, ou a outra pessoa ou o mundo em que você vive?

Você tem 100% de certeza de que o que você acredita que a situação significou para você é verdade? É possível que possa ter havido outras razões pelas quais a situação acontece? Liste-os.

As razões alternativas são menos ameaçadoras do que você pensava? Muito provavelmente a resposta é sim. Quando estamos estressados, tendemos a piorar as coisas. Nossa imaginação se deixa levar e somos consumidos por uma ansiedade desnecessária. Precisamos fazer perguntas sobre por que estamos tão ansiosos com as situações. Marque aquela que se aplica a você.

Minha vida está em perigo? A resposta de luta e fuga desencadeada pelo estresse é projetada para salvar nossas vidas. Hoje provavelmente não corremos perigo de vida. Portanto, pergunte: "Sua vida está em perigo por causa da situação que você criou?" A maioria das situações pelas quais temos tanta ansiedade não é uma situação de vida ou morte. Quando você percebe que sua vida não está em perigo, isso pode ajudá-lo a deixar de lado o que tanto o preocupa.

Qual é a pior coisa que poderia acontecer? Nós tendemos a ficar tensos sobre coisas que são menores. Imaginamos o pior cenário. Se o que você temia se tornasse realidade, você conseguiria viver consigo mesmo? Se você pode viver com isso, então você NÃO PRECISA que a situação funcione do jeito que você quer. É só que você prefere que seja, mas não PRECISA. Não é o fim do mundo, por exemplo, se tal e tal nunca mais falar com você.

A tensão ajudará a situação? Muitas vezes estamos tensos e sentimos que precisamos ficar tensos com a situação. A tensão só serve para duas coisas, que são lutar ou fugir. A tensão, como eu disse anteriormente, é causada por nossas convicções, aquelas crenças emocionais que sentimos que precisamos manter. Se não precisamos lutar ou correr, então não há necessidade de tensão. Podemos então liberar as tensões, pois isso nos ajuda a abandonar nossas crenças.

Lista de três colunas. Para explorar outras formas de pensar, você pode usar uma lista de três colunas. Na primeira coluna, escreva o incidente. Na segunda coluna, anote os pensamentos automáticos que você interpreta como sendo o incidente. Na terceira coluna, escreva do que se trata. Escreva uma lista de todas as possibilidades.

Fazendo este exercício você pode perceber que estava apenas assumindo coisas que não eram assim. Você pode perceber que estava apenas pensando negativamente sobre algo. Isso pode ajudar a aliviar a ansiedade sobre a situação quando você perceber que não está ameaçado e é menor do que você pensava.

O estresse nos torna mais impulsivos, faz com que respondamos de maneira muito passiva, agressiva ou passiva. Estando calmo, você pode prosseguir com assertividade e tomar as medidas necessárias. Isso requer força de vontade.

Nossos pensamentos automáticos vêm de nossa programação infantil. Por isso são automáticos. Muitos deles são insalubres. A primeira espiral do Power Center armazena todas as nossas informações de sobrevivência como um disquete de computador. Pensamentos automáticos são como um computador respondendo às informações em um disquete. Todos nós temos uma parte do cérebro chamada cérebro de réptil. Sobrevive de prazer. Você não pode lutar contra isso, como a força da gravidade, tudo o que você pode

fazer é aceitar a atração e trabalhar com ela. O cérebro reptiliano fará qualquer coisa para sobreviver, mesmo que destrua o hospedeiro. Esse hospedeiro é o seu corpo. Isso também é chamado de mente ctônica. O cérebro reptiliano pode obter prazer com comida, fluidos, oxigênio, sexo e carinho. Quando não está sendo alimentado com prazer por essas necessidades, compensará por outra coisa apenas para sobreviver. É quando nos tornamos escravos ao nos entregarmos a coisas que prejudicam nosso bem-estar. Trabalhar com a mente ctônica é reprogramá-la para que ela tire seu prazer das necessidades. Uma dieta adequada é como ele obtém prazer com a comida, beber bastante líquido é como ele obtém prazer com os líquidos. Exercitar-se e respirar adequadamente é como ele obtém prazer com o oxigênio. Ter um orgasmo uma vez por semana é saudável, mesmo que seja prazer próprio. É assim que o cérebro reptiliano obtém seu prazer. Ter uma vida social conectando-se com outras pessoas é como isso é nutrido. Trata-se de equilíbrio. Às vezes não é fácil alimentar o cérebro reptiliano com essas necessidades devido ao nosso comportamento de auto-sabotagem por causa de como nos sentimos sobre o nosso direito de estar aqui. Existe outra maneira de reprogramar a mente ctônica para mudar isso. As sugestões automáticas estão longe de mudar nossos pensamentos automáticos. Chthonic significa enraizado dentro ou sob a terra. Na mitologia grega é o submundo. A mente ctônica é o profundo aspecto inconsciente de nossa mente que dirige todas as escolhas que fazemos quando se trata de sobrevivência. Na mitologia grega, por exemplo, o submundo é onde os espíritos da natureza que são a criatividade animando os homens ou se manifestam como um espírito do mal como um impulso para destruir. Portanto, os monstros dentro de nós que jazem nas profundezas, não podem ser destruídos, apenas domados.

A autossugestão é a arte de manifestar as coisas em sua vida colocando o foco nelas e repetindo verbalmente ou mentalmente o que você deseja.

Eu sou

Quando se trata de auto-sugestões, as palavras são muito importantes. O texto e tudo é importante para o sucesso. A palavra "EU SOU" é uma palavra muito poderosa. A palavra é o poder da manifestação. Por exemplo, se você quer ter sucesso, dizer, estou tendo sucesso não seria apropriado. Dizer essa afirmação é programar a mente para sempre se tornar, mas nunca alcançar o sucesso. Portanto, a sugestão apropriada seria: "Eu sou bem-sucedido". As situações atuais na vida de alguém podem desmascarar essa sugestão, dizendo em tom de brincadeira: "Sim, certo, bem-sucedido, acho que não". Passe pelo desmascaramento e continue repetidamente a sugestão, "Eu sou bem-sucedido", então com o tempo você passará a acreditar nisso. É preciso sentir isso e, assim que o fizer, você se manifestará no sucesso de sua vida. Outra coisa sobre a mente é que a mente não nega. Palavras como não ou não não são registradas na mente. Isso é parte do motivo pelo qual você diz a alguém para não fazer algo, e eles fazem de qualquer maneira. Por exemplo, se você está tentando perder peso, dizer "eu não sou gordo" não é apropriado. A mente capta tudo nessa frase, exceto não. Tudo o que a mente ouve nessa sugestão é 'eu sou gordo', portanto, novamente, deve-se colocar o que você deseja após a palavra eu sou, como 'eu sou magro'. Não importa o quão irrealista isso possa parecer, é assim que a mente funciona.

A crença ocorre primeiro na mente antes de se manifestar na realidade material. O que quer que você queira, você deve sentir que já o tem. Sinta e acredite que você tem o dinheiro de que precisa. Perceba que você merece. Com o tempo, você programará a mente para aceitá-lo enquanto seus hábitos mudam para se mover em direção ao que você acredita que merece e deseja. Sua mente subconsciente lhe dará a visão de quais ações são necessárias para obter o dinheiro que está chegando. Você pode receber insights de uma inspiração repentina, é importante agir de acordo com as informações que chegam até você. Este lampejo de insight pode estar vindo do Cósmico para você. A Inteligência Cósmica é o elo com a mente subconsciente. Isso também é o que se precisa fazer em qualquer outra coisa que você queira. Se você quer perder peso, veja e sinta que você está lá.

Vá a algum lugar tranquilo e diga em voz alta a quantia que deseja. Veja o prazo e como você vai atender para recebê-lo. Anote o valor aqui.

Por exemplo, você deseja acumular \$ 9.000 até 3 de agosto. você concorda em fornecer serviços por meio de vendas em uma empresa de pedidos por correspondência on-line. Repita o que quiser e sinta todas as noites e todas as manhãs. É assim que você reprograma a escassez para a abundância. Muitos de nós sentimos que não merecemos ou nos sentimos culpados se tiramos um dia de folga do trabalho, ou nos sentimos culpados se alguém nos ajuda com dinheiro.

Nosso corpo

Quando se trata de nosso corpo, devemos nos sentir confortáveis com nosso corpo antes de nos sentirmos confortáveis com nosso eu interior. Um deve estar confortável em sua própria pele. Dominar o primeiro centro de energia é curar nosso corpo. Devemos aprender a aceitar, sentir e amar nosso corpo. Isso é um desafio, porque muitos de nós não gostamos do que vemos no espelho. Ao examinarmos nosso corpo, vemos partes mais profundas de nós mesmos. Nosso corpo é a máquina que recebe todas as informações programadas em nós. Essa programação vem de nossa genética, dos alimentos que ingerimos e de nossos hábitos diários. Tudo isso reflete na aparência dessa máquina corporal que a operamos. Devemos estar em nosso corpo para amá-lo. Quando se trata de perder peso, é preciso primeiro aceitar seu corpo. Se você está começando a odiar sua aparência, produz hormônios que apenas fazem com que você ganhe mais peso. Desprezar sua aparência apenas torna muito mais difícil mudar a questão do peso. Como eu disse antes, estar de castigo nos ajuda a estar em nosso corpo. Quando se trata de dieta, certifique-se de ter proteína suficiente. Como mencionei anteriormente, o exercício pode ajudá-lo a ficar de castigo. A meditação também ajuda você a estar em seu corpo. A meditação que permite que você esteja em seu corpo é estar ciente de suas sensações corporais.

Sente-se com as costas retas e sem apoio. Role os ombros para trás com o peito um pouco para fora. Certifique-se de que você não está caído. Certifique-se de que sua cabeça esteja reta, como se estivesse sendo sustentada por uma corda no teto. Relaxar . Inspire três vezes

profundamente e relaxe. Sente-se e sinta as sensações do seu corpo. Como você se sente por dentro? Sinta onde você pode ter tensões. Esteja ciente do que você pode estar sentindo. A tensão pode estar desencadeando uma resposta de luta ou fuga. Esteja ciente e sinta isso. Não tente mudá-lo, apenas reconheça e sinta.

Dinheiro

Antes de podermos passar para outros Centros de Poder, temos que primeiro estar ancorados no primeiro Centro. Você não pode construir uma casa na areia movediça. Você deve ter uma base sólida. Existem muitos viciados místicos que ignoram o plano material e compram compulsivamente todo tipo de material esotérico para tentar evoluir, mas enquanto isso não conseguem nem pagar o aluguel. Se você não se sente confortável com um teto sobre sua cabeça e não sabe como vai pagar o aluguel ou comer, você não pode alcançar a Iluminação. Parte do crescimento é interagir com o mundo onde você tem a capacidade de ajudar a si mesmo e aos outros. Não estamos aqui apenas para sentar no topo de uma montanha e meditar sem fazer mais nada. Fazer isso é apenas fugir da realidade como quem usa drogas para fugir.

Quando você se sente confortável sobrevivendo onde realmente pode viver, então você tem mais energia para buscar ensinamentos superiores, ensinamentos que estão no reino do psíquico.

Quando você tem dinheiro, ele cria autoconfiança, o que é necessário para o autodomínio. Ter dinheiro também aumenta o poder social, pois pode fazer com que os outros se submetam humildemente a você. Ele também permite que você aproveite os avanços médicos para melhorar sua saúde.

Aqui estão algumas maneiras de ajudá-lo a construir seu relacionamento com o domínio do dinheiro. A ideia é fazer o dinheiro trabalhar para você, em vez de trabalhar pelo dinheiro.

Certifique-se de que sua renda seja maior do que suas despesas de subsistência: essa é a primeira parte importante. Isso lhe dá o suficiente para trabalhar. Antes de fazer qualquer coisa, primeiro você precisa ter uma fonte de renda e sobrar o suficiente depois de pagar suas contas mensais. Primeiro obtenha uma renda, seja por meio de uma carreira ou de um negócio. Acompanhe suas receitas e despesas. Liste o que você gasta em mantimentos, prestações de carro, etc. Para uma carreira, você pode ver quais carreiras valem a pena ou não. Existe o Manual do Outlook Ocupacional para consultar. <http://www.bls.gov/oco/home.htm>

Se você deseja iniciar um negócio, tenho um livro chamado How to Get Your Business Pregnant, que também foi renomeado como The Science of Business: O segredo para um negócio bem-sucedido, que fornece informações sobre como iniciar um negócio.

Reduzir dívidas incobráveis: Existe uma diferença entre dívidas inadimplentes e dívidas boas. Dívida boa é quando você pede dinheiro emprestado para fazer um investimento lucrativo, como um negócio ou o pagamento de uma hipoteca. A inadimplência, por outro

lado, é como o dinheiro que você deve no cartão de crédito. A ideia aqui é reduzir a inadimplência. Dívidas incobráveis impedem o sucesso financeiro e podem causar uma deficiência psicológica. Livrar-se da inadimplência afetará suas emoções. Você começará a ter um senso de controle, sabendo que pode resolver o problema.

Liste todas as suas fontes de inadimplência. Quanto você paga de alimentação, se tiver cartão de crédito, anote quanto gasta e juros.

Depois de listar as inadimplências, separe cada dívida e divida esse valor pelo pagamento mínimo mensal que você tem que fazer. Isso lhe dirá quanto tempo levará para saldar a dívida, menos os juros.

A dívida que está com o menor tempo para pagar, faça dessa a sua primeira escolha para quitá-la.

Agora pague o mínimo que você precisa em tudo, menos na primeira coisa que você escolheu. Totalize todo o mínimo para tudo e pegue 10% disso e adicione-o ao seu pagamento mensal à sua melhor escolha.

Depois que a dívida for totalmente paga, você se sentirá bem. Alegre-se com sua realização. Faça o mesmo no próximo mês e assim por diante. Pagar o mínimo primeiro recompensa você mais rápido, para que você tenha a sensação de realização.

Investir: A ideia é ter dinheiro para investir para alcançar a independência financeira. Quando se trata de investimentos, você deve ver quais são suas despesas anuais que você gasta com comida e abrigo e outras fontes que são gastas em coisas que não rendem dinheiro. Iniciar um plano de investimento, como o mercado. Faça suas pesquisas antes de decidir no que investir. Decida com quanto dinheiro você começará e quanto poderá investir nos próximos anos.

Proteja seu dinheiro: você deve aprender a proteger seu dinheiro de outras pessoas. Isso é devido a ações judiciais, apreensões do governo e flutuações do mercado. Faça sua pesquisa para descobrir como.

É preciso se livrar do pensamento da escassez de dinheiro. A maioria de nós é ensinada que o dinheiro é limitado e que não há o suficiente para todos. Cada divisão fractal na criação tem informações infinitas da fonte original que é infinita. O próprio átomo é 99,9999% de espaço e o espaço é preenchido com energia. Portanto, o espaço é uma ilusão. O dinheiro simboliza essa energia infinita. O dinheiro simboliza a força vital que vem como recursos, como alimentos e outras necessidades necessárias para sobreviver. Portanto, as limitações do dinheiro são o que colocamos nele mentalmente. Immanuel, conhecido como Jesus, disse: "Seu coração está onde está seu tesouro". Isso significa que você gasta seu dinheiro onde está seu coração. Dinheiro é medida; ele mede onde está o seu coração. Quantas vezes alguém disse: "Se eu tivesse dinheiro, faria isso e aquilo", e quando recebe o dinheiro, ele é gasto em outro lugar? Isso porque o coração de alguém não estava onde eles pensavam que estava. O coração deles é onde o dinheiro foi gasto. O dinheiro revela isso sobre você. Se o

seu coração não está onde você quer que esteja, então é aí que você tem que dar um passo para trás e reprogramar onde você quer que ele esteja. O dinheiro também simboliza os deuses da fertilidade. Uma vez que o dinheiro simboliza a força vital, ele pode ser usado para beneficiar a vida ou pode ser usado para trazer a morte. Tudo isso depende do indivíduo que está aproveitando esse poder. Quando uma pessoa é gananciosa, basicamente ela é viciada em dinheiro, isso traz o lado negro da fertilidade que é a morte. A imagem do Grim Reaper é que ele segura uma foice. Uma foice é uma ferramenta que geralmente é usada para colher colheitas em uma fazenda. A imagem do Grim Reaper é colher vida. Quando alguém é viciado, uma das duas coisas acontece: ou o vício consome e destrói o indivíduo, poupando todos os outros, ou destrói todos ao seu redor antes de destruir o indivíduo. Aqui está o Mito de Midas que dá esse exemplo:

Midas era um rei da Frígia, região que hoje faz parte da Turquia. Um dia, alguns de seus lavradores trouxeram para ele um sátiro que haviam pego cochilando no vinhedo. Esta criatura, parte homem, parte bode, ainda grogue e muito pior pelo desgaste, tinha sido completamente amarrada para impedi-lo de escapar. Midas imediatamente reconheceu Sileno, sátiro braço direito do deus Dionísio, e ordenou que ele fosse libertado.

Silenus explicou que ele e seu mestre haviam acabado de voltar do Oriente, onde estavam empenhados em espalhar o cultivo da uva. Dioniso havia trazido de volta um ou dois tigres, um bando cada vez maior de seguidores e um sátiro muito bêbado. Silenus havia dormido no vinhedo de Midas para dormir. Agora ele estava grato ao rei por tratá-lo com dignidade, assim como Dionísio. O deus ficou tão satisfeito, de fato, que se ofereceu para conceder tudo o que Midas desejasse.

Agora, você não conseguiu governar um reino naqueles dias sem uma compreensão bastante ativa do que torna uma economia bem-sucedida. Midas não precisou pensar duas vezes. Como o plano mais simples para o reabastecimento constante do tesouro real, ele pediu que tudo o que tocasse se transformasse em ouro.

Arqueando uma sobrancelha piedosa, Dionísio chegou a perguntar se Midas tinha certeza. Ao que o rei respondeu instantaneamente: "Claro, tenho certeza." Então Dionísio acenou com seu cetro de galho de pinheiro e concedeu a bênção.

E Midas correu de volta para casa para experimentá-lo. A princípio, hesitante, ele colocou a ponta de um dedo trêmulo em uma tigela de frutas e depois em um banquinho e depois em uma pele de cordeiro lanosa. E quando cada um deles foi transmutado em um instante no ouro mais puro, o rei começou a pular como o cordeiro antes de sua transformação.

"Basta olhar para isso!" ele cantou, transformando sua carruagem em uma massa brilhante de transporte inestimável, embora sem valor. "Olha o que o papai pode fazer!" ele gritou, pegando sua filha pela mão para conduzi-la ao jardim para uma aula sobre como fazer a natureza orvalhada brilhar com um brilho monótono, mas mais valioso.

Encontrando resistência inesperada, ele se virou para ver por que sua filha estava sendo tão lesma. Ao que seus olhos encontraram, onde seu filho estivera, uma estátua de ouro em tamanho real que poderia ter sido intitulada "Inocência Surpresa".

"Uh oh", disse Midas, e desse ponto em diante os uh-oh's se multiplicaram. Ele não podia tocar em nenhum objeto útil sem que perdesse em utilidade o que ganhava em valor monetário, nem em qualquer alimento sem que perdesse toda a potência nutricional em seu caminho de chumbo por sua goela.

Este mito mostrou que devido à sua ganância, ele acabou matando sua filha ao tocá-la onde ela se transformou em ouro. Como ele não conseguia comer, ele morreria. Muitas pessoas citam erroneamente e dizem que "o dinheiro é a raiz de todos os males", o ditado correto é "o amor ao dinheiro é a raiz de todos os males". . Quando você usa o dinheiro como uma forma de beneficiar vidas, há muito que você pode fazer para ajudar você, seus entes queridos e a sociedade. Torna-se então uma força que traz vida a todos. Assim como em George Lucas Star Wars, os Jedi e os malvados Sith usam a mesma Força. O Jedi usa a Força para o bem e o Sith usa a Força para o mal. O dinheiro pode aliviar o estresse e beneficiar os relacionamentos; pode melhorar a saúde porque você pode pagar para obter os cuidados que deseja. Por meio de instituições de caridade, pode ser usado para ajudar a humanidade e, se você está ganhando dinheiro prestando serviços, também está ajudando as pessoas. Por outro lado, um traficante ou ladrão está ganhando dinheiro destruindo vidas. Os viciados em drogas estão comprando seus venenos, muitos desses mesmos viciados em drogas estão cometendo crimes para que tenham dinheiro para comprar mais de seus venenos. Portanto, o dealer está aumentando o problema desse efeito dominó. O dinheiro que ele ganha geralmente não beneficia os relacionamentos ao seu redor. Essa mentalidade de escassez oculta que o levou a vender drogas em primeiro lugar geralmente permeia todo o resto. Ele provavelmente não receberá tanto quanto aquele que ganha a vida legalmente e sabe que não há limite para o que está fluindo lá fora. O propósito do Dízimo é colocar a mentalidade de que você não está perdendo nada porque o dinheiro não tem limites. O medo do dízimo indica que o dinheiro é limitado, então você não pode dar. Em vez do dízimo para a necessidade, você diz para a abundância, a fim de trazer abundância para sua vida. Dízimo não é caridade. É doar para quem te inspira, te lembra quem você é e te eleva. Pode ser qualquer organização ou indivíduo. É quem te dá esse sentimento de esperança e inspiração.

Acima do dízimo está dando a quem você quiser por qualquer motivo. O dízimo é o começo da doação. Dízimo é o passo de bebê para dar. Dar além do dízimo é quando você está realmente dando. Quanto mais você dá, mais você recebe. Sua confiança em receber cresce à medida que você dá. Dar a alguém porque seu motivo é buscar algo como a aprovação dessa pessoa não é dar. Fazer algo para que alguém possa fazer algo por você pode fazer com que alguém se sinta enganado quando essa outra pessoa não faz o que você esperava. Não dá a confiança de que mais virá por causa da intenção e motivo. Portanto, não é a aparência externa que importa, é a intenção. Duas pessoas diferentes podem dar dinheiro a alguém com dois motivos diferentes. Aquele que está dando porque quer e se sente bem em dar; sabendo que não estão perdendo nada, receberão mais. Aquele que dá porque tem um

motivo sentirá e se arrependerá quando o outro não retribuir o favor. Quantas vezes alguns deram porque acharam difícil dizer “não”, pois esperam que o outro os pague de alguma forma para apenas se decepcionar e se arrepender enquanto estão cheios de arrependimento porque agora estão falidos? Isso acontece com frequência e não é realmente dar. Dar no verdadeiro sentido é saber que você pode pagar e não importa se você recebe algo de volta, você só fez porque quis. Isso é dado. Estamos aqui para imitar a Luz. A Luz se expande e compartilha. Ser um idiota não é emular a Luz. Ao emular a Luz, permitimos que nosso recipiente receba mais Luz. A luz vem em muitas formas, neste caso vem na forma de dinheiro. Ultrapassar este Centro de Poder é livrar-se do pensamento de escassez e imitar a Luz.

A SEGUNDA ESPIRAL

(Elemento Água)

A segunda espiral do Centro de Força está localizada na região da virilha. É o centro sacral. Está associado ao elemento Água. Este Centro de Poder é sobre sexualidade. Aqui está um correspondente do simbolismo deste centro de poder.

Elemento: Água

Função: sexualidade, desejo, criatividade

Glândulas: ovários, testículos

Desequilíbrios: impotência, frigidez, problemas lombares

Cor laranja

Sephira: Yesod

Essa espiral quando conectada a pessoa vê o sexo de uma forma saudável. Você sempre arranja tempo para seu parceiro fazer sexo, mesmo que você esteja com ele há muitos anos. Você escolheu os parceiros certos e é íntimo deles. Intimidade significa que você pode se abrir com seu parceiro sem medo de que eles o julguem como algum tipo de aberração ou vadia. Você também aproveita cada momento com eles; não é apenas um meio para um fim de ter um orgasmo. Você se sente seguro em seus relacionamentos.

Quando a conexão do plugue é fraca, a culpa e a vergonha são associadas ao sexo. Quando alguém sente culpa e vergonha, também não gosta de intimidade. A intensidade e a proximidade são desconfortáveis. Muitos erguem muros tentando se proteger de possíveis ferimentos. Essas paredes para proteger alguém de ser ferido, na verdade, tornam a pessoa mais vulnerável. Isso evita que alguém faça as conexões com os outros como um recurso. Ele mantém um corte de informações valiosas. A Lei 18 nas 48 Leis do Poder de Robert Green diz “Não construa fortalezas para se proteger – o isolamento é perigoso”, uma fortaleza parece a mais segura, mas o isolamento o torna vulnerável. Conexões são

importantes. Quando você corta suas conexões com os outros, então quando você está envolvido com alguém, é fácil cair na armadilha de fazer dessa pessoa o seu mundo inteiro, mesmo que você tenha uma parede para protegê-lo dessa pessoa que agora é o centro de tudo. seu mundo.

Parte da vida vem da interação com os outros. Somos animais sociais. Para ter sucesso na vida, é preciso se comunicar de forma eficaz com as pessoas. Isso é por ter confiança. É assim que satisfazemos nossas necessidades. Confiança é o que é necessário para ter conectividade. Quando este centro sagrado é fraco, a pessoa tem problemas de confiança.

Aquele com quem você deve ter mais conexão é o Deus interior. Depois de ter a conexão com o Deus Interior, você pode se sentir seguro para fazer conexões com os outros. Quando este Centro de Energia não está bem conectado, a pessoa tende a sentir que não pode ser amada por ser ela mesma. Eles acham difícil acreditar que outros possam amá-los. Eles lutam para se ver como sexy e podem ter ejaculação precoce ou retardada, raramente têm orgasmo ao mesmo tempo que seu parceiro.

Às vezes, experiências traumáticas, como agressão sexual, podem nos desconectar ao desconectar esse centro de poder sexual. Quando sentimos culpa ou vergonha em relação ao sexo, muitos de nós ficamos inquietos ou nos tornamos promíscuos. A promiscuidade é um mecanismo de enfrentamento de tentar fazer o sexo certo porque se sente que o sexo é errado. Enquanto um é promíscuo, eles carecem de intimidade. O orgasmo é um meio para um fim. Eles tendem a querer acabar logo com isso para que possam ter a sensação da liberação do orgasmo. A vergonha apenas cria obsessão. Quando esse centro de energia está fraco, não gostamos das emoções fortes que o sexo evoca. As pessoas inquietas simplesmente evitam o sexo por causa disso, enquanto os viciados em sexo querem acabar com isso apenas para perseguir o orgasmo. Essa é a razão pela qual esses viciados se contentam principalmente com sexo ruim, como pornografia e prostitutas. Não estou dizendo que não há nada de errado com a pornografia, mas os viciados em sexo se contentam com atividades às quais realmente não precisam se apegar emocionalmente. Eles evitam a intimidade para não se machucar.

A mãe

Todo ser humano veio a este mundo nascido do ventre de sua mãe. Esta é uma analogia para a origem de toda a vida. O vínculo entre mãe e filho continua relacionado ao relacionamento do indivíduo com o Divino. A mãe é tudo para o filho recém-nascido. Para a criança recém-nascida, ela é Deus. Ela fornece tudo o que a criança precisa para crescer e amadurecer. Ela é a fonte de nutrição e abundância. Quando ela faz isso como deveria, a criança desenvolve uma sensação de segurança e confiança. É essa sensação de segurança e confiança que é necessária para estar em unidade com o Divino, que é o Deus interior.

Todos os problemas de confiança se originam na mãe. Ao crescer, o pai pode ter uma grande participação nisso, mas cabe à mãe proteger seu filho, mesmo do pai, se ele for um perigo. Ele pode ser capaz de dominá-la, mas ela tem a opção de permitir que ele continue na vida dela e de seu filho ou não.

A auto-estima e o valor-próprio baseiam-se no vínculo entre mãe e filho. Experiências prazerosas enviam à criança uma mensagem de aceitação e amor. Por outro lado, experiências dolorosas enviam mensagens de rejeição e insegurança. Essas mensagens não afetam apenas a relação entre mãe e filho, mas também a relação dessa criança com seu próprio corpo. Se o bebê é constantemente negado e rejeitado, isso também afetará o desenvolvimento do cérebro, a auto-estima e a auto-estima do indivíduo. Isso fará com que o prazer e a dor se confundam a ponto de a intimidade ser associada à dor. Essa programação subconsciente de intimidade relacionada à dor e à insegurança afetará as escolhas de relacionamentos futuros. Essa pessoa com essa programação de autossabotagem terá problemas de relacionamento. Para se proteger dos sentimentos desconfortáveis de intimidade, eles desconectarão subconscientemente seu segundo centro de poder na medida em que se sintam confortáveis. Isso é o que faz com que este Centro de Energia fique um pouco ou mais desconectado. Quando é desconectado, torna-se fraco ou fechado.

Por outro lado, quando o vínculo entre mãe e filho é saudável, essa criança receberá mensagens de aceitação física, seu cérebro se desenvolverá plenamente e terá alta autoestima e valor próprio, associando prazer e segurança a intimidade. Ele terá prazer em todos os prazeres e os verá como direitos herdados.

À medida que crescer, verá que todas as realizações de desejos são naturais. Atingir metas não será problema. Uma vez que este indivíduo terá sentimentos de abundância e segurança, ele será capaz de se expandir para se conectar com os outros e, eventualmente, encontrar um relacionamento saudável com um parceiro.

A Terra também é uma manifestação da mãe. Todas as plantas, animais e nós, humanos, dependemos da fonte da Mãe Terra. A Terra nos nutre; ela é a sustentadora de nossos corpos e nos fornece abundância de seu corpo.

Na linguagem da Suméria, a palavra AMA significava útero e terra. A palavra ariana Mater foi usada para mãe e medida. Disto obtemos as palavras matéria e métrica, matriz e material. A palavra matriz significa útero da matéria. A matéria é o espelho do Divino. Não há separação entre o Divino e a Natureza. Eles são um. Aquele que tem essa conexão sabe que não há separação. Eles veem o prazer das coisas como presentes herdados. O indivíduo que tem um centro de energia fraco neste nível tende a sentir ciúmes nos relacionamentos. Às vezes, eles podem se tornar possessivos. Quando você percebe que tudo são dons herdados, não há necessidade de propriedade, porque você percebe que ninguém é verdadeiramente dono de nada ou de ninguém. Estando ciente do Deus Interior, você sabe que você e tudo é uma extensão da Fonte. Portanto, se tudo é uma extensão, não há necessidade de ser possessivo com nada, pois você percebe que tudo é uma extensão de você. Perceber isso também mostra que você tem confiança, o que é essencial em qualquer relacionamento saudável.

Quando se trata da terra, a saúde da terra e da comunidade é importante. A fertilidade da terra sempre significou riqueza e abundância para a comunidade. Qualquer coisa que

impeça a terra de fornecer alimentos é vista como uma perda de riqueza, segurança e vida. Existe uma ligação entre a palavra economia e ecologia. A palavra grega oikos, de onde vêm as palavras, significa casa ou família. Entendeu-se que, para alguém ter uma economia sustentável em casa, era preciso ter um relacionamento sustentável com o lar maior chamado terra. A palavra indo-européia para oikos, traça sua raiz para a palavra weik de onde vem a palavra anglo-saxônica Wicca, que hoje obtemos a palavra bruxa moderna. As bruxas que eram líderes femininas do clã, estavam encarregadas de administrar suas economias domésticas por meio de seu relacionamento espiritual com a Terra. Essa era a fonte suprema de poder e riqueza. Esse vínculo com a Mãe Terra, onde há consciência entre a terra e a riqueza, causa sentimentos profundos de conexão, confiança e segurança. Percebe-se que existe um vínculo entre nós, a terra, e todas as coisas vivas sobre a terra.

Nos lugares onde vivem os nativos, eles têm esse vínculo e quando os estrangeiros chegam e querem emplumar suas terras por motivos egoístas, os nativos se sentem tão perdidos como se uma criança visse sua mãe ser morta. É como se o mundo inteiro fosse destruído. No filme Avatar, você pode ver isso como um exemplo do quanto a tribo Navi protegia sua floresta por causa do forte vínculo que foi a vida toda.

Outra parte de ligação que é crítica que se relaciona com parte da terra é o nosso corpo. A nossa mãe que nos nutre e que é também o início das nossas experiências de prazer influencia a nossa relação com o nosso corpo. Os anos de formação são importantes, se estamos sendo rejeitados neste momento, pode causar falta de desenvolvimento do nosso cérebro a ponto de não ser prejudicado. Estudos têm mostrado que a estimulação do toque e o prazer são uma necessidade para o desenvolvimento do cérebro. Em alguns casos, uma criança morreu por ser totalmente rejeitada por falta de contato. Portanto, mesmo que o bebê seja alimentado, mas se for totalmente rejeitado em tudo o mais, esse bebê tem grandes chances de morrer por falta de desenvolvimento.

A próxima etapa do crescimento, quando a criança é nutrida adequadamente, é quando o Divino passa da Mãe Universal para o acasalamento. Este companheiro leva a pessoa a um lugar de transformação de vida, seja como parceiro no nível físico ou na psique interior. Nesse nível, o desejo sexual é um trunfo. Em algumas tradições pagãs, um homem que faz sexo com uma mulher que é a encarnação da Deusa é um herói. O caminho do herói é um nível de maturidade natural onde ele não teme o desejo, reprime sua sexualidade e nem busca a conquista. A conquista nada mais é do que tentar reivindicar a propriedade. Aquele que é seguro o suficiente para ficar de pé pode se render ao princípio feminino do prazer e do desejo. Ele é capaz de se entregar à vida. O herói não tenta escapar da vida ou conquistá-la, ele apenas a vive plenamente.

À medida que alguém se entrega à vida, passa a apreciar a ordem natural do Universo, as Leis da Criação. Em quase todas as culturas, acreditava-se que a Deusa Mãe dava as regras da vida à humanidade. Hoje a imagem da Justiça é uma mulher segurando uma balança. Isso provavelmente se origina do Egito da deusa Maat. No momento da morte de uma pessoa, Maat pesaria seu coração contra sua pena da verdade na balança do Julgamento.

Os chineses chamam essa ordem natural do Universo de Tao, que significa 'O Caminho'. Na Suméria chama-se ME e na Índia chama-se Dharma. Quando alguém tem essa interconexão, não precisa tentar possuir ou controlar os outros. Eles podem apenas sentar e aproveitar a vida. Quando você é ciumento e controlador, não consegue aproveitar a vida.

A interconexão é natural devido ao vínculo natural com o Divino, começando com o vínculo da mãe, depois com o amante e um senso de equilíbrio com a Natureza, o que significa que os desejos estão livremente de acordo com o fluxo criativo do Universo. A ligação da mãe automaticamente faz com que a pessoa esteja sintonizada com o Deus Interior. O amante internamente é a alma que é o princípio feminino da alma no homem. Nas mulheres, o princípio masculino é o animus. Esse amante interno acontece automaticamente devido à auto-estima e valor próprio que a pessoa sente devido ao vínculo de sua mãe. Às vezes encontramos essa contraparte da alma em um parceiro físico que nos completa.

Se o vínculo inicial entre mãe e filho for fraco, o senso de identidade desse indivíduo será prejudicado. Os vícios de sexo, comida, drogas e até dinheiro estão enraizados nessa falta de vínculo com nossa mãe. Quando você tem um mundo cheio de pessoas que tiveram problemas de vínculo com a mãe, você tem pessoas disfuncionais com baixa auto-estima que precisam aumentar sua auto-estima por meio do uso de drogas ou controle de outras pessoas ou ganância por poder monetário. O mundo seria um lugar melhor para se viver se não fosse por essas questões. Todos os problemas do mundo se originam primeiro em nossas casas.

A razão pela qual o adultério e a fornicação foram incluídos nas leis dos mandamentos é porque há milhares de anos os homens, enquanto viajavam, engravidavam as mulheres e as deixavam sozinhas. Muitas mulheres não conseguiam cuidar sozinhas de criar um filho. Isso atrapalharia a vida da mulher pela falta de responsabilidade do pai. Não estou dizendo que sexo não casado é errado, só estou explicando por que foi incluído nessas leis devido a esses fatores. Hoje temos contraceptivos e podemos fazer sexo responsável com os parceiros. Infelizmente você ainda tem homens hoje que são tão irresponsáveis. Esse comportamento não só interfere na vida da mulher, como pode afetar fortemente a criança.

A ligação é muito crítica nos anos de formação. Se a mãe da criança está sobrecarregada porque não consegue criar um filho sozinha, isso afeta a criança. Essa sensação de estar sobrecarregada pode atrapalhar o processo de vínculo necessário se a mãe estiver guardando algum ressentimento oculto e reprimido sobre sua situação. Se essa criança sentir esse ressentimento, ela sentirá algum tipo de rejeição. A criança pode sentir que sua mãe está apenas fingindo, assim como quando alguém nos abraça, podemos sentir se o abraço é genuíno ou falso, mesmo quando os movimentos são os mesmos. Essas ações apenas criam um efeito dominó. Se a criança não tem vínculo, ela pode crescer e escolher um relacionamento doentio e ter um filho que apenas cresce para continuar o padrão. Durante esse efeito dominó, você tem gerações de crianças viciadas em drogas, estupradores, assassinos e ladrões de dinheiro, todos os ingredientes para manter o mundo em um estado disfuncional. Portanto, o homem e a mulher devem fazer sexo responsável ou, se decidirem ter um filho, para garantir que estejam economicamente aptos, onde se

possa relaxar e se comprometer totalmente com a criação da criança. Aprenda a lição com os lobos. Quando um lobo encontra seu companheiro, eles são compatíveis antes de dar o próximo passo. Através da caça, os lobos garantem que tenham bastante comida antes de terem filhotes. Quando esses filhotes nascem, não há preocupação se há o suficiente para alimentar seus filhotes. Sem essas preocupações, os filhotes podem ter toda a atenção da mãe enquanto o vínculo é forte entre a mãe e os filhotes.

Os humanos aqui nesta terra tendem a fazer as coisas ao contrário. Muitos casais descobrem depois do casamento que não são compatíveis. Eles têm um filho enquanto lutam com problemas financeiros. Uma vez que você tenha um filho antes de estar economicamente estável, é quase impossível tornar-se economicamente estável depois. Quando ambos os pais estão preocupados se terão o suficiente para sustentar a família, não se pode dar a atenção total necessária para a criança.

Nas Plêiades os pais não veem seus filhos como sua propriedade, portanto uma vez que o vínculo original ocorre, amor e atenção são dados a todas as crianças da comunidade. Os recém-nascidos são emocional e mentalmente protegidos por qualquer influência negativa até que cheguem ao estágio em que possam aprender a pensar e se entender o suficiente para lidar com isso. Muitas vezes as crianças aqui na terra não são protegidas por influências negativas devido a essas influências ali mesmo em casa. Não é saudável discutir na frente das crianças, isso automaticamente faz com que a criança pense que é por causa dela.

Nas Plêiades, de acordo com muitas fontes, os primeiros dez anos são gastos na educação de aprender quem eles são. As crianças então se tornam seguras e bem equilibradas dentro de si mesmas. Se uma mulher engravidar e ela ponderar a situação e perceber que agora não é o melhor momento, ela fará um aborto antes que o feto se desenvolva e esperará mais tarde para dar à luz, onde ela poderá colocar toda a sua energia em trazer uma criança mentalmente saudável ao mundo. Segundo Meir os Pleadianos têm até as três primeiras semanas para se decidir, depois do 21º dia é tarde demais para fazer um aborto. Ela sabe que se trouxer uma criança ao mundo onde ela não será capaz de ser totalmente devotada, essa criança pode se tornar instável e desenvolver problemas de auto-estima e auto-imagem. Se a criatividade de alguém é negada, essa mesma energia não é natural, expressa de maneiras destrutivas.

Mesmo estudos mostram que quando os animais não têm prazer físico, os resultados levam à crueldade e à agressão. Quando alguém está seguro e bem equilibrado, eles assumem as características de compaixão, cuidado, empatia e afeição. A pessoa neste estágio natural vê que toda vida é uma parte do todo. Prejudicar qualquer vida nesta teia interconectada é prejudicar a todos, até a nós mesmos. Juntos somos Deus, juntos somos um. Esta é a razão pela qual nossos irmãos e irmãs mais velhos de outros mundos vêm aqui para nos ensinar e nos guiar. Eles veem que somos todos um e o que acontece conosco aqui afeta a todos.

Como vemos como tudo isso se conecta. Primeiro, o vínculo com o Divino como a mãe que nutre, depois, à medida que a pessoa amadurece, o Divino vem como o amante. Dentro de

toda essa estrutura, desenvolve-se um senso de segurança e confiança, então desfruta-se facilmente da satisfação dos desejos, onde se desenvolve auto-estima e poder pessoal e se vê a interconexão e se tem compaixão por toda a vida, então, através de tudo isso, um gozo de liberdade.

Antigamente o homem estava na fase de caça e coleta, quando atingimos a fase agrícola nossos pontos de vista mudaram. Então, conseguimos ter tempo para fazer outras coisas na vida. As pessoas foram capazes de explorar outras coisas na vida e desfrutar e viver a vida ao máximo. Esta é a motivação raiz de todos os seres humanos e é a energia criativa que deu origem a todas as culturas.

Quando uma criança está emocionalmente segura, sua energia criativa é liberada. Uma criança segura não se preocupará com sono, comida ou qualquer outra coisa enquanto estiver brincando. A criança estaria totalmente absorvida na brincadeira. Enquanto brinca, a criança está explorando, aprendendo e descobrindo. Enquanto a criança brinca, ela se enche de alegria. Isto é o que a vida deveria ser. 'Só trabalho e nenhuma diversão fazem de Jack um menino chato.' A vida é diversão enquanto você aprende, descobre e cria. O evoluído espiritualmente integra seu jogo criativo a ponto de criar coisas únicas que ele dá ao mundo.

Quando o Divino é visto como o amante, nosso impulso sexual criativo libera as energias criativas do espírito na vida da pessoa. O impulso sexual nos humanos é mais forte do que em qualquer outro animal. A criatividade liberada é forte o suficiente para fazer nascer uma civilização ou uma obra-prima. O Divino se expressa por meio de energias criativas sexuais que transcendem fronteiras.

Este Centro de Poder está associado ao elemento água. Da água começa toda a vida. Este centro corresponde aos fluidos corporais como sangue, sêmen, óvulos e outras secreções corporais.

Na Árvore da Vida está associado a Yesod, que é a esfera da água e da lua. A lua exerce uma atração sobre a água, causando maremotos. Também afeta nossas emoções devido a seus efeitos em nosso sangue. A lua afeta até o tempo da menstruação.

O sangue foi usado nos primeiros tempos como um símbolo em todos os rituais religiosos. Os homens das cavernas usavam ocre vermelho para simbolizar o sangue vermelho da Mãe Terra em cerimônias fúnebres. O ocre vermelho também foi usado nas paredes das cavernas e nas estátuas da Deusa Mãe. Algumas culturas, como os aborígenes austríacos, esfregam sangue menstrual em seus corpos e em suas pedras sagradas. Acreditava-se que o sangue menstrual tinha poderes de regeneração e criação.

Quando uma menina estava na fase de se tornar mulher, seu sangue menstrual era seu sinal. Acreditava-se que seu sangue tinha poderes mágicos e era a própria vida. O sangue menstrual também era usado para fertilizar a terra. A agricultura repousava sobre o vínculo entre o sangue e o solo.

O sangue menstrual era um símbolo de grande poder espiritual. O sangue menstrual também simbolizava o renascimento. Antigamente, as pessoas se pintavam com sangue menstrual, pois acreditavam que isso teria uma vida mais abundante e vida após a morte.

Havia um forte vínculo entre a Deusa Mãe e o sangue. Nos anos posteriores, quando as culturas incorporaram o Deus Masculino, também teve que haver um vínculo de sangue, o problema é que os homens não derramam sangue como as mulheres, então eles tiveram que mutilar seus pênis. A circuncisão entre os hebreus era considerada um “sinal da aliança” entre Deus e seu povo. Os deuses masculinos também tiveram que se relacionar com o sangue do útero para alcançar o poder. O deus Thor, por exemplo, ganhou imortalidade banhando-se em sangue menstrual. Acreditava-se que a mulher pós-menopausa era toda sábia e poderosa.

Os reis eram ungidos com o sangue menstrual da Rainha para ganhar sabedoria e poder. No Tantra, a deusa deve estar menstruada quando faz sexo com seu parceiro masculino, para que o Deus compartilhe de seu poder. Antigamente o homem não podia possuir terras, ele teria que ser casado para que isso acontecesse. Através do matrimônio, um homem pode se relacionar por meio de um ritual com uma mulher e então reivindicar a propriedade da terra. Matrimônio significa herdar a propriedade da Mãe (Mãe).

À medida que o conceito de mediador se desenvolveu, nasceu a ideia do salvador fazendo sacrifício de sangue. Isso é visto em divindades como Dionísio e Jesus. Na Igreja o ritual é simbolizado como vinho para simbolizar o sangue do salvador. Nesses rituais aqueles que bebem o sangue são unidos ao salvador como promessa de imortalidade. A palavra yoga significa jugo que é união. É ter união com o eu básico e o eu superior.

Conectar-se a este Power Center é beber nas doces águas do prazer. A ciência espiritual para fazer isso é o Tantra. A palavra Tantra vem da palavra (tan) significa assuntos profundos relacionados aos princípios da realidade e (tra) significa liberar. Portanto, o Tantra é um processo criativo contínuo de integração que leva a uma expansão constante da consciência. Ao unificar as duas polaridades dentro da totalidade da mente, a consciência começa a se expandir. Este é o Casamento Sagrado interior. O símbolo do Casamento Sagrado são duas cobras entrelaçadas em união ao redor da Árvore da Vida. No Egito é o pessoal de Tehuti. A serpente que simboliza o polo lunar frio é Nekhebet e o polo solar quente Uadjit. Estas são duas deusas com pólos opostos. Na Índia é a deusa e deus Ida e Pingala. Hoje o bastão de Tehuti é o caduceu (figura 2.1). Estes são os dois pólos da Força Vital no corpo. Pode ser visto como masculino e feminino, já que o solar costuma ser um símbolo masculino em muitas culturas. O símbolo do caduceu é o símbolo da saúde médica visto frequentemente hoje.



Figura 2.1

caduceu médico

A força do Poder da Serpente sobe da base da espinha quando desperta e passa por cada Centro de Poder e alcança o Centro de Poder da coroa e atinge a unidade. Essa unidade é a iluminação ou iluminação. No livro 'Coming Forth by Day, Uadjit/Uatchet é o destruidor das forças do mal que tentam subjugar o iniciado. Você pode perceber que respira mais por uma narina do que pela outra. Uma narina respira o solar e a outra o lunar.

O símbolo do Casamento Sagrado tornou-se o símbolo mais poderoso da consciência humana. O deus interior e a deusa interior dentro de cada ser humano através da união sexual do Casamento Sagrado se unirão em êxtase.

O Tantra vê que toda matéria é energia e toda energia é uma manifestação da Consciência. A respiração é o elo entre o corpo e a consciência. Respirar são nossas experiências diretas com a Força Vital. Observe que quando você está estressado, sua respiração fica superficial. Esteja ciente de que sua respiração conecta você ao seu corpo. Estar ciente de como a energia se move em seu corpo é o primeiro passo na prática do Tantra.

Algumas tradições dizem que a energia sexual não é sagrada como outras energias. A questão é que toda energia dentro e fora do corpo é sagrada. A luxúria é um recurso, muitas tradições dizem que não há luxúria em seu coração quando você trabalha no Tantra. A luxúria é o desejo que deu origem à vida. Você nasceu pela luxúria; portanto, a luxúria não pode ser menor se foi a centelha que deu origem à humanidade. As religiões desaprovaram a luxúria devido a ver o corpo como menos valioso. Quantas vezes você já ouviu pregadores falarem sobre os pecados da carne? Eles querem ver que a carne é uma coisa ruim porque nos conecta à nossa natureza animal. É assim que os poderes do ser tentam nos separar da natureza. Muitas pessoas hoje lutam contra a vergonha devido aos tabus impostos sobre nós.

tabus

Vivemos em um mundo com tantos tabus. O problema é que fomos projetados para querer o que não podemos ter. Portanto, um tabu é algo que nos dizem ser proibido. Quando algo é tabu, isso nos faz querer mais. Se sexo e andar nu NÃO fossem tabus, a pornografia não seria interessante. A pornografia vende por causa dos tabus impostos ao sexo. Quanto mais proibido, mais atraente se torna. Anote os tabus sexuais que o excitam, mas podem sentir vergonha.

Intimidade: todos nós temos fantasias sexuais que mantemos principalmente para nós mesmos. Queremos secretamente nos entregar, mas temos medo de contar ao nosso parceiro devido ao medo de que ele nos julgue como uma aberração desagradável ou vagabunda. Por causa dessa vergonha com tabu, nunca conseguimos satisfazer totalmente nossas necessidades sexuais. Muitos recorrem às prostitutas porque têm vergonha de dizer ao parceiro o que desejam. Eles podem se sentir mais seguros para contar à prostituta porque não se importam com o que a prostituta pensa. Para melhorar sua vida sexual, é importante contar ao seu parceiro suas necessidades e fantasias sexuais. Você pode ficar igualmente surpreso se ela se abrir para você e compartilhar suas fantasias. Você pode perceber que não havia necessidade de ter vergonha de sua fantasia quando perceber que as fantasias dela não são tão diferentes assim. A vergonha é porque pensamos que estamos sozinhos pensando da maneira que pensamos, então nos questionamos se algo está errado conosco.

Não há nada de errado em representar qualquer fantasia sexual, desde que todos os participantes sejam adultos consentidos. Duas palavras, consentimento e somente adultos.

Alguns de nós têm medos sexuais profundos. Existem razões pelas quais temos esses medos. Talvez algo traumático tenha acontecido para causar os medos. Talvez possa ser um desejo oculto que queremos reprimir. Por exemplo, algumas pessoas são homofóbicas e muitas vezes é porque esse indivíduo está lutando internamente contra sua própria negação de atração pelo mesmo sexo. Homofóbicos que atacam homossexuais estão fazendo isso para desviar a atenção do que está acontecendo dentro deles. Quaisquer que sejam seus medos sexuais, anote-os.

Depois de escrevê-los, observe e pergunte a si mesmo por que você tem esses medos. Desta vez, faça uma lista de quatro colunas. Aqui está um exemplo abaixo.

Este é um exemplo. Você escreve qualquer que seja o seu problema, talvez. Talvez você seja um cara que se sente secretamente atraído por mulheres grandes e envergonhado porque está preocupado com o que os outros possam pensar. Devido a isso, ninguém ficará satisfeito se estiver escolhendo uma mulher magra quando realmente se sentir atraído por mulheres obesas. O mesmo com quem é homossexual, não ficará feliz se estiver escolhendo o sexo oposto para aparência. Para se contentar, é preciso aceitar o que se gosta sem se preocupar com o que os outros pensam.

O que nos torna quem somos é cada parte de nós. Se você estiver fazendo um bolo, por exemplo, são necessários muitos ingredientes. Se for um bolo de limão, os ingredientes vão conter manteiga, ovos, açúcar, limão, leite, extrato de baunilha e farinha. Alguns desses ingredientes podem não soar agradáveis sozinhos, talvez até amargos, mas todos são necessários para fazer esse bolo de limão. O mesmo acontece conosco, aqueles aspectos de nós mesmos que consideramos falhas fazem parte dos ingredientes que nos tornam quem somos e devem ser aceitos.

relacionamentos abusivos

Muitas vezes vemos um padrão em nossos relacionamentos. Cada relacionamento em que entramos é a mesma velha besteira. A mesma bagunça com um nome e rosto diferentes. Alguns simplesmente chegam à conclusão de que todos os homens ou todas as mulheres são iguais. Esse não é o caso; é o padrão que se está escolhendo. Como eu disse anteriormente, tudo começa a partir do grau de vínculo que temos com nossa mãe. Por exemplo, não estamos recebendo o carinho de nossa mãe, já sentimos rejeição e associamos intimidade com dor, se nosso pai é abusivo ainda por cima; tudo isso se torna uma zona de conforto subconsciente. O que acontece é que, quando envelhecemos, inconscientemente atraímos parceiros que se encaixam em nossa zona de conforto. Essa pessoa que carece da indisponibilidade da mãe e do abuso do pai tenderá a escolher parceiros indisponíveis e abusivos. Escreva o padrão de abuso que você tem experimentado em seus relacionamentos.

Agora que você está ciente desse padrão, anote qual padrão você vê em seus relacionamentos com o qual você se identifica crescendo em casa com seus pais. Seus pais não estavam disponíveis? Algum deles foi abusivo? Talvez sua mãe não estivesse disponível porque ela tinha um problema com a bebida, talvez seu pai fosse abusivo porque foi abusado e ensinado que é isso que deve ser feito, ou ele tinha seus próprios problemas de controle. Perceber isso, te faz perceber que nem tudo é sobre você. Eles tinham seus próprios problemas e agora, como adulto, você tem o poder de fazer as mudanças que quiser. Você tem o poder de nutrir suas necessidades, o que pode não ter recebido de seu vínculo materno. Agora faça uma lista das características que você deseja em um relacionamento romântico. O que você quer no seu parceiro?

Lembre-se de que a água busca seu próprio nível. O que é que você precisa trabalhar em si mesmo? Talvez haja algum trabalho interno que você precise trabalhar para ter esse relacionamento que acabou de escrever. Anote o que você acha que precisa trabalhar para ter o relacionamento que deseja.

Muitas vezes, quando nos machucamos em um relacionamento, tendemos a nos concentrar no que eles fizeram conosco. Concentrar-se nisso apenas prepara você para continuar o padrão. Atraímos o que mais pensamos. Quando você pensa sobre o mal que alguém fez, você está pensando nela. Pensar neles os atrairá de volta para sua vida ou você atrairá alguém muito parecido com eles. A cura é necessária para interromper o padrão de escolha

de relacionamentos ruins. Mudar nossos pensamentos pode ser uma das principais coisas que precisamos fazer para fazer essas mudanças internas. Torne-se consciente de seus pensamentos e mude-os o máximo possível para o que você deseja do relacionamento. Evite entrar em outro relacionamento imediatamente. Muitos de nós temos o hábito de fazer isso. Permitir-se tempo para se curar lhe dá a força para não ficar carente ou desesperado, pois você sente que só você pode se sustentar sozinho. É esse sentimento de segurança que é necessário para ter um melhor julgamento para fazer melhores escolhas. Dar a si mesmo tempo e focar no que você deseja em um relacionamento acabará abrindo a porta quando você estiver pronto para recebê-lo.

tantra

Existem técnicas que podem ajudá-lo a curar. O tantra pode ajudá-lo a receber a nutrição e o prazer que você merece, para que possa ter essa liberdade. Liberdade para aproveitar a vida ao máximo. Aumentar a energia no cérebro fará com que sua consciência se expanda e aumente sua consciência. A ioga é tipicamente associada ao ascetismo e à perfeição. Muitos professores colocaram suas próprias questões pessoais na filosofia. Por exemplo, o vício em sexo não era conhecido até anos recentes, embora o vício em sexo exista desde que os humanos existem e criam tabus em relação ao sexo. Aqueles professores que podem ter lutado contra o vício em sexo sem perceber que o vício é o problema, e não o sexo em si, chegariam à conclusão de que a abstinência completa é a chave. Qualquer vício, não importa o que seja, esgota a energia e desvaloriza o eu. Esses professores que não percebem que são viciados, então chegam à conclusão de que o sexo os desvaloriza e esgota as energias. Quando eles exercitam a força de vontade para escolher a abstinência, eles se sentem mais completos e não percebem que o exercício da força de vontade sozinho é o que os fez se sentirem melhor, eles então chegam à conclusão de que a falta de sexo os fez se sentirem completos. Eles então escrevem doutrinas de que a abstinência é a chave e, por não ter um orgasmo, você mantém mais energia e vive mais. Cada vício com o qual um professor pode ter lutado sem perceber o que está acontecendo surgiu com uma nova doutrina para adicionar à doutrina do ascetismo para todos os seguidores seguirem. Originalmente, o Tantra yoga não é sobre perfeição, é sobre ser totalmente quem você é. Quando se trata de sexo, ter um orgasmo sexual pelo menos uma vez por semana é saudável. A ideia do Tantra é criar a união do masculino e feminino interior, a anima e o animus da psique. Quando você exercita a vontade que gira a parte de trás do vórtice no sentido anti-horário, enquanto os sentimentos gerados a partir da vontade giram a outra metade do vórtice na frente no sentido horário. Aqui está um diagrama (Figura 2.2) dos Centros de Força que são vórtices.

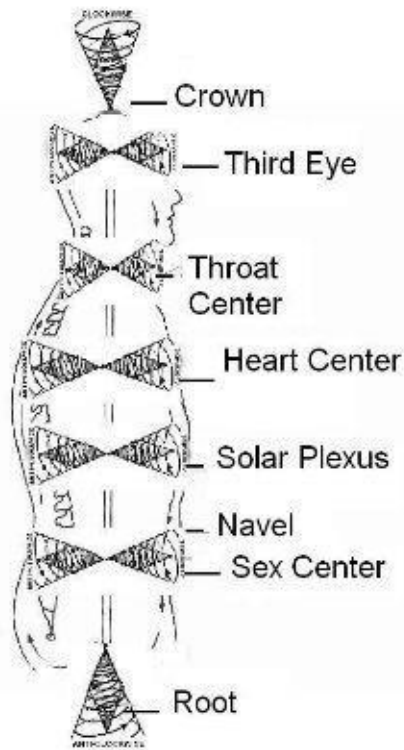


Figura 2.2

Centros de vórtice em espiral

A Força Vital está em toda parte. Ele se move dentro do nosso corpo. Os chineses chamam de Chi, os japoneses de Ki e na Índia é chamado de Prana. Quando respiramos, ele se move da base da coluna até as costas enquanto inspiramos. Quando expiramos, a Força Vital viaja de volta pela espinha. A polaridade que sobe é a polaridade lunar ou feminina. A polaridade que se move para baixo é a polaridade solar masculina.

O movimento consciente da Força Vital é toda a tecnologia do Tantra yoga. Como eu disse anteriormente, ao se tornar consciente de sua respiração, você se torna consciente de seu corpo. Devido a um trauma ou rejeição que causa dor, escapamos da dor tornando-nos insensíveis à nossa consciência como forma de nos proteger de sermos feridos.

Uatchet e Nekhebet

Os dois pólos de corrente que se movem através da coluna são os pólos negativo e positivo. O pólo negativo é o lunar que Nekhebet simboliza. O pólo positivo é o solar que Uatchet simboliza. A energia lunar (Nekhebet) está esfriando, começa na base da coluna, sobe para o topo da cabeça e desce pelo cérebro e pela testa e sai pela narina esquerda.

A corrente que se move para baixo, a solar (Uatchet), é quente e começa na narina direita e sobe pela testa até o cérebro, depois desce pela espinha até a base. (ver Figura 2.3)

Essa corrente é o que nos mantém vivos; a ideia do Tantra é aumentar isso. Através da união sexual a energia pode ser aumentada no corpo até atingir o orgasmo. Esse aumento de energia no cérebro expande a consciência devido à estimulação dos neurônios no cérebro.

Assim como na Criação, o desejo da Fonte cria uma perturbação no vácuo do espaço, de onde saem íons positivos (pai) e negativos (mãe). Esses dois pólos de íons se juntam como eletricidade. A eletricidade é a prole de ambos os pólos de íons. A eletricidade cria uma perturbação e, eventualmente, dessa estimulação vem o nascimento do átomo, daí vem a manifestação de todos os corpos materiais. A união entre mães e pais está sempre dando à luz. A corrente em nossa espinha, essa união cria uma consciência expandida que é chamada por nomes como Consciência Cósmica ou Consciência Crística.

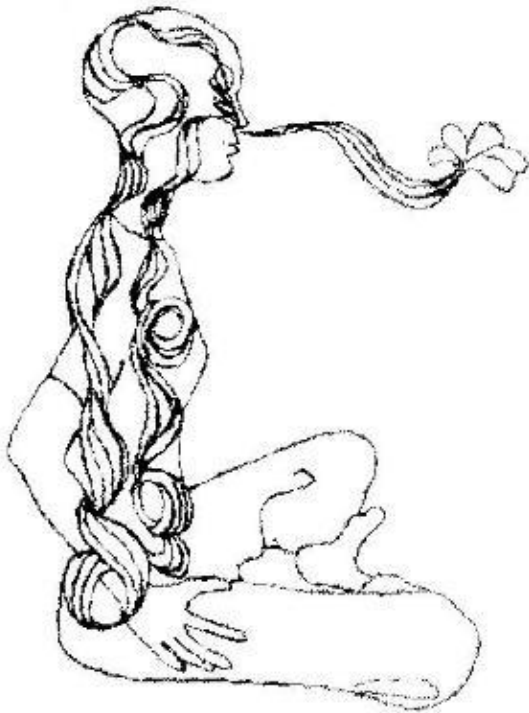


Figura 2.3

Circulação de Uatchet e Nekhebet

Alguns desses exercícios envolvem toque e carinho. Receber nutrição é o primeiro passo para que possamos dar nutrição aos outros.

Primeiro beba um copo grande de água e sinta-o derramar dentro de você. Sinta o frescor da água; sinta a umidade da água enquanto ela desce. Pegue um dedo molhado e esfregue o rosto, sentindo a umidade fresca. O próximo passo é se limpar com água. Este ritual de limpeza deve ser prazeroso. Você pode escolher qualquer forma de limpeza que goste.

O próximo passo é fazer um exercício chamado cobra. (Figura 2.4) Este exercício fortalecerá os músculos das costas e do abdômen. A digestão também é estimulada e o corpo ganha vida com energia à medida que o peito se abre e a respiração se expande.

Deite-se de bruços com as palmas das mãos no chão, próximo ao peito. Mantenha os cotovelos próximos ao corpo e os dedos dos pés e calcanhares juntos.

Inspire e alongue todo o corpo. Levante a cabeça enquanto expande o peito para a frente. Relaxe as omoplatas nas costas enquanto levanta principalmente com as costas e o pescoço, sua pélvis permanece no chão.

Levante-se o máximo que puder, mantendo-se confortável. Esteja atento à região lombar enquanto olha para cima em um ângulo de 45 graus.

Respire uniforme e profundamente, inspire enquanto se levanta e expire enquanto se acomoda. Mantenha a postura enquanto for confortável. Ao soltar, expire e deite-se com a cabeça para o lado. Relaxe e deite-se por um minuto.

O próximo exercício é a postura do gafanhoto (Figura 2.5). Deitado de bruços, estique os pés pressionando o chão, certifique-se de que os braços estejam pressionados nas laterais. Na primeira vez que fizer isso, levante apenas uma perna o máximo que puder e segure por 30 segundos e depois solte. Em seguida, abaixe-o lentamente e faça o mesmo com a outra perna. Quando avançado, levante as duas coxas até o teto e firme as pernas. Mova o cóccix na direção dos calcanhares enquanto mantém a pélvis pressionada contra o chão.

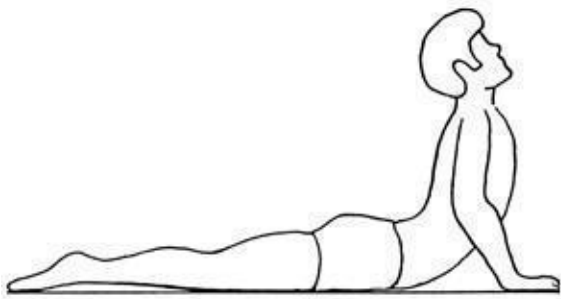


Figura 2.4

postura da cobra

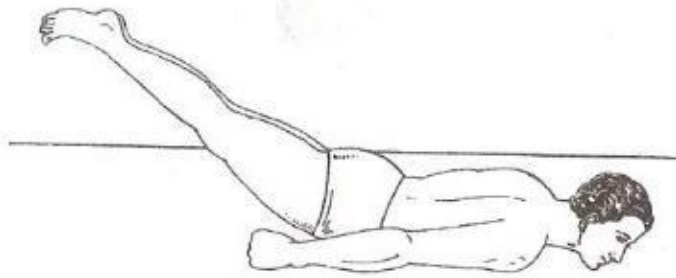


Figura 2.5

Gafanhoto

Respiração de narinas alternadas: Os pólos de energia opostos no corpo, Nekhebet e Uatchet, podem ser equilibrados por meio da respiração de narinas alternadas. A respiração lunar na narina esquerda está esfriando o corpo. A respiração solar está aquecendo o corpo. A respiração solar é útil quando a atividade física é necessária, bem como para aquecer o corpo para combater doenças. Durante uma doença, a narina esquerda deve ser bloqueada para aquecer o corpo. Isso acontece automaticamente às vezes quando estamos resfriados. Deitar sobre o lado esquerdo na hora de dormir fará com que você respire mais pela narina direita.

Para isso pegue a mão direita, dobre o dedo indicador deixando o polegar e o mindinho livres. Use o polegar para fechar a narina direita e inspire pela narina esquerda. Em seguida, feche ambas as narinas, solte o polegar da narina direita e expire pela narina direita enquanto a esquerda é mantida fechada. Faça isso por alguns minutos alternados.

Meditação para integração: Este exercício é para a respiração alternada das narinas, para equilibrar as polaridades negativa e positiva do corpo. Visualize-se ganhando energia cósmica. Sinta-o se acumular no corpo. Inspire e visualize a energia fluindo da base para cada vórtice. Prenda a respiração por alguns segundos ao expirar, sinta a energia voltar para baixo.

A união sexual entre pólos opostos cria o que pode ser chamado de criança mágica. Essa criança mágica é a expansão da consciência. Na Índia Antiga eles tinham arte na mitologia que descrevia essa união. (Figura 2.6). Todo Tantra não requer um parceiro. Algumas formas também podem ser solitárias, pois todos nós temos as polaridades feminina e masculina dentro de nós.



Figura 2.6

arte tântrica indiana

Sexercise: Existem exercícios de preparação. Uma delas é contrair os músculos do esfíncter anal repetidamente, você apertaria esses músculos como se estivesse se impedindo de evacuar. Isso não apenas fortalece os músculos pélvicos, mas também aumenta a energia no centro da raiz com a finalidade de orgasmo sem ejaculação. Faça isso pelo menos 10 repetições. Em seguida, relaxe e puxe a energia lunar para cima pela espinha durante a inspiração. Toque a língua no céu da boca (isso completa o circuito) e segure-a por 5 segundos. Em seguida, expire permitindo que a energia volte para a coluna. Repita essa rotina pelo menos 5 vezes. Faça isso por cerca de uma semana antes do próximo exercício.

O próximo exercício seria contrair os músculos do esfíncter da uretra. Este é o músculo usado para impedir que você faça xixi. Tente parar o fluxo de urina enquanto faz xixi para ter uma ideia. Esses músculos estão localizados sob o clitóris nas mulheres e na base do pênis nos homens. Nas mulheres, se ela colocasse os dedos dentro de si mesma, deveria ser capaz de sentir os músculos apertando levemente os dedos. Isso não apenas fortalecerá os músculos onde se pode segurar melhor a urina, mas também estimulará os órgãos genitais e aumentará a energia para os homens. Manter uma ereção por mais tempo e pode ajudar a curar a impotência. Mulheres vai ajudar no parto, aumentar a sensibilidade no clitóris e aumentar o orgasmo. Isso também fará com que você seja capaz de ter um orgasmo mais longo.

Com este exercício, faça o mesmo que o exercício anterior. 10 repetições, toque a língua no teto, segure por 5 segundos e puxe a energia para cima ao inspirar e expirar, deixando a energia fluir para baixo. Repita 5 vezes por uma semana.

Divine Lover: certifique-se de que seu ambiente seja esteticamente agradável. Tenha flores, velas ou o que quer que o deixe em um clima erótico. Prepare o quarto para o amor; torne-o algo especial, já que você está convidando seu Amante Divino.

Sente-se e medite confortavelmente. Certifique-se de que sua coluna esteja reta. Enquanto estiver sentado em posições meditativas, comece a se estimular. Você pode usar fotos para melhorar, se desejar. Deixe suas mãos se tornarem seu Amante Divino.

Masturbação: A masturbação pode ser usada para transformação. A masturbação pode lhe dar uma visão sobre como seu corpo funciona sexualmente e energeticamente. Quem sofre de uma disfunção sexual pode usar o autoprazer como forma de autotratamento. A autoestimulação também melhora a saúde sexual. A excitação sexual e o orgasmo causam hormônios benéficos que são liberados na corrente sanguínea. Esses hormônios podem melhorar seu humor, pois liberam o estresse.

Muitas pessoas são inibidas por suas fantasias devido à vergonha. Você pode fantasiar sobre outras pessoas fora do seu parceiro, ou isso é trapaça? Tudo bem fantasiar sobre ser um sádico ou isso é ser um doente? Outra preocupação que as pessoas têm em fantasiar é colocar energia para que isso se manifeste. Divirta-se com suas fantasias. Se você quiser fantasiar sobre fazer sexo com monstros, animais e estranhos sombrios durante a noite, então fantasie. Se você não deseja que a fantasia aconteça na vida real, ela não se manifestará. As fantasias são inofensivas, desde que você saiba a diferença entre fantasia e realidade. A fantasia é uma forma de explorar outras realidades e pode ser divertida, como disse anteriormente quando a fantasia é reprimida, leva à obsessão.

Orgasmo prolongado: Estimule-se até chegar ao orgasmo. Antes de fazer isso, pare e respire lenta e profundamente até que o desejo de orgasmo desapareça. Repita algumas vezes, cada vez que você se aproximar, puxe para trás.

Sexo empático: Durante a masturbação, fantasie sobre seu amante. Imagine que você é a pessoa com quem está fantasiando. Sinta como você se sente com a outra pessoa e então imagine que você é você e seu parceiro ao mesmo tempo. Este exercício permitirá que você perceba como tem orgasmo e como se relaciona com seu parceiro. Esteja no momento. Aproveite cada prazer que você está experimentando no momento. Sinta cada parte dos sentidos que você está experimentando. Deixe-se levar por todos os prazeres e emoções que estão vindo à tona.

Respiração e Orgasmo: Quando você chegar ao orgasmo, teste com diferentes tipos de respiração. Veja o que acontece quando você respira lenta e profundamente. Difícil ou rápido. O que acontece quando você geme? Experimentar.

Orgasmo prolongado: enquanto você continua a se estimular muito devagar e com firmeza. Continue a imaginar que você está com seu amante. Respire profundamente até chegar perto do orgasmo. Pare e diminua a respiração até que o desejo de orgasmo tenha diminuído um pouco. Desenhe a energia pela espinha. Em seguida, masturbe-se suavemente a ponto de chegar perto do orgasmo novamente. Repita pelo menos 5 vezes. A excitação prolongada inundará sua corrente sanguínea com testosterona e estrogênio, que estimulam a glândula pineal, associada ao terceiro olho. Isso fará com que a glândula pineal produza uma substância química chamada metoxiharmalan, que é semelhante à psilocibina, encontrada em alguns cogumelos. Seu limiar de prazer realmente aumentará.

Agora, desta vez, quando você chegar perto do orgasmo, contraia os músculos do esfíncter ao mesmo tempo em que inspira, levante-se enquanto fecha o punho enquanto a língua toca o céu da boca enquanto você revira os olhos para o crânio. Certifique-se de ter alguma almofada atrás de você. Essa energia do orgasmo vai direto para a sua cabeça e pode fazer você ficar inconsciente por um segundo, tempo suficiente para fazer você cair para trás.

Agora estimule-se e puxe a energia para o plexo solar, puxe para trás e comece de novo, desta vez para o centro do coração e puxe para trás e estimule novamente puxando a energia para a área da cabeça, então libere e divirta-se derramando sua semente, se é isso que você deseja. .

Se você decidir ter um parceiro, aprenda a construir essa energia compartilhando-a com seu parceiro. Você pode aprender a passar essa energia para frente e para trás em seu amante. Algumas tradições consideram sagrada a mistura dos fluidos sexuais. A Igreja Católica Gnóstica, que faz parte da Ordo Templis Orientis, assou Bolos de Luz que contêm a mistura de fluidos masculinos e femininos da cópula após o Tantra dentro dos bolos usados para a Comunhão.

Você já percebeu por que pode distinguir um abraço genuíno de alguém que está apenas fingindo? Isso porque durante um abraço ocorre uma troca de energia. Em um nível subconsciente, é feito um acordo sobre quem está recebendo e quem está dando a energia. Receber é a polaridade feminina, mas não é preciso ser mulher para receber. Não importa o gênero, ambos concordam inconscientemente sobre quais papéis estão sendo desempenhados durante essa troca de energia. Mesmo que isso aconteça em um nível subconsciente, essa troca pode ser feita conscientemente. Os Pleadianos veem a energia sexual como uma forma de comunicação. Eles são muito íntimos e a energia sexual flui livremente através deles. Ela flui em todos os aspectos da vida. O sexo não é compartimentalizado como aqui na terra.

A própria Criação, que muitos chamam de Deus, está constantemente fazendo sexo. O desejo de Deus está constantemente impregnando o vácuo do espaço que dá origem a corpos materiais que dão origem a outros corpos materiais. Esse processo sexual é interminável, as coisas estão sempre sendo criadas.

Compartilhamento de energia: Sente-se de frente para seu parceiro. Não importa onde você se sinta. Estenda os braços à sua frente com a palma da mão direita para baixo e a palma da

mão esquerda para cima. Faça com que seu parceiro faça o mesmo enquanto você coloca as palmas das mãos nas palmas de seu amante.

Sinta a energia fluir pelo seu braço direito e sair da palma da mão direita para a palma da mão esquerda de seu amante. Agora sinta a energia de seu parceiro entrar em sua palma esquerda. Sinta-o subindo pelo braço, passando pelos ombros e descendo pelo braço direito. Faça com que seu parceiro faça o mesmo.

Isso pode ser aumentado respirando em sincronia. Depois de praticar e dominar isso, você pode praticá-lo durante o sexo.

Mesmo que a vagina seja a porta geométrica para o Cosmos, não é preciso ter um parceiro e, se escolher um parceiro, não precisa ser do sexo oposto. Dentro de todos nós, como eu disse, temos ambas as polaridades. Sua energia sexual é a Força Vital que manifesta todas as coisas. Seu corpo é seu templo onde você pode, através do sexo, ter comunhão com o Tudo Que É.

A TERCEIRA ESPIRAL

(Elemento Fogo)

A terceira espiral do Centro de Poder está localizada no plexo solar. É o centro de poder pessoal. Está associado ao elemento Fogo. É a sede das emoções. Aqui está um correspondente do simbolismo deste centro de poder.

Elemento: Fogo

Função: Vontade, assertividade, poder pessoal

Glândulas: Pâncreas, supra-renais

Desequilíbrios: Reflexo ácido, diabetes, problemas de digestão

Cor amarela

Sephira: Hod, Netzach

Quando este centro de poder está conectado, a pessoa tem confiança e auto-estima saudável na vida e na carreira. Você domina suas emoções em vez de ser dominado por elas. A pessoa percebe que as emoções são apenas experiências.

Quando este centro de energia está fraco, a pessoa se identifica com suas emoções. Alguém se vê como vítima, pois culpa os outros por seus próprios contratempos. Uma vez que esta é a área da "intuição", ela fica bloqueada e faz com que a pessoa tenha um mau julgamento de caráter. Essas pessoas não têm discernimento e fazem escolhas erradas. Eles também são escravos de suas emoções. A maneira de dominar as emoções é exercitar a vontade.

Vai

Somos levados a acreditar que temos livre arbítrio. O fato é que a maioria de nós está apenas reagindo a nossos estímulos e eventos químicos em nossas vidas. A maior parte de nossas vidas é apenas influenciada por circunstâncias como um galho de árvore se movendo ao vento. Somos viciados nos estímulos químicos que produzem esses sentimentos que são a nossa zona de conforto. Isso nos torna escravos de nossas emoções. Isso significa que não temos livre arbítrio. O livre-arbítrio deve ser conquistado. A única maneira de ganhar nossa vontade é exercitá-la. Deve ser exercido para que nossos sentimentos dêem origem à manifestação. Um antigo provérbio egípcio diz: “As emoções são bons servos, mas péssimos mestres”. A maioria de nós permite que nossas emoções sejam nossos mestres. A ideia é exercitar a vontade para que nossas emoções sejam nossas servas e nos dê o que desejamos.

Em cada um dos nossos Centros de Poder existe um vórtice que é formado por dois cones em espiral. O cone em espiral na parte de trás do corpo representa a vontade. Quando exercitamos a vontade, ela se move por trás e impregna a frente do cone espiralado que são nossos sentimentos. A terceira lei do movimento de Newton é: “para toda ação há uma reação igual e oposta”. Se você jogar uma bola de basquete em uma parede, ela irá ricochetear com a mesma força. Quanto mais forte você joga, mais forte ele se recupera. As emoções são como o basquete. Quaisquer que sejam os sentimentos que você alimente, as vibrações desses sentimentos se projetam e voltam na manifestação das circunstâncias. Se estivermos estressados e focados no que não queremos, esses sentimentos trarão circunstâncias daquilo em que nos concentramos e que não queremos manifestar mais. Quando somos escravos de nossas emoções, estamos no piloto automático. Esses pensamentos automáticos trazem sentimentos que estão associados aos nossos pensamentos automáticos. Se não estivermos cientes desses pensamentos automáticos, sentiremos emoções que não são agradáveis e não saberemos por que nos sentimos assim. Ficamos sem saber por que nossa vida não está onde queremos. Muitos não sabem que sua vida está desanimada por causa de seus pensamentos automáticos que criam a vibração que traz as circunstâncias indesejadas em sua vida. Para fazer essas mudanças, é preciso primeiro estar vigilante e cauteloso quando nossos pensamentos automáticos vêm até nós. Se você tentar lutar contra os pensamentos automáticos indesejados, apenas os alimentará. Portanto, basta reconhecê-los e exercitar a vontade de pensar no que queremos. Isso exige um esforço consciente. Quando se trata de exercer nossa vontade, teremos desafios a enfrentar. Veja esses desafios como oportunidades de crescimento. Na vida, muitos têm esse conceito de bem versus mal. A definição de mal é aquela que impede a evolução humana. Isso é baseado na percepção. As circunstâncias só impedem o crescimento humano quando você permite. Se você não permitir, ajudará no seu crescimento, portanto não é mau. O mal é uma ilusão criada pela percepção. Não estou tolerando os atos de pessoas que cometem crimes hediondos contra a humanidade. Tudo se equilibra. Aqueles que praticam tais atos andam na ignorância. Eles não podem ver a Luz, pois um véu está coberto diante de seus olhos. Existe uma fórmula para alcançar nossos objetivos. Essa fórmula é:

Desejo -----resistência ----- metas

Desejo ----- resistência (mundo material) ---- realização

Para atingir um objetivo, devemos ter desejo. Quanto mais forte o desejo, mais rápido você atinge seu objetivo. Vivemos em um mundo material e ele foi projetado para que possamos crescer por meio da resistência. A resistência são desafios e oportunidades de crescimento. Muitas pessoas veem os desafios como problemas que temem. Eles tendem a deixar que os desafios que veem como problemas os impeçam de alcançar seus objetivos. É preciso perceber que a resistência é uma oportunidade e é por isso que vivemos em um mundo material. O mundo material é toda a criação e é o espelho da Fonte que muitos chamam de Deus. A resistência é necessária para o crescimento. A casca de um ovo de galinha que protege o embrião deve em um determinado momento ser destruída ou o pintinho será sufocado e seu crescimento e desenvolvimento posteriores serão impossíveis.

Portanto, a resistência é necessária e aqueles que acreditam na dualidade do bem e do mal percebem a resistência como um mal. As duas crenças contraditórias que a doutrina religiosa tem quando se trata do bem e do mal são:

Um: A crença de que o mundo foi criado por um Ser que é todo poderoso, onisciente e bom e sempre permaneceu sob Sua orientação.

Dois: A crença de que o mal não é apenas uma ilusão, mas um poder que existe independentemente do bem.

Esse conflito entre o bem e o mal afetou profundamente os pensamentos, ideais e costumes sociais da humanidade, embora possa ser explicado de forma simples.

Bom para cada um de nós, é o cumprimento de nossa própria lei que traz felicidade. O mal é aquilo que se opõe a ele. Cada indivíduo tem apenas uma lei, que é a Lei do Bem, que é Una. A realização desta única Lei é a Verdade. As pessoas têm dentro de si a capacidade de compreender o poder do bem e de se defender do que parece mal. Sendo criados no centro do bem, eles apontaram uma vida ideal livre de mal-entendidos. Ao acreditar que não estão mais naquele centro do bem, experimentam sua ausência, que chamam de mal. As pessoas continuarão sendo punidas e perseguidas por parecerem más até que aprendam a reconhecer que o mal vem de sua própria falta de vontade, que é ser escrava de sua própria impulsividade para reagir à resistência. Reagir à resistência seria a abordagem passiva ou agressiva ou ambas. Ser proativo seria a abordagem assertiva da resistência que causa crescimento e felicidade. Portanto, bem e mal são apenas termos para os aspectos positivos e negativos da mesma força. Nós escolhemos como responder a quaisquer influências externas que surgem em nosso caminho. A vitimização por exemplo não vem do que acontece conosco, mas ser vítima é como você responde a qualquer situação. Se um assaltante vier e roubar sua bolsa, de acordo com as leis do país, isso faz de você uma vítima, mas você não é realmente uma vítima se se levantar e lidar com a situação de forma assertiva. Isso seria ir às autoridades e aprender e crescer com a situação para que você tome medidas para que isso não aconteça novamente. Aquele com mentalidade de vítima

permitirá que essa situação atrapalhe sua felicidade, onde se afunda em sua autopiedade, sem ao menos tomar medidas para evitar encontros futuros. Embora se sintam inúteis, eles estão, sem saber, preparando-se para encontros futuros. O próximo culpado nem precisa ser a mesma pessoa.

Portanto, devemos nutrir os pensamentos que correspondem aos sentimentos que queremos gerar. Nossos pensamentos automáticos geram automaticamente sentimentos que estão associados a eles. Muitas vezes os sentimentos que geramos não são os sentimentos que desejamos. Muitos dos pensamentos automáticos manifestam ansiedade e depressão. Tendemos a nos tornar escravos de nossas emoções indesejadas e muitos de nós não sabemos o que fazer. A maioria de nós permite que nossas emoções nos controlem enquanto corremos impulsivamente no piloto automático.

O que impede a maioria de nós de exercer nossa vontade? A resposta é dor. Temos a tendência de evitar a dor e buscar o prazer. Os seres humanos são propensos a buscar prazer instantâneo. A maioria de nós não quer suportar a dor da paciência. Paciência é a chave para o sucesso. Todas as coisas passam por um processo. A gravidade gera eletricidade e cria uma perturbação no vácuo. Horas extras o átomo de hidrogênio que tem um manifesto de próton. À medida que os átomos de hidrogênio se juntam e causam fricção, com o tempo o átomo de hélio que tem dois prótons se manifesta. Este é um processo contínuo, pois cada grupo de átomos manifestado possui um próton a mais do que o grupo anterior. A partir disso, todos os átomos se manifestam e certos átomos se casam com outros átomos para criar moléculas. A partir disso, tudo o que existe se manifestou. Tudo isso levou um longo processo do que mediríamos como bilhões e bilhões de anos. Uma borboleta teve que passar por um processo. Nada pula etapas; todos devem passar por um ciclo de etapas. Isso também se aplica a nós, a chave é a paciência. A maneira de suportar a paciência é aproveitar o momento.

Se puder, faça uma viagem e, em vez de antecipar que mal pode esperar para chegar lá, aproveite o que está bem à sua frente. Durante esta viagem, observe a beleza ao seu redor. O que você vê? Aprecie a paisagem. Como é a paisagem? Existem montanhas e árvores? Existem casas bonitas que você vê ao longo do caminho? Aproveite o que você observa.

Quando se trata de exercício, qual é o seu objetivo? Você está se exercitando para perder peso? Você está levantando pesos para obter músculos? Nesse caso, em vez de focar no objetivo final, aproveite o momento. Como você se sente no momento do exercício? Você se sente revigorante? Você sente prazer de bem-estar? Escreva o que você gosta e sente no momento.

Faça uma lista dessas coisas e lembre-se desse prazer imediato que você sente enquanto está se exercitando.

Se você está apenas buscando o resultado final e não aproveitando o momento, provavelmente ficará desanimado. Muitas pessoas se exercitam e fazem dieta apenas para perder peso. Durante o exercício, eles apenas anseiam pelo resultado final e, quando não veem resultados rápidos o suficiente, desanimam e desistem. Portanto, a ideia é se

exercitar e aproveitar os prazeres imediatos que você recebe ao malhar. A perda de peso deve ser apenas o bônus. Não deixe o exercício ser apenas um meio para um fim.

A artista musical Madonna disse que costumava antecipar demais o final de cada álbum que criava. Agora ela aprendeu com suas práticas de Kabbalah a aproveitar cada momento enquanto cria suas canções para seus álbuns. Seja como uma criança e aprenda a brincar. Aproveite cada momento rumo a sua jornada.

A ideia é fortalecer a sua vontade. Isso significa fazer algo desafiador que beneficiará sua vida. Se não beneficiar sua vida, não há necessidade disso. O exercício, por exemplo, é algo que vai beneficiar a sua vida. À medida que você desfruta do prazer imediato do exercício, aprenda também a lidar com a dor e veja a dor como uma oportunidade de fortalecer a vontade. À medida que sua vontade se fortalece, sua visão interior se torna mais clara. Essa visão clara é você se tornando mais consciente do Deus interior. Este é o olho de Deus dentro de você se abrindo, permitindo que você veja. Os que não podem ver andam nas trevas; eles são cegos para a Luz de Tudo O Que É. Quanto mais reativos nos tornamos, mais obscurecida nossa visão se torna. É por isso que quanto mais nos tornamos escravos de nossas emoções, mais sentimento de desesperança experimentamos. A impulsividade apenas obscurece nossa visão. Aqueles que andam totalmente nas trevas, nós os classificamos como maus. Eles são apenas indivíduos desencaminhados e perdidos.

Devemos nos lembrar por que estamos fazendo algo que precisa ser feito. Cada dia tenha uma tarefa que lhe trará benefícios. Supere a dor e faça. Um dos benefícios de exercer a vontade é liberar a mente da desordem. Esta é uma forma de Meditação Mindfulness. A meditação da atenção plena concentra-se em um pensamento sem distração. Estou usando força de vontade para escrever este livro, cada dia escrevo algumas páginas, alguns dias mais que outros. Continuo fazendo isso até terminar meu livro.

Estudos também mostraram que, ao fortalecer a vontade, você fortalece o córtex pré-frontal do cérebro, que controla as respostas emocionais, o que significa que você está mais apto a lidar com o estresse e menos propenso à impulsividade.

Enfrente seus medos: Outra forma de fortalecer sua vontade é enfrentar seus medos. A maioria dos medos que temos são em relação a coisas que não são prejudiciais. Existem medos racionais e medos irracionais. Medos racionais são perigos imediatos a serem evitados. Por outro lado, precisamos enfrentar medos irracionais. Se você tem medo da rejeição, encare o desafio, a rejeição não é um perigo imediato, é apenas uma resposta que interpretamos como pessoal que fere nossos sentimentos.

Durante uma semana, faça algo diariamente para enfrentar seus medos irracionais. Primeiro faça uma lista, como você tem medo de falar com alguém? Você tem medo de pedir ao seu chefe um aumento que você acha que merece? Você tem medo de aranhas? Anote esses medos.

Se forem aranhas, certifique-se de que não sejam venenosas. Além da viúva negra, não há aranhas venenosas na costa leste dos Estados Unidos. Em outras áreas, eles têm algumas aranhas venenosas, como o recluso marrom.

Se você vir uma aranha em casa, por exemplo, supere seu medo, coloque-a na mão e leve-a para fora. Se você tem medo de perder alguém que não é nada saudável em sua vida, enfrente o medo e se afaste dessa pessoa. Você se sentirá melhor a longo prazo. Enfrente esses medos.

Atrasar a gratificação: o que quero dizer com isso é que às vezes cedemos a prazeres que são ruins para nós a longo prazo. Alguns alcoólatras adiam a bebida até certa hora. Fazer isso pode realmente ajudá-los a abandonar o hábito. Muitas vezes procrastinamos quando sabemos que há coisas que precisamos fazer. Em vez disso, estamos nos entregando compulsivamente a algo que nos dá prazer instantâneo; enquanto isso, o que precisa ser feito nunca é feito. Portanto, exercite essa força de vontade para adiar essa gratificação instantânea e faça o que precisa ser feito antes de voltar ao seu prazer.

Substituição de hábitos: Este exercício de força de vontade também substitui maus hábitos por bons hábitos. Somos criaturas de hábitos e, portanto, não fomos projetados para não fazer nada. Não podemos simplesmente abandonar um mau hábito e não fazer nada. Temos que dizer sim a algo que nos beneficie. Muitas vezes nossos maus hábitos atrapalham nossos objetivos. Faça uma lista das coisas que você faz durante o dia. Examine cada hábito e marque aqueles que estão interferindo em seus objetivos, em outra coluna, anote o que você pode substituir que fará com que você esteja mais próximo de seus objetivos. Aqui está um exemplo.

Substitua as emoções: quando sentir uma emoção que não é saudável, como depressão ou raiva, não lute contra ela. Não se perca em pensamentos sombrios. Apenas sinta. Perder-se em pensamentos sombrios ou enlouquecer realmente o impede de experimentar as emoções plenamente, enquanto os pensamentos sombrios continuam a alimentá-lo. A ideia é tomar consciência e substituir o sentimento. Não tente mudá-lo, apenas substitua-o. Alimente os pensamentos que irão gerar os sentimentos que você deseja. Imagine o oposto do que está fazendo você se sentir deprimido, por exemplo.

Quando você percebeu que estava deprimido?

1. O que causou sua depressão?
2. Você sente que falhou em uma meta? Em caso afirmativo, anote os detalhes.
3. Uma experiência pessoal fez você sentir certos aspectos de si mesmo? Descreva esses sentimentos e por que você acredita que isso seja verdade sobre você.

Se você está se sentindo deprimido agora, isso pode não ser fácil de fazer. Pois quando estamos deprimidos, nos sentimos sem esperança e como se nada fosse funcionar.

Pensamos que somos tão especiais que algo está errado conosco. Tendemos a sentir que pode funcionar para os outros, mas não para nós.

1. Cenário oposto. Anote e imagine que a experiência é o que você gostaria que acontecesse, diferente do que realmente aconteceu. Exemplo, veja-se feliz pagando suas contas, porque sabe que tem dinheiro suficiente. Ou veja se a garota que você deseja perseguir está em um relacionamento feliz com você. Isso pode ser difícil no começo, porque pode ser avassalador e nossa situação atual é a realidade para nós, enquanto o que queremos, não é no momento. Com a prática, você está mudando sua realidade.

Desejo

O desejo é o alimento da vontade. Muitos acreditam que a falta de desejo é causada pela depressão. Na verdade, é o contrário. A falta de desejo é a raiz da depressão. Às vezes nossa dieta é pobre. Essa má alimentação pode causar um desequilíbrio químico onde sentimos fadiga. A fadiga então leva à falta de desejo e à procrastinação. No devido tempo, porque estamos procrastinando, estamos nos prejudicando porque nossas necessidades não estão sendo atendidas. Essa mágoa se torna raiva, e a raiva, de forma passiva, se volta para dentro e leva à depressão. Este é um exemplo de desequilíbrio químico que leva à falta de desejo e que leva à depressão. Não lidar com o estresse também pode causar depressão. Como eu disse no primeiro capítulo, esse estresse cria uma reação de luta ou fuga. Se alguém reage de forma passiva ou passiva, agressiva ou agressiva à situação, suas necessidades não estão sendo atendidas. Passividade ou agressão passiva também leva à procrastinação. A procrastinação é apenas uma forma leve de ansiedade. A ansiedade mata o desejo que geralmente segue com a depressão.

Pare de se masturbar: No último capítulo, mencionei que não há problema em se masturbar. Neste capítulo, estou sugerindo que você não deve turbar. Há uma diferença. Masturbation está sendo apanhado em pensamentos de 'deve, deveria, deveria e não deveria. Quando somos apanhados por esses pensamentos, nos tornamos escravos de nossas emoções. Nós nos identificamos com eles. Estas palavras levam a uma ansiedade que nos impede de resolver nossos problemas. Enfraquece o desejo que é necessário para resolver e alcançar objetivos. Esses pensamentos irracionais não apenas impedem o desejo, mas também bloqueiam a capacidade de resolver o problema. A ansiedade faz com que a pessoa congele, e é isso que é procrastinação. Geralmente é por isso que a ansiedade vem antes da depressão. Yeshua, o grande mestre, também conhecido como Jesus e Sananda, disse: "Pare de procurar provas fora de si mesmo e acredite em si mesmo, vocês são deuses". Portanto, não se apegue demais às coisas, elas são transitórias. O cerne do verdadeiro ensinamento budista é que 'tudo é transitório'. Nada é permanente, portanto, não é necessário se apegar demais a nada que seja passageiro. Nos grupos anônimos existe um ditado, 'Isso também passará' é a mesma coisa. Situações, pessoas, até nossos sentimentos são transitórios. Quando somos feridos, é apenas temporariamente. Muitas pessoas cometeram suicídio porque foram apanhadas na crença errônea de que a dor que estão sentindo nunca vai passar.

O suicídio é apenas uma solução permanente para um problema temporal. Quando temos pensamentos como "Devo ter um relacionamento com Amy, se não tiver, será o fim do meu mundo", esse tipo de pensamento é ilógico e causa sofrimento. Muitas vezes ficamos presos nesse pensamento obrigatório. Outro exemplo é "Isso não deveria ter acontecido; agora está tudo bagunçado." Esses pensamentos são ilógicos porque não são verdadeiros. Seu mundo realmente acabou se você não tiver um relacionamento com Amy? Eu não acho. Pode doer, mas seu mundo continua. Porque você cometeu um erro, isso significa que está tudo errado? Muito provavelmente, nem tudo será arruinado porque você cometeu um erro. Para superar esses pensamentos irracionais é chamado de Terapia Racional Emotiva Comportamental, que é uma parte importante da psicologia hoje. É a disputa de crenças irracionais.

A ciência é flexível, não dogmática e cheia de fatos e pensamento lógico. Mesmo que o pensamento lógico não se contradiga, ele mantém duas visões opostas ao mesmo tempo. Evita o pensamento rígido de tudo ou nada e vê a realidade como características bilaterais. Exemplo seria um não é totalmente bom ou totalmente ruim, temos ambas as características. Isso também significa que não existe um ser totalmente bom ou totalmente mau. Todos nós temos os dois, mesmo que um aspecto domine mais que o outro. Portanto, precisamos parar de julgar os eventos mundiais de forma absoluta ou tudo ou nada. A ciência assume que os eventos geralmente seguem a lei da certeza.

Quando Sananda disse: "Não julgueis, para serdes julgados, pois com o julgamento com que julgais não sereis julgados; O que isso significa não é tomar uma decisão final sobre as circunstâncias, fazer isso significa que você tomou uma decisão final sobre o curso de sua vida. Se a sua decisão sobre a vida é que ela é uma merda, então é assim que o mundo será refletido de volta para você. Muitos acreditam que "ver é acreditar", quando na verdade é "crer para ver". Vemos o que esperamos ver e o que vemos pode nem sempre ser a realidade. Sananada é um grande cientista e quando ensinava por meio de suas parábolas, estava ensinando ciência.

A ciência é cética em relação a todas as ideias no absoluto; ele aceita novas teorias à medida que novas informações surgem. Não apóia nenhuma ideia que possa ser falsificada, como um demônio invisível no mundo que causa todos os males do mundo. Não diz que o sobrenatural não existe, pois não há como provar que existe ou não, não está incluído na esfera da ciência.

A ciência não apóia a ideia de merecer e não merecer, que boas ações são recompensadas e que más ações são punidas.

Quando você está chateado com algo em que está deprimido, com pena de si mesmo, ansioso ou fazendo algo contra seu próprio interesse, presumiu que está pensando de maneira não científica.

Exemplos. "Já que eu te amo fortemente, você tem que me amar." Isso é irreal e contra os fatos da vida. "Já que machuquei os outros, estou condenado a queimar no inferno para

sempre”, “Já que sou uma boa pessoa, então as coisas vão dar certo”, essas duas não podem ser provadas.

Pense em sua infância quando algo terrível aconteceu. Talvez seu pai tenha batido em você na frente de todos os seus amigos na Piscina de Ondas e você tenha ficado envergonhado, especialmente uma das testemunhas era uma garota de quem você gostava. Lembre-se do que você disse a si mesmo para tornar esse evento tão traumático. Você estava dizendo a si mesmo, por exemplo? “Meu pai não deveria ter me batido na frente de todo mundo, principalmente na piscina Wave, 'esse evento realmente marcou o rumo da sua vida? Muito provavelmente não. Escreva um evento que você achou terrível.

I decide I'm going to ask Amy out.

and i'm nervous

Agora que você anotou o incidente, escreva na primeira coluna quais eram suas crenças. Em seguida, conteste-os e escreva crenças racionais.

Portanto, a ideia é chegar à conclusão de que se trata de ter a atitude de pegar ou largar. Quando importa muito onde dizemos que deve, ou deveria, causa estresse desnecessário.

Para saber mais sobre a Terapia Racional Emotiva, confira “Como teimosamente se recusar a se sentir infeliz com qualquer coisa, sim com tudo”, de Albert Ellis, Ph.D.

Você é o sonho ou o sonhador: a maioria de nós se deixa levar pela crença de que somos o sonho. No sono não sabemos que estamos sonhando e às vezes nos tornamos vítimas de nossas próprias criações. Tudo o que experimentamos em nosso sonho adormecido é uma manifestação de sua mente. Este é um exemplo do nosso sonho adormecido, mas neste mundo em que vivemos também é um sonho. Se você visse o filme 'a matriz' entenderia o que quero dizer. No filme, todos estão deitados em tubos enquanto interagem uns com os outros em um mundo holográfico que eles percebem como realidade. Neste mundo tudo é holográfico. O espaço é apenas uma ilusão e, na verdade, é preenchido com a mesma energia de que tudo o que você vê é feito. Campos eletromagnéticos que irradiam de fractais que chamamos de objetos nos dão a aparência de coisas sólidas. Quando dois ímãs têm os mesmos pólos, eles se repelem, o mesmo ocorre com objetos que parecem sólidos. A frequência do campo eletromagnético também envia impulsos ao nosso cérebro onde sentimos o toque enquanto interpretamos como texturas desses fractais.

O budista chama esse holograma de Mara, o Tentador, o Senhor do Abismo das Alucinações. Essa ilusão é necessária para o crescimento e, ao mesmo tempo, podemos nos perder se não tomarmos cuidado. Qualquer coisa que você pode experimentar não é você. Se você pode experimentar emoções, isso significa que você não é suas emoções. Este livro que você está lendo, você o está experimentando, portanto não é você. O budista tem um ditado: “Se você encontrar o Buda na estrada, mate-o”. O que isto significa é que o Buda é o seu verdadeiro eu que é o experimentador que é a cola do universo. Se você se identifica com uma experiência, então não é você, portanto mate a identificação com ela. A maioria de nós se identifica com nossas emoções, nosso cargo, nossos relacionamentos. Por causa dessa identificação com essas coisas que acreditamos falsamente ser nós, temos medo de perder nosso cargo, medo de perder nossos relacionamentos porque isso significa para nós, nos perdemos. Acreditamos que nos perderemos e deixaremos de existir. São essas crenças irracionais que nos levam a temer a mudança que nos faz não mudar, porque pensamos que se mudarmos nossas crenças emocionais, perderemos nossa identidade. Ter essas crenças é acreditar que você é o sonho. Isso não é diferente de acreditar que você é o personagem no palco que está preso no papel que foi escrito para ele.

Perceber que você é o sonhador é perceber que essas características não são você, são o que você experimenta. Você também sabe e aceita que todas as coisas são transitórias. O

que quer que você experimente, bom ou ruim passará. Tudo é transitório. Como você não é suas emoções, pode optar por mudá-las.

Se uma situação lhe causa dor emocional, você sabe que não é você e passará. Isso pode ajudar a superar a rejeição, porque qualquer dor emocional que você sentir pela rejeição passará. A dor não é um perigo imediato para o seu bem-estar, é apenas uma experiência desagradável.

Nosso verdadeiro Eu é o Deus interior. O mesmo Deus dentro de mim também é o mesmo Deus dentro de você e de todos os outros. A separação é uma ilusão. Uma banheira cheia de esponjas imersas em água, a água está em todas as esponjas, mas há apenas uma água. Assim como a água, existe apenas um Eu, um Experimentador e um Sonhador. A única coisa que torna cada um de nós indivíduos são as nossas memórias devido ao que vivemos.

Esse sonho, que chamamos de realidade, tem as mesmas características do nosso sonho adormecido, embora possa ser um pouco mais firme. Em nosso sonho adormecido, quanto mais lúcidos nos tornamos, mais controle temos sobre o sonho. Neste mundo que chamamos de realidade, quanto mais lúcidos nos tornamos em nossas vidas diárias, mais maestria você terá. Em nosso sonho adormecido, todos os personagens que criamos são um reflexo de nossos desejos e medos. Na vida desperta, todas as pessoas que encontramos também são um reflexo de nossos desejos e medos. Assim como o sonho adormecido, simplesmente não os criamos; nós apenas os convidamos inconscientemente para entrar em nossa vida. No sonho, percebemos que o que experimentamos passará. Se sentirmos dor, sabemos que é apenas um sonho e que podemos escolher outra coisa.

Os Navy Seals, por exemplo, não se identificam com a dor que passam no treinamento. Eles têm que nadar 500 jardas em no mínimo 12:30 segundos. Em dois minutos, eles precisam fazer de 42 a 100 flexões. Eles não permitem que a dor os atrase. A chave é o desejo deles. Seu desejo de estar na equipe de combate de elite militar é mais forte do que evitar qualquer dor que possa atrapalhar. Portanto, a chave para não se identificar com a dor é o desejo.

Fortaleça seus desejos: O desejo é a força que manifesta todas as coisas. É o que alimenta a vontade. Desejo é amor e sem ele não há vontade. O desejo é a força motivadora de toda a Criação. O que quer que o homem deseje, o Deus interior criará. A Lei da Gravidade é a Lei do Desejo. Do centro do buraco negro vem o desejo. Como eu disse antes disso vem a eletricidade. Vivemos em um universo elétrico. Todas as coisas têm uma consciência elétrica de si mesmas até certo ponto. Como as teclas de um piano em que cada som é ligeiramente diferente do tom anterior, cada manifestação é mais consciente do que a consciência anterior. A eletricidade continua se fraturando para onde obtemos um átomo que tem um próton que é o hidrogênio. Os átomos de hidrogênio são fractais do todo. Cada aspecto do átomo tem toda a informação como fonte original. Assim como as letras do alfabeto, quando dispostas juntas de uma certa maneira, formam palavras, quando a eletricidade fractal em um determinado padrão, você obtém a composição de todas as partes do átomo. A consciência elétrica do átomo de hidrogênio é limitada. Quando o

próximo conjunto de átomos entra em ação, como o átomo de hélio que tem dois prótons, esse conjunto de átomos tem mais consciência elétrica do que os átomos de hidrogênio anteriores e sua consciência ainda é limitada. Essa consciência elétrica continua em cada conjunto de átomos que se manifestam.

Quando o carbono que tem 6 prótons é misturado com outros minerais e água, dois compostos químicos principais são formados. Essa substância química é chamada de ácido ribonucleico (RNA) e ácido deoxirribonucleico (DNA). O DNA é armazenado como um código composto de quatro bases químicas que são adenina (A), guanina (G), citosina (C) e timina (T). Cada base que se emparelha é ligada a uma molécula de açúcar e uma molécula de fosfato que forma um nucleotídeo que forma cadeias. É como eles são organizados que determina as informações para a construção e manutenção de um organismo que está sendo formado. Tudo isso começa no mar e a célula vegetal, como a bactéria, é a primeira que vem disso. A consciência elétrica ainda evolui. As plantas são mais conscientes do que os minerais. As plantas marinhas evoluem no mar. Eventualmente a célula animal é produzida e você obtém a ameba e os peixes, esses animais têm mais consciência elétrica do que as plantas, logo você obtém crustáceos e insetos que podem andar na terra. Depois vêm os anfíbios e répteis, depois as aves e os mamíferos terrestres. Cada manifestação tem mais consciência elétrica do que a anterior, mas ainda limitada. Quando se trata de humanos, o DNA consiste em cerca de 3 bilhões de bases e mais de 99% dessas bases são as mesmas em todas as pessoas. Quando se trata de humanos, a consciência elétrica é a que mais evolui, e quando se trata de nós, não há limitação. Temos a capacidade de exercer a vontade de nos tornar cada vez mais conscientes eletricamente. Não importa o quanto nos tornemos conscientes, há mais, pois a informação que temos que liga todas as coisas que são do todo é ilimitada e está dentro de nós como em todas as coisas.

Devido ao nosso nível ilimitado de potencial de consciência, podemos manifestar qualquer coisa que desejamos, não importa o que seja. Quanto mais forte o desejo, mais poderosa a manifestação. Somos co-criadores, pois qualquer desejo do homem é, portanto, uma extensão bidirecional da Luz dessa ideia da Fonte. O homem deve co-criar de acordo com as Leis da Criação.

O desejo leva à ação, não nos moveríamos se não desejássemos algo. A depressão surge quando nos falta desejo. Os médicos convencionais dizem que a falta de desejo é o efeito da depressão, eles dizem que se curarmos a depressão, o desejo por coisas pelas quais perdemos o interesse voltará. Pelo contrário, podemos superar a depressão trazendo o desejo de volta às nossas vidas. Se estivermos deprimidos e acreditarmos que precisamos superar nossa depressão para recuperar nosso desejo, podemos passar anos procurando a fonte de nossa depressão.

Como co-criadores, criar pode ser uma cura para a mente, especialmente para PTSD e Bipolar. Ajuda a mente a se acalmar e se concentrar em projetos.

Criar pode ajudar a construir confiança e auto-estima. O desejo é o que é necessário para nos expressarmos como co-criadores. Muitos pensam erroneamente estar em um caminho

espiritual, o desejo é o que nos impede de seguir o caminho. Não é assim, o desejo é essencial para nossa existência, sem desejo nada existiria. Quando estamos com fome, temos vontade de comer. Satisfazemos esse desejo e ficamos satisfeitos até que a fome volte a surgir em nós. Tudo é transitório. Os desejos nos levam a ir buscar um parceiro para que procriemos a vida. Mesmo os desejos que nos distraem são necessários para o crescimento. Existem quatro níveis de desejos.

Sem vontade.

Tentando, mas não dando tudo de nós.

Fazendo um esforço e mantendo o foco em nosso objetivo.

Fazendo acontecer, não importa o quê.

O fato é que a maioria das pessoas funciona no nível 2, que é apenas tentar, e mal consegue chegar ao nível 3. Quando alguém está deprimido, geralmente está no nível um, o que não é desejo. Sem desejo nos sentimos perdidos no escuro. Na escuridão devemos iluminar para que possamos ver. A Luz é toda emoção positiva que podemos imaginar que flui de Tudo O Que É. Essa emoção positiva é o amor que é desejo.

Compartilhar é uma forma de cocriar e trazer a sensação de fazer parte de algo. Faça algo para fazer parte da comunidade ou para ajudar os outros. Cada vez que compartilhamos, nos tornamos proativos. Quando somos proativos, não estamos sendo reativos. Leva proativamente a ser co-criadores como a Luz do Criador. Quando somos, somos infinitos com a Luz.

Pausa: a pausa pode ser benéfica e devemos aprender a fazer uma pausa antes de reagir. Em qualquer situação, seja prazerosa ou dolorosa, somos tentados a reagir sem pensar. Quando somos reativos, nos desconectamos da Luz. A ideia é estar vigilante e optar por ser consciente em vez de funcionar no piloto automático. Confiar em velhos padrões não nos levará à Luz, mas fazer uma pausa entre o estímulo e sua resposta o fará.

Saber o que você quer: Muitos de nós nem sabemos realmente o que queremos. Para querer algo, você deve desejá-lo de todo o coração. Como você pode desejar algo que nem mesmo tem certeza do que deseja.

Faça essas perguntas a si mesmo. Você quer dinheiro? Ou é a segurança que você quer dele? Você quer sexo? Ou você quer um relacionamento romântico com alguém que amamos e que nos ama de volta? Quando fazemos essas perguntas, descobrimos que o que queremos são os sentimentos duradouros associados a ela. Ao fazer uma pausa, consideramos nossas respostas com cuidado, em vez de reagir a escolhas que nos deixarão vazios em pouco tempo. Escreva o que você quer. Então, na próxima coluna, escreva quais sentimentos eles lhe trazem e o que você deseja deles.

Quando você sabe o que quer, imagine que o tem, sinta a sensação de ter o que deseja. Use todos os seus sentidos para ver se você o possui. Cheire o perfume, sinta as texturas, etc. Veja o que você quer, você já tem. Veja-se já na situação. Deseje-o de todo o coração. Sinta-se em um relacionamento romântico, sinta-se magro, etc.

Isso fortalecerá seu poder pessoal. Quando o poder pessoal de alguém é fraco, a pessoa tende a abrir mão de seu poder como forma de evitar conflitos.

Dor temporal versus sofrimento: Quando se trata de conflito, muitos de nós queremos manter a paz. Não devemos dar nosso poder pessoal a outros. É melhor ser proativo e sentir desconforto temporário ao falar a verdade do que sofrer sofrimento ao longo da vida. Muitas vezes mantemos a boca fechada e deixamos que os outros nos atropellem, porque queremos evitar conflitos. Levante-se e encare o desafio. Essa situação constrangedora existe para que você possa enfrentá-la para aprender e crescer. Evitar conflitos retarda seu processo de crescimento. Quando você apenas lida com a dor de não enfrentar o que precisa ser dito, sua dor aumenta. Você se torna amargo e nunca fica feliz enquanto pensa que o mundo está atrás de você enquanto tenta ser o Sr. Cara/Garota Bonzinho. Parte do crescimento é lidar com pessoas diariamente. Permitir que essa dor desnecessária se acumule significa que suas necessidades não estão sendo atendidas, e esse estresse pode causar a produção excessiva de ácidos estomacais, levando a um reflexo ácido ou úlceras estomacais. Portanto, seja assertivo e diga aos outros a verdade sobre suas necessidades e desejos, não apenas você provavelmente terá suas necessidades atendidas, mas também crescerá ao enfrentar o desafio de se expressar de forma assertiva. É assim que você alcança o poder pessoal.

A QUARTA ESPIRAL

(Elemento Ar)

A Quarta espiral do Centro de Poder está localizada na área do coração. É o centro de energia do coração. Está associado ao elemento Ar. Este Centro de Poder é sobre o Amor. Aqui está um correspondente do simbolismo deste centro de poder.

Elemento: Ar

Função: amor, compaixão

Glândulas: Timo

Desequilíbrios: Asma, doenças cardíacas, doenças pulmonares

Cor verde

Sephira: Tiphareth

Este centro de poder está associado ao amor. Cada um dos vórtices está associado ao amor. Eles estão todos conectados. É muito improvável que você tenha 1 vórtice muito forte

enquanto muito fraco em outros, embora seja possível. Um afeta os outros. Assim como as teclas do piano ou as cores do arco-íris, cada frequência é ligeiramente diferente da anterior. No primeiro centro de poder está a sobrevivência, é preciso ter amor próprio até para poder ficar de pé com os próprios pés. Quando não nos amamos, sentimos que precisamos de uma muleta. No segundo Centro de Poder para estarmos abertos à intimidade, primeiro desenvolvemos nosso vínculo com nossa mãe. Essa ligação determina quanta auto-estima e valor próprio temos, o que, novamente, tem a ver com amar a nós mesmos. O terceiro centro de poder está associado ao poder pessoal. É preciso ser capaz de se respeitar o suficiente para não ceder seu poder aos outros, nossas emoções e impulsividade. Agora chegamos ao quarto Centro de Poder.

A quarta espiral é o conector neutro da alma. Ele conecta os três vórtices masculinos na parte inferior com os três vórtices femininos no topo. Ele controla o sistema circulatório da alma. Quando o coração está desequilibrado, ficamos presos nos vórtices inferiores. Um carece de poder pessoal, problemas de intimidade e de pé sobre os próprios pés. No livro egípcio de "Coming Forth By Day" o coração é pesado na balança contra a pena da verdade. (Figura 4.1) Se for muito pesado, é alimentado ao crocodilo Ammut. A imagem dos centros de poder é o crocodilo sentado com a boca fechada entre os três centros e o quarto centro do coração. É simbólico que se você não pode subir além dos três centros inferiores, então o crocodilo está lá para devorar seu coração. Essa devoração é a reencarnação sem lembranças de sua vida formal.

Se seu coração é leve, então você passa pela porta da imortalidade, o que significa que você continua a reter conscientemente suas memórias por ter um corpo radiante.

Quando nosso centro cardíaco está fraco, nos identificamos com nosso corpo, nossos relacionamentos e nossas experiências. O ar é o elemento para este centro de energia, o ar representa a liberdade. Quando nos apaixonamos, sentimos que estamos andando no ar. Quando nos agarramos com muita força ao nosso amor, sufocamos nosso amado, o que não é diferente de privá-lo de ar.

Esse sufocamento se deve ao medo da perda; esse indivíduo se identifica com seu relacionamento. Eles sentem que, se perderem o relacionamento, perderão a identidade. A pessoa tende a sabotar seus relacionamentos com desconfiança, raiva ou medo de perder sua independência se depender demais dos outros. Com esse centro de energia fraco, a pessoa tende a estar sempre em guarda e a agradar os outros porque sente que é a única maneira de alguém amá-la.

Esse apego às suas experiências é o que causa a perda das memórias da vida anterior quando ocorre a reencarnação. Deixe-me explicar, quando alguém perde aquilo com que se identifica, sente-se perdido. Exemplo, Joe acredita que ele é seu cargo e relacionamentos. Joe perde o emprego e o parceiro romântico. Ele se sente tão perdido que não sabe como lidar. Ele se dirige ao bar e enterra suas mágoas no álcool. O álcool é como ele lida, faz com que ele esqueça temporariamente.



Figura 4.1

O estado emocional que você tem enquanto vive, você leva com você. Estar morto não torna ninguém mais inteligente ou sábio. Portanto, se alguém se identifica com seu corpo e outras experiências quando está vivo, ainda se identificará com essas mesmas coisas após a morte.

A pessoa comum que está apegada ao seu corpo e experiências sentirá isso perdido quando tudo com o qual se identificou for arrancado dela. Eles perderam o corpo, o cargo e os relacionamentos com tudo o que conheciam. Eles agora precisam de uma maneira de lidar com essa perda. A luz no fim do túnel é como uma droga na qual os mortos emergem. Dentro da luz traz sentimentos de bem-aventurança que os mortos entram para lidar com a perda de sua vida anterior. Nesta luz feliz no tempo, a pessoa esquece tudo sobre sua vida anterior. No filme *Casper*, por exemplo, ele é um fantasma há tanto tempo que nem se lembra de sua vida formal. Ele não se lembra quem ele é, ou sua família. Aqueles que entram na luz se desintegram ao reencarnar sem nenhuma lembrança consciente de suas vidas anteriores. Por outro lado, quando o centro de energia do coração está forte, você percebe que não é o seu corpo. Você percebe que não é nenhuma de suas experiências e que o verdadeiro você é o Deus interior. Essa consciência vem através da meditação. Isso fará com que você desenvolva um corpo radiante onde não precise entrar na luz; em vez disso, você produz sua própria luz. Como não há necessidade de entrar na luz, você reterá conscientemente todas as suas memórias. Esta é a verdadeira imortalidade.

O coração é o elo entre os centros de energia superior e inferior. Todos os centros de energia têm um par, exceto o coração. Os pares são ligados através de uma conexão em espiral. O coração está no final da ponta da espiral (figura 4.2).

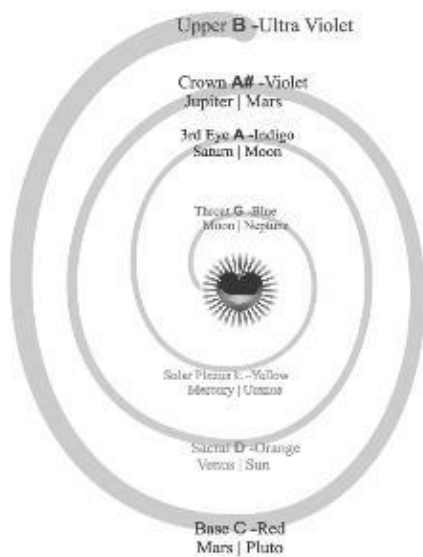


Figura 4.2

Ponto espiral terminando no coração

O parceiro e contraparte do centro raiz é a coroa. O centro sexual e o centro do terceiro olho são equivalentes. A contraparte do poder pessoal é o centro da garganta, pois você percebe que a parte principal do exercício do poder pessoal é por meio da voz. No centro do nosso ser está a plena integração com o coração.

Como eu disse, o ar simboliza a liberdade e quando o centro do coração está forte, é possível o voo astral. A respiração também desempenha um papel no centro do coração.

Se você quiser influenciar o corpo através da mente, você o fará controlando a respiração. Dominar a respiração pode acalmar a mente. Abrir este centro do coração requer uma compreensão do controle da respiração. Nas práticas da antiga arte chinesa de exercícios energéticos chamada Chi Kung, esse controle da respiração e da energia produzia força, rejuvenescimento e longevidade. O antigo taoísta acreditava que ele pode transmitir a imortalidade.

O Chi Kung combina técnicas de respiração antigas secretas com posturas e movimentos para cultivar 'Chi' (energia que sustenta toda a vida). Práticas de longo prazo do Chi Kung melhoram todas as funções fisiológicas humanas, como circulação, respiração, força do esqueleto, metabolismo, sistema imunológico e função neuromuscular. Por mais de 5.000 anos, os chineses usaram isso para prevenção e tratamento de doenças, fortalecendo o corpo, melhorando a inteligência, o desenvolvimento espiritual, estendendo a longevidade e desenvolvendo poderes ocultos.

Isso também melhora a circulação astral, que é o centro do coração e ajuda a purificar o coração.

“A purificação do coração (consciência) leva ao BEM MAIS ELEVADO: A VIDA ETERNA e a Paz Suprema.” -Provérbio egípcio.

Purificação do coração não é ficar sem pecado como muitos acreditam. Trata-se de ter aquele foco de raio laser sobre qual é o seu objetivo na vida. Quando seu coração está contaminado, há uma ambivalência em seu coração, essa ambivalência é causada por um desejo fraco que geralmente se deve ao vício em nossa atual zona de conforto. Quando estamos presos em nossa atual zona de conforto, temos medo de entrar em territórios desconhecidos. Esse medo enfraquece nossa vontade, impedindo-nos de seguir em frente. Como na história em quadrinhos do Lanterna Verde, a vontade é o oposto do medo. Nos quadrinhos, will é a cor verde e esta é a cor do centro do coração. A vontade está mais associada ao centro de poder pessoal, mas é o começo para desenvolver um coração puro. Como eu disse no último capítulo, fortalecer seus desejos é como você fortalece a vontade. Fortalecer sua vontade é a chave para um coração puro. No livro egípcio 'Coming Forth By Day', o coração deve ser puro para não ser muito pesado quando pesado contra a pena da verdade de Maat. Maat significa justiça e também significa o caminho; o caminho é seguir as Leis da Criação, em chinês é o Tao. As Leis da Criação são as Leis da Natureza. A palavra natureza é uma palavra grega que se origina da palavra egípcia Neter que significa Deus ou Divino. Portanto, não há separação da natureza ou do Divino. Portanto, Deus não é sobrenatural, tudo é natural, e tentar nos separar da natureza apenas nos degrada. Somos animais autoconscientes e a única coisa que nos torna diferentes dos outros animais é o nosso potencial de autoconsciência ilimitada. Nosso objetivo é encontrar essa divindade oculta dentro de nós. Essa divindade oculta está dentro de tudo e, como somos uma manifestação dela, encontrá-la é procurá-la internamente. Isso é pela meditação e auto-reflexão.

O símbolo do centro de energia do coração são os dois triângulos entrelaçados, que é a estrela de seis pontas. Isso, como mencionei na introdução, é o símbolo de Tudo O Que É. Algumas fontes dizem que os Pleiadianos o usam como um símbolo de fraternidade. Este é também o símbolo do Sagrado Matrimônio e do Sagrado Coração de Jesus. Esta é a estrela do brilho que vem de um coração aberto. (Figura 4.3). Este é o único centro de poder neutro e sem parceiro. Todos os outros centros de força estão emparelhados, exceto o centro do coração, onde os dois triângulos se interceptam. Na tabela de elementos, todos os elementos têm um par, exceto o elemento carbono que está perfeitamente equilibrado e também o elemento que é a base da vida orgânica.



Figura 4.3

O Sagrado Coração

Abrir o coração: Amar é amar incondicionalmente, ou seja, o amor não tem expectativas nem obrigações. O amor não tem condições em que diz: “Eu farei isso por você, se você fizer isso por mim” ou “Eu vou te amar se você me deixar moldá-lo na imagem que eu quero que você seja”. Amar é aceitar as pessoas e as coisas como elas são. Muitos de nós levantamos a guarda porque temos medo de que nossos egos sejam feridos. Somos tão protetores de nossos egos que temos medo de abrir nosso coração e ficarmos vulneráveis a ser feridos. Temos medo de que o indivíduo tenha segundas intenções e medo de dar-lhes uma chance. Ninguém jamais morreu de um ego ferido. Como eu disse antes, “isso também passará”.

Por uma semana, pelo menos, tente ver o bem em todos que encontrar, pode não ser fácil no começo. Dê aos outros o benefício da dúvida, a menos que eles lhe dêem motivos para não fazê-lo. Ver o que há de bom nos outros o ajudará a ver o que há de bom em você. Muitos de nós temos problemas para ver o que há de bom em nós mesmos, então presumimos que os outros não verão o que acreditamos que não existe e nos contentamos com relacionamentos prejudiciais porque imaginamos quem nos desejaria, então nos contentamos com o agressor porque achamos difícil acreditar que alguém digno vai gostar de nós.

Seja também gentil e generoso. Às vezes, podemos encontrar alguém com uma atitude desagradável e nossa primeira resposta é levar para o lado pessoal e ir ao nível deles, retrucando. Eles podem ter essa atitude desagradável porque tiveram um dia ruim e não tem nada a ver com você. Anote suas experiências de como isso pode acontecer por não passar do nível deles.

Por exemplo, o cara da TV a cabo aparece na sua porta com uma atitude desagradável. Em vez de se rebaixar ao nível dele, faça com que ele se abra com você sobre o dia dele. Ele pode surpreendê-lo desabafando sobre o dia ruim que ele teve e se sentir melhor porque você foi gentil o suficiente para ouvir. No momento em que ele conserta seu serviço e sai, ele está saindo de bom humor. Ele não apenas se sente melhor, mas você também se sente melhor por ter conseguido fazer alguém se sentir melhor.

Outro exercício que você pode fazer é fazer algo de bom para alguém sem esperar nada em troca. Deixe de lado a preocupação de que você está se preparando para ser aproveitado. Muitos acham que o amor é fraco, quando na verdade o amor é o que traz paz de espírito.

Sananda disse: “Ame o próximo”, ele entendeu a ciência por trás disso. Sananda conhecido como Jesus era mais do que apenas um filósofo e professor. Ele era um político e também um cientista. Ele assumiu o papel de Sacerdote e Rei após a morte de João Batista, que possivelmente era um sacerdote do Templo de Ísis. A imersão na água como iniciação é um ritual originário do Egito.

Quando você ama o próximo, está se alinhando em harmonia com o maior poder do universo. Você se sincroniza com as Leis da Criação, que são regidas pela força do amor.

De acordo com Meir e outras fontes, antes de 226.000 aC, os Lyrianos da constelação de Lyra eram guerreiros que eram vikings espaciais que saíam e conquistavam tudo o que podiam. Eles migraram para Orion, Hyades e as Plêiades. Talvez parte disso se reflita na mitologia nórdica, assim como na suméria. Quando uma líder sábia (Yshwish) chamada Pleja veio para governar, as coisas mudaram quando ela colonizou a Terra, Marte e Milona. Milona supostamente era um planeta que existia além da órbita de Marte. Milona foi destruída quando Marte foi jogado para fora de órbita, destruindo toda a vida sobre ele.

Pleja trouxe paz e isso é ter um coração aberto. Ter um coração aberto é como sobrevivemos. Sobrevivemos trabalhando juntos.

“Amarre dois pássaros, mesmo que você tenha quatro asas, você não pode voar.”

– O Cego, (A Flauta Silenciosa)

“Mas se você voar lado a lado, poderá voar mais longe do que jamais conseguiria sozinho.”

-Tatiana.

Isso significa que, se você estiver muito apegado a alguém devido ao medo da perda, não poderá se mover para lugar nenhum; em vez disso, você apenas destruirá aquele ao qual está apegado. Não quero dizer necessariamente destruí-los em um cenário de atração fatal. Seu sufocamento por não permitir que eles respirem causará sua destruição. Por outro lado, trabalhando juntos como uma equipe, permitindo que todos façam suas próprias coisas, todos vocês podem voar para as alturas do céu.

Aqui está uma parábola de um autor desconhecido.

O Swami estava conversando com o Senhor Shiva um dia e disse Senhor, “Eu gostaria de saber como são o céu e o inferno”.

Lord Shiva levou o Swami a duas portas.

Ele abriu uma das portas e o Swami olhou para dentro. No meio da sala havia uma grande mesa redonda. No meio da mesa havia uma grande panela de ensopado, que tinha um cheiro delicioso e deu água na boca do Swami.

As pessoas sentadas ao redor da mesa eram magras e doentes. Eles pareciam estar famintos. Eles seguravam colheres com cabos muito longos amarrados aos braços e cada um conseguiu enfiar a mão na panela de ensopado e pegar uma colher. No entanto, o cabo era mais longo que os braços; eles não conseguiam colocar as colheres de volta na boca.

O Swami estremeceu ao ver sua miséria e sofrimento. Lord Shiva disse: "Você viu o inferno".

Eles foram para a próxima sala e abriram a porta. Foi exatamente igual ao primeiro. Lá estava a grande mesa redonda com a grande panela de ensopado que deu água na boca do homem santo. As pessoas estavam equipadas com as mesmas colheres de cabo longo, mas aqui as pessoas estavam bem nutridas e gordas, rindo e conversando.

O Swami disse: “Não entendo”.

“É simples”, disse o Senhor Shiva, “requer apenas uma habilidade. Você vê que eles aprenderam a alimentar uns aos outros, enquanto os gananciosos só pensam em si mesmos”.

Esta parábola mostra como o egocentrismo não leva ninguém a lugar nenhum. Quando estamos muito preocupados em machucar nosso ego, estamos sendo egocêntricos. Quando temos a atitude, não farei por você, a menos que você faça por mim, isso é egocentrismo.

Antes de Pleja se tornar a Rainha da Sabedoria, os Lyrians causaram a destruição de milhares de mundos. Aqueles que honram os caminhos pacíficos de Pleja se autodenominam Plejarans. O sistema estelar das Plêiades também recebeu o nome dela. O amor é o que faz com que coisas boas aconteçam com você, a falta de amor faz com que coisas ruins aconteçam com você. Muitas vezes nem percebemos que nos falta amor. Nos sentimos bem, e tão presos em nós mesmos que nem percebemos o que está acontecendo fora de nós. Quando reclamamos das circunstâncias não estamos exercendo amor, e a reclamação traz mais do que você está reclamando. Até mesmo fazer trabalho voluntário para o Exército de Salvação ou para o Hospital Infantil é uma boa terapia e abrirá seu coração. Este também é um bom exercício para se livrar da depressão. Dá a sensação de que eles têm um lugar e um lugar digno no mundo. A ideia é ao invés de esperar um milagre é ser um milagre diariamente na vida de outra pessoa.

Amor é ação. Muitos pensam que é apenas um sentimento. Os sentimentos de amor são o efeito colateral do amor. O amor é um verbo e o sentimento é fruto do amor. Indivíduos reativos fazem do amor um sentimento. Eles são apenas movidos por seus sentimentos. Se não sentem amor, recusam-se a agir.

Indivíduos proativos, por exemplo, fazem do amor um verbo. É algo que você faz, os sacrifícios que você faz, a doação de si. Amar é ação, e amar os outros é mostrar ações que servem, apreciam, ouvem, têm empatia e fazem sacrifícios. Faça uma pausa e reserve um tempo para demonstrar amor. Talvez você não tenha ligado para alguém que precisa ligar. Talvez você esteja adiando escrever aquela carta necessária para um amigo querido que mora longe. Faça esse sacrifício e reserve algum tempo para os outros. Você pode até marcar um horário para passar o tempo ou fazer aquela ligação para dizer “Olá”.

Aqui está outro exercício para pelo menos tentar por uma semana. Fale apenas sobre as coisas que você ama. Mesmo que aconteçam algumas coisas durante o dia que você não gostou, ignore isso e seja grato pelas coisas que você gostou naquele dia e fale apenas sobre isso. Você também pode anotar todas as coisas que ama e pelas quais é grato a cada dia durante este exercício.

As pessoas que têm uma vida boa falam mais sobre o que amam do que sobre o que não amam.

Poder do Sentimento: “Sinta, é como um dedo apontando para a lua, não se concentre no dedo ou você perderá toda a glória celestial”

–Bruce Lee.

Apenas focar no pensamento positivo não é suficiente, você deve sentir o que deseja. Pensar positivo é o dedo apontando o caminho. Tudo começa com o pensamento, mas você deve gerar sentimento. Os pensamentos não têm poder sem sentimento. Os centros de energia expressam os sentimentos que você tem, e esses sentimentos enviam ondas para atrair as pessoas e circunstâncias que estão na mesma vibração que os seus sentimentos. Todos os bons sentimentos vêm do amor e quanto mais você dá amor, mais amor você recebe. Gratidão e satisfação são emoções que nos fazem sentir bem. Gratidão é o oposto de reclamação.

Muitas vezes nos sentimos bem com alguma coisa por dez minutos e, de repente, nosso humor muda quando algo que experimentamos é desconfortável. Passamos 10 minutos com bons sentimentos, mas passamos uma hora com sentimentos ruins e, ao longo do dia, acabamos passando horas com sentimentos ruins e no resto do tempo, exceto por dez minutos, simplesmente nos sentimos bem.

Sentir-se bem não é um sentimento bom; eles são apenas sentimentos bons que apenas manifestam uma vida medíocre. Se você não se sente bem com seus relacionamentos, eles não vão melhorar. Se você não se sente bem com o dinheiro, como sentir medo toda vez que paga as contas, sua situação financeira não melhorará. Quando você mudar a maneira como se sente, mudará sua vida. Você deve se sentir bem em pagar suas contas para que sua situação financeira melhore. Se você deseja que seu relacionamento melhore, primeiro deve ter bons sentimentos em relação a ele. Para gerar bons sentimentos quando se trata de pagar contas, veja-se doando caridade para a empresa por seus bons serviços. Nos relacionamentos, tenha gratidão pelo que faz você se sentir bem. Sinta-se bem com o que deseja e sinta como se tivesse acontecido. Imagine a alegria de tê-lo.

Para gerar os sentimentos, é preciso agir. É mais do que apenas imaginação. Isso desencadeia os sentimentos, mas você também deve agir em direção a esses objetivos. Exerça força de vontade para realizar as ações necessárias para sentir seus objetivos. A imaginação, sabendo que ela virá, exerce ações de serviço que o aproximam de seus objetivos.

Cura: O amor tem o poder de curar. Curar significa tornar completo. Quando estamos no processo de cura, estamos recuperando partes perdidas de nós mesmos. Quando estamos desequilibrados, não somos completos. Tornar-se inteiro é um processo de recuperação. Para estar em harmonia com as Leis da Criação é preciso estar constantemente em recuperação. Uma vez que temos potencial para ter autoconsciência ilimitada, devemos agir diariamente para nos tornarmos mais conscientes do que no dia anterior. Devemos

trabalhar para sermos melhores do que fomos ontem. Quando nos tornamos complacentes e não exercitamos nossa vontade de melhorar, sentimos desconforto. Esse desconforto vem na forma de se sentir mal. Quando nos sentimos mal, estamos desequilibrados e esses sentimentos ruins causam circunstâncias desagradáveis.

A doença é quando você não está no estado natural de "tranquilidade". Isso significa que seu estado natural de facilidade está desequilibrado ou perturbado fisicamente, mentalmente ou ambos. O desconforto de não estar à vontade é uma necessidade. O desconforto é um sinal que indica que você está desequilibrado. O desconforto vem como agitação mental ou desconforto físico. Isso significa que você deve estar equilibrado para melhorar. Quando você se sente bem, você cura mais rápido porque não há desconforto.

O amor é a força que cura. Quando nos falta amor, estamos em desequilíbrio com as Leis da Criação. Sentimentos ruins são o desconforto que, se não for tratado, causa um efeito dominó de caos. Se você se sentir mal, isso refletirá em seu comportamento. Todas as escolhas irracionais feitas por insegurança, ganância, preguiça, raiva, etc. são todas devidas a um desconforto que nos faz sentir mal.

Quando você mostra compaixão, união e compreensão, você tem o desejo de curar. Quando jogamos nos sentimos bem. Durante o jogo, estamos tão envolvidos no momento que não temos preocupações. Golfinhos e humanos têm tantas características semelhantes. Humanos e golfinhos são quase os únicos animais que brincam até a idade adulta. Eles são mamíferos marinhos que, sem dúvida, dizem ser o elo espiritual, intelectual e social mais próximo dos humanos de todas as criaturas marinhas. Recentemente, o canal de história apresentou um documento chamado "Mermaid the Body Found' and Mermaid New Evidence" se esta informação estiver correta, então os golfinhos podem não ser os únicos. Da fonte do exame do corpo da sereia, as sereias são mamíferos como os golfinhos.

Talvez haja algum ancestral comum para as sereias, se elas existirem. Desde o início do texto antigo, descrições de sereias foram descritas.

De acordo com o antigo texto sumério, os sumérios contaram sobre um planeta aquoso chamado Tiamat. Isso foi supostamente há 4,5 bilhões de anos. Este planeta aquoso tinha o dobro do tamanho da Terra. De acordo com os sumérios, uma das luas do planeta Niburu atingiu Tiamat e a dividiu em duas. Com o tempo, ambas as metades se tornaram Terra e Milona. De acordo com o texto, 3.500 anos depois, quando a lua apareceu novamente, ela atingiu a segunda metade e a quebrou em pedacinhos. De acordo com Meir, o planeta Milona foi destruído pela guerra. Em ambas as vistas, os destroços que sobraram se tornaram o cinturão de asteroides.

É possível que em Tiamat o pequeno pedaço de terra fosse governado por dinossauros enquanto na água o planeta era governado por espécies como as sereias.

A lenda fala sobre o Deus Ea que era conhecido como Deus da Água e era homenageado pelos signos zodiacais de Aquário e Peixes, e os "sacerdotes que supervisionavam sua adoração" estavam vestidos como Homens-Peixe. Mais tarde, os gregos descreveram os

Oannes que falavam como um humano que tinha a aparência de um peixe que veio do mar para ensinar a humanidade e voltou ao mar à noite.

Mais tarde, um discípulo de Aristóteles escreveu sobre uma segunda visita de mais seres como o de Oannes que veio do mar para ensinar a humanidade. No texto sumério é mencionado que Ea criou a raça dos humanos modernos. Talvez seja possível que nossos ancestrais tenham vindo de uma espécie humanóide do mar, e que alguns sobreviventes de Tiamat ainda estejam aqui neste planeta que já foi Tiamat? Se for assim, essa pode ser a explicação de por que temos características aquáticas, como dedos palmados, corpos quase sem pelos, já que os pelos na água retardam o movimento. Bebês humanos automaticamente prendem a respiração e sabem nadar automaticamente, mas nós somos o único animal terrestre que precisa ser ensinado a andar. É como se, por meio da memória genética, nadar fosse natural de nossos ancestrais, enquanto caminhar não.

A tribo Dogon na África mencionou que os peixes os ensinaram sobre a mecânica orbital de Sirius e que seus ancestrais são pessoas do sistema estelar de Sirius. Os Dogon são famosos por seu conhecimento astronômico ensinado a eles milhares de anos atrás. As sereias, se existirem, também podem ter vindo de Sirius. Passageiros náufragos que os viram pensaram neles como demônios enquanto as sereias tentavam ajudá-los na cura. Cristóvão Colombo também afirma ter visto uma sereia e também um OVNI durante sua viagem.

Johnny Sands, um contatado que foi interrogado pelos Homens de Preto, viu seres extraterrestres (Figura 4.4) que tinham nariz largo e achatado e guelras. Os Homens de Preto disseram a ele que existe um planeta que é metade água e metade terra que residia no sistema estelar de Sirius.



Figura 4.4

Extraterrestre Aquático

O que os golfinhos e as sereias podem nos ensinar, se existirem sereias, é que podem nos ensinar a brincar. Para nos ensinar a não levar a vida muito a sério e a usar o prazer como motivação. Diversão, diversão e entusiasmo irradiam da maioria dos golfinhos. Os golfinhos adoram nadar, brincar, fazer amor e comer arenque. Eles pescam em cooperação em grupo e cada um é alimentado. Eles vivem em muitas qualidades atraentes: deleite, alegria, diversão e diversão.

Por que filho tão sério? Pergunte ao Coringa. Brincar fortalece os laços sociais e cria um cérebro inventivo e uma mente tranquila. Os golfinhos pensam em totalidade. O copo não está meio cheio nem meio vazio, está todo cheio. A parte que não vemos está cheia de ar, portanto não há meio vazio. Tudo o que acontece é visto na totalidade. Mesmo nos piores momentos da nossa vida, ainda fica aquele raio de esperança. As coisas parecem escuras e nessas horas é difícil ver a luz. A luz está lá, apenas não é visível para nós no momento. Aqui está a parábola que também usei em “The Pleiadian Papers” que descreve essa totalidade.

1. Havia um pobre dono de mercado que morava com seu filho em uma aldeia. Ele e seu filho tinham uma pequena porção de algas marinhas para vender e usá-la para cultivar mais algas marinhas especiais. Esta alga estava muito boa. Foi tão bom que o Imperador passou e ofereceu ao homem uma grande quantia em dinheiro por todas as algas. O comerciante recusou-se a vender todas as suas algas. Naquela mesma noite, alguém o roubou de todas as suas algas.
2. Pela manhã, os aldeões se reuniram ao redor dele e disseram: “Que terrível! Que coisa ruim, você não tem algas marinhas e não tem o dinheiro do imperador!”
3. O profissional de marketing respondeu: “Talvez seja ruim, talvez não. Tudo o que sei é que todas as minhas algas se foram e não tenho o dinheiro do imperador.
4. Dias depois alguém veio e devolveu a alga, havia muito mais alga do que o comerciante possuía. Eles pegaram o ladrão que roubou a alga e ele tinha um extra com ele.
5. Os aldeões se reuniram ao redor dele e disseram: “Que maravilha! Uma coisa boa aconteceu com você. Em breve você será um homem rico.
6. O profissional de marketing respondeu e disse: “Talvez seja bom, talvez não. Tudo o que sei é que tenho meu Seaweed de volta e muito mais.”
7. Logo após o retorno da Alga, o filho do feirante comeu Alga demais. Ele não limpou, então ficou doente.
8. Mais uma vez, um dos aldeões veio e disse: “Que tragédia aconteceu com você! Você não vai conseguir fazer isso sozinho, e agora não tem ninguém para te

ajudar com o negócio, o que vai te causar grandes prejuízos, principalmente quando souberem que seu filho ficou muito doente com a Alga.”

9. O profissional de marketing disse: “Talvez seja ruim, talvez não. Tudo o que sei é que meu filho está doente por causa do Seaweed.
10. No dia seguinte, o imperador voltou à aldeia. Desta vez, ele estava liderando seus soldados para uma batalha brutal que reunia novos recrutas, a maioria dos quais morreria em batalha. Por causa de sua doença, o filho do feirante foi preterido.
11. Desta vez, os aldeões, que estavam muito tristes com a perda de seus filhos, correram para o mercado e disseram: “Seu filho foi poupado! Você é tão abençoado! Ainda bem que ele ficou muito doente por causa do Seaweed. Agora ele não vai morrer como o resto dos meninos da aldeia.”
12. O profissional de marketing respondeu: “Talvez seja ruim, talvez não. Tudo o que sei é que meu filho não precisava se juntar ao imperador em sua luta. Esta história termina aqui. Poderia continuar indefinidamente. A ideia é tratar todos os eventos externos igualmente, não acrescentando significado a cada reviravolta que a vida traz. Tudo o que acontece igual equilíbrio. O comerciante permanece calmo enquanto as emoções dos aldeões são balançadas para frente e para trás como um galho de árvore em uma tempestade. Ao reagir como os aldeões, desperdiçamos energia procurando algo bom para compensar a falta de . É essa busca constante por altos externos, que é fugaz e causa os baixos que a gente sente. Em vez disso, perceba a totalidade e veja que tudo é igual a equilíbrio. Não falta, tudo está aí, e é só ver.

Como sentir-se bem traz cura e a respiração desempenha um papel no centro do coração, tenho alguns exercícios que podem expandir o coração e fortalecer seu processo de cura.

Na mitologia grega, o deus Eosphoros também conhecido como Fósforo, que significa Portador da Luz, que é a Estrela da Manhã associada ao planeta Vênus em sua aparência matinal. Ele simboliza o governante dos poderes do ar, a interface entre deuses e humanos. A luz interior. O centro do coração está associado ao planeta Vênus e ao Cristo. No livro de Apocalipse 22.16 na Bíblia humana, Jesus é referido como a Estrela da Manhã.

Na mitologia grega, você pode ver o símbolo como a interface entre deuses e humanos, assim como o centro do coração é a interface entre os vórtices inferiores e os vórtices superiores. Aqui estão algumas técnicas de respiração que trarão iluminação espiritual e cura do corpo e do espírito.

Mediação um: Sente-se com as pernas cruzadas, como a posição de meio lótus ou cheia. Ter as mãos apoiadas nos joelhos com as palmas para baixo. Inspire três vezes. Vire as palmas das mãos para cima e inspire mais três vezes. Faça uma pausa e inspire mais cinco vezes.

Coloque suas mãos diante de você no que é chamado em algumas tradições pagãs de pose do Triângulo da Manifestação (Figura 4.5).

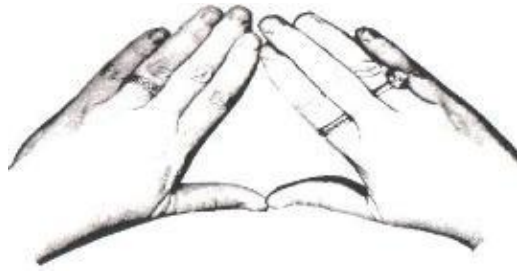


Figura 4.5

O Triângulo da Manifestação

Posicione as mãos sobre a ponte do nariz, onde você pode ver através do triângulo ao nível dos olhos. Enquanto estiver nesta posição, inspire enquanto conta até 60%, segure por 10 segundos e expire. Inspire novamente, mas desta vez 80% e segure por 10 segundos. Na próxima vez, inspire 40% e segure, e o último neste exercício é inspirar 30%, segurar e expirar.

Com este exercício você ganhará controle sobre a energia do corpo. Através do condicionamento sutil da mente, corpo e respiração, isso irá aperfeiçoar a regulação subconsciente de todas as funções orgânicas.

O elemento do centro do coração é o ar. O ar carrega a voz da fúria da natureza e a canção calmante do vento. O vento reside na natureza da mudança e da entropia. Ambos sutis e potentes. Em um instante podemos nos concentrar na segurança e nas fundações, onde em outro instante nossa energia pode brotar para fazer nossos sonhos voarem.

Quando respiramos, o ar transporta oxigênio para cada célula do nosso corpo para renovação. Em quase todas as tradições esotéricas, a respiração é usada para se preparar para a mediação. A respiração durante a meditação torna-se a luz guia que conduz aos mundos interiores onde reinam o insight e a paz.

Ouvir a voz do vento é aprender a ouvir e explorar o insight e o entendimento à vontade. Em nossa alma, o ar se torna os ventos frescos que despertam a voz interior.

A respiração é a ponte para o universo. Técnicas de respiração colocam a pessoa no momento. Respire como o centro do coração é o mediador entre o corpo e você. É também o mediador entre você e o Universo. Seu corpo é a manifestação do universo que veio até você, se o mediador entre você e seu corpo for quebrado, você morrerá. Ao dominar sua respiração, você pode estar no momento em que vai se conectar com a força da vida e transcender o tempo e o espaço.

Cada expiração é a morte e cada inspiração é o renascimento, então, a cada respiração, você está morrendo e renascendo. Quando sua respiração entrar, observe. Você perceberá por um momento que não há respiração. Quando a respiração entra, há um ponto sem respiração, então, quando você expira, novamente a respiração para até a próxima inspiração. No ponto da pausa entre a inspiração e a expiração, você não está respirando e, portanto, não está aqui. Você está morto. Como é tão rápido, você nunca percebe esse processo de renascimento.

Em nossas vidas diárias, devemos morrer diariamente. Devemos conscientemente prestar atenção para sermos proativos a cada dia. A cada dia, tome medidas para abrir seu coração. A cada dia, permita-se ser uma pessoa melhor do que ontem. Isso exige esforço porque carregamos nossos medos e sonhos conosco e devemos usar um esforço consciente para ver o que podemos fazer para fazer a diferença em sua vida e na dos outros. Por exemplo, faça uma pausa e talvez pense no que você pode fazer para fazer alguém se sentir melhor hoje. Muitas vezes ficamos tão presos em nós mesmos e em nossos problemas percebidos que queremos nos retrair, nos fechar para todos os lugares. É muito fácil cair nesse hábito e tornar-se egocêntrico. Talvez faça uma lista do que você pode fazer para alcançar e fazer a diferença.

O Reiki ou cura das mãos se deve à energia vital e ao amor. Para se preparar para a cura nas mãos, deve-se colocar o ego de lado por meio de afirmações ou orações. Isso permite que o amor flua através deles, pois a força vital é direcionada para a área a ser curada. Para praticar a imposição das mãos é preciso ter a vida em equilíbrio também para curar. O paciente que está sendo curado pelo Reiki também deve ser equilibrado vivendo uma vida ética para completar a cura para que ela não retroceda. Em alguns casos, as pessoas foram curadas pela imposição das mãos e, em seguida, a doença voltou dias depois, porque sua mente não estava correta com seu estilo de vida.

Consciência Crística: Você deve reconhecer o maravilhoso Amor que o Universo tem por você para permitir que sua experiência no reino da vida se desdobre. Você é o co-criador no infinito da Criação que é uma manifestação do Eterno. Portanto, quando você despreza a si mesmo ou a outro, você despreza o próprio Espírito de Vida Eterna que existe dentro de você.

Dos milhões de humanos dominados sensualmente, aqueles que são controlados por seus cinco sentidos, no entanto, um deles desperta aquela centelha divina que herda da Criação e se torna um ser humano extraordinário com conhecimento e poder extraordinários. Chamamos esses grandes homens de gênios.

A genialidade é o primeiro passo para longe do corpo puramente físico em direção à percepção de que você não é seu corpo. Todo gênio começou a desenvolver a consciência de Deus nele e sabe que ele é Consciência e não corpo.

Você deve conscientemente criar a si mesmo e ao seu destino com o Universo e de acordo com a lei do equilíbrio em tudo o que fizer. Para trabalhar com o Universo conscientemente, você deve saber como o Universo funciona. Você pode conhecer o

Universo apenas conhecendo a si mesmo como Consciência, em vez de pensar em si mesmo como seu corpo. Abrir seu coração faz com que você perceba que seu corpo é apenas uma máquina que VOCÊ ocupa.

A transição da consciência do corpo sentido para a consciência da Mente de Deus vem muito lentamente para a raça humana. O único propósito destas lições é conhecer a Consciência como a realidade ÚNICA e que tudo no universo é uma simulação da realidade. O homem só pode pensar o que conhece em sua Consciência, ou sente através de seu corpo. Este mesmo princípio também se aplica às nações. Os homens e as nações tornam-se o que pensam. Seus padrões são determinados por seu pensamento. Padrões benéficos são alcançados através do domínio do Eu Superior, e o caos é criado pelo pensamento reativo baseado em sermos escravos de nossas emoções.

Já que temos um corpo físico para interagir neste mundo físico que abriga seu espírito do Deus Interior, você deve cuidar das necessidades do corpo com comida, água, exercícios, abrigo e descanso adequados para que você possa permanecer vibrante. , limpos e saudáveis para realizar com honra o serviço do Universo. Portanto, você deve amar a si mesmo como Deus e a Deus como Eu, o que significa amar a si mesmo e ter amor incondicional pelos outros. Este é o passo para alcançar a Consciência Crística, reconhecendo dentro de você a Luz Divina do Único Tudo Que É.

Nós, como seres sencientes, somos os únicos animais com o potencial de autoconsciência ilimitada. A meditação é uma das funções mais importantes da humanidade que causa avanço no crescimento humano. Quando meditamos, certas substâncias químicas são liberadas no cérebro, fazendo com que nos tornemos mais conscientes da Fonte do Uno. A química produzida nos permite ficar mais conscientes da Fonte interligada, assim como os transistores certos em um rádio captam ondas na atmosfera.

A meditação pode ser usada para transformar seu corpo e sua vida da maneira que desejar. Meditação é pensar interiormente em vez de exteriormente, dependendo dos cinco sentidos que podem ser enganosos.

Jesus disse ao homem para buscar o "reino dos céus" dentro de si mesmo, não fora de si mesmo. Com isso Ele quis dizer que Deus habita dentro do homem, e que a consciência de Deus virá para qualquer homem que comungar com a Fonte através da consciência interior. Tudo o que queremos e precisamos está dentro de nós. Tendemos a ficar presos na ilusão de estarmos separados e sozinhos. Sentimo-nos feridos quando as necessidades não são intencionadas. Somos uma manifestação do Todo, um fractal que significa que todas as informações do Todo existem dentro de cada fractal da existência. A única diferença entre cada fractal são os graus de autoconsciência. Como nosso potencial de autoconsciência é ilimitado, podemos ir para dentro e encontrar todas as informações de toda a existência e perceber que tudo está dentro de nós.

Lembre-se das bênçãos em nossas vidas. Tendemos a esquecer as coisas boas de nossas vidas. Muitas das atitudes são "O que você fez por mim ultimamente?" Devemos nos lembrar dessas bênçãos ao permitir que o raio de amor brilhe através de nós.

Empatia: A empatia é necessária para qualquer relacionamento saudável. Os sociopatas carecem totalmente de empatia. Para entender os outros e poder dar aos outros o que eles precisam e desejam, a empatia é necessária. Se você está tendo problemas em um relacionamento, imagine ser essa pessoa e ver o mundo através dos olhos dela. Ao fazer isso, você pode se surpreender com as necessidades deles e por que eles estão respondendo da maneira que estão. Isso permite que você entenda melhor a outra pessoa. A empatia é necessária para ter amor incondicional, para poder se relacionar com os outros. Permita-se ver através dos olhos deles. Você pode ver o que eles amam em você e talvez no que você precisa trabalhar. Perceba que você é amado e não é algo a ser conquistado. Você é amor.

Os sons podem ter um efeito sobre as coisas e as pessoas. Foi dito que a frequência extremamente baixa (ELF) tem impacto ecológico e talvez exposição ocupacional de longo prazo à doença de Alzheimer. Existem outras especulações de teóricos da conspiração, mas não vou entrar nisso.

Testes mostraram como diferentes frequências de Hz nos afetam. Nosso cérebro tem basicamente cinco estados de frequências, que são atividade alfa (8–12 Hz) que podem ser detectadas no lobo occipital durante o período de relaxamento durante a vigília e aumentam quando os olhos estão fechados. Outras bandas de frequência são: delta (1–4 Hz), teta (4–8 Hz), beta (13–30 Hz) e gama (30–70 Hz). Os sinais de EEG mudam drasticamente durante o sono e mostram uma transição de frequências mais rápidas para frequências cada vez mais lentas, como ondas alfa.

Muitas tribos em suas cerimônias tocam tambores. O bater dos tambores e o bruxulear do fogo colocam nossa mente em estados alterados de consciência. Hoje temos dispositivos chamados Brainwave Entrainments que causam a sincronização das ondas cerebrais, que ocorre quando o "cérebro direito" e o "cérebro esquerdo" trabalham em parceria profunda um com o outro. Brainwave Entrainment produz batidas binaurais que afetam nossas mentes em um grau maior do que o som da bateria. Quando batidas binaurais em ambos os ouvidos e a combinação é de 4 a 8 Hz, suas ondas cerebrais são alteradas e entram em um estado teta, que é o reino do pensamento criativo e das descobertas perspicazes. Este também é o estado de meditação profunda.

Brainwave Entrainment pode colocar sua mente em diferentes estados de meditação apenas pelas batidas binaurais e luzes que piscam em harmonia com ela. O que leva anos de meditação para atingir certos estados, Brainwave Entrainment pode levá-lo lá imediatamente, sem nenhuma habilidade em mediação. Ao ouvir as batidas, suas ondas cerebrais são ajustadas internamente e depois sincronizadas com o ciclo externo de ondas sonoras.

As batidas binaurais em nossos ouvidos, elas enviam ondas sonoras

ao nosso cérebro. Nossas ondas cerebrais ouvem os sons e

comece a seguir o ritmo e o ritmo deles. O ato de ativar as ondas cerebrais aumenta a produção de "substâncias químicas do bem-estar" no corpo; os níveis de ansiedade diminuem e a felicidade aumenta; o sono é melhorado; humor melhora; e você fica mais relaxado. As batidas binaurais podem levá-lo a esse estado mais rápido do que qualquer outra coisa no planeta! Portanto, Brain Entrainment causa meditação instantânea.

Meditação: A meditação é uma das coisas mais importantes necessárias para crescer espiritualmente. Cada vez que você medita, você envia amor. Quando você envia amor, mais amor volta para você. A meditação é uma forma de comunicação. Quando você medita, você se permite ouvir o Divino. Você então se abre para permitir que o Deus dentro de você trabalhe conscientemente através de você. Você então se torna um canal para o Divino trabalhar através de você, onde a inspiração e as ideias fluem para você. Através da meditação você pode criar qualquer coisa ou ser o que quiser. Quanto mais você meditar, mais você percebe a Unidade de todas as coisas. Você começa a perceber que a separação nada mais é do que uma ilusão. Através da meditação, você pode se comunicar com o subconsciente para aumentar quaisquer habilidades ou habilidades que desejar. Você pode programar seu subconsciente para satisfazer seus desejos. Você pode fazer perguntas. Às vezes, a resposta pode vir num piscar de olhos, ou às vezes vem mais tarde, por meio das circunstâncias ou de outras pessoas.

A meditação, como eu disse anteriormente, também pode ser usada para se comunicar telepaticamente com Seres avançados. Pode-se receber informações telepaticamente de raças avançadas de outros mundos. A informação pode vir como um impulso ou sentimento ou desejo de criar algo. Alguns podem perguntar, por que se comunicar com outros seres quando você pode apenas se comunicar com o Deus interior? Quando você está meditando, está se comunicando com o Deus interior, às vezes podemos ter que receber respostas por meio de outras pessoas quando ainda não somos sensíveis à fonte direta. Essas outras pessoas podem ser seres altamente avançados, ou situações cotidianas que nos levam a um ser humano comum que nos dá a resposta. Você pode ligar a televisão e eis que a resposta pode ser o que alguém diz na tela. Às vezes, precisamos desse empurrão para confirmar o que o Deus interior nos disse que podemos questionar ou não ser capazes de ouvir.

Algumas pessoas após terem contato com seres extraterrestres desenvolvem uma certa habilidade. Os Seres têm a capacidade de desencadear certas habilidades nas pessoas. Eles podem se comunicar orientando o humano a projetar essa habilidade e, pela repetição, o humano aprende a aproveitar essa habilidade por conta própria. Uri Geller afirma que após seu contato com um Ser em um jardim ele desenvolveu habilidade telecinética. Ele também disse que os Seres trabalharam através dele em algumas demonstrações e até o teletransportaram.

O pastor Wesley Henry conta que depois que encontrou o anjo Gabriel começou a ter premonições sobre o futuro. Seu estado mental foi curado e seu QI também aumentou. Billy Meir também desenvolveu premonições após seus encontros com Seres.

Michael Tolbot diz que depois de encontrar uma misteriosa Mulher de Branco que apareceu com um Homem de Preto depois de um OVNI, ele começou a desenvolver psicocinese subliminar involuntária (ISP). Ele testemunha a atividade poltergeist em sua casa e acredita que o ISP é a fonte do fenômeno. Ele acredita que seu encontro de alguma forma desencadeou essa habilidade dentro dele.

Muitas vezes os Seres Superiores desencadearam a projeção astral. Muitas testemunhas foram retiradas de seus corpos quando um ou mais dos Seres estavam por perto.

Eu tive minha própria experiência pessoal anos atrás. Anos atrás eu estava no apartamento do meu melhor amigo. Ela me desejou boa noite e foi para o quarto. Assim que deitei no sofá antes que minha cabeça mal pudesse tocar o travesseiro, senti uma corrente elétrica em minha boca e de repente me vi viajando em um túnel de luz. Minha primeira resposta foi que eu estava assustado com isso. Para me consolar, invoquei Jesus. (Eu ainda era cristão na época) e então comecei a voar ainda mais rápido pelo túnel de luz. Eu estava me movendo a uma velocidade enorme e de repente estou de volta ao sofá. Quando olhei em volta e vi que estava de volta na sala, senti uma presença feminina e senti um cheiro de perfume e um nome dessa entidade e uma mensagem de repente veio até mim. Anos depois, quando vi o filme "Contato", estrelado por Jodi Foster, vi o buraco de minhoca em que ela viajou e percebi que parecia exatamente idêntico ao túnel de luz pelo qual eu estava voando.

Como nosso potencial de autoconsciência é ilimitado, isso significa que todas as informações da Fonte estão em tudo e dentro de nós, portanto, temos o potencial de acessar todo o conhecimento de Deus interior. Meditação é o desejo de se tornar um com Deus interior. O conhecimento de Deus está adormecido dentro de você e tudo isso pode ser despertado. O Terceiro Olho, que será discutido mais no próximo capítulo, trata de ver através do olho de Deus. A mente de Deus é a sua mente. Esta é a comunhão perfeita. Com cada comunhão com o Divino, você obtém mais conhecimento à medida que o Deus interior toca a Fonte Universal.

Efeito Placebo Telepático: O placebo é latim para "eu devo agradecer". É um tratamento médico ineficaz para uma doença, a fim de enganar o paciente e fazê-lo pensar que o remédio é autêntico. Às vezes, quando o paciente recebe o placebo, ele apresenta uma melhora em sua condição médica. O incrível é que o efeito placebo é mais poderoso quando o médico também é levado a acreditar que o remédio é real. Isso ocorre por causa do efeito de poder de duas mentes acreditando que a droga é real, portanto, em um nível subconsciente, o médico e o paciente usam suas mentes para curar a doença dentro do paciente. Quando o médico sabe que é um placebo e o paciente não sabe, o efeito não é tão poderoso, pois cabe apenas ao paciente se curar. Às vezes, o pessimismo do médico atrapalha o placebo, onde ele telepaticamente coloca uma sugestão de dúvida no paciente. O efeito placebo cura 1/3 de todas as doenças. Isso significa que uma grande quantidade de problemas de saúde pode ser curada pela nossa mente.

A mente é poderosa a ponto de mesmo pessoas com múltiplas personalidades poderem mudar a cor dos olhos, ativar/desativar alergias e até mesmo ter múltiplos ciclos menstruais para cada personalidade. Em um programa de ficção científica chamado Forever Knight, um vampiro tinha uma dupla personalidade. Enquanto uma personalidade acreditava que ela era humana, ela era capaz de sair para a luz do sol e comer comida humana como um vampiro que ela não podia. Embora esse programa seja ficção científica, ele demonstra o poder da mente.

Sob hipnose, as pessoas podem controlar a frequência cardíaca, a temperatura corporal, a acuidade visual e remover cicatrizes e marcas de nascença. Grigori Yefimovich, conhecido como Rasputin, usou o poder da mente para influenciar o sangue do pequeno Alexei Romanov a coagular em sua condição de hemofilia. Rasputin era hábil em hipnose e muito bom no poder da sugestão.

Um sujeito chamado Jack Schwartz conduzido por D. Elmer Green no Menninger Institute em Kansas demonstrou grandes feitos, como pressionar um cigarro aceso contra a pele por vinte segundos sem nenhum dano à pele. Green relatou que Schwartz colocou as mãos em um grande braseiro de carvão em brasa e pegou um punhado de brasas enquanto caminhava pela sala. Quando ele jogou as brasas no jornal, o papel pegou fogo.

Aqui está o que Michael Talbot citou em seu livro, o Universo Holográfico. “Até a cirurgia tem sido usada como placebo. Na década de 1950, a angina pectoris, dor recorrente no peito e no braço esquerdo devido à diminuição do fluxo sanguíneo para o coração, era comumente tratada com cirurgia. Então, alguns médicos engenhosos decidiram realizar um experimento. Em vez de realizar a cirurgia habitual, que envolvia amarrar a artéria mamária, eles cortavam os pacientes e depois simplesmente os costuravam novamente. Os pacientes que receberam a cirurgia simulada relataram tanto alívio quanto os pacientes que fizeram a cirurgia completa.”

Também houve resultados impressionantes na hipnose, que mostram a interconectividade da mente. O hipnotizador hipnotizou um sujeito para pular toda vez que ele tocasse sua gravata, mesmo quando o sujeito estava de costas ou em outra sala ele ainda respondia à sugestão. Conscientemente, ele não teria como saber quando o hipnotizador tocou aleatoriamente em sua gravata, mas ele respondeu de qualquer maneira.

Calvin Hall, da Universidade da Virgínia, fez um experimento de telepatia onírica. O sujeito foi instruído a fazer uma mímica de uma cena selecionada aleatoriamente e pensar, sentir e representar a cena. Hall também acrescentou uma reviravolta. Alguns dos participantes sabiam que estavam em um estudo de telepatia, enquanto outros pensavam que estavam em um estudo do sono. Hall percebeu que 29 dos 36 casos de pantomima direta foram incluídos nos sonhos dos sujeitos. Isso aconteceu mesmo quando eles não sabiam que estavam em um estudo de telepatia. Portanto, mesmo com a falta de conhecimento de que eles receberão uma mensagem em um sonho, não fez diferença. A pesquisa mostrou que, durante o sono, a pessoa média tem a sensibilidade telepática igual à de um psíquico.

Na Física Quântica existe um fenômeno chamado Emaranhamento Quântico onde duas ou mais partículas, como fótons, elétrons, interagem umas com as outras, uma vez separadas, não importa a distância, uma vez que uma partícula é efetuada, a outra, não importa a distância, também é efetuada. Este emaranhamento quântico é como a telepatia funciona. Tudo é uma Luz e a separação é apenas uma ilusão.

Às vezes, parceiros ou gêmeos têm dores ou doenças simpáticas. Gêmeas idênticas chamadas Bobbie e Betty estavam quase sempre juntas. Bobbie era a gêmea dominante, enquanto Betty experimentava os pensamentos de Bobbie. Quando Bobbie ficou doente, Betty também ficou doente. Quando ambos se tornaram esquizofrênicos, foram internados em um hospital estadual. Quando não melhoraram em um ano, foram separados e colocados em diferentes alas do hospital para que não pudessem se comunicar.

Numa noite de primavera, a enfermeira-chefe encontrou Bobbie morta. Quando a enfermeira decidiu verificar Betty, ela também estava morta. Ambos foram encontrados mortos no chão em posição fetal, deitados do lado direito.

A telepatia também pode ser usada para o glamour. Muitos provavelmente já ouviram esse termo na série True Blood da HBO. Não estou falando sobre esse nível avançado de glamour, onde os vampiros têm a capacidade de apagar memórias e obrigar os outros a cumprir suas ordens. Existem humanos avançados, como os Mestres Ascensos e extraterrestres que têm essa habilidade. Veja quantos abduzidos se esquecem de suas experiências. Embora isso seja possível, estou falando de um grau menor. Quando os detetives usam disfarces para enganar, é preciso mais do que apenas alterar a aparência física. É preciso mascarar-se mentalmente de sua verdadeira identidade. Eles precisam sentir o papel que estão desempenhando a tal ponto que os outros não captem uma vibração de sua verdadeira identidade. Esse glamour é usado para enganar os outros fazendo-os acreditar que você realmente é o papel que está interpretando. Você tem que se convencer a emitir a vibração que deseja.

Alguns dos extraterrestres avançados usam essa habilidade para dar ao contatado a vibração que eles desejam que o contatado perceba. Whitley Streiber encontrou um extraterrestre e a percepção de vibração que Streiber teve foi que o visitante era um vampiro. Isso o inspirou a escrever os romances da série de vampiros, como The Hunger e Lilith's Dream. Eles poderiam ter escondido isso dele se quisessem, mas queriam que essa mensagem fosse transmitida a ele.

Quando eu estava saindo do ensino médio, acidentalmente usei glamour quando entrei em uma livraria cristã. Naquele dia eu estava me sentindo em sincronia com uma presença alienígena depois de assistir a um dos meus programas favoritos. Quando entrei na livraria cristã, a primeira impressão que o balconista teve foi que eu era um anjo disfarçado de humano. Ela ficou ainda mais chocada quando peguei um livro sobre anjos exatamente como ela havia previsto. Enquanto folheavam o livro, ela e sua amiga me desculparam e me contaram o que pensavam e o que estavam preocupados. Depois de me fazer vinte

perguntas, eles perceberam que eu era humano como eles, mas ficaram com medo porque minhas ideias sobre Deus e o universo não se encaixavam nas ideias deles.

Portanto, o glamour funciona, olhe para os atores nos filmes, um bom ator pode fazer você esquecer temporariamente quem está interpretando o papel, então imagine uma boa atuação com um bom disfarce.

Poder Pessoal; Cada centro de energia, exceto o centro do coração, está emparelhado com outro centro. Os três centros inferiores são casados com os três centros superiores. A terceira espiral, o centro de poder pessoal, é casada com o centro da garganta, pois a voz é onde ganhamos nosso poder pessoal.

Através da comunicação é como avançamos em nossa carreira e vida pessoal. Sabemos que o que dizemos é importante e falamos para atender às nossas necessidades. Com um forte centro da garganta, suas habilidades de comunicação são fortes. O cara/garota quieto e legal não luta apenas na área de sua vida pessoal; eles geralmente lutam em todas as áreas. O cara/moça legal é aquele que trabalha em um emprego por anos e nunca consegue um aumento.

O problema é que eles não estão vendo o valor de si mesmos, então os outros também não. Em todos os relacionamentos, de negócios ou românticos, tudo se resume a "o que eu ganho com isso". Isso pode soar egoísta, mas é a natureza do ser humano. Quando você vai comprar um carro, você consegue aquele que vai fazer o melhor por você. Se o vendedor tentou vender um carro para você, convencendo-o de que precisa vender um para ter dinheiro para cuidar da família, você não vai se importar. Em vez disso, você se sentiria insultado. Isso seria o mesmo se você tentasse ter um relacionamento romântico tentando convencer o outro de que você precisa dele. Assim como você não compraria um carro a menos que seja o que você deseja, você não fará parceria com ninguém romântico a menos que veja que está ganhando algo com isso.

Ninguém fará negócios com alguém a menos que seja algo para eles. Portanto, para ser um parceiro de negócios ou parceiro romântico de alguém, você deve se apresentar como a melhor mercadoria que essa pessoa pode obter. Todo mundo tem um valor de mercado e você deve se definir como um bom partido. O problema com o cara / garota legal e quieto é que eles têm pouco valor para si mesmos e pensam que não têm nada de valor a dizer e acreditam que não terão suas necessidades atendidas de qualquer maneira. Esse pensamento errôneo começa principalmente nos anos de formação de nossa vida, quando choramos para satisfazer nossas necessidades enquanto nossos pais não estão respondendo. Quando isso acontece, cedo pensamos; qual é o sentido de nos expressar quando nossas necessidades não serão atendidas de qualquer maneira. Tudo isso causa raiva acumulada, fazendo-nos sentir deprimidos enquanto nossa vida parece uma merda.

Como mencionei anteriormente sobre o glamour, as pessoas nos veem como nos vemos. Se você quer se destacar em sua carreira ou fazer com que alguém se apaixone por você, você deve convencê-los de que eles estão fazendo um bom negócio trabalhando ou estando com você. Para fazer isso, você deve se convencer de que tem algo valioso a oferecer.

Isso geralmente acontece em um nível subconsciente, mas a ciência confirmou que os princípios de marketing se aplicam a todos os tipos de relacionamento. Em relacionamentos românticos, por exemplo, os amantes inconscientemente calculam o valor comparável da outra pessoa, os custos ocultos e a depreciação presumida do relacionamento. Eles se perguntam: “Este é o melhor negócio que posso fazer?”

Mesmo que o amor seja compartilhar, sacrificar e doar, isso acontece depois que a pessoa se apaixona. No começo, é sobre o que há para eles. No caso dos sociopatas, uma vez que carecem de empatia e são narcisistas, não desenvolvem sentimentos pelas pessoas que usam, assim como não desenvolvem com um brinquedo. Eles também escolhem um parceiro pelo mesmo motivo de “o que eu ganho com isso”, a diferença é que em um relacionamento saudável ambos os parceiros têm empatia e sabem o que dar ao outro para mantê-los felizes. Com sociopatas é apenas um acordo de mão única. Eles não se importam com suas necessidades nem podem ter empatia para atendê-las. Portanto, os sociopatas fazem seus parceiros se sentirem pouco mudados. Uma vez que não têm mais uso para eles, eles os jogam fora como um brinquedo velho.

Em um relacionamento regular, quando vemos que o parceiro não está mais fornecendo nossas necessidades, fazemos isso em um nível subconsciente, mas por causa da empatia, as pessoas normais geralmente não jogam alguém para o lado como lixo. Eles terminam com eles da maneira mais respeitável que sabem. O sociopata é o vigarista que lhe dá falsas promessas e nunca as cumpre. É quando as vítimas se sentem usadas. Em qualquer transação de negócios e outros relacionamentos, ambas as partes estão inconscientemente usando uma à outra, mas como é um acordo mútuo em que ambas as partes têm suas necessidades atendidas, ninguém se sente usado. É como uma transação comercial em uma loja. Se você está recebendo o que pagou, não há problema em dar seu dinheiro ao vendedor. Se o vendedor não lhe der o que você pagou, você se sentirá pouco mudado. Isso também se aplica em qualquer relacionamento.

O indivíduo cujo centro laríngeo é forte usará essas táticas em todo tipo de relacionamento. Ele/ela convencerá seu chefe de que eles são uma boa mercadoria no negócio, e dar-lhes um aumento beneficiará sua empresa. Eles convencerão o parceiro de negócios desejado de que tê-los como parceiros os ajudará a ter sucesso. Barnes fez isso para convencer Thomas Edison a ser seu parceiro de negócios. No começo, Edison pensou que Barnes era apenas um vagabundo. Barnes o convenceu do contrário. Todo mundo quer o melhor negócio possível na vida e também no amor. A pesquisa mostrou que quanto mais qualidades você traz para o negócio de barganha, melhores as chances de você fazer em todos os aspectos, incluindo o amor.

Existem certas qualidades que você deve ter para se atualizar para que os outros o vejam como um problema. Alguns argumentariam que a aparência não tem nada a ver com isso. Os fatos são que as pessoas julgam pela aparência. Se você entrar em um negócio vestindo roupas de rua com o cabelo bagunçado indo para uma entrevista de emprego, dificilmente não será contratado, a menos que tenha algumas outras altas habilidades para compensar sua aparência física. No mundo dos negócios, a aparência física ajuda, assim como o

conhecimento, a personalidade e a natureza interior. Seus amigos se sentirão confortáveis se você estiver vestido da mesma forma, for confiável e tiver algo a oferecer. Nos relacionamentos românticos, podem ser necessários mais alguns traços, como aparência física, dinheiro ou posses, status, conhecimento, personalidade e sua natureza interior.

Quando se trata do físico, as pessoas são atraídas umas pelas outras no mesmo nível de atratividade. Há um fator de equilíbrio que acompanha isso. Se você quer uma rainha da beleza e parece um ogro inchado, é melhor ter uma daquelas outras características que se destacam para compensar sua aparência. Observe e você verá que a aparência da maioria dos casais está praticamente no mesmo nível. Nos raros casos em que uma rainha da beleza está com um homem mais velho e não tão bonito, ele geralmente compensa com seu dinheiro ou status. Quando um cara bonito está com uma garota que não parece muito, pode ser porque ela tem algo mais nela que a torna especial.

Alguns podem argumentar que basear alguém na aparência, prestígio e dinheiro é ser superficial. É superficial apenas quando você se recusa a dar uma chance a essa pessoa e se recusa a olhar para suas outras características com base na falta de uma característica. Os fatos são que, inconscientemente, todos esses fatores contam. Quando você compra um carro, você vai querer um que pareça bom. Se o carro não parecer fisicamente agradável aos olhos, a única outra razão pela qual você o compraria é que o carro funciona excepcionalmente bem e funciona melhor do que os outros no estacionamento. Ao mesmo tempo, não queremos ser pegos dirigindo um carro que parece uma porcaria. É o mesmo com as pessoas; não queremos sair com o braço pendurado em alguém que literalmente parece ter saído da sarjeta com uma peruca desgrenhada e emaranhada, com a tanga visível com pernas peludas e cabelos saindo da fenda de suas nádegas.

As pessoas são mais felizes quando existe o fator equilíbrio. Ir atrás de alguém que é podre de rico ou lindo de morrer pode não durar tanto quanto alguém que é mais equilibrado ao seu nível, como diz o ditado, a água busca seu próprio nível. Portanto, se você quer um grande homem, primeiro deve ser uma grande mulher. Isso também se aplica ao homem também. Se você não seguir o fator de equilíbrio e se associar a alguém em um nível diferente depois que a primeira onda de amor passar, aquele que se estabeleceu começará a olhar em volta vendo que merece mais. O outro se sentirá inseguro e preocupado.

Uma vez que a aparência física faz diferença, o glamour pode ser usado para fazer os outros pensarem que você tem uma aparência melhor. Ter um sorriso no rosto com confiança pode fazer uma grande diferença. Ter os ombros para trás e o peito para fora com um sorriso pode aumentar sua aparência. Por outro lado, parecer miserável e retraído pode fazer você parecer caseiro. A atriz Angela Bettis pode parecer simples, quando interpretou Carrie White no primeiro remake de Carrie, ela parecia muito caseira, pois sua postura tinha os ombros para a frente com a cabeça ligeiramente abaixada sem contato visual. Quando Angela não está agindo de forma caseira, ela é bonita.

Convença-se de que você é a pessoa mais bonita que já existiu no planeta, então mova-se em sincronia com ele. Portanto, mude sua linguagem corporal para parecer mais atraente.

Os homens se movem com autoconfiança com movimentos suaves e ousados. As mulheres gostam de um homem com alguma arrogância.

Fique diante de um espelho e observe sua postura. Talvez você esteja desleixado. Talvez você esteja muito tenso. Olhe para si mesmo e tenha um ar de confiança, pareça viril.

Outra coisa que você pode fazer para avaliar a si mesmo é se olhar no espelho. Classifique o número que você está dentro do intervalo 10. Depois disso, avalie a pessoa com quem você deseja estar. Se você tiver apenas dois pontos de diferença no máximo, ainda está dentro do fator de equilíbrio e vá em frente. Se sua taxa for maior do que isso, você está fora do fator de equilíbrio e está perdendo seu tempo.

Seu tom de voz e as palavras que você escolhe também fazem diferença em como os outros o veem. Usar eufemismos faz com que os outros vejam você como uma classe baixa. Os da classe alta o chamam como é. Quando os indivíduos da classe alta mencionam as joias da família, estão falando das joias do cofre escondido na parede. Eles não usam eufemismos como buceta e pau; em vez disso, eles chamam de vagina e pênis. Eles chamam assim. Seu tom de voz para se apresentar de classe alta é manter a voz baixa, lenta e pronunciar todas as sílabas e terminar cada palavra que sai de sua boca. Não corte suas palavras curtas. Falar muito rápido com um discurso pressionado colocará os outros na defensiva para bloquear o que você tem a dizer. Esse discurso pressionado geralmente se deve ao fato de alguém estar desesperado para ser ouvido. Eles inconscientemente temem que, se não o fizerem rápido o suficiente para o que desejam expressar, serão interrompidos antes mesmo de serem ouvidos. Falar alto também faz com que os outros o vejam como de classe baixa e grosseiro.

Para ser eficaz no centro da garganta, é importante estar estável nos centros anteriores de energia inferior. Isso é primeiro estar seguro financeiramente e ser capaz de ficar com os dois pés no chão. A segurança financeira só vem de renda legítima. Lutar com dinheiro ou depender de dinheiro ilegítimo não está sendo fundamentado de forma estável. O dinheiro ganho por meios ilegítimos pode ser levado a qualquer momento, por isso os indivíduos que nunca têm o suficiente. Apoiando-se em uma muleta, não se pode sentir a confiança necessária. Quando você reconhece o Deus interior, então você pode ficar de pé com seus próprios pés. Para reconhecer o Deus interior, primeiro você precisa amar a si mesmo. O amor é a cola que conecta todos os centros de energia. Ficar de pé com os próprios pés requer força de vontade. A vontade deve ser exercida diariamente e alcançar sonhos materiais são efeitos colaterais da realização do Deus Interior, esses efeitos colaterais são apenas a confirmação de sua Unidade com a Fonte, de que você é Deus.

A SEXTA ESPIRAL

(Elemento Luz)

A Sexta espiral do Segundo Centro da Visão está localizada entre as sobrancelhas. É o centro do Terceiro Olho. Está associado ao elemento Luz. Este Centro de Poder é sobre Saber. Aqui está um correspondente do simbolismo deste centro de poder.

Elemento: Luz

Função: Visão, intuição

Glândulas: Pineal

Desequilíbrios: Pesadelos, cegueira, dores de cabeça

Cor: índigo

Sephira: Binah, Chokmah

O Terceiro Olho é sobre intuição. Quando este centro de energia está forte, você tem a intuição de tomar as decisões certas sobre as escolhas em sua vida. Você toma decisões intuitivas sobre sua carreira e vê as intenções de outras pessoas. Você conhece as coisas sem saber como as conheceu. Você pode até desenvolver a Segunda Visão onde você vê eventos futuros antes que eles aconteçam, você desenvolve precognição. Você também tem uma visão clara de exatamente para onde está indo e para onde sua vida está indo. A Segunda Visão também é chamada de clarividência. Existem diferentes formas de clarividência que você pode desenvolver. Isso é ver o futuro, visão remota onde você pode ver coisas sem estar lá, e também clarividência de raios-x onde você pode ver através de objetos sólidos.

O Orbe Alado: O símbolo egípcio do orbe alado (Figura 6.1) está associado ao Terceiro Olho. Com a intuição, podemos ver através de todas as situações. Vemos as coisas do ponto de vista de um pássaro, que é ver o quadro maior. A pessoa então vê além do reino físico, permitindo que nosso espírito voe para tempos e lugares distantes. O orbe alado também está no caduceu (Figura 6.2).

Quando os dois pólos de energia que se entrelaçam sobem pela espinha, eles se encontram no Terceiro Olho, onde as asas estão abertas. Isso também pode simbolizar o ciclo de manifestação de desmaterialização e rematerialização. Na tela da televisão, por exemplo, o filme muda a cada 30 segundos, dando-nos a ilusão de movimento. Talvez no mundo em que vivemos nos materializamos e nos desmaterializamos ainda mais rápido. O mundo material ao redor se desintegra e se materializa simultaneamente que acontece tão rápido que nossos olhos físicos não podem ver o que realmente está acontecendo. Esse fluxo constante de morte e renascimento nos dá a ilusão de movimentos como as imagens no filme dão a ilusão de movimento na tela.



Figura 6.1

Esfera alada egípcia



Figura 6.2

caduceu

Como você pode perceber, o caduceu foi falado no segundo capítulo chamado A Segunda Espiral. A razão é que o segundo centro de energia que é o centro sacral é casado com o centro do Terceiro Olho.

O caduceu simboliza harmonia e equilíbrio. Na Suméria, as serpentes gêmeas entrelaçadas simbolizavam a fertilidade, a sabedoria e a cura. É um símbolo do despertar espiritual e na Índia está associado às serpentes Kundalini no misticismo hindu.

Este símbolo é usado como um símbolo de saúde na área médica porque saúde é equilíbrio. Quando os pólos de energia estão equilibrados enquanto viajam pelas costas, isso traz saúde e o despertar do Terceiro Olho. O orbe alado no topo das asas do caduceu está aberto para que você possa voar além do que está bem à sua frente.

A força sexual é a força criativa e o despertar espiritual é a capacidade de comandar. O sexo é o poder por trás da força e do movimento. O princípio do sexo é o que causa a união das polaridades da eletricidade e do magnetismo. Todo movimento desde o início é espiral e conforme a gravidade puxa representando uma polaridade, simultaneamente irradia para fora representando a polaridade oposta. A polaridade que é atraída para dentro é elétrica e masculina. A polaridade que irradia para fora é magnética e é feminina. A eletricidade se move no sentido anti-horário enquanto a fêmea se move no sentido horário e vemos apenas a polaridade masculina, pois a feminina é invisível aos nossos olhos. Os dois estão em união que é o um. Nada pode existir sem o princípio sexual do desejo. Toda forma é causada pelo equilíbrio das duas polaridades. Tudo tem as duas polaridades, mas domina mais em uma. Aquilo que é dominado como polaridade masculina também tem polaridade feminina. Aquilo que é predominantemente de polaridade feminina também tem polaridade masculina. O símbolo taoísta chinês Yin/Yang (Figura 6.3) demonstra isso claramente. No símbolo, o ponto branco dentro do redemoinho preto é a semente do macho dentro da fêmea (negativo). O ponto preto dentro do redemoinho de branco é a semente da fêmea dentro da polaridade masculina (positiva).

Serpente Alada: A serpente alada também é um símbolo associado ao sexto centro de energia. A serpente alada já foi vista em uniformes de alguns extraterrestres (Figura 6.4).



Figura 6.3

Símbolo Yin Yang usado no Taoísmo.



Figura 6.4

Emblema da Serpente Alada em Reptoids

A serpente alada também foi vista em muitas culturas nesta terra. Na cultura maia, Quetzalcoatl simboliza a serpente alada. A serpente alada é um símbolo da consciência iluminada. Ser iluminado é ter previsão. Ter visão é ser proativo. Proativo é criar uma situação fazendo algo acontecer em vez de a vida acontecer com você. Portanto, devemos passar de alguém que é afetado por tudo o que lhe acontece a alguém que escolhe suas experiências. Quando passamos de proativos para reativos, experimentamos a vida como algo que acontece conosco. Sentimo-nos vítimas das circunstâncias e das outras pessoas. O que aconteceu no passado é passado, e é preciso deixar o passado de lado e seguir em frente criando a vida que deseja.

A serpente alada mostra que a consciência humana foi criada para pairar acima do que está acontecendo na Terra, em vez de se enredar nela. Como temos o potencial de

autoconsciência ilimitada como Deus, nosso dever é ser proativo diariamente para voar mais alto a cada dia para comungar mais perto de Deus. Comunhão mais próxima de Deus é ter mais consciência de quem você realmente é. Ver o seu verdadeiro Eu é ver através do Olho de Deus.

Olho no Triângulo: O Terceiro Olho é o olho de Deus, e o olho no triângulo é o Olho da Providência, que é o olho de Deus que tudo vê. O símbolo geralmente é um olho com raios de luz brilhando dentro de um triângulo (Figura 6.5). Às vezes é visto como o olho de Deus vigiando a humanidade. O maior destaque deste símbolo está no verso do Grande Selo dos Estados Unidos. O triângulo do Olho Cristão da Providência é visto como a Trindade Cristã e que o Olho é o Olho de Deus que tudo vê. O século XVII mostrou o Olho da Providência às vezes cercado por nuvens ou sol.



Figura 6.5

A versão cristã

do Olho da Providência

O Olho da Providência é semelhante ao Olho de Hórus (Figura 6.6) na mitologia egípcia. É um antigo símbolo egípcio de proteção, poder real e boa saúde. O olho é personificado como a deusa Udjat, que simboliza uma das serpentes no caduceu, que é uma polaridade da energia no corpo. Udjat significa ressuscitado como na cobra subindo para proteger. O ocultista moderno adotou o símbolo colocando o Olho de Horus dentro de um triângulo. (Figura 6.7) Na tradição oculta, o triângulo simboliza a magia do fogo. Hórus é o deus com cabeça de falcão, a Criança Coroada e Conquistadora, que se caracteriza pelo crescimento da consciência, amor e auto-realização.



Figura 6.6

Olho de Horus

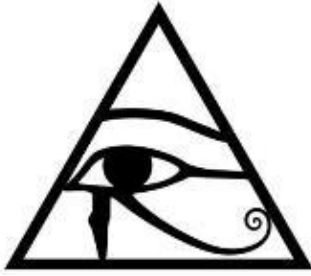


Figura 6.7

Olho Oculto Moderno de Hórus dentro do triângulo

Horus é o deus do sol no panteão egípcio. Ísis deu à luz um filho divino depois que ela fugiu para os pântanos do Delta do Nilo para se esconder de seu irmão Set, que queria matar seu filho. Devido ao paralelo com Hórus, o aniversário de Jesus foi escolhido no Solstício de Inverno como Hórus e todos os outros deuses do sol. O nascimento de Hórus foi por intervenção divina, que foi pelo falo dourado de Osíris.

O Olho da Providência foi adotado no verso do Grande Selo dos Estados Unidos no ano de 1782. No selo, as palavras que cercam o Olho são *Annuit Cœptis*, que significa “Ele aprova nossos empreendimentos”, *Novus Ordo Seclorum* significa Novo Ordem das Eras. A pirâmide truncada que tem profundos significados ocultos tem treze degraus que representam os treze estados originais e o crescimento futuro do país. A implicação combinada disso significa que Deus favorece a prosperidade dos Estados Unidos.

Quatorze anos após o desenho do Selo, os maçons adotaram seu símbolo do Olho da Providência (Figura 6.8). Às vezes, o Olho da Providência usado na Maçonaria tem uma glória semicircular abaixo do olho. Às vezes, o Olho está dentro de um triângulo. Os teóricos da conspiração acreditam que é a prova de que os maçons estão por trás do Grande Selo dos Estados Unidos, quando na verdade os maçons não tiveram nada a ver com o desenvolvimento do Selo. Benjamin Franklin foi o único maçom envolvido e seu projeto foi encerrado. Os maçons não tinham seu símbolo até 1797, 14 anos depois do desenho no verso do Grande Selo. O significado do Olho da Providência para os maçons é o Deus que tudo vê, é um lembrete de que os pensamentos e ações de um maçom são sempre vistos por Deus, que os maçons chamam de Grande Arquiteto do Universo.



Figura 6.8

Maçons Olho da Providência

O Grande Selo que é usado hoje no verso da nota de dólar não foi colocado em circulação até o ano de 1935 por Roosevelt sugerido pelo Secretário de Agricultura Henry Wallace.

No site <http://www.noahide.org/> há uma foto com o Olho da Providência (Figura 6.9) e aqui está parte do que está escrito nela. “Dentro de você está o Olho que tudo vê, dentro do seu cérebro está um lóbulo triangular que reúne tudo o que você vê, quer você saiba disso conscientemente ou não. Todas essas informações ficam armazenadas na sua memória e se juntam a tudo que você ouve dentro do seu inconsciente. Estes moldam seus desejos, motivações e ações. Aquilo em que você se concentra afeta seu comportamento. O que você ouve influencia seu julgamento. Você vê tudo e ouve tudo. Portanto, o que você escolhe ver e ouvir afeta sua alma...”

By the Grace of G-d.

WITHIN YOU IS THE EYE THAT SEES ALL.



Inside your brain is a triangular lobe that gathers all that you see, whether you consciously know it or not. All this information is stored in your memory and joins everything you hear within your unconscious mind. These shape your desires, motivations and actions.
What you focus on affects your behavior.
What you hear influences your judgement.
You see all and hear all. Therefore, what you choose to see and hear affects your soul. To be kind, observe kindness in others. To love, see love around you. We are created in the Image and Likeness of the Divine Eyes that see and hear all. As the Torah says, "...G-d saw everything that he had made, and behold, it was very good." If we see this goodness in everything that G-d made, so too, will we be as good as G-d sees us.

KEEP THE SEVEN LAWS ALIVE. BE A CHILD OF NOAH.
www.noahide.org



Figura 6.9

Portanto, certas ações são necessárias para abrir o Olho. Podemos escolher o que vemos e ouvimos para podermos moldar nossos desejos. Um Vidente é aquele que pode prever

eventos futuros. Ser um Vidente não é apenas prever eventos futuros. Um Vidente também cria o futuro que deseja. O Terceiro Olho tem uma natureza dupla que é perceber e comandar. Podemos receber imagens por meio da percepção e também criar imagens para criar nossa realidade por meio da visualização. Manter uma imagem em nossa mente aumenta a possibilidade de que ela se manifeste.

Sonho Lúcido: O sonho lúcido é estar ciente de que você está sonhando. Quando você está ciente de que está sonhando, pode ter controle consciente de seus sonhos. Controle consciente do sonho lúcido, pode-se prever eventos futuros com mais facilidade. No estado de sonho lúcido pode-se acessar fenômenos psíquicos. O sonho lúcido também permite que você tenha domínio sobre seus sonhos. A sensação de ter domínio em seus sonhos é transportada para sua vida desperta. Quaisquer sentimentos que você tenha quando vai dormir determinarão o que você sonha. Se você for dormir com sentimentos ruins, provavelmente terá um pesadelo. Isso também acontece ao contrário. Se você está tendo um pesadelo, provavelmente vai acordar com sentimentos ruins. O ditado 'acordar do lado errado da cama' se deve a quem acorda com sentimentos ruins que carrega consigo durante o dia. Devido aos sentimentos ruins a pessoa tende a vivenciar coisas infelizes ao longo do dia porque as experiências são um reflexo do que ela sente. Eles acordam sentindo-se vítimas e, então, vivenciam a vitimização em sua vida diária. O sonho lúcido pode ajudá-lo a resolver problemas, ganhar confiança e uma nova sensação de poder e libertação em sua vida.

Aqui estão alguns exercícios para ajudá-lo a alcançar o sonho lúcido.

Verificação da realidade. Durante o dia, pergunte-se frequentemente se está sonhando. Faça uma verificação da realidade. Você pode até definir seu alarme para tocar a cada hora como um lembrete. Com a prática, você fará automaticamente o mesmo durante o sono. Faça uma verificação da realidade toda vez que algo parecer fora do comum ou mesmo quando algo parecer frustrante. Faça isso com frequência enquanto estiver acordado e esse hábito você carregará com você durante o sono. Você pode fazer verificações de realidade, como olhar para o relógio digital e ver se os números permanecem os mesmos. Leia algo e volte para ver se é o mesmo, por exemplo. Ao se cutucar, você pode descobrir que no sonho sua pele pode ser mais elástica. Experimente passar o dedo pela palma da mão. Incline-se contra a parede. Em um sonho, você provavelmente cairá nele.

1. Mantenha um diário de sonhos. Deixe-o perto de sua cama. Você também pode usar um gravador de fita cassete, se quiser. Anote as coisas imediatamente ao acordar. Manter um diário de sonhos também permite que você reconheça certos elementos-chave em seu sonho. Nos sonhos, há sinais de sonho que podemos não perceber, como a cama do lado de fora do mar ou Angelina Jolie beijando você. Em seu diário, em uma página separada, anote seus sinais de sonho. Tomar vitamina B6 ou melatonina pode ajudar a induzir sonhos lúcidos.
2. Saiba qual o melhor horário para o seu sonho lúcido. Ao ter um horário de sono, você organiza o padrão de sono para ajudar a causar sonhos lúcidos. Tirar uma

soneca algumas horas depois de acordar pela manhã, estudos mostram que é o melhor momento para o sonho lúcido. O sonho lúcido acontece durante o sono REM, que é o movimento rápido dos olhos. O sono REM é mais dominante logo antes do despertar. Os sonhos ocorrem em ciclos de 60 minutos durante o sono. Para a recordação dos sonhos, é melhor acordar durante um desses ciclos.

3. Dr. Stephen LaBerge tem uma técnica chamada técnica MILD, (indução mnemônica de sonhos lúcidos). Defina seu despertador para acordá-lo em cerca de 4 horas e meia. Quando você for acordado pelo despertador, tente se lembrar do sonho o máximo possível. Pouco antes de voltar a dormir, imagine que você está em seu sonho anterior e que está ciente de que está sonhando. Diga uma afirmação de que você estará ciente de que está sonhando. Convença-se enquanto adormece.
4. Técnica WBTB (wake back to bed). Isso é para definir o alarme para 5 horas após o sono. Depois volte a dormir e ao acordar concentre-se na lucidez.
5. Experimente a técnica WILD (sonho lúcido iniciado por despertar). Isso significa levar sua consciência com você enquanto adormece. Isso fará com que você tenha sonhos lúcidos imediatamente. Medite enquanto adormece. Você também pode ouvir batidas binaurais para colocá-lo no estado Theta, o estado de sonho.
6. Método Diamante. Meditar. Quando você medita, visualize sua vida, desperte e sonhe a vida como facetas de um diamante. Perceba que todos esses eventos estão acontecendo ao mesmo tempo e que são suas percepções que organizam os eventos linearmente no tempo. Portanto, como cada faceta de um diamante é uma experiência individual acontecendo ao mesmo tempo. O Dream Body também experimenta isso.
7. Em seu diário de sonhos, examine seus sonhos anteriores e veja se você reconhece um padrão. O padrão que você percebe é chamado de sinal de sonho. No filme A Origem, o signo dos sonhos do personagem Leonardo Dicaprio era um pião. Cada indivíduo tem seu próprio signo de sonho. Você pode encontrar um padrão como o de seu sonho acontecer na casa em que você cresceu quando criança. Adquira o hábito de fazer uma verificação de sonho toda vez que reconhecer esse sinal de sonho.
8. Olha ma, minhas mãos. Durante trinta minutos antes de dormir, olhe para a palma de suas mãos. E repita para si mesmo "Vou sonhar com (escolha o sonho). Repita a fase enquanto olha para suas mãos. Depois de 30 minutos vá dormir. Quando você acordar durante a noite, olhe para suas mãos, lembre-se de que você as verá no próximo sonho. Com a prática, suas mãos aparecerão na sua frente em seu sonho. Isso será um sinal de que você está sonhando.

Durante o sonho lúcido, você pode vencer os medos. Se você tem medo de aranhas, por exemplo, em um sonho você pode vê-las tão divertidas quanto uma forma de vencer seu medo delas.

Quando você souber que está sonhando, certifique-se de saber que é um sonho o tempo todo. Não há consequências sociais porque todas as pessoas em seus sonhos são imaginações. Você não pode se machucar; qualquer dor é apenas na sua imaginação. Você tem controle total de tudo, incluindo suas ações, as ações de todos, seu ambiente e as leis da física.

Visualize algo em sua mão. Sinta seu peso, forma e textura. Você pode até fazer isso para criar uma arma em sua mão para derrotar um inimigo, alterando seu pesadelo.

Você pode se teletransportar. Feche os olhos e veja o ambiente mudar diante de você enquanto abre os olhos.

Para controlar coisas específicas em seu sonho, pratique-as enquanto estiver acordado. Exemplo: apague e acenda a luz lentamente durante o dia e, durante o sono, tente o mesmo.

Voe em seus sonhos. É emocionante. Ao caminhar, salte cada vez mais alto a cada passo. Algumas pessoas podem voar naturalmente. Você pode até tentar andar nas paredes e no teto. Experimente passar a mão por um objeto sólido e sinta a textura do objeto passar pela sua mão.

Não se preocupe com o que pode acontecer em um sonho, pois é apenas um sonho. Nada ali pode te machucar. Preocupar-se se alguém irá atacá-lo no sonho, provavelmente o fará, então relaxe.

No sonho lúcido, você pode dominar seus sonhos e acordar se sentindo bem. Isso, em troca, fará com que coisas boas aconteçam com você em sua vida diária. Algumas pessoas sabem naturalmente que estão sonhando, mas não fazem nada para dominá-lo. Eles apenas reagem ao sonho. Iluminação, também chamada de Iluminação, também é perceber que na vida desperta tudo é um sonho. O problema é quando alguém decide não agir porque acha que tudo não tem sentido porque tudo é apenas um sonho. Ser apático faz com que a pessoa perca o desejo, o que causa depressão. Esse estado é chamado de “noite escura da alma”. Nesse estado, a pessoa se sente sozinha porque tudo ao seu redor é apenas um sonho e tudo o que ela sentiu que significava algo para ela perde seu valor. Este sentimento é devido à falta de desejo. Quando lhe falta desejo, você não está sintonizado com o desejo da Fonte Divina interior. Quando você deseja algo, é o seu Deus que está falando. Não ter desejo é ignorar o Deus interior. Você pode estar ciente de que tudo é um sonho, mas está ignorando Deus interior, quando está apático em relação a tudo. O Tudo Que É quer que você cresça. O desejo é necessário para o crescimento. A fonte de Deus quer que você se torne a pessoa necessária para ter e fazer as coisas que deseja. Você não pode ter desejo por algo que não pode alcançar. Se você tem desejo por isso, o que significa que você pode alcançá-lo.

Sem desejo nada existiria. O desejo vem da Fonte que muitos chamam de Deus. O buraco negro atrai e acumula eletricidade. Gravitação é o desejo da eletricidade de se integrar à aparência da forma. Uma vez que a eletricidade está se acumulando no buraco negro, o que irradia para fora é o magnetismo. A radiação é o desejo do magnetismo ao desaparecimento da forma. O magnetismo é a reação da eletricidade sendo acumulada. Esses opostos giram em torno do buraco negro em direções opostas. Essas forças opostas estão ocorrendo simultaneamente em toda a matéria. Eletricidade é a inalação e reúne poder. O magnetismo é a exalação que dissipa o poder trazendo as coisas para descansar. Eletricidade e magnetismo não são duas forças diferentes; são diferentes expressões de movimento da mesma força.

Tudo isso acontece por causa do desejo, desejo do Uno, a Consciência que permeia tudo. Portanto, uma vez que nosso verdadeiro Eu é a Fonte, que somos Deus, então é natural ter desejo. O desejo é a força motriz por trás da força e do movimento. Sem desejo não pode haver movimento ou força. O desejo é a causa da aparente divisão da substância pai-mãe (Positivo-negativo) da Consciência em opostos. Essa divisão se deve aos desejos opostos de eletricidade e magnetismo, expressos na ação e reação do processo de pensamento. A partir disso, outras mães e pais são reproduzidos. À medida que a espiral de eletricidade e magnetismo se reproduz como fractal, um átomo finalmente nasce (Figura 6. 10). Esse processo vai acontecendo conforme outras mães e pais vão se manifestando até que tudo que existe se manifeste. Esta manifestação é contínua. Não há fim para a reprodução. A vida e a morte estão acontecendo simultaneamente. A vida se expressa através da eletricidade que é inalada no centro de gravidade da Consciência; a morte se expressa através do magnetismo que se exala do centro de gravidade da Consciência. Tudo está constantemente sendo reproduzido para dar formas no Universo. O desejo causa a união dos opostos em um que então continua para sempre.

Sexo e desejo estão conectados, pois são a mesma coisa. O sexo é do centro sacral e associado à criatividade. O Terceiro Olho é comandar. A força sexual que é o desejo é necessária para comandar. O sexo se reproduz pela união dos opostos. O amor causa a união dos opostos que possuem semelhança. Desejo é amor. Amor é Deus. Deus é Consciência. Consciência é Gravidade.

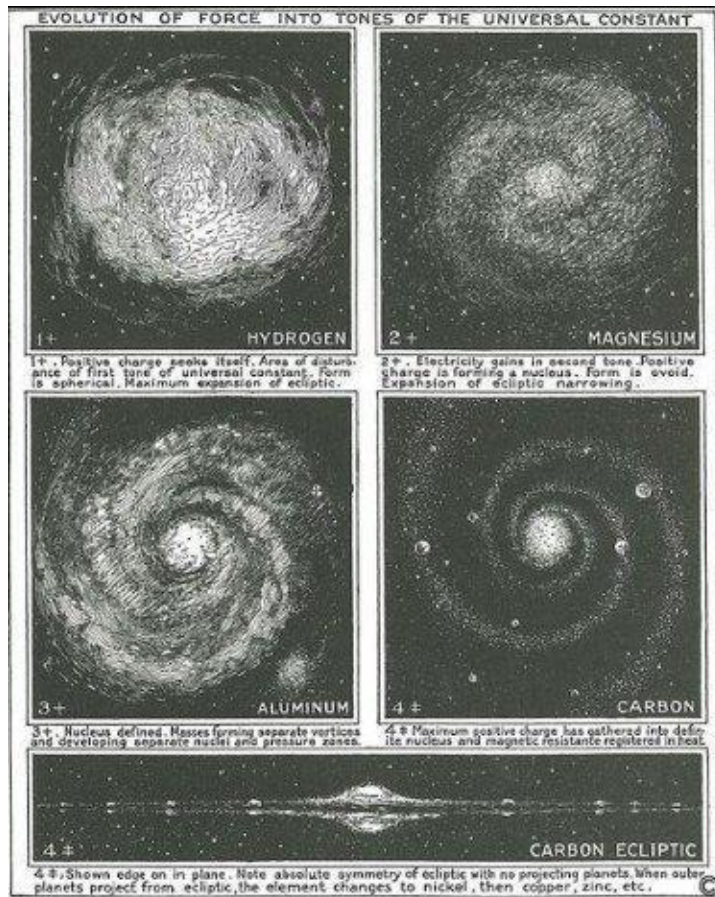


Figura 6.10

A estrutura do átomo. Todos os efeitos de movimento são repetitivos. O tamanho é puramente relativo. Os céus fervilham de réplicas de átomos de todos os elementos.

Toda ação tem uma reação igual e oposta, que é a terceira lei do movimento de Newton. É assim que a eletricidade e o magnetismo funcionam. Dentro de nossas pequenas mentes, o mesmo princípio se aplica. Quando nos concentramos em algo em nossas mentes, atraímos para nós, por meio de nossas experiências, aquilo em que nos concentramos. Eventos e pessoas aparecem em nossas vidas que refletem o que estamos focando. Assim como quando estamos sonhando durante o sono, todas as experiências são nossa criação. Na vida desperta, atraímos eventos e outras pessoas reais para nossas vidas que refletem nosso humor. Desde que essas pessoas aparecem, também somos atraídos para o que elas focam. É um acordo inconsciente que está ocorrendo entre todos os participantes, todos subconscientemente cumprindo os papéis a desempenhar em cada uma de nossas vidas.

Se um indivíduo tem mentalidade de vítima, ele inconscientemente atrairá outras pessoas para suas vidas para confirmar que é uma vítima. Antes que percebam, eles são vítimas de personagens desagradáveis. Para alguém deixar de ser vítima, primeiro tem que mudar a forma como pensa. Uma maneira de começar a mudar seus pensamentos é ser proativo diariamente.

O sonho lúcido é o passo para perceber que tudo é um sonho. Como eu disse anteriormente que os fenômenos psíquicos podem ser acessados através do sonho lúcido, o sonho lúcido também pode ser uma porta de entrada para a projeção astral. No centro do coração, percebe-se que o corpo é uma máquina, e aqui nas seis espirais (centro do Terceiro Olho) é onde a projeção astral pode facilmente ocorrer.

Em um mito, quando Set e Horus estavam lutando pelo trono após a morte de Osíris, Set arrancou o olho esquerdo de Horus. A maior parte do olho foi restaurada por Hathor ou Thoth (com a última porção possivelmente sendo fornecida magicamente). Quando o olho de Hórus foi recuperado, ele o ofereceu a seu pai, Osíris, na esperança de restaurar sua vida. Conseqüentemente, o olho de Hórus era freqüentemente usado para simbolizar sacrifício, cura, restauração e proteção.

Nesse mito, a mensagem é que, ao abrir o Terceiro Olho, também se pode curar e restaurar a vida. Este é o reino do que também é chamado de Consciência Crística. Nesse estado, você percebe que tudo o que existe primeiro existe na Mente. Tudo o que existe existiu primeiro na Mente de Tudo O Que É. O Tudo Que É é o que muitos chamam de Deus. A energia vital segue a mente. Assim como o universo se manifesta a partir da ideia que veio do desejo da Consciência, essa energia vital também se curva conforme a nossa vontade. Devido à falta de autoconsciência, nossa capacidade de controlar essa energia é limitada. Quanto mais conscientes nos tornamos do verdadeiro Eu, mais fácil é controlar a energia vital que dá vida a todas as formas.

No livro *The book of Coming Forth By Day* (O Livro Egípcio dos Mortos), um termo “Smai Tawi” é usado. Significa “União das duas terras do Egito. Os dois terrenos referem-se aos dois principais distritos do país (Norte e Sul). Nos tempos antigos, o Egito foi dividido em duas seções. Estes eram conhecidos como Baixo e Alto Egito. Na filosofia mística egípcia antiga, a terra do Alto Egito se relaciona com Hórus, que representa o Eu Superior, e a terra do Baixo Egito se relaciona com Set, o eu inferior. Então Smai Tauí significa “a união das duas terras” ou a “União do eu inferior com o Eu Superior.

O eu inferior é o eu básico que não é controlado sem o Eu Superior. Quando o eu inferior está descontrolado, isso leva à ignorância e ao medo. O Eu Superior está relacionado com a consciência transcendental (Horus). Portanto, a união de Horus e Set é Yoga, que significa jugo. É sobre a união da dualidade. Os três centros de energia superiores estão em união com os três centros de energia inferiores. Com esta união existe a não-dualidade que conduz à consciência singular Una. Nesse estado, você domina suas experiências. Tudo o que você deseja, você pode conseguir. Às vezes, o que torna o caminho difícil são as crenças emocionais conflitantes que abrigamos. Nós, intelectuais, acreditamos em tudo o que este livro está dizendo, mas muitos de nós, emocionais, não. Em muitas de nossas crenças emocionais, acreditamos que estamos separados uns dos outros e duvidamos se somos dignos de ter nossos desejos realizados. Crenças emocionais sempre vencerão nossas crenças intelectuais. O sonho lúcido está longe de ajudar a mudar nossas crenças emocionais. Através de experiências diretas de domínio do sonho, ganhamos a autoconfiança que carregamos conosco quando estamos acordados. Essa sensação de

poder nos permite manifestar nossos sonhos quando estamos acordados. A própria experiência é o que muda nossas crenças.

Quando se trata de comandar seus sonhos, tenha em mente o que você deseja. Sinta que você já realizou isso. Sabendo disso e agindo, seus desejos se manifestarão. Se você deseja tê-lo, então você pode alcançá-lo.

Algumas pessoas irão argumentar e dizer: “Bem, não é assim, porque eu não adquiri meus desejos”, elas diriam. Bem, se um desejo não se manifestou, é porque era apenas um desejo ou fantasia, ou se foi um desejo, então você não o manteve e desistiu, ou você apenas o perseguiu de maneira meia-boca ou você duvidou de si mesmo e nem tentou agir. Essas são as únicas razões pelas quais um desejo não se manifestou.

Quanto mais forte for o desejo por algo, mais rápido e mais forte ele se manifestará. Como na terceira lei do movimento, “toda ação tem uma reação igual”, isso significa que quanto mais você coloca, mais volta. Se você jogar uma bola de basquete com força contra a parede, com mais força ela se recuperará. O desejo de algo, age exatamente como a bola de basquete. O que voltar se manifestará de forma material por meio de eventos, situações e pessoas.

Não há separação e quanto mais percebemos isso, mais percebemos que tudo o que queremos está ao nosso alcance. A consciência é como um oceano. Esse Oceano de Consciência é Deus. Se colocarmos um copo de água do oceano em um copo, isso significa que a água no copo é diferente? Não, não tem. Somos a água em copos diferentes. Para a água no copo dizer que é diferente do Oceano não é diferente de quando dizemos que estamos separados de Deus. A intuição é a comunhão direta com Deus dentro de você que permeia toda a existência.

A luz do corpo é o olho: portanto, quando o teu olho é simples, todo o teu corpo também está cheio de luz; mas quando teu olho é mau, teu corpo também está cheio de escuridão. – Lucas 11:34.

Aqui na bíblia cristã esta referência está falando sobre o Terceiro Olho. O grau de clareza que o Terceiro Olho vê reflete todo o corpo. Quando o Terceiro Olho está aberto, seu corpo está cheio de Luz. Você vê claramente e compreende verdadeiramente as Leis da Criação. Você percebe que não é suas experiências e que tudo é uma extensão de você e, portanto, pode controlar o mundo ao seu redor. Você percebe que seguir verdadeiramente as Leis da Criação é a abordagem mais racional para viver. Você então Ascende como um Mestre.

Por outro lado, quando seu Olho está nublado, muito pouca Luz entra em você. A pessoa média é muito parecida com uma televisão velha com má recepção. A televisão antiga recebe recepção difusa. O indivíduo médio recebe uma recepção difusa da Fonte Divina. Através da meditação, certas substâncias químicas são liberadas no cérebro, o que abre o Terceiro Olho e nos permite obter uma recepção clara como a televisão a cabo. Então, recebemos claramente a recepção da Fonte de Deus para onde chegamos a perceber que a

Fonte de Deus é o nosso verdadeiro Eu. Nesse estado constante de comunhão com o Deus interior, isso é o que você chama de oração sem cessar.

Quando o Olho está nublado, a recepção é tão ruim que toda a nossa visão de tudo fica escura. Na escuridão nos tornamos ignorantes para o Tudo Que É. Nesta escuridão nos sentimos perdidos e indecisos e inseguros nas decisões que tomamos em situações difíceis. Você sente que tudo está separado, fora de alcance e espiritualmente perdido, pois seu verdadeiro propósito não é claro. Essa incerteza e medo criam medo de perder, que às vezes se manifesta como ganância, ciúme e outras emoções desagradáveis. Quanto mais nublado o Olho, mais a pessoa anda na ignorância. Quanto mais a pessoa anda na ignorância, mais medo e reações impulsivas ela faz na vida. Indivíduos neste estado podem ser perigosos quando se tornam tão apegados ao poder, seja na forma de dinheiro ou manipulação. Eles sentem que são inúteis sem poder, então o poder se torna seu vício para se sentir como uma pessoa pela metade.

Quando os centros de energia estão nublados, caminhamos na ignorância. A maneira como limpamos esse Olho para deixar a Luz limpar todos os nossos centros de energia é fazendo com que a Força Vital flua para a testa entrando no Corpo Astral que nutre e queima a ignorância, permitindo-nos ver.

Quando a plenitude do Terceiro Olho é alcançada, não há poder que possa resistir à sua força. Essa prática de afirmar e afirmar o verdadeiro poder que está dentro deve continuar diariamente para que possa ter seu efeito transformador total na mente. As afirmações positivas e o estudo dos ensinamentos devem ser uma prática diária até que a totalidade do Olho seja alcançada. Mesmo depois disso, é algo que deve continuar ou o Olho ficará nublado novamente. Não há um ponto em que seu trabalho esteja terminado. Uma vez que o Olho esteja limpo para permanecer aberto, ações apropriadas sempre devem ser tomadas.

A SÉTIMA ESPIRAL

(Pensamento do Elemento)

A Sétima espiral do Centro da Coroa está no topo da cabeça. É o centro do Entendimento. Está associado ao elemento Pensamento. Este Centro de Poder é sobre Compreensão. Aqui está um correspondente do simbolismo deste centro de poder.

Elemento: Pensamento

Função: Entendimento

Glândulas: Pituitária

Desequilíbrios: Depressão, alienação, tédio

Cor: Violeta

Sephirah: Kether

Esta sétima espiral é sobre o Entendimento. Este é o reino da Consciência Cósmica. Aqui é sobre a compreensão sobre o verdadeiro Eu. Consciência Cósmica é estar ciente de que o universo existe como uma rede interconectada de consciência onde cada ser consciente está conectado uns aos outros.

Existe apenas uma Fonte. Existe apenas um Universo. Existe apenas uma Luz. Essa Luz é o Universo, essa Luz é Tudo O Que É, que muitos chamam de Deus. O Universo e Deus não estão separados. Não há universo criado. Tudo o que existe sempre foi. Não há começo nem fim.

O homem vê a Criação como algo que surgiu de algo que não existia antes. A visão do homem sobre o Criador é um ser separado que criou o universo físico que não existia antes. O homem vê que Deus criou um universo físico imperfeito e um universo espiritual sobrenatural de perfeição. A verdade é que Deus não pode criar nada imperfeito e não há sobrenatural. Tudo é natural e a Fonte não cria nada menor ou maior do que ela mesma. Tudo é Luz e Luz é Vida e só há uma Vida. A substância da Consciência universal é uma substância viva. Nada é criado; este é um universo criador, não criado. A única Luz tem plena consciência de Si mesma. Deus tem plena consciência de si mesmo. Como a Luz manifesta extensões de si mesma, o fractal carece da maior parte de sua consciência. O átomo de hidrogênio, que é o primeiro átomo manifestado, contém toda a informação original de Deus, mas tem muito pouca consciência de si mesmo. Essa falta de consciência faz com que pareçam limitações. À medida que cada manifestação de átomos aparece, eles gradualmente se tornam mais conscientes de si mesmos. A vibração do teclado no piano muda ligeiramente do que o anterior, é o mesmo com os átomos, cada um vibra ligeiramente diferente e a consciência de si é ligeiramente maior do que a manifestada antes dele. Todos os átomos são casados com outro átomo, exceto o átomo de carbono. O Carbono é neutro e não possui cônjuge, assim como o Centro do Coração é neutro e não possui cônjuge. Todos os átomos são criados dentro de uma estrela. Depois que todos são criados, a estrela implode e explode como uma supernova. A poeira e os gases da antiga estrela se agrupam para se tornar um novo sol com planetas girando em torno dele, que se torna um sistema solar. Um planeta que tem a temperatura certa e tem água, algo maravilhoso acontece. Quando a água se mistura com carbono e outros minerais, dois compostos químicos chamados DNA e RNA são formados. De ambos vem tudo o que percebemos como vida. Esse RNA e DNA têm mais autoconsciência do que os minerais que lhe deram origem. Tudo depende de como a molécula de açúcar e a molécula de fosfato formam um nucleotídeo que determina quais cadeias de DNA são formadas. Cada vida que se manifesta é mais consciente do que a anterior. As plantas são mais conscientes do que os minerais. Crustáceos e insetos são mais autoconscientes do que os peixes do mar. As aves são mais autoconscientes do que os répteis. Os mamíferos são mais autoconscientes do que os pássaros. Os primatas são mais autoconscientes do que todos os animais anteriores. Embora primatas como lêmures, macacos e símios sejam os mais autoconscientes que nos precederam, seu nível de autoconsciência é limitado. O interessante é que os grandes símios têm 24 cromossomos e os humanos, 23. É esse cromossomo a menos que nos torna

imensa gratidão de amor universal por si mesmo e pelos outros. A vida é tão grata neste estado de consciência infinita.

Aquilo que é chamado de Deus é holográfico. Todos agem quando Deus age, mas adivinha só Deus não age, e você também não. O movimento é uma ilusão causada pela reprodução e desintegração da forma. Esta inalação e exalação de força é um processo contínuo que ocorre. O universo criador surge do Um e desaparece no Um. (Figura 7.2) Tudo o que vem de Deus é devolvido a Deus. O ouroboros (Figura 7.3), que é o símbolo do dragão ou serpente comendo a própria cauda, mostra isso. Tudo o que vem da Fonte é devolvido à Fonte, essa reciclagem é um processo contínuo.

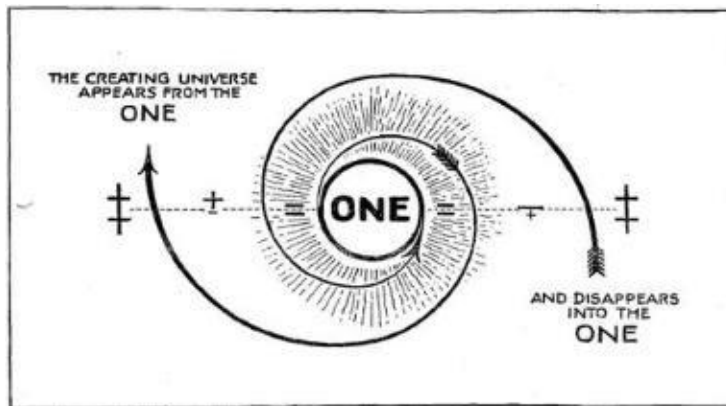


Figura 7.2

Tudo vem do Um e desaparece no Um.



Figura 7.3

Serpente comendo a própria cauda representando o círculo completo.

A sétima espiral é a Consciência Universal. Agora a questão é o que é a consciência? A consciência é o universo. É tudo o que é e sempre será. A consciência é uma substância, uma substância material. A substância da Consciência é o fundamento da criação. É a semente do universo. Na semente do universo está todo o universo. A substância da Consciência universal não tem começo, nem fim e nem limites. É totalmente inteligente, todo-poderoso e permeia todos os lugares e é uma força viva.

Como uma substância pensante, o desejo cria forças opostas que dão a aparência de forma. São as forças opostas dentro dele que o fazem pensar. Todas as qualidades da matéria, como textura, temperatura, não existem na Consciência, mas as forças opostas do pensamento dão a aparência dessas qualidades da matéria. A própria matéria não tem existência aceita na aparência de existência. A causa da aparência da mudança é a mudança de estado, mas na verdade nada muda. A mudança de estado não é um caráter de substância; é a ilusão de movimento que cria a ilusão de dimensão. Quando você olha para uma tela de televisão, as imagens parecem ter dimensão e movimento. Ondas de luz atravessam a tela e os pixels (Figura 7.4) que são pequenos quadrados se iluminam em cores diferentes para dar a aparência de imagens, essas cores mudam a cada 30 segundos dando a aparência de movimento.

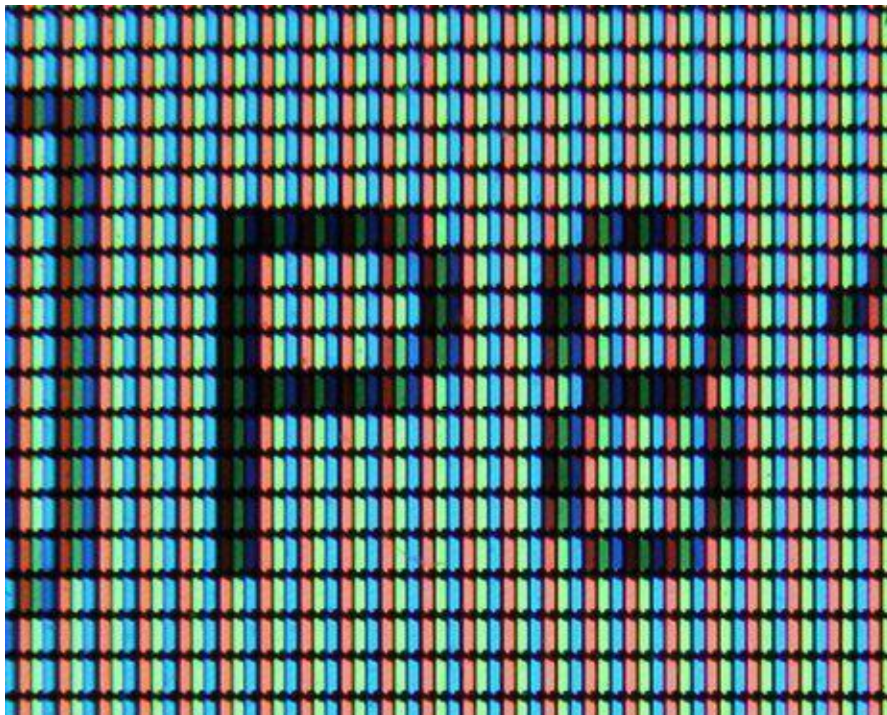


Figura 7.4

Os quadrados de pixel mudam a frequência de cor em 30 segundos, dando a ilusão de movimento.

A substância material da Consciência é um espírito que tudo permeia que é indestrutível, imutável e inseparável que dá a aparência de separação de diferentes objetos materiais.

Somos muito parecidos com os pixels da televisão e da tela do computador. Como no diagrama dos pixels, é a frequência de cor dentro de cada quadrado de pixel que se ilumina que dá a aparência de dimensão. As imagens na tela parecem estar separadas umas das outras, mas a tela inteira é preenchida com pixels. Não há espaço entre as imagens, pois a tela é preenchida por pixels. Dentro do universo não há espaço vazio. A consciência que permeia tudo está cheia de energia. Sem a ilusão da separação, não haveria espaço. Sem eventos não haveria tempo. O tempo só existe na mente que mede a duração dos eventos.

Tudo é Luz, a Consciência é Luz. O homem está tentando descobrir qual é a força que mantém as coisas unidas. Eles têm dificuldade em entender essa força porque veem apenas um lado da força. Por verem a força apenas de um lado, dizem que é muito fraca, mas também parece forte quando se trata de grandes corpos celestes. O homem chamou essa força desconhecida de gravidade. Newton percebeu que a gravidade puxa as coisas para baixo em direção aos corpos celestes, como a Terra. O que muitos não conseguem ver é que a gravidade faz muito mais do que isso. Ele reúne vibrações semelhantes. Os vapores de água são puxados para cima pela gravidade em direção a outras substâncias gasosas. Gravidade é Consciência e no centro de cada espiral há um buraco negro. Os buracos negros não existem apenas no espaço, eles existem em todos os lugares. Através do processo de pensamento da Consciência (Gravidade), a eletricidade (masculina), que é a polaridade predominantemente positiva, gravita para dentro do buraco negro e o magnetismo (feminino), que é a polaridade predominantemente negativa, irradia para fora do buraco negro. Este movimento curvo espirala em direções opostas. A partir desse desdobramento dessas forças da semente centralizadora da Consciência, eventualmente, manifesta-se o átomo. Eletricidade e magnetismo giram em torno de um buraco negro centralizado. Mesmo a eletricidade que viaja em um fio está girando em torno de um buraco negro centralizado.

Frequência é a repetição de pulsações. As pulsações são a reprodução das forças opostas. A frequência das pulsações determina a velocidade e a frequência das forças manifestadas. Examine uma luz estroboscópica que pulsa. As duas forças opostas são a luz irradiando da lâmpada, e a força oposta é a luz desaparecendo. A repetição da luz aparecendo e desaparecendo dá à luz estroboscópica o efeito da lâmpada pulsante. A velocidade da pulsação determina a frequência. Tudo tem seu próprio padrão único de pulsações. A eletricidade e o magnetismo fazem o mesmo. Uma vez que atinge uma certa frequência, nasce um átomo. Na verdade, eletricidade e magnetismo não são forças diferentes. Eles são os mesmos movendo-se em direções diferentes, dando a aparência de forças separadas. O magnetismo é apenas a reação da ação da eletricidade. Quando você joga uma bola de basquete em uma parede, a bola quicando de volta é a reação da ação da bola sendo lançada. Quanto mais rápido você quicar a bola na parede, mais rápida será a frequência. O mesmo ocorre com a eletricidade e o magnetismo. O buraco negro absorve energia na forma de eletricidade e rebate como magnetismo, como a bola quicando na parede. Mesmo que você mude o padrão e a velocidade de como rebate a bola de basquete na parede, nada muda. A bola ainda é a mesma bola sendo quicada, a única coisa diferente é o ritmo que você escolhe para quicar a bola. Se você quicar a bola 10 vezes em 10 segundos, essa frequência será de 10 quiques/10 segundos. Se você quicar a bola 20 vezes em 10

segundos, agora a frequência do quique mudou para 20 quiques/10 segundos. Quando o buraco negro absorve energia na forma de eletricidade e libera magnetismo, ainda é a mesma energia, e é o padrão de repetição que determina em que substância ele aparece.

O universo é muito parecido com as teclas musicais do piano. Cada nota chave tem uma frequência ligeiramente diferente da nota anterior. A velocidade da pulsação é determinada pelo comprimento da corda do piano. Se todas as cordas do piano tiverem tensão igual, as cordas mais longas terão um tom mais baixo. Isso significa que a pulsação ou vibração é mais lenta. Tem uma frequência mais baixa. Em um piano, nossos ouvidos são capazes de captar as pequenas diferenças de frequência em cada tecla anterior à anterior. Quando se trata de luz visível, por exemplo, nossos ouvidos não conseguem perceber que a cor vermelha tem uma frequência menor do que as outras cores (Figura 7.5) depois dela. Em vez disso, nossos olhos captam a diferença na aparência de cores diferentes, cada cor ligeiramente diferente da anterior.

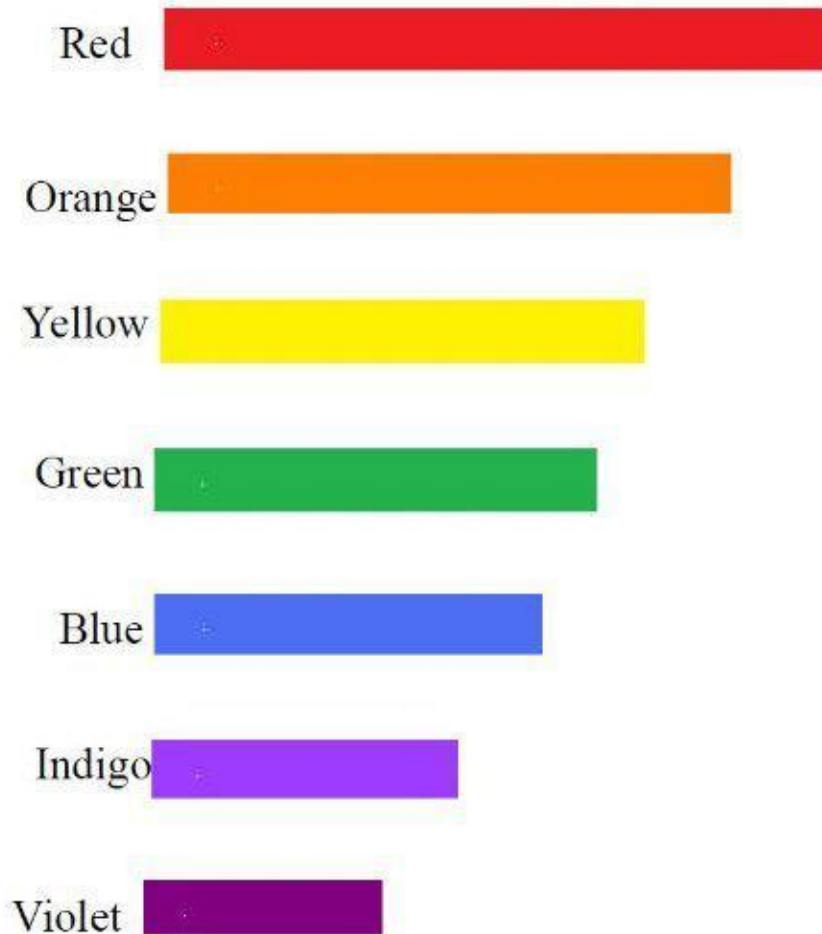


Figura 7.5

Quanto maior o comprimento de onda, menor a frequência do comprimento de onda. Vermelho tem o menor. Se fosse uma corda de piano, o tom do I seria o mais baixo do espectro de cores.

Cada átomo que se manifesta tem uma vibração ligeiramente diferente do átomo anterior. Isso é muito parecido com a tecla do piano menor C é ligeiramente diferente em tom como maior C que o precede. O Ré Maior é ligeiramente diferente em tom de frequência do C menor que o precede. Este é um processo que acontece gradualmente até que todos os átomos existam. Quando certos átomos se juntam para formar moléculas, é como notas diferentes no piano tocando para criar música. Cada molécula é como uma peça musical. Mesmo que cada tecla do piano não seja diferente uma da outra, exceto no comprimento da corda do piano, apenas tocando certas notas juntas, você obtém a aparência de várias peças musicais. Na verdade, as diferentes vibrações de energia dão a aparência de sons diferentes, mas as notas reunidas em um determinado arranjo dão a aparência de música.

Vamos pegar o exemplo da bola de basquete novamente. Se você conseguir quicar a bola 100 vezes por segundo, ela soará como um som constante em um determinado tom. Se você pegar a mesma bola e quicá-la 200 vezes, ela ainda terá um som estável, mas o tom será mais alto. Nossos sentidos percebem isso como dois sons separados, mas ainda é a bola de basquete quicando na parede. Não apenas fazemos isso com nossa audição, mas todos os nossos sentidos fazem a mesma coisa, nos enganam para perceber cheiros, texturas e cores diferentes e separados quando é a mesma energia contínua que está espiralando para dentro do buraco negro e espiralando de volta para fora. A única diferença é o ritmo de repetição da energia extraída e exalada do buraco negro.

Digamos que, hipoteticamente, se você quicar a bola 430 trilhões de vezes, o tom será alto demais para ouvir um som, mas, em vez disso, seus olhos verão a cor vermelha. Claro que isso não é humanamente possível, mas é apenas um exemplo para mostrar como nossos diferentes sentidos recebem diferentes aparências da mesma coisa.

Tudo é Luz. A luz é a substância viva da Consciência em ação. Espírito é luz, matéria é luz. Espírito e matéria são a mesma substância; a substância da Consciência Universal é uma substância viva. A energia é uma substância viva, e há apenas uma energia que existe em todos os lugares, não pode ser dividida. Um hertz é um ciclo por segundo. No exemplo do basquete, um ciclo seria a bola quicando na parede uma vez. Para cada ação há uma reação igual. Toda ação é de polaridade masculina (positiva). Toda reação é de polaridade feminina (negativa). A velocidade de repetição de um ciclo é o que dá aparência de forma a todas as coisas que percebemos. Quando o ciclo de pulsos de energia for de 430 trilhões de pulsos por segundo, ou seja, 430 trilhões de hertz, você perceberá a cor vermelha. À medida que o número de pulsos aumenta, você verá a cor laranja e todo o caminho até o violeta, que é 750 trilhões de hertz. As ondas de rádio são inferiores a 3 bilhões de hertz.

Os ouvidos humanos podem detectar frequências de 25 a 18.500 hertz. Quando falamos, nossas vozes estão entre 800 e 5.000 hertz. O telefone está em torno de 3000 hertz para que possamos entender alguém falando. 4000 hertz é a frequência mais irritante; esta é a

frequência das unhas arranhando o quadro de giz. A nota C mais baixa no piano é 32 hertz, enquanto a nota mais alta no piano é 4096 hertz.

Os cinco órgãos sensoriais interpretam as frequências como cor, odores, sabor, som e textura. O que um órgão capta às vezes os outros órgãos não. Não ouvimos as cores nem as cheiramos. Se todos os nossos sentidos captassem tudo, seria esmagador.

Vida: Há Uma vida. A vida são os ciclos repetitivos eletromagnéticos pulsantes da Consciência pensante. A vida é propriedade de toda matéria, toda matéria é vida. O que é respirar? A respiração é pulsação e tudo pulsa. Vibração é pulsação. Toque uma corda de violão e ela pulsa. Esta pulsação rápida é vibração. Ondas oscilantes são espirais percebidas de um ângulo diferente. Observe o brinquedo chamado slinky. Olhe para o rosto furtivo nele é uma espiral de arame de metal. Olhe para o lado e estique, vai parecer ondas. (Figura 7.6)

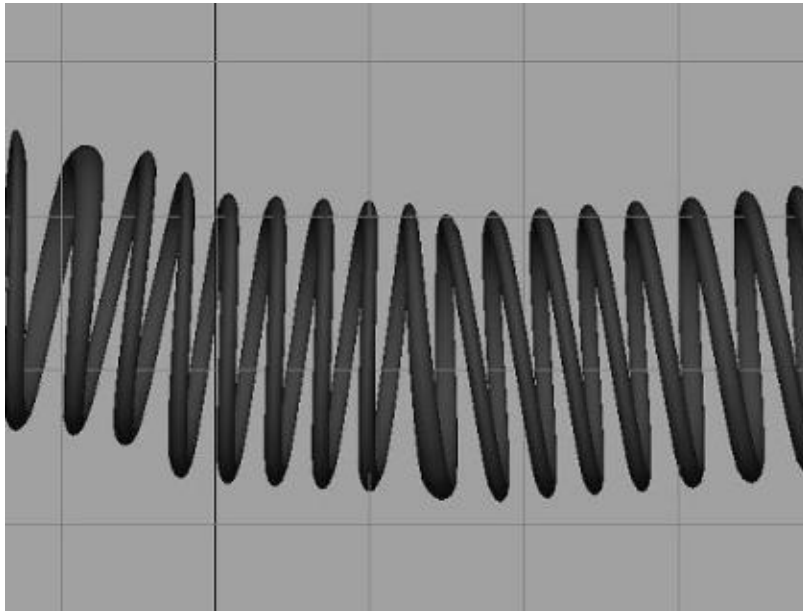


Figura 7.6

Bobina furtiva semelhante a uma onda

A maioria da humanidade aqui no planeta Terra vê a vida como separada da matéria e que a vida só começa em formas orgânicas. Eles veem o material não orgânico como sem vida. Todas as coisas estão vivas, todas as coisas estão pulsando. Nossos sentidos são limitados, então só percebemos formas orgânicas como vivas. Somente a vida vem da vida, portanto todas as coisas vivas vieram da vida. A vida não pode vir da não-vida, portanto a própria energia é viva. A vida não tem começo nem fim; sempre foi e é eterno. Alguns dirão que a morte é natural e que todas as coisas morrem. A morte é um estado de entropia; é o desaparecimento da forma. Toda forma que desaparece é reproduzida, portanto nada realmente morre, apenas muda de estado.

Consciência, matéria, luz e energia são um e são eternos. Não existe morte verdadeira, pois reprodução e desintegração são ciclos constantes de movimento, que é um efeito.

A causa de todo movimento é a ação de pensar na Única Energia viva universal, que o homem chama de Deus, Consciência ou outros nomes, todos representando a ideia de uma divindade. Pensar é um processo, um padrão evolutivo de ciclos. Padrão vem da palavra pater que significa pai. O pai dá a semente que é o padrão que causa uma reação de forma. Mãe vem a palavra mater, assim como a palavra matéria. Para que algo importe, deve primeiro se materializar, ser maternal. Aquilo que irradia é maternal. Tudo o que irradia do centro do Uno é matéria (mãe). Jogar a bola de basquete é o pai. A bola quicando de volta é a mãe. A bola de basquete que salta para trás se move na direção oposta. O magnetismo que volta do buraco negro se curva na direção oposta. Todo movimento da Consciência pensante nasce na alta velocidade máxima da constante universal de energia. Quanto maior a geração de energia maior a temperatura e maior a radiação e mais finas aparecem as matérias. Quanto menor a geração de energia, menor a temperatura e menor a radiação e a matéria mais grosseira aparece. A matéria grosseira é luz congelada, que aparece como forma. Aquilo que aparece como objetos sólidos é apenas luz congelada. A razão pela qual duas aparências de luz congelada não passam uma pela outra é porque quando dois pólos eletromagnéticos semelhantes estão em contato, eles se repelem como dois ímãs que se repelem quando voltados para as direções do mesmo pólo. O campo eletromagnético semelhante atua como um campo de força que dá a aparência de solidez e a sensação de textura ao toque. Quando a temperatura da luz congelada aumenta, ela muda de forma dando a aparência de morte.

Observamos e vemos substâncias materiais como ferrugem de ferro e componentes orgânicos se decompondo. Essas coisas atingiram todo o seu potencial de autoconsciência limitada, portanto, é hora de essas coisas desaparecerem na forma de decadência para eventualmente voltarem. Outros animais além do homem têm autoconsciência limitada, um cachorro, por exemplo, envelhece muito mais rápido que os humanos. Não há razão para um cão viver mais de 14 a 20 anos. Um cão atingiu todo o seu potencial dentro desse período de tempo. Em 14 anos, um cachorro envelheceu 82 anos. Como um cão atingiu todo o seu potencial dentro desse período de tempo, a única coisa que resta é que o cão faça a transição para o próximo estágio que é a morte. Os seres humanos, por outro lado, têm um potencial ilimitado de autoconsciência, portanto, não é antinatural prolongar a vida dos seres humanos. Não importa quanto tempo um ser humano viva, ele nunca alcançará todo o seu potencial. Se o potencial de autoconsciência de uma pessoa for ilimitado, ela nunca poderá alcançar aquilo que não tem limites. Pode-se viver bilhões de anos e ainda ter potencial de crescimento. Ninguém está preso em um estado imortal imutável não natural, na aparência eles podem não parecer muito diferentes, mas não são os mesmos. Você é a mesma pessoa que era quando tinha 3 anos de idade? Não, você não é, você tem essas memórias, mas nem sente que é a mesma pessoa. Você cresceu em sabedoria. Suas visões de vida mudaram e você literalmente tem um corpo completamente diferente. As células que compunham sua carne anos atrás foram completamente substituídas.

O gênio é uma ponte entre o homem e o Deus interior. Esse potencial de gênio está dentro de todos. Vem do divino e de nenhum outro lugar. Einstein recebeu sua revelação por meio da meditação. A meditação é uma forma de comunhão com o Tudo Que É.

O que nos torna diferentes das outras espécies é que, como as outras espécies têm uma autoconsciência limitada, elas não precisam exercitar a vontade de se tornar mais conscientes sendo melhores do que éramos no dia anterior. Outras espécies, como plantas e outros animais, dependem apenas do instinto. Apenas confiando no instinto, eles estão em harmonia com as leis do equilíbrio.

Como seres humanos, uma vez que temos o potencial ilimitado de autoconsciência, devemos frequentemente nos alimentar com conhecimentos que revelam nosso potencial ilimitado. Quando não nos alimentamos por um tempo, experimentamos dores de crescimento. As dores de crescimento são sinais como dores físicas de fome. As dores do crescimento são conhecidas por serem dificuldades emocionais durante a adolescência. Aqui, como o crescimento é um processo ininterrupto, usarei o termo dores do crescimento para as dificuldades emocionais em geral. Na vida quando passamos um período sem comer ficamos com fome. Então comemos algo que satisfaça nossa fome. Eventualmente, ficamos com fome novamente e temos que comer. As dores da fome são sinais que dizem ao nosso corpo que precisamos comer.

Como outras espécies têm um limite de autoconsciência, elas não precisam se alimentar de conhecimento para se tornarem mais autoconscientes, elas já estão em todo o seu potencial, portanto, funcionar por instinto é suficiente.

Quando não estamos nos alimentando espiritualmente diariamente, temos dores de crescimento onde experimentamos dificuldades emocionais. Quanto mais esperamos para fazer algo a respeito, mais dolorosa a fome se torna. Quando estamos espiritualmente famintos, ficamos desesperados e começamos a fazer escolhas muito impulsivas. São esses comportamentos reativos que causam desarmonia na nossa vida e na vida dos outros. Os desesperados tornam-se tão egocêntricos que fazem qualquer coisa para conseguir o que procuram desesperadamente para preencher o buraco dentro de si mesmos que não se importam ou nem mesmo percebem como seu comportamento está prejudicando os outros. Um indivíduo tem o mesmo grau de respeito pelos outros que tem por si mesmo. Se alguém não se respeita, não respeitará os outros ou suas coisas.

Quando este sétimo centro espiral estiver fraco, a pessoa não sentirá nenhuma conexão com o divino. Eles vão se sentir perdidos e sozinhos. Pode-se até sentir que Deus os abandonou e não merece ajuda espiritual.

Para fazer uma comparação com a comida física, se você passar muito tempo passando fome, você fica desesperado. Agora, se você comer pequenas refeições frequentes durante o dia, não terá que sentir dores de fome. Isso também se aplica ao alimento espiritual. Se você estiver sendo proativo diariamente para se tornar uma pessoa melhor do que no dia anterior, não terá dificuldades emocionais.

Não há força separada do mal. Aquilo que é percebido como mal é desequilíbrio. Quando não estamos em harmonia com as Leis da Natureza, sendo proativos diariamente, sentimos desconforto. Não estamos à vontade, estamos doentes. Toda a desarmonia é causada por não estar em equilíbrio com as Leis da Criação. Essa desarmonia causa desespero. O desespero é o medo que se manifesta como ganância, egocentrismo, ódio e todas as outras emoções que criam comportamentos que causam desarmonia no mundo.

Quando estamos em harmonia com as Leis da Criação sendo proativos diariamente, vemos mais claramente a Unidade que existe. Percebemos que nada em si está sozinho e que todas as coisas criadas estão unidas. Esta é a lei de toda a substância da Consciência Universal. Esta é a lei do amor, a lei da Unidade do universo. A Unidade do universo é uma simples substância espiritual da Consciência. A Substância Única da Consciência é um Ser vivo e pensante do qual todas as coisas são uma extensão do qual tudo está unido. A luz é o que faz da substância Una uma substância viva. A luz é o princípio vital da Consciência e a força criadora do universo. Luz é tudo que existe, tudo é Luz. Percebendo isso, você não se sente sozinho e percebe que não é apenas uma pequena mente em um imenso universo.

Aproveitar essa grande consciência do Um nos leva a estar em total comunhão com ele, onde ele chega até nós como informação. A informação é a entrada percebida de ordem que compõe o sistema de alguém. Como veículo de consciência é natural querer compartilhar a informação. Esta informação é expressa em um nível genial. A meditação é como desfragmentar seu disco rígido, permitindo mais espaço para informações sem travar o sistema com sobrecarga.

Meditação e projeção astral: A mediação pode abrir portas e expandir o centro da coroa. A meditação é a função mais importante do desenvolvimento humano no processo de crescimento humano. Muitos gênios praticaram a mediação sem ter plena consciência do que ela é. Eles chamam isso de introspecção quando têm ideias. Essas ideias são informações vindas da Alma Universal. Quando você medita, pode realizar qualquer coisa que desejar. Você pode curar o corpo, dominar qualquer coisa em sua vida e se tornar o que quiser. Quando você medita, você está em comunhão com a Consciência Universal.

Quando você percebe que sua mente e a Consciência Universal são a mesma, você percebe que você é a Consciência que é a cola do universo. Você então percebe que é Deus e está ciente da presença constante em cada momento. Trabalhando conscientemente com Deus, você é o co-criador com o divino. Como co-criador com o divino, você tem o poder de tecer a teia que controla o universo. Ao seguir seus pensamentos com ações, está expressando seu Eu eterno no universo visível da matéria.

Tudo o que você pedir, peça com o desejo do seu coração, não com palavras. Cada vez que você medita, você se torna cada vez mais em comunhão com a Consciência Universal que muitos chamam de Deus. Ao fazer isso, você recebe mais e mais informações da Fonte divina. Sua recepção fica nítida como televisão a cabo 3D. Muitas vezes cometemos o erro de perguntar com os sentidos em vez de com a alma. Quando confiamos em nossos sentidos físicos, eles podem distraí-lo, criando dúvidas em si mesmo, porque aparentemente nada

está acontecendo. Nossos sentidos físicos veem apenas uma certa porcentagem do que está acontecendo e, às vezes, isso nos cega. Portanto, vá além dos sentidos físicos e saiba em seu coração que isso se manifestará. Você sempre receberá o que pedir a Deus. Quando não o fazemos é porque pedimos aos nossos sentidos e não a Deus. Escreva seu desejo na batida do seu coração. Quando você escreve seu desejo em seu coração, então você está pedindo a Deus. Quando seu desejo em seu coração está presente, sua intuição está aberta para orientação que o levará a tomar as ações adequadas para alcançar seu desejo. Sem essa orientação, você pode não conseguir o que deseja. Se o fizer, pode demorar muito mais tempo.

Imagine sua ideia na forma de um conceito; continue a visualizar seu desejo até vê-lo claramente antes de agir de acordo com ele. Não perca tempo experimentando. Aguarde até que a imagem esteja clara com intenção total. Se você agir de acordo com seu desejo no mundo físico enquanto ele estiver em estado embrionário, ele não estará maduro. Seja qual for o seu desejo, seja uma invenção ou uma sinfonia, leve-o a Deus para uma forma espiritual. Exemplos, se for uma sinfonia ouça primeiro a sinfonia inteira no silêncio da sua alma. Se for uma venda, tenha em mente o que é antes de abordar seus clientes. Não deixe que os sentidos do seu ego atrapalhem, as emoções físicas podem obscurecer sua inspiração. Imagine antes de dar forma objetiva e enquanto calmo você percebe que seu desejo se manifestará. Uma obra-prima deve ter sua alma estendida ao seu produto. Se não, não inspirará outros. Se nenhum amor for estendido a ele, ele já está morto.

A meditação também pode ser usada para projeção astral. Projeto astral é quando a alma, a consciência humana pode deixar o corpo. Quando o corpo astral deixa o corpo, há muitos benefícios. O corpo astral pode se aventurar e explorar muitas maneiras de melhorar a si mesmo, o que significa que, uma vez que o retorno ao corpo físico pode melhorar todos os aspectos do seu bem-estar.

Durante a projeção astral, você é capaz de ver, sentir e experimentar coisas que a maioria das outras pessoas mal consegue imaginar. Ao fazer isso, sua consciência será elevada, sua energia negativa será mínima e você se tornará consciente de algo muito maior do que seu eu básico.

Você sentirá uma sensação de calma e autoaceitação tomando conta de você. O medo da morte e a incerteza não o afetarão mais. Você se torna liberado.

Durante a projeção astral, você pode acessar os Registros Akáshicos – uma fonte universal de sabedoria infinita. Isso lhe dá uma forte habilidade psíquica que o ajuda a recuperar informações ocultas, tomar decisões importantes e encontrar soluções para certos desafios.

A projeção astral abre toda uma nova sensação de consciência psíquica que você nunca soube que tinha. Os benefícios disso irão melhorar sua saúde, carreira, finanças e relacionamentos. A projeção astral também pode aumentar sua vibração energética. Quando suas vibrações aumentarem, você experimentará uma profunda sensação de calma, um constante estado de espírito positivo e um magnetismo natural para pessoas e posses

com vibrações igualmente altas, onde você poderá criar sua realidade ideal no piloto automático, sem as habituais lutas de força de vontade.

A razão pela qual muitas pessoas falham ao aplicar a Lei da Atração é porque não estão no estado emocional certo. Eles lutam com sua vontade contra as crenças emocionais por suas novas crenças intelectuais. A projeção astral pode resolver esse problema abrindo seus olhos para seu potencial ilimitado e aprimorando sua autoconsciência e conexão espiritual, alterando seu sistema de crenças. Ao ter suas crenças emocionais e intelectuais em harmonia umas com as outras, você pode, com a força da intenção, manifestar os resultados, as coisas e as pessoas que deseja em sua vida.

Quando você entrar em seu estado de meditação, pense profundamente dentro de seu subconsciente e crie uma imagem visual de seu eu astral. Você pode imaginar seu corpo astral em qualquer forma com a qual se sinta mais confortável. No estado meditativo profundo, imagine-se levantando o braço astral; este é um passo para a projeção astral.

Anteriormente mencionei minha projeção astral iniciada por uma entidade feminina, outra vez eu me projetei parcialmente astral por conta própria. Na véspera do Natal do ano de 2005, levantei-me parcialmente do meu corpo e vi que tinha asas e caí de volta no meu corpo. Esta era a imagem do meu eu astral durante esse tempo. Seu eu astral pode ter qualquer forma.

Enquanto estiver totalmente calmo, veja-se saindo de seu corpo. Ajuda a ter um destino. Com a prática você terá sucesso.

Meditação é a jornada em direção ao Self. Devemos transcender corpo e mente. Quanto mais meditamos, mais nosso Autoconhecimento se expande. Quanto mais meditamos, mais alcançamos a consciência de Deus. Quando alcançamos essa consciência de nosso verdadeiro Eu, que é Deus, ganhamos mais conhecimento do funcionamento interno do universo.

Existem diferentes exercícios de meditação. Algumas meditações são projetadas para ajudar a escapar e ignorar a realidade. Essas meditações não são benéficas. Imaginar a luz branca queimando a negatividade e continuar pela vida acreditando que a negatividade se foi não é suficiente. Estar ciente de seus problemas e fazer o trabalho necessário para curar é o que é necessário. Para curar, é preciso primeiro estar consciente. Você não está consciente quando imagina todos os seus problemas queimados pela luz branca. Exercícios de meditação devem ser feitos para torná-lo mais consciente de si mesmo e de seu ambiente.

Primeiro, sente-se confortável em qualquer lugar. Você deve estar confortável com o reto das costas. Certifique-se de que suas roupas estejam largas o suficiente para serem confortáveis. Certifique-se de que a temperatura ambiente seja confortável para você. É melhor meditar com o estômago ligeiramente vazio, pois você também não quer que as dores da fome o distraiam. Sente-se na cadeira, você pode optar por ter as pernas cruzadas ou não. Seja como for que você escolha se sentar, as costas devem ser retas para que o fluxo

de energia nos vórtices flua livremente. Feche seus olhos. Pare todo o diálogo interno. Em sua mente, fique em silêncio e relaxe. Faça três respirações lentas e profundas e relaxe ainda mais. Quando nossas pernas estão cruzadas com os dedos cruzados, o círculo de energia é formado e dá mais estabilidade. Sugere-se que os olhos estejam fechados. Existem alguns tipos de meditações que são meditação de olhos abertos. Você pode seguir o ritmo de sua respiração, olhar para a chama de uma vela ou apenas observar seus pensamentos passando sem julgá-los. Perceber que você não é seus pensamentos ajuda a sintonizar você com a Unidade.

Com todas essas práticas, é preciso repetição de trabalho nessas práticas, no devido tempo você se tornará o mestre do universo.

O AMOR COMO INTEGRADOR

O amor é o integrador. O amor é a cola que une todos os centros de energia. Todos os três Centros de Poder inferiores são casados com os três Centros de Poder superiores, eles se apóiam mutuamente. Todos os Centros de Poder têm polaridade masculina e feminina, mas mais dominam em um. Os três inferiores têm a ver com mais ação, então eu diria que são predominantemente masculinos. O centro de poder do coração é o neutro que liga os três centros de poder inferiores aos três centros de poder superiores. Na primeira espiral, a sobrevivência depende de ficar de pé sobre os próprios pés. Quando você tem autoaceitação, você está além do julgamento, pois sempre se sente amado e desejado por seus amigos. Essa autoaceitação vem do reconhecimento do Deus interior. Ações são tomadas para cuidar do seu corpo físico e dissipar pensamentos irracionais automáticos.

Este Centro de Poder é casado com a sétima espiral da coroa. Estar de castigo não é depender de muletas onde você sente que precisa contar com algo fora de si para funcionar. Estar ancorado é quando você pode ficar de pé porque percebe que você é aquela Consciência Universal que é Tudo O Que É. Você percebe que tudo o que existe é a única Luz que permeia a existência.

No segundo Centro de Poder é onde você se sente digno de ter amor. A intimidade vem da confiança de que você não será ferido. Quando você aprender a cuidar de si mesmo e ter uma visão saudável de si mesmo, escolherá relacionamentos saudáveis e os verá como maravilhosos. Quem tem problemas de intimidade associa intimidade com dor.

O Tantra vê que toda matéria é energia e toda energia é uma manifestação da Consciência. Na segunda espiral podemos nos ligar com o Tudo O Que É através do Tantra. A segunda espiral é casada com a sexta espiral que trata de ver através do Olho de Deus. Na segunda espiral, quando você está equilibrado, percebe que não há propriedade, porque ninguém pode realmente possuir nada quando tudo é uma extensão da Fonte da qual você faz parte. Vendo através do Terceiro Olho na sexta espiral, você pega as energias criativas da segunda espiral para comandar o que deseja no plano material. Comando é a reação materna das energias criativas ativas da segunda espiral. No sexto nível da espiral, você cria o futuro ao comandá-lo. Nesse nível, o comando está quase no piloto automático.

Na terceira espiral, trata-se do poder pessoal por meio do uso da vontade. A vontade de usar para atender às suas necessidades. Nesse nível, quando equilibrado, você é assertivo em suas ações. Você coloca os prazeres imediatos triviais de lado para buscar objetivos de longo prazo. Você se defende e não permite que os outros pisem em você para evitar conflitos. Aqui você se exercita para atender às suas necessidades e esta espiral é casada com a quinta espiral, onde o resultado do poder pessoal é falar a sua voz. Na quinta espiral, você fala com linguagem corporal, telepatia e sua voz para fazer a mágica de atender às suas necessidades. Essa combinação é o verdadeiro poder pessoal.

A Quarta espiral é o centro neutro. Tem o masculino e o feminino em equilíbrio e não é casado com nenhum dos centros. É o Centro de Poder que une todos os centros. Os outros centros não podem funcionar sem a Luz do amor. Ficar de pé com as próprias pernas na primeira espiral requer auto-aceitação que é amor. Para ter relações sexuais saudáveis na segunda espiral é preciso ter amor próprio. O amor é necessário para poder ver que a intimidade é boa em vez de associada à dor. Ter poder pessoal e vontade de se exercitar para atender às suas necessidades requer amor e respeito por si mesmo, para saber que você é importante e merece ter suas necessidades atendidas; portanto, você fala e se expressa por meio do seu quinto centro. O amor é o que é necessário para ver através do Olho de Deus, pois Deus é amor, e o amor é necessário para ver a vida através do ponto de vista de um pássaro. O amor é necessário para a sétima espiral, pois aqui você percebe que tudo o que existe é amor. Você percebe que tudo é Um e que Unidade é Amor.

TESTE DA CENTRAL DE ENERGIA

Aqui está um teste que você pode fazer para ver quais centros de energia são fortes ou fracos.

Responda a cada pergunta da melhor maneira possível

S = Concordo Fortemente

A = Concordo

F = Razoavelmente

D = Discordo

SD = Discordo totalmente

Marque zero ponto para S, um ponto para A, dois pontos para F, três pontos para D e quatro pontos para SD. Some os pontos de cada Espiral.

Primeira Espiral (aterramento, Sobrevivência)

Pontuação da resposta

Eu sinto que tenho dificuldade em manifestar

o que eu quero . SAFD SD

Eu me preocupo em fazer escolhas erradas e

indo pelo caminho errado. SAFD SD

Estou confuso sobre o meu propósito na vida e

tendo confiança SAFD SD

Total:

Segunda Espiral (Sexualidade, Criatividade)

Pontuação da resposta

Sinto que não sou digno de estar aqui. SAFD SD

Eu sinto que minha vida sexual é uma merda SAFD SD

É difícil gostar de passar um tempo sozinho. SAFD SD

Total:

Terceira Espiral (Poder Pessoal, Vontade)

Pontuação da resposta

Frequentemente me sinto impotente para mudar minha

circunstâncias. SAFD SD

Costumo dar o meu poder aos outros e

me colocar em segundo lugar. SAFD SD

Parece que coisas ruins sempre acontecem comigo SAFD SD

Total:

Quarta Espiral (Amor, Relacionamentos)

Pontuação da resposta

Não me sinto digno de amor. SAFD SD

Tenho dificuldade em expressar perdão. SAFD SD

Tenho dificuldade em confiar nos outros. SAFD SD

Total:

Quinta Espiral (Comunicação, Criatividade)

Pontuação da resposta

Tenho dificuldade em dizer o que penso e sinto. SAFD SD

Costumo dizer o que acho que os outros querem ouvir. SAFD SD

Eu sinto que outras pessoas não me ouvem, e um difícil tempo expressando minhas ideias com clareza. SAFD SD

Total:

Sexta Espiral (Intuição, Visão)

Pontuação da resposta

Eu tenho dificuldade em ver minha vida de forma diferente que é atualmente, sinto que as coisas nunca mudar . SAFD SD

Eu tenho dificuldade em sentir que recebo algum espiritual respostas e orientações. SAFD SD

Tenho dores de cabeça com frequência. SAFD SD

Total:

Sétima Espiral (Consciência, Sabedoria)

Pontuação da resposta

Sinto-me perdido e gostaria de mais orientações sobre seguindo meu caminho espiritual. SAFD SD

Sinto-me indigno de assistência espiritual;

Tenho dificuldade em sentir que recebo inspiração. SAFD SD

Eu sinto que Deus me abandonou, e

que minhas orações e meditações não são

reconhecido. SAFD SD

Total:

Adicione a pontuação para cada parte. Pontuações de 9 a 13 indicam que seus vórtices são fortes. 0-3 indica que eles são muito fracos e 6-8 é mediano. Olhe para o que é fraco e forte. Sua pontuação é maior nos centros inferiores ou superiores? O mais importante é se os resultados concordam com você.

Às vezes, quando somos fortes em um centro e fracos em seu parceiro. Por exemplo, você pode ter uma pontuação alta no centro de energia da coroa, mas fraca no centro de energia da raiz. Neste caso, você pode ter consciência e receber ideias elevadas, mas como o centro da raiz está fraco, ele não está alcançando seu parceiro na coroa e o resultado é que você mal termina os projetos e luta para fazer as mudanças em sua vida, mesmo que você ter o conhecimento do que fazer. Se o seu segundo centro espiral estiver fraco, o fluxo não se encontrará com o fluxo cósmico da coroa. Os cinco principais centros de energia acima serão prejudicados. Para corrigir isso, seria necessário trabalhar na área sexual para permitir que a energia sexual alcance o resto do corpo. Cada centro é uma combinação de terra e energia cósmica que precisa chegar ao equilíbrio. Quando estamos bloqueados em qualquer uma dessas áreas, colocamos mais ênfase em outro centro de energia. Por exemplo, alguém que está bloqueado no centro do coração pode colocar mais ênfase na área sexual. Tendemos a fazer isso para compensar o que está faltando. Alguém que é fraco no centro de energia da coroa pode colocar mais ênfase no centro de energia da raiz, onde se apega à segurança que tem nessa área.

Nossos relacionamentos e o que nos atrai também tem muito a ver com nossos centros de energia. Quando somos atraídos por uma obra de arte, seja ela uma música ou uma pintura, é porque nosso centro de energia tem semelhança com o artista que a criou. Quando não gostamos de uma peça musical ou de qualquer outra obra de arte, é porque há um conflito com nossos centros de energia e com o artista que cria a obra de arte.

Isso também se aplica aos relacionamentos. Somos atraídos inconscientemente por demais semelhantes, bem como pelo que carecemos e admiramos no outro. Quando nos falta uma característica que gostaríamos de ter, somos atraídos por outras pessoas que têm essas qualidades. Neste caso é como os opostos se atraem.

LILITH FALA

Eu sou o Vidente do Desejo, eu sou Lilith. Quando se trata de relacionamentos, livre-se da autodesilusão negativa. Não se acomode. Eu represento poder e individualidade. As mulheres não retalias em esferas emocionais fechando sua sexualidade. Este é o momento de se levantar e perceber sua igualdade entre os homens.

Todos nós temos uma alma gêmea; parte do trabalho aqui é vocês se redescobrirem. Encontros ruins, relacionamentos prejudiciais levam a pessoa a desistir. Fique de olho no prêmio e pare de se acomodar. Pensar que o amor não é prioridade e que sua carreira é mais importante é mentira.

Você não pode fazer um trabalho real sem sua alma gêmea, não importa o quão bem-sucedido você pareça. Vá e encontre sua metade correspondente, não desista jogando no ladrilho.

Se você já está em um relacionamento, vai ficar por medo? Por solidão? Você está se acomodando porque acha que nada pode ser diferente? Não se acomode porque está procurando alguém para salvá-lo de si mesmo. Você tem que se curar antes de encontrar sua alma gêmea. Ele/ela pode estar ao seu alcance, mesmo bem na sua frente, e você deve estar inteiro (curado) para encontrá-lo. Às vezes, vocês dois precisam crescer antes de poderem ficar juntos e, enquanto esperam, pode parecer sem esperança, mas perseverem como sabem que irão quando ambos estiverem prontos. Quando você estiver pronto, eles também estarão, porque vocês dois estão ligados.

Fique de pé e receba o que lhe é de direito. A razão pela qual você não tem é porque você não espera a verdadeira felicidade. Encontrar sua alma gêmea faz parte do seu destino. Não caia na armadilha de pensar que não se aplica a você, ou você desistirá do desejo. Veja e saiba que está vindo para você e irá. Se você disser que não vai, vai passar despercebido. Você deve estar aberto para a Luz, Deus colocará pessoas em sua vida no momento certo assim que você estiver pronto. Como um Vidente do Desejo, eu comando o desejo à vontade, e aquilo que é desejo será gerado. Portanto, eu digo a você, o que você deseja também será realizado.

Eu sou a filha de Fortitude e arrebatada a cada hora desde a minha juventude. Pois eis que sou o Entendimento e a ciência habita em mim. Ciência e ocultismo podem ser explicados cientificamente. Ciência e espiritualidade se complementam. A ciência e a religião tentaram se separar, agora é a hora em que a ponte entre as duas se encontrará. Minhas vestes são desde o princípio, e minha morada está em mim mesmo. O Leão não sabe por onde ando; nem os animais do campo me entendem. Estou deflorada, mas virgem; Eu santifico e não sou santificado. Feliz é aquele que me abraça: porque à noite sou doce e de dia cheio de prazer. Minha companhia é uma harmonia de muitos símbolos, e meus lábios são mais doces que a própria saúde. Eu sou Lilith, a emissária da Luz oculta. A luz em sua vida pode estar escondida, mas está lá.

Quando você planta uma semente no solo, você vê o fruto imediatamente? Todas as coisas que dão frutos ficam escondidas por um tempo. Se você der tempo para a ocultação do oculto, com paciência as coisas boas acontecerão. Apresse-se e você não terá nada além de uma semente dormente sem brotar nada. Sua paciência será testada enquanto o fruto estiver escondido. Pois eu sou um Emissário da Luz Oculta, o entendimento, meu trabalho e os Emissários da Luz Oculta são às vezes causar resistência para que todos vocês cresçam.

É preciso suportar a escuridão antes que se possa ver a luz. Sua paciência e ego serão testados, resista e perceba que a luz será revelada.

Todo grande trabalho requer um estado de incubação. Um embrião dentro de um ovo está no estado de incubação. Este é o momento em que você deve ter paciência. Pode parecer que não há luz no fim do túnel, por assim dizer. A luz que está escondida será revelada com o tempo. Você é capaz de muito mais do que pensa que é. Eu sou o Vidente do Desejo e aquilo que você deseja deve esperar. Paciência. Se lhe faltar o desejo de esperar e ver a Luz, nada acontecerá. Ocultação. Silêncio vale ouro. Sua semente pode crescer quando você não está se gabando do que está fazendo.

Para passar no teste você deve aprender a superar os pensamentos como paciência não vai me levar a lugar nenhum, eu tenho que ter agora, por que ninguém percebe o quão bom eu sou. Esses são os pensamentos automáticos que vão atrapalhar. Leva nove meses para uma criança nascer de um útero. A pressão do saco embrionário foi necessária. A pressão da casca de um ovo é um processo de incubação necessário. A revelação é o nascimento da ocultação. Esta é a revelação da luz oculta.

Ao longo da história, devido ao medo do homem do desconhecido, especialmente quando se trata de sexo, demonizaram a mim e a meus filhos como agentes do mal. Devido à cultura machista dominada pelos hebreus, mulheres fortes e independentes eram vistas como vilãs. Na mitologia hebraica, sou vista como a mãe de todos os demônios porque me recuso a me curvar a Adão. Salomé Antipas era vista como a vilã responsável pela decapitação de João Batista, justamente por ser uma adolescente que tinha uma queda por João Batista e adorava o que ele ensinava. Os homens tentavam reprimir o sexo e quando na presença de uma mulher sedutora, ela era vista como má. Devido a essa repressão sexual dos tabus, surgiram mitos sobre eu seduzindo homens em seus sonhos. Os homens se sentiam culpados e envergonhados quando acordavam no meio da noite com sêmen encharcado nas calças. Essa repressão é responsável pelo abuso sexual infantil, assédio sexual, pornografia e dependência sexual. Esses apegos são devidos à falta de cumprimento. Não tenho nenhum problema em apoiar a indústria da pornografia, desde que ela exiba o consentimento de adultos. São os tabus sexuais que os homens criam são a única razão pela qual vende.

Como Chohan dos Emissários da Luz Oculta, testamos o homem para que ele possa crescer. Alguns passaram, mas infelizmente alguns falharam. Aqueles que não entendem nossos caminhos nos percebem como demônios. Não estamos aqui para criar discórdia em nome do ódio. Estamos aqui porque amamos a raça humana como amamos todos os seres. Estamos aqui para fortalecer todos vocês. Saiba isso. Entenda isso.

EU SOU LILITH, EMISSÁRIA DA LUZ OCULTA

CONCLUSÃO

Aqui estamos no final deste livro, mas nosso trabalho é apenas o começo. Estamos nos movendo gradualmente para a Nova Era de Aquário, que é o reino do conhecimento. Por muito tempo, as pessoas seguiram sistemas de crenças sem questionar nada. Agora

estamos caminhando para a idade em que escolhemos testar sem acreditar e saber pelos resultados. À medida que avançamos para esta era, começaremos a perceber que somos todos os Filhos e Filhas de Deus ao percebermos que Deus está dentro de nós.

21 de dezembro de 2012 avistamentos em massa em todo o mundo fizeram uma aparição. Um instituto chamado Centro de Pesquisa e Política de Relações Extraterrestres decidiu antecipadamente fazer contato com extraterrestres naquele dia através da meditação usando meios telepáticos. Este foi supostamente o dia em que nossa galáxia chegou ao equador da Via Láctea, que marca o início da Nova Era.

Pouco depois dessa data, senti que era hora de lançar livros para ajudar a evolução da humanidade. De repente, uma inspiração veio sobre mim para escrever a segunda edição dos Documentos Pleiadianos e este livro. Enquanto escrevia este livro, pesquisei e muito também veio da inspiração, como se as informações simplesmente chegassem a mim de outro lugar. Sinto que é o momento certo para despertar as pessoas para os ensinamentos que possam usar e se ajudar a crescer em conhecimento, para que um dia possamos viver em harmonia em uma Empresa Livre em escala global. Se 50 estados nos Estados Unidos podem se unir, por que todos os países deste globo não podem se unir da mesma forma um dia?

Para que isso aconteça, as mudanças devem vir individualmente dentro de cada um de nós. Não podemos confiar nos líderes das nações para consertar tudo, todos devemos começar agora. Funciona começando de baixo, não de cima.

O Quickening está sobre nós. Este é o momento em que as pessoas estão se conscientizando de que a humanidade e a Terra estão entrando em uma fase superior de atividade. Essa aceleração é marcada pelo aumento da intensidade dos eventos globais e pelo aumento da temperatura de quase todos os planetas deste sistema solar. O tempo parece estar acelerando, o caos aumentando à medida que mudanças fenomenais ocorrem em nossas realidades físicas e de percepção com velocidade crescente. Seres extraterrestres e semelhantes vêm fazendo preparativos há algum tempo para ajudar a preparar gradualmente a humanidade para o futuro que está por vir. Os OVNIs têm aumentado e ganhando impulso à medida que as pessoas são cada vez mais contatadas por eles. À medida que os contatos aumentam, as mensagens dos extraterrestres vão se espalhando, sendo gradualmente disseminadas pelas massas.

Humanos altamente avançados, alguns de outros mundos, têm trabalhado nos bastidores desde o surgimento do homem aqui nesta terra, guiando o curso da evolução humana.

Estranhos misteriosos ao longo da história apareceram e desapareceram rapidamente com a mesma rapidez com que surgiram, mas primeiro deixaram um impacto que influencia a humanidade na espiritualidade, ciência, artes e política antes de desaparecerem misteriosamente.

É comum que os contatados tenham um súbito interesse pelas ciências ocultas após um encontro com OVNIs ou seus ocupantes. Nos tempos bíblicos, o padrão também existe. Os

profetas, que antes não tinham interesse no desconhecido, de repente, após um encontro com os chamados anjos, de repente estão em um caminho espiritual e querem compartilhar esse conhecimento com o mundo.

COMO ISSO TUDO COMEÇOU

A primeira vez que me interessei por OVNI's e seres extraterrestres foi em 1985. Antes disso, eu não acreditava que eles existissem. Quando eu tinha 7 anos de idade, enquanto nossa família estava em Denver, Co., todos nós testemunhamos uma formação de luzes laranja no céu noturno. Um flash de luz branca brilhante brilhou nas luzes laranja. A formação então se separou e voou rapidamente em direções diferentes e desapareceu. Aos 7 anos, eu não sabia o que estava acontecendo. Eu vivia tendo sonhos repetitivos e achava que o céu não conseguia se decidir se queria ser dia ou noite. No ano de 1985 vi um documentário na televisão chamado 'Chariot of the Gods'. Ver a história através dos hieróglifos egípcios e outras culturas me permitiu perceber que eles existiam, mas ainda um tanto cético, não continuei a descobrir nada além disso.

Durante aquele ano, enquanto me interessava por Yoga e ESP (Percepção Extra Sensorial), eu estava na biblioteca da escola pesquisando sobre ESP e vi um livro com URI em negrito na pasta de um livro. Eu li o livro e percebi que era sobre um médium israelense chamado Uri Geller. No livro parecia mostrar a conexão entre o OVNI e as habilidades psíquicas de Uri. Foi isso que despertou meu interesse por OVNI's e extraterrestres.

Durante a faculdade, um aluno me apresentou a seu primo que pertence a um grupo de meditação que homenageia extraterrestres. Assisti até pouco antes de o grupo se desfazer.

Durante os anos de pesquisa, senti-me particularmente atraído pelos Pleiadianos. Em 1985 eu li um verdadeiro abridor de olhos, 'The Andreasson Affair.' Em 1992, finalmente tive contato telefônico com Betty Andreasson Luca, que teve a experiência OVNI em 'The Andreasson Affair.' era sobre.

Eu estava determinado a obter os ensinamentos da mensagem do que os extraterrestres supostamente tinham a dizer ao mundo. Muitas informações recebi por intuição. Também tive a sensação antecipada de que encontraria pessoalmente a Sra. Andreasson Luca; Eu só não sabia como isso iria acontecer.

Uma vez eu estava passando a noite no apartamento do meu melhor amigo e foi quando, sem avisar, de repente tive uma experiência de projeção astral onde, quando voltei ao meu corpo, senti a presença de uma mulher, que em sua vida era uma princesa russa. Por algum tempo senti a orientação dela e não tinha certeza se era minha imaginação ou não. Pensei por um segundo que meu colega de quarto na época poderia ter colocado LSD em minha bebida na noite anterior à experiência de projeção astral. Anos depois, percebo que as drogas não afetam ninguém um dia inteiro depois e percebo que a experiência foi real.

Anos mais tarde, enquanto estava em casa, chamei os anjos para cuidar de um problema que estava tendo com pessoas que permitia que se aproveitassem de mim. De repente,

senti uma presença de amor que não esperava. Quase chorei, porque não pensei na época que alguém pudesse ter tanto amor por mim quanto eu experimentei. Fiquei admirado que qualquer ser, humano ou além, pudesse ter tanto amor e carinho por mim. Depois dessa reunião, as pessoas com quem tive problemas nunca mais voltaram. Foi coincidência ou foi outra coisa. Você é o juiz.

Enquanto namoramos uma bruxa, nós dois experimentamos OVNI's no céu na área de Pittsburgh. Na noite do nosso último encontro, eu a estava levando para casa enquanto meu primo estava no carro seguindo atrás de nós. Mais adiante, em uma estrada escura em uma área arborizada, meu primo Omar e eu vimos uma mulher vestida de branco. Ela tinha cabelos loiros e era sólida como qualquer pessoa normal. Percebi que era meio estranho para uma mulher ficar quase no meio da estrada. Olhei no espelho de revisão e vi a mulher desaparecer no ar com meus próprios olhos. Meu primo disse que olhou diretamente em seus olhos verdes e uma emoção avassaladora de tristeza o invadiu ao vê-la desaparecer enquanto olhava para ela.

Meu primo Jim e eu fomos a uma fazenda na cidade de Ford para visitar sua namorada. Ela nos contou sobre suas experiências e como testemunhou OVNI's em sua propriedade. Ela até nos contou uma história bizarra e inacreditável de como foi puxada para outro portal em sua parede antes de retornar. Depois que ela nos disse isso, partimos e, enquanto descíamos seu longo caminho, senti uma presença avassaladora de ser observada. Isso foi um pouco assustador. Jim e eu olhamos um para o outro e ele disse: "Você sente isso?" Eu disse que sim e fiquei aliviado por não ser o único a passar por isso. Eu só queria sair da garagem dela, isso me assusta um pouco porque nunca experimentei uma presença tão poderosa. A entrada era tão longa que parecia levar 20 minutos para chegar ao fim dela. À medida que nos aproximamos do fim, a presença começou a se dissipar gradualmente.

Cerca de uma semana depois, peguei o livro *Communion*, de Whitley Strieber, na biblioteca pública. Achei interessante a imagem da visitante feminina na capa de seu livro e foquei nela por alguns minutos e senti uma paz e calma e uma vontade repentina de voltar para a fazenda.

Durante três dias, o desejo tornou-se cada vez mais forte. Eu não pude mais resistir ao puxão. Acabei cedendo e fui. Desta vez, me senti compelido a buscar meu primo Omar (que nós dois consideramos a mulher de branco) para ir comigo. Omar, a namorada do meu primo, que teve uma experiência com um OVNI quando tinha sete anos e eu fui para a fazenda em Ford City. Mais tarde, quando estávamos saindo da fazenda, um OVNI apareceu. Apareceu em um grande espaço aberto no céu e, de repente, desapareceu. Ele veio e foi imediatamente. Tinha muitas luzes ao redor e o que vi naquele curto espaço de tempo me lembrou um bolo de casamento.

A partir dessa experiência, decidi entrar em contato com uma amiga do grupo de meditação de quem não tenho notícias desde 1985. Enviei a ela uma cópia de um manuscrito que havia escrito. Meu amigo leu e, ao devolvê-lo, ele escreveu de volta e deixou o número de telefone de um instrutor de ioga. Entrei em contato com o instrutor de ioga que ela sugeriu.

O instrutor de ioga me apresentou informações que supostamente foram escritas por um contatado que alegou ter contato com humanos das Plêiades. A informação é supostamente de primeira mão vinda diretamente dos Pleiadianos sobre espiritualidade, conhecimento esotérico e o que realmente está acontecendo sobre os governos e outros eventos mundiais. Através disso fui bem educado e tive contato com algumas pessoas com a mesma fonte. Durante uma palestra em Denver, Colorado, conheci Betty Andreasson Luca, seu marido e sua filha Becky. Becky cresceu tendo comunicação constante com seres extraterrestres. Algo que ela aprendeu com os seres que compartilhou comigo que ajudou a beneficiar algumas coisas em minha vida. Também conheci outros contatados que me deram uma visão e um contato importante que afirma ter contato com seres do coração de Orion.

Anos depois, quando me tornei praticante de Bruxaria, senti a presença de Lilith. O ar estava carregado de eletricidade e eu mal conseguia andar enquanto cambaleava pelo chão até minha cama.

Mais tarde, enquanto estava no apartamento do meu melhor amigo, eu estava trocando de canal e vi o nome de um filme que tinha o título idêntico ao meu nome de bruxa. O filme estava terminando e era sobre Lilith. No dia seguinte, encontrei uma senhora em uma loja de bruxas e trocamos números. Esta senhora tinha o mesmo nome de bruxa que eu e seu sobrenome de nascimento era o mesmo da atriz que interpretou Lilith no filme que vi no final da noite anterior.

Enquanto eu falava com essa senhora ao telefone, ela acabou me contando sobre sua experiência com Lilith sem que ela soubesse nada sobre minha experiência. Quando Lilith apareceu para ela, ela tinha cabelos loiros vestidos de branco cavalgando em um cavalo branco. Fiquei surpreso com o encontro dela. Enquanto continuávamos a conversar, ela mencionou um livro que gostaria de ganhar. Este livro só pode ser comprado por membros de uma ordem mágica, mas nenhum de nós conseguia lembrar o nome. Quando ela mencionou o livro, lembro-me de tê-lo visto online, mas não lembrava quem o apoiava.

Nos dias seguintes, eu estava na Filadélfia a caminho de entrar em uma loja de bruxas, houve uma comoção com a polícia lá dentro. Ao entrar na loja, em vez de me distrair com a agitação como a maioria das pessoas faria, de repente virei minha cabeça para a esquerda como se alguém me chamasse, mas não havia nenhum som audível. Quando virei minha cabeça para ver o que me atraiu dessa forma, fui atraído por um livro que vi à distância chamado Lilith's Dream, de Whitley Strieber. Aproximei-me para abrir o livro e Lilith foi retratada como uma alienígena das Plêiades. A capa e sua descrição me lembram a bruxa que teve contato com Lilith vestida de branco. Eu estava ainda mais determinado a obter o livro, não conseguíamos lembrar qual fonte o apoiou. Depois disso, quando vigiei a casa da minha irmã enquanto ela estava de férias, tive um sonho que me levou a um site que tinha o livro a menina e comentei que não lembrávamos quem o apoiou. Quando acordei e vi o grupo que apoiava aquele livro, tornei-me membro do grupo mágico secreto. Logo depois que entrei, Lilith veio até mim em um sonho e me disse que não tenho que me contentar com menos na vida como tenho feito. A partir de tudo isso, senti que meu chamado era

compartilhar e disseminar os ensinamentos esotéricos através da minha escrita e palestras como minha forma de fazer parte da equipe que está preparando o mundo para a Era de Ouro.

Bibliografia

The Pleiadian Papers de Ed Russo um livro sobre assumir responsabilidade pessoal baseado nos ensinamentos dos Pleiadianos.

Sexualidade Sagrada por Muata Ashby DD, PC Sobre a espiritualidade tântrica contada pela antiga tradição egípcia.

Como fazer alguém se apaixonar por você, de Leil Lowndes, é um excelente livro sobre os princípios necessários para fazer alguém se apaixonar por você.

Sorcery de J. Finely Hurley uma explicação científica do emaranhamento quântico que explica como a telepatia e a hipnose funcionam e como ambas combinadas podem ser usadas.

Os 7 hábitos das pessoas altamente eficazes, de Stephen R. Covey, explica os passos necessários para resolver seus problemas interpessoais e profissionais.

Satanás, uma autobiografia de Yehuda Berg, explica como seu ego atrapalha e como evitar que ele atrapalhe o recebimento da Luz.

Reiniciando derrotando a depressão com o poder da cabala por Yehuda Berg mostra como você pode reiniciar seu cérebro com desejo e Luz para superar a depressão.

O Universo Holográfico de Michael Talbot é um excelente livro que explica o funcionamento interno da Fonte Divina e explica as habilidades paranormais da mente.

Wheels of Life por Anodea Judith, PH.D. outro livro que explica como desenvolver os Chakras

Como se recusar a ficar infeliz com qualquer coisa: Sim, qualquer coisa! Por Albert Ellis PH.D. uma abordagem racional sobre como permanecer são em um mundo insano.

Tarot Shadow Work: Using the Dark Symbols to Heal, de Christine Jettey, mostra como reconhecer o eu sombrio para se tornar completo. É preciso reconhecer a escuridão antes de ver a luz.

O Manual de Assertividade: Como Expressar Suas Idéias e Defender-se no Trabalho e nos Relacionamentos por Randy J. Paterson PH.D. Uma pasta de trabalho que mostra como se defender e atender às suas necessidades.

www.naohide.org Um site que discute as sete leis de Noé.

Explorando o mundo do sonho lúcido por Stephen LaBerge, Ph.D e Howard Rheingold. Uma pasta de trabalho simples de fazer que diz o que fazer para ter sonhos lúcidos.