

Guia para a Ascensão

Eric Keller

Português

Quinta edição 2023

Domínio público

Índice

- 0.1. Guia para a Ascensão-5 - Índice
- 0.2. Guia para a Ascensão-5 - Prefácio
- 1.1. Guia para a Ascensão-5
- 2.1. Primeiras etapas
- 2.2. Limpeza – normal e maior
- 3.1. O que é a quinta dimensão
- 3.2. Água do reino espiritual – ela realmente flui
- 3.3. Fazer a água fluir
- 4.1. Dos objetos concretos ao mundo das ideias
- 4.2. Fazer as alterações acontecerem
- 4.3. O osso duro de roer fidelidade e infidelidade
- 4.4. O que causa a infidelidade
- 5.1. Ferramentas de comunicação interdimensional
- 5.2. O pêndulo
- 5.3. Testes musculares
- 5.4. O Yi-Jing
- 5.5. Sonhos lúcidos
- 5.6. Meditações interativas
- 5.7. Telepatia
- 6.1. Cura espiritual
- 6.2. Forças do Chi para a cura
- 6.3. Perspectivas de longo prazo sobre a saúde
- 7.1. Vida ascensionada no vórtice
- 7.2. Além do vórtice
- 8.1. É possível!

Prefácio da 5ª edição

Este é novamente um momento agradável.

Há alguns meses recebi a sugestão de traduzir o sítio Web do **12º Nível** e este **Guia da Ascensão** para diferentes línguas. Aparentemente, o 12º Nível estimava que o nosso material estava a despertar um interesse crescente. Por isso, comecei a trabalhar e descobri que era mais difícil do que tinha imaginado. Muito deste material requer frases muito delicadas, e encontrar a nuance certa foi muitas vezes um grande desafio. Espero ter agora encontrado o melhor fraseado em todo o lado.

Pouco material substancial foi alterado em relação à 4ª edição do ano passado. A maioria foram pequenas correções. Houve apenas uma grande mudança no capítulo 7.2. que precisou ser repensada.

Com meus melhores votos a todos,

Junho de 2023 a junho de 2024, Eric Keller

Prefácio da 4ª Edição

Estamos no verão de 2022, e um sorriso cruza o meu rosto quando começo a revisar esta quarta versão do "Guia da Ascensão".

Esta é a primeira versão "pós-Covid". Ela chega até você após dois anos agitados que abalaram o mundo inteiro. Uma das principais mudanças foi a forma como vivenciamos e entendemos a espiritualidade.

Tradicionalmente, as questões espirituais eram de domínio de um grupo especial de pessoas: padres, ministros, xamãs etc., que têm muitos nomes. – Eles têm muitos nomes. Mas, em 2008, foi tomada a grande decisão de abrir as portas do 12º Nível para o público em geral. Essa decisão foi tomada em uma Assembleia Geral do 12º Nível.

O primeiro passo foi preparar o terreno. O que significa viver espiritualmente todos os dias? E o que significa o 12º Nível Espiritual?

Sem que eu soubesse, fui escolhido para ser um dos cinco candidatos a essa tarefa. Todos nós tivemos de escrever uma introdução à Ascensão. Eu não conhecia os outros. Todos nós nos dedicamos à tarefa e, aparentemente, todos concluímos essa introdução. Ainda não sei quem eram os outros autores.

Comecei tarde porque tinha acabado de me aposentar de minha cátedra na Universidade de Lausanne alguns anos antes. Após 30 anos de ensino contínuo e muito estressante, eu estava totalmente exausto. Precisava de um tempo para me recompor. Mas, aos poucos, por volta de 2013, senti um impulso interior para começar a coletar e escrever meus pensamentos para o meu próprio "Guia para a Ascensão".

Desde o início, eu sabia que precisava de um editor severo que pudesse me corrigir se eu saísse do caminho. Durante vários anos, senti a sensação de um guia invisível dentro de mim. Ele aparecia em meus sonhos e em algumas de minhas meditações. Com a ajuda de um vidente, descobri que se tratava, na verdade, de uma encarnação anterior minha, que viveu há cerca de 1800 anos no Império Romano. Seu nome era "Melkiades".

Isso preparou o terreno. Entre 2013 e 2016, escrevi o "The Melkiades Ascension Blog". Usei o pseudônimo "Melki" para mim e "Melkiades" para o meu Eu Superior. O Melkiades

Ascension Blog foi publicado eletronicamente até 2018 no site "Melkiades.com", em duas versões consecutivas.

Para esta versão, não há um editor crítico, mas vários. O mais proeminente é Arcanjo Miguel – sim, aquele com a espada – que acabou de aparecer enquanto eu me sentava para escrever este prefácio. Ele definitivamente quer fazer parte da equipe de edição. A versão atual está sendo atualizada e ampliada para esta versão e, devido ao nosso importante público leitor na Espanha e na América Latina, ela também está traduzida para o espanhol.

Em 2020, fui eleito para o 12º Nível Espiritual – para minha grande surpresa. Ainda estou compreendendo esse evento. Minha compreensão dos assuntos espirituais foi claramente ampliada. Vou reexaminar e possivelmente enriquecer e matizar as ideias que foram incluídas nas três versões anteriores. Isso pode ancorar uma compreensão ainda mais profunda das questões espirituais.

Meus escritos são baseados em experiências e reflexões pessoais, mas não têm a pretensão de representar verdades universais de qualquer tipo. Eles nada mais são do que uma coleção de minhas opiniões particulares. Embora eu tenha uma autorização do 12º Nível para publicar este "Guia da Ascensão" como parte desta coleção do 12º Nível, esses escritos não excluem ninguém.

Leia outros guias para a Ascensão e compare-os. Todos nós aprendemos cada vez mais no caminho da ascensão.

Julho-agosto de 2022, Eric Keller

1. Guia para a Ascensão

Por Eric Keller

Um manual de fácil leitura para a vida ascensionada

Domínio público – Quinta edição 2023

Os principais tópicos deste volume são:

- **Evoluir e ampliar nossa consciência na Ascensão:**
Como a vida ascensionada é diferente de uma "existência 3D normal" e o que isso significa para nossa vida cotidiana.
- **Comunicação interdimensional:**
Como nos comunicarmos com nosso eu interior.
- **Cura espiritual:**
Usar nossos poderes ascensionados para nos levar a um estado psicológico e físico mais saudável.
- **Vida na dimensão ascendente:**
O ambiente promissor de nosso mundo ascendido.

A vida ascendente é para você? Ou você já está experimentando a vida ascensionada?

Dê uma lida e veja onde você está. A 3D era um lugar para ter sucesso, para atuar e para ganhar dinheiro. A vida ascendente é um lugar de compreensão, emoções agradáveis, alegria e participação em ações comuns. Onde você prefere estar?

Em ambos? Isso também é possível. Estamos em uma transição lenta e há espaço para ambos. Deixe de lado algumas coisas e abra espaço para outras.

Este livro foi escrito, lentamente, capítulo por capítulo, sob os quatro títulos mencionados acima. A criação do livro não foi linear. Alguns capítulos surgiram antes do tempo, enquanto outros se manifestaram como novos pensamentos a partir de material existente.

O material veio para este livro de acordo com meu desenvolvimento. Quando tive ideias para este livro, escrevi-as, pensei sobre elas e me certifiquei de que seguissem uma progressão lógica. Em seguida, refinei bastante a série de pensamentos. Quando ela estava realmente completa, coloquei a sequência onde ela parecia se encaixar no livro.

Peça por peça, com o passar do tempo, ele se tornou um livro de verdade.

A história completa será publicada em um livro impresso? Isso não é importante. O que é muito mais importante é que muitos de nós comecem a pensar nessas ideias imediatamente. Quanto mais participarmos da discussão e quanto mais experimentarmos e adotarmos conceitos novos e mais adequados, melhor será para todos nós.

Onde você está agora?

Você acredita que tem uma alma?

Acredito que tenho uma alma. Você a conhecerá em um momento nas próximas páginas.

Mas antes, deixe-me fazer algumas perguntas.

Você já teve uma ótima ideia nova, mas não sabia como implementá-la?

Já esteve em uma situação de grande perigo, mas de repente foi salvo?

Você já ouviu uma voz interior que lhe disse como sair de uma situação difícil?

Talvez esse tenha sido um guia interno, alguém que quer ajudá-lo.

Pode ser o seu Eu Superior.

Esse pode ser seu Eu Superior.

Por favor, venha comigo.

Vou lhe contar como conheci minha própria alma, meu Eu Superior.

1.1. Início

Melkiades é meu Eu Superior. Eu sou Melki, meu Eu Material, o cara com um corpo e um computador. Melquíades e eu estamos escrevendo este blog juntos.

Meu relacionamento com Melkiades é um pouco especial porque "conversamos" um com o outro todos os dias. Faço perguntas a ele e recebo respostas claras e coerentes. Ele pode me mostrar visões e sonhos lúcidos para explicar algo ou para me ensinar uma nova ideia. Se eu lhe fizer perguntas sérias, recebo respostas sérias. Algumas vezes ele também brincou comigo. Melkiades é como aquele tio querido que você tinha quando era jovem. Ele é um bom amigo, mas é claro que está quilômetros à sua frente e pode lhe ensinar muito.

Eu gostaria que você conhecesse Melquíades. Obviamente, não posso lhe mostrar a foto dele e só posso lhe dizer o que recebo dele. Ele parece um ser humano normal quando converso com ele. Ele sabe claramente o que eu faço e o que eu penso. Ele entende nossas limitações humanas de tempo e recursos e sugere soluções que se encaixam em nossa vida cotidiana.

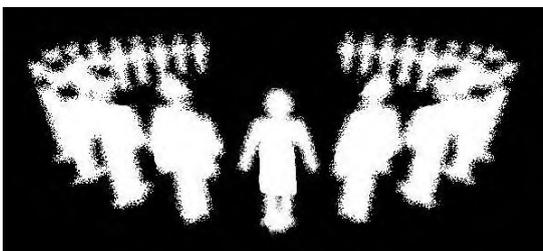
Mas ele não é apenas mais um Melki. Ele é mais conservador do que eu. Embora eu seja honesto, nunca tive uma vida particularmente santa. Tive meus casos amorosos e comi como a maioria das pessoas, sem prestar muita atenção à composição dos alimentos, aos herbicidas e aos aditivos. Passei por alguns períodos pretensiosos e não sou uma "aberração ecológica".

Por outro lado, as sugestões de Melkiades para alimentação e estilo de vida são bastante frugais. Ele não quer apenas que eu economize dinheiro e elimine o desperdício, mas também é um defensor decisivo da alimentação biológica e saudável e de abordagens alternativas na medicina. Talvez o mais importante seja que ele quer que eu saia dos holofotes, faça meu trabalho com prudência e sem nenhuma pretensão. Por exemplo, não devo dar nenhuma palestra pública por enquanto.

Desde que Melkiades e eu começamos a conversar seriamente há alguns anos, passei por uma reciclagem.

Veja a questão dos alimentos. Gosto de alimentos bons e deliciosos e não gosto de comentários do tipo "você deve comer isso e não aquilo". O que Melkiades fez foi me colocar diante das "provas concretas". Ele me colocou em posições em que tive de me deparar com informações sobre alimentos, condições de excesso de peso, aditivos, doenças e meu próprio estado de saúde. Isso não foi fácil. Melkiades me mostrou que há muito a aprender. Ele não apenas direcionou minha atenção para o estado alarmante de desnutrição e saúde de nossa sociedade, mas também insistiu que eu deveria cuidar melhor de mim mesmo e que deveria passar as informações para outras pessoas.

Melkiades e o clã



Quando você começa a conversar com uma pessoa, acaba querendo conhecê-la. Por isso, continuei pedindo para conhecer Melquíades pessoalmente. Durante algum tempo, não obtive resposta. Então, em uma noite, isso aconteceu inesperadamente.

Eu estava meditando sobre nada em particular, apenas limpando minha mente. De repente, senti que estava deixando a Terra. Isso nunca havia acontecido antes, e fiquei encantado.

Decolei para o espaço, e o mundo ao meu redor ficou cada vez mais negro. Abaixo de mim, vi a Terra recuando sob a luz do sol. Fiquei entusiasmado, estiquei-me e viajei pela escuridão.

Quando estava entrando no espaço sideral, imaginando para onde realmente estava indo, vi um anel de homens de vestes brancas em um círculo de três quartos. Aproximei-me e entendi que aquela era minha família de alma. Era o meu clã. Em algum lugar no lado esquerdo do círculo, encontrei um lugar natural entre eles.

Todos estavam em silêncio e bastante solenes. Nesse primeiro encontro, todos eram homens¹. Eles estavam ali, brilhando em suas vestes brancas, sem se mover muito. Percebi que agora eu também estava usando uma túnica branca e brilhante. Na parte inferior do anel estava "o chefe". Olhei para ele e era inconfundível. Ele era um pouco mais baixo do que eu (sou de estatura mediana). Ele se mantinha ereto e projetava uma luz brilhante e clara, mais forte do que a luz que eu tinha visto refletida na terra e mais forte do que a dos outros membros do clã. Em ambos os lados, havia um pouco de espaço. Os membros mantiveram uma distância respeitosa dele. Senti força, clareza e sabedoria emanando de seu pequeno e forte corpo.

Olhei em volta. Éramos 33 naquela rodada, além de Melkiades. Alguns eram mais altos do que eu, outros mais baixos. Senti que alguns dos outros vivem em outras dimensões e que nem todos estão atualmente na Terra. Ficamos por ali apenas o tempo suficiente para tirar uma foto de grupo. Nada foi dito. Mas, para mim, foi uma imensa gratificação saber que sou apoiado por um clã inteiro e também pelo meu Eu Superior.

Tudo isso aconteceu em 2011. Desde então, lancei este site e trabalhei muito para esclarecer minha mente sobre quem e o que realmente é um "Eu Superior". Você descobrirá o que eu descobri ao ler estas páginas.

Ascensão

Em meados de 2012, tive outra experiência importante.

Eu estava em um sonho lúcido e me vi correndo em um grande corredor inclinado para cima com muitas outras pessoas. De repente, ouvi Melkiades me dizer, do lado esquerdo: "Você está ascendendo agora. Aprese-se junto com os outros". Não hesitei e fiz o que me foi dito.



No entanto, a experiência me despertou. Fui até o computador e comecei a escrever minha experiência. Com o passar do dia, a experiência começou a se dissipar e eu disse a mim mesmo que aquilo tinha sido apenas uma simples ilusão. Todo mundo está falando sobre ascensão hoje em dia, e eu supus que tinha apenas imaginado que isso estava acontecendo comigo também. Nada mais do que um pensamento positivo.

Na noite seguinte, Melkiades voltou para mim. "Você estava se perguntando se realmente tinha ascendido", ele me disse. "Certo, e eu também?" "Sim, você ascendeu." "E como você pode escolher alguém entre todos os bilhões de pessoas na Terra?" "Ah, isso é muito fácil. Todo mundo tem um código numérico. O seu era 8080, portanto, você estava pronto

¹ Numa reunião posterior, compreendi que havia algumas diferenças nas famílias de alma. Naquela reunião inicial conheci apenas meus parentes diretos do sexo masculino. Mas noutra visão conheci um grupo de almas muito mais diversificado que incluía pessoas de todas as descrições possíveis, homens, mulheres, adultos de todas as idades, bem como crianças, mais de 30 no total.

para ascender." "Então, por que não o 8888?" "O código 8888 é reservado para algumas almas realmente excepcionais, como Mozart ou Einstein. Os números extras codificam o que eles realizaram. Mas o 8080 é ideal para sua ascensão".

Ele me deixou ali, coçando minha cabeça espiritual. Mas fiquei feliz com a notícia de que agora eu estava definitivamente em um novo mundo. O mundo 3D estava me irritando um pouco.

Mas o que essa existência ascendente realmente significa para mim? Seria apenas uma bobagem espiritual?

Achei que muitos outros provavelmente teriam perguntas semelhantes, então perguntei a Melkiades se eu deveria começar um blog neste site sobre minhas novas experiências. Sua resposta foi entusiasmada. Quando vi como ele estava satisfeito, perguntei se eu deveria escrever o blog junto com ele. Novamente, vi um grande entusiasmo. Isso fez com que eu decidisse escrever essa história.

Promessa de uma cooperação exigente

Eu disse a Melkiades que ouviria suas sugestões antes de escrever cada blog e que depois verificaria se o material escrito correspondia à sua intenção. Eu disse a ele que me esforçaria muito para obter e entender corretamente suas intenções e impulsos.

Além disso, prometi que tentaria contribuir com o melhor entendimento científico possível para esse empreendimento. Em total respeito ao grande e exigente interesse de meus leitores, eu tentaria ser o mais lúcido, logicamente exigente e coerente possível, mantendo a mente aberta para novas informações.

Por sua vez, ele me proporcionou sonhos lúcidos, hexagramas Yijing e informações por meio do pêndulo, testes musculares, sincronicidades e intuições muito fortalecidas. Com o passar do tempo, a clareza das mensagens melhorou e as divergências entre as várias fontes praticamente desapareceram.

Eu faço muitas verificações cruzadas sobre esses diferentes métodos. É fácil se iludir e ficar preso a uma interpretação específica. É importante que a mensagem permaneça muito clara, mesmo que possa ser surpreendente para nossas mentes 3D.

Sinto força e confiança na colaboração com Melkiades. Pelo que posso dizer, Melkiades também parece satisfeito com nosso esforço conjunto.

Espero que isso seja de interesse e ajuda para todos vocês.

2.1. Primeiras etapas

Seja bem-vindo. Você está entre amigos.

Se você já ascendeu, basta sentir isso. Você sentirá uma alegria interior. Os problemas que o perseguiram por muito tempo agora desapareceram. A dor se foi. De repente, você se sente limpo por dentro.

Se estiver prestes a ascender, você pode se sentir estressado, desconfortável ou até mesmo doente. Muitas pessoas se sentem incompreendidas e mal interpretadas por seus amigos, por seus parceiros ou por sua família. Você pode se sentir insatisfeito com seu trabalho ou com o mundo em geral. Você pode ter um sono irregular e até mesmo estar com problemas de saúde.

Neste momento, você pode estar confuso. Partes de seu corpo podem parecer estranhas por alguns minutos ou dias. Seu corpo pode precisar de reajuste, e isso por várias semanas. Mas...

1. **Não se preocupe.** Encontre momentos de tranquilidade. A ascensão traz calma e uma mente clara. Com o tempo, a insatisfação e a confusão darão lugar à alegria, ao contentamento e à recuperação.
2. **Deixe de lado a raiva.** Faça uma meditação na qual você pede perdão a todos. Peça para ser perdoado pelo que você fez quando as coisas não deram certo. Em seguida, sinta a paz que entra em sua mente. Depois, durma bem. Como dizem os guias espirituais, "ajuste-se às vibrações mais elevadas".
3. **Não force nada.** A ascensão chega quando seu estado interno deseja que ela chegue. Ela chega em seu próprio tempo, não quando você quer que ela chegue. Portanto, simplesmente comece a limpeza interna. Peça perdão e perdoe os outros e depois espere com confiança. As coisas virão para você.

Nos próximos dias e semanas, durma o máximo que puder. Quando se sentir cansado, aceite o fato de que está cansado e simplesmente vá dormir. A ascensão é um processo de crescimento e seu corpo precisa dormir para se ajustar ao novo estado de ser.

Você entrou na ascensão

Muitos não sabem que de fato ascenderam. Eles podem descobrir isso pela maneira como se sentem internamente. Você pode descobrir que agora se sente muito diferente de alguns meses ou anos atrás.

O mais importante é que a raiva foi embora, a frustração se foi e uma espécie de empatia sábia começou a se espalhar.

2.1. Viva suas lições de vida

Depois de sentir essa nova energia em você, sua reação natural é dizer a todos que agora você está em um caminho novo e dourado.

Contenha-se.

Meus guias me dizem que esse é um período perigoso. É fácil pensar que agora você é o mestre do mundo. Quando me disseram pela primeira vez que eu estava no processo de ascensão, fui para casa, sentindo-me exaltado e dirigindo muito acima do limite de velocidade. Felizmente, não fui pego.

Por favor, relaxem. Controle seus cavalos.

Você está preparando sua ascensão há muito tempo. Agora é a hora de colocar todo esse aprendizado em prática.

Algumas lições de vida

Agora é um bom momento para aplicar suas lições de vida.

No meu caso, aprendi que **devo assumir apenas algumas responsabilidades** de cada vez e que um dia de trabalho tem um fim. Tive de aprender a mudar meu ritmo depois de um bom e honesto dia de trabalho e fazer outra coisa.

Preciso terminar este capítulo ainda esta noite? Ou não deveria verificar minhas tarefas domésticas e passar algum tempo com meu parceiro?

Outra lição de vida foi que as **outras pessoas podem ser muito diferentes de mim**. O que meu parceiro vivencia não é necessariamente o que eu vivencio. As experiências do meu colega de trabalho podem ser bem diferentes das minhas. Parece óbvio, na verdade, mas é preciso um esforço extra para ver as coisas pela perspectiva deles.

Há centenas de lições de vida importantes. Talvez você tenha sua própria lista. Caso contrário, é uma boa ideia fazer uma lista de suas lições de vida. Em seguida, aplique-as sistematicamente.

Minha lição de vida mais importante

Mas minha lição mais importante foi aprender **a trabalhar com meus guias espirituais**. Quando pergunto por aí, poucas pessoas usam essa abordagem. Mas essa é claramente a tarefa mais importante a ser aprendida na ascendência. Se você tirar apenas uma lição deste capítulo, deve ser essa.

Por que trabalhar com meus guias espirituais?

Muitas vezes eles sabem mais. Muitas vezes eles veem as coisas de forma diferente. Eles podem detectar novas oportunidades para você. Eles podem ajudá-lo. Eles começarão a apoiá-lo visivelmente.

Como você trabalha com seus guias?

No início, isso não era evidente. Nenhum guia jamais veio até mim e disse: "Ei, por que você não trabalha comigo, vou lhe mostrar como!"

Eu tinha de pedir. Sério, e tive que insistir com eles: "e não minta"! No final, eles responderão, se você for sério e persistente.

Os guias estão sempre lá, constantemente, mesmo que você não saiba disso no início.

Primeiros sinais

Assim que receber os primeiros sinais, tome nota deles conscientemente. Você sentiu uma respiração súbita e profunda? Um evento surpreendente acontecendo ao seu redor? Ruídos inexplicáveis?

Verifique. Continue fazendo a mesma pergunta séria até obter uma resposta clara. Isso pode levar vários dias.

Entre em uma conversa

Agora descubra se as sugestões deles foram excelentes e confiáveis.

Em caso afirmativo, você está pronto para entrar em um verdadeiro relacionamento de aprendizado. Esse é o verdadeiro ponto de partida.

A parte mais importante é aprender a se comunicar com meus guias.

Descobri, por meio de leituras e experimentos, que posso fazer perguntas e receber respostas por meio de um fluxo contínuo de informações. Esse fluxo de informações se move por meio de sonhos lúcidos, canalizações, consultas com o pêndulo, consultas com o Yi-Jing, testes musculares, etc. etc.

Tive de começar a ouvir. Não é difícil fazer isso, a principal dificuldade foi acreditar que isso é de fato possível e fazer todos os testes para ver se você realmente pode confiar nessa fonte de informações.

Provas

No meu caso, as provas levaram anos para serem realizadas. Precisei de muitas demonstrações de que estava realmente recebendo lições do outro lado. Darei muitos exemplos em outras partes deste volume de como isso aconteceu. Levei muito tempo para encontrar as informações, experimentá-las e me certificar de que esse canal de comunicação realmente funcionava e, o que é mais importante, que era *confiável*.

Quando comecei a reunir todas as informações, descobri que trabalhar e viver nesse diálogo constante com "o outro lado" é realmente uma maneira totalmente nova de viver a vida. É a minha forma de estilo de vida ascendido. É muito diferente da vida comum e monótona em 3D. E é isso que quero compartilhar com você aqui.

Confiança

Isso nos leva diretamente ao nosso objetivo principal.

Você não pode mais trapacear ou fingir quando entra nesse caminho. É preciso ser honesto até o fundo de seu coração, e isso nem sempre será fácil.

Trabalhar sistematicamente com seus guias lhe dá confiança.

Você sente que está no caminho certo, que não está sozinho e que está recebendo ajuda. É o primeiro passo para se encontrar com sua alma gêmea. A longo prazo, você trabalhará muito mais em conjunto com eles para ajudar a disseminar o consolo e a coexistência pacífica no mundo e no universo.

Se você chegou recentemente à ascensão, apenas aproveite a nova sensação de confiança que está crescendo em seu interior. Você cresceu, está mais forte, mais saudável e está desfrutando de seus novos e mais fortes laços com o mundo espiritual. Basta ser você mesmo, e o resto do mundo perceberá sua nova força interna.

[Verificação com o pêndulo: meu Eu Superior concorda plenamente com o que foi escrito aqui. Meus movimentos de pêndulo distinguem "concordo totalmente", "concordo", "discordo", "discordo totalmente" e "indeciso". Para isso, foi "concordo plenamente"].

2.2. Limpeza – "normal" e "maior"

Quando você entra na vida ascensionada pela primeira vez, quer sair correndo e explorar. O que há de tão diferente? Do que todo mundo está falando? Por que todo esse entusiasmo?

Mas Melkiades me disse: "Pare, não tenha tanta pressa. Agora é o momento de deixar o sofrimento antigo para trás. Esse é o processo de purificação. Entre na vida ascensa com a mente limpa e livre-se de suas memórias antigas, dolorosas e inúteis".

E, como sempre, uma resposta pictórica veio a mim em um sonho lúcido.

Sonho lúcido

Eu estava em algo parecido com um mundo paralelo. Tudo se passava em um filme em preto e branco com finos tons de cinza. Não havia cores.

Colegas meus estavam fazendo experimentos com um novo material magnético. Eles haviam desenvolvido um grande tecido magnético. Era possível colar uma extremidade em um lado de uma sala e a outra extremidade em outro lado.

Pediram-me para fazer isso e descobri que o material era leve. Ele se prendia com bastante firmeza às fixações de metal nas paredes. Fiquei em pé em um banquinho e preendi a tela nos dois lados de um grande salão. Agora, a pequena parte próxima à porta estava separada da parte maior do salão.

O simbolismo é evidente. A parte próxima à porta, ou seja, minha vida 3D anterior, estava agora separada de minha existência ascensionada maior.

O sonho prosseguiu em uma segunda parte.



Meus colegas – que eu conhecia vagamente desde meus tempos de universidade – moravam perto de um grande lago. Eles haviam criado pedras enormes, do tamanho de um homem, que eram caixas de um material magnético semelhante e firme. As pedras se abriam para os lados e as pessoas podiam se aninhar dentro delas.

À distância, parecia um grupo de grandes pedras arredondadas, distribuídas naturalmente em um campo aberto em frente a uma floresta. Vi uma jovem se aninhar de lado nesse recinto, como se fosse um útero. Quando ela fechou a porta externa de plástico, era possível vê-la lá dentro, aninhada como um feto deitado de costas na grande pedra.

Conversei com um participante, perguntando-lhe o que estavam fazendo. Ele estava conversando com as pessoas ao seu redor no que me pareceu ser uma mistura de fala humana e não humana. Ele disse que, nesses recintos magnéticos, os ocupantes passavam por uma limpeza emocional de todo o lixo que haviam acumulado na Terra.

Ao falar em linguagem não humana, ele estava se comunicando com seres superiores que o ajudavam.

Naquele momento, entendi que estava em um sonho lúcido. Isso me pareceu familiar. Em várias descrições canalizadas da vida após a morte, eu havia aprendido que, algum tempo depois da morte, as almas passam por um processo de cura, como em um hospital. Esse poderia ser o processo de limpeza que eu estava vendo.

Enquanto ainda estava no sonho lúcido, perguntei a Melkiades se eu deveria abordar esse processo de cura neste capítulo. De fato, essa era exatamente sua intenção. Depois de aprender sobre todas as depravações da vida tridimensional, agora tínhamos de nos purificar. Não podemos sair para a vida ascensa se trouxermos conosco tudo o que acumulamos na vida tridimensional. Nós, trabalhadores da luz e almas ascensionadas, precisamos nos curar antes de podermos ajudar os outros.

Separe a emoção da experiência

Fiquei grato por receber uma resposta tão detalhada.

A cura psicológica tem uma função muito importante: desconectar as emoções de experiências passadas. As emoções estão enraizadas em nossa profunda existência humana e animal. Emoções de luta ou fuga, excitação sexual e emoções competitivas, emoções de fome e escassez, todas essas evoluem da experiência animal e humana. Muitas emoções são úteis como dínamos de desenvolvimento humano, enquanto outras nos levam a ciclos de conflito que podem durar várias encarnações.

Por esse motivo, é importante que todos nós passemos por uma limpeza profunda após a morte – ou mesmo antes, quando estivermos ascendendo. Não nos esquecemos de nossas experiências anteriores – é importante não esquecer o que aprendemos. Elas são mantidas como lembranças, muitas felizes e muitas infelizes. Temos motivos para acreditar que todas essas memórias estão armazenadas em uma enorme biblioteca espiritual (a biblioteca akáshica), de modo que nunca serão perdidas e que você pode acessar tudo o que já passou.

Na limpeza, separamos nossas emoções da experiência. A memória ainda está lá, mas a emoção agora está livre. Se não fizermos isso, é bem possível que reencarnemos com a mesma raiva ou frustração que experimentamos em uma vida anterior. Isso pode perpetuar o conflito em outra vida.

A radiação magnética faz a limpeza

O que também acho fascinante nesse sonho lúcido é que recebi informações detalhadas sobre como o desapego é feito: com magnetismo. O magnetismo era feito por meio do manuseio de um grande pano magnético. Em meu sonho, lembro-me de que estava preocupado até mesmo em carregar um telefone celular ou estar perto do computador, pois um magnetismo tão forte poderia afetar o dispositivo. Em seguida, foi-me mostrado que todas essas "almas" estavam se envolvendo em invólucros magnéticos semelhantes para limpar seus vínculos emocionais.

Tomo isso como uma sugestão para que eu mesmo faça isso. Um naturopata me disse como isso é feito. Você precisa de um ímã grande, como o que pode ser encontrado em alguns alto-falantes antigos. Eles são redondos e têm um forte polo positivo em um anel interno e um polo negativo em um anel externo. Passar esse ímã bem perto da cabeça e da medula espinhal enquanto pensa no oposto do apego emocional limpará o vínculo emocional. Por exemplo, pense em "alegria" ou "liberdade" ao limpar um apego negativo. Repita o procedimento toda semana, enquanto ainda sentir algum incômodo. Algumas pessoas levam vários meses para limpar todos os seus vínculos negativos, outras conseguem limpá-los em apenas algumas semanas.

Sou grato ao meu Eu Superior pela orientação contínua. Também estou aprendendo que a ascensão é apenas o início de um longo processo para me tornar um trabalhador da luz eficaz.

2.2.3. Limpeza de fortes traços negativos

Com a ascensão, deixamos de lado os rastros negativos.

De acordo com Melkiades e meus guias espirituais, a maioria das pessoas nasce como seres espirituais puros. A contaminação com traços negativos geralmente ocorre quando estabelecemos vínculos emocionais com elementos negativos. Às vezes, isso acontece por simples experimentação, mas muitas crianças são ativamente seduzidas para vínculos negativos por meio de experiências sexuais ou por comportamento criminoso na família ou na vizinhança.

Conheci inesperadamente uma jovem adorável de cerca de 20 anos e começamos a conversar. Aos poucos, e ao longo de vários meses, ela me explicou toda a história de sua vida, em pequenas partes. A história foi se tornando cada vez pior à medida que se desenrolava. Ao longo de várias semanas, toda uma trama de extorsão sistemática foi revelada em todos os detalhes.

Ela havia sido seduzida por seu pai aos 7 anos de idade. Ele a deflorou aos 11 anos. Aos 14 anos, ele a apresentou a outras meninas e meninos que também haviam sido abusados. Então, aos 15 anos, ela foi apresentada à prostituição. Desde então, seu pai exigia satisfação sexual uma vez por mês e pedia que ela saísse para se prostituir regularmente. O pai a mantinha totalmente sob seu controle com ameaças e pagando-lhe parte da renda da prostituição. Ela era frequentemente lembrada de que o desempenho em suas tarefas nunca era bom o suficiente. Nunca foi usada nenhuma proteção contraceptiva. Ela já havia feito três abortos.

Agora ela queria romper definitivamente esse vínculo.

As pessoas fora desse regime têm dificuldade para entender como as crianças ou adolescentes que crescem em uma sociedade ocidental não se rebelam contra um regime tão tórrido. De fato, às vezes elas se rebelam, mas, pelo que sei, são muito grandes as chances de as adolescentes não abandonarem a prostituição voluntariamente, uma vez que tenham iniciado essa trajetória.

Terapia

[Este não é um conselho terapêutico – fornecido apenas para fins informativos].

Eu tinha algumas ideias do que precisava ser feito.

Anos atrás, em um programa de psicologia clínica nas universidades McGill e Concordia, em Montreal (1979-1983), criei um programa de recuperação intensiva que combinava alguns elementos de hipnose profunda com elementos psicossomáticos selecionados da abordagem "Focussing" de Eugene T. Gendlin¹. Nas décadas seguintes, usei e refinei essa técnica experimental em mim mesmo e com cerca de 30 voluntários não pagantes. Ela foi muito bem-sucedida em todos os lugares.

No entanto, nunca documentei completamente esse programa, pois estava ocupado com muitos outros encargos profissionais. Mas quando percebi o que havia acontecido com essa jovem, reuni os vários elementos do programa e a orientei em uma série de exercícios para aliviar sua dor e sofrimento.

Aqui vou resumir a terapia em si, mas consulte também o texto livre fornecido na

1 <https://focusing.org/sixsteps>

referência acima.

Em plena e gentil aceitação de toda a experiência vivida, peço às pessoas que entrem em um *estado altamente emocional*, por exemplo, lembrando-se de todos os eventos situacionais em detalhes vívidos. Uma vez nesse estado, elas são solicitadas a sentir a dor e o desconforto da experiência passada em qualquer parte do corpo (a experiência de "focalização").

Esse **sentimento** é perseguido por todo o corpo, em todas as regiões possíveis do corpo, por longos períodos de tempo, até que a sensação de dor, frustração e/ou agonia tenha desaparecido completamente. Essa busca da sensação pode levar até meia hora, e a pessoa é solicitada a permanecer com a dor e com possíveis imagens visuais até que ela desapareça.

Depois disso, as pessoas são solicitadas a imaginar uma cena ou um evento feliz ou sereno até adormecerem suavemente.

Os clientes me dizem que sentem um grande alívio no final. Depois de várias dessas experiências, quase toda a agonia desaparece a longo prazo. Se a infelicidade voltar a surgir, eles devem se reconectar com o sentimento sentido, encará-lo e persegui-lo pelo corpo novamente até que desapareça.

Em uma situação grave como a descrita, todo o programa levaria cerca de três meses e exigiria cerca de 15 sessões de focalização. Posteriormente, após meses ou anos, outros eventos dolorosos podem vir à tona e sessões adicionais de focalização podem ser indicadas.

Onde estamos agora?

Esperamos que o pior da agonia já tenha passado e que possamos nos voltar para o que pode ser feito com relação a esse gigantesco esquema de escravidão e extorsão. Você já pensou no que deu tão errado em nosso mundo, especialmente no caso da prostituição, da escravidão e do comércio de escravos humanos?

Será que podemos fazer alguma coisa?

Respondo enfaticamente que sim, podemos fazer muito. Muito mais do que eu jamais imaginei ser possível. Isso se tornou muito importante, pois eventos com efeitos de longo prazo para toda a humanidade estão prestes a passar por algumas fases cruciais nos próximos anos. Podemos contribuir muito para a melhoria do mundo.

[Perguntei novamente ao meu Eu Superior com o pêndulo se havia captado sua intenção corretamente. Recebi novamente a resposta "concordo plenamente". Estou sorrindo porque, no uso diário, "forte concordância" é bastante raro].

3.1. O que é a quinta dimensão?

Um pouco por acaso, nós ascendemos. Pelo menos, é o que nos dizem.

"Sim, talvez", você pode dizer, "mas eu não vejo isso. O mundo ainda me parece muito parecido com o que era antes."

Certo. Vou lhe contar uma história boba que mostra exatamente o seu ponto de vista.

Dois aborígenes australianos estavam pescando no Estreito de Torres quando o navegador holandês Willem Jansoon chegou no navio Duyfken em 1606. Willem os chamou, dizendo: "Somos holandeses e viemos descobrir a Austrália!" Os aborígenes, divinamente capacitados para entender holandês, ficaram agradavelmente surpresos, remaram para casa e disseram às suas esposas: "Os holandeses acabaram de descobrir a Austrália! Agora podemos trocar nossos peixes por queijo holandês!" As esposas, não impressionadas, responderam asperamente: "Pare com isso, traga o peixe, o fogo está aceso e estou com fome".

O mundo não parece diferente para todos, só porque você pode pensar que existe uma quinta dimensão. Ele ainda parece o mesmo, apenas acrescentamos uma nova hipótese.

Austrália – uma hipótese de 250 anos

Fig. 1. Mapa de Nicolas Desliens (1566). Wikipedia.



Quando Jansoon viu pela primeira vez uma linha tênue no horizonte sul, ele sabia que se tratava de um continente inteiro? Não, ele pode ter ouvido algumas histórias, mas não tinha certeza. Meio século antes, os portugueses já haviam contado algo parecido na Europa, que foi incorporado aos mapas de Dieppe (Fig. 1).

Mas o público europeu só teve certeza de que realmente havia um continente inteiro lá embaixo quando Matthew Flinders circunavegou a Austrália no final do século XVII. Houve um grande intervalo de 250 anos (1550–1800) entre o primeiro palpite e uma confirmação confiável. Durante todo esse tempo, a Austrália não passava de uma hipótese para a maioria dos europeus. Mais especificamente, era uma *hipótese* que cresceu muito lentamente de rumores, passando por fortes palpites e uma realidade altamente provável, até chegar a um fato confirmado.

Nada incomum em si – esse é um caminho normal da aquisição de conhecimento e da ciência. Algum fato ou conceito, a princípio, parece muito estranho e depois passa por vários estágios de demonstração e aceitação até se tornar conhecimento comum.

Com relação à chegada em uma dimensão chamada "ascendida" (>4D), podemos estar onde Jansoon estava no Estreito de Torres em 1606. Podemos ter ouvido alguns rumores surpreendentes, ou podemos ter tido alguns sonhos lúcidos, ou podemos até ter viajado astralmente para uma dimensão ascendente. Mas você tem toda a razão, no momento, uma dimensão ascendente não passa de uma hipótese intrigante.

Mas... como poderíamos aumentar nossa certeza de que estamos realmente na 5ª dimensão?

A possibilidade

Para começar, poderíamos explorar a possibilidade teórica. Vamos concordar com três dimensões euclidianas de distância (altura, comprimento e profundidade) e uma dimensão de tempo (passado - presente - futuro). A partir desse ponto de vista, é possível uma quinta dimensão?

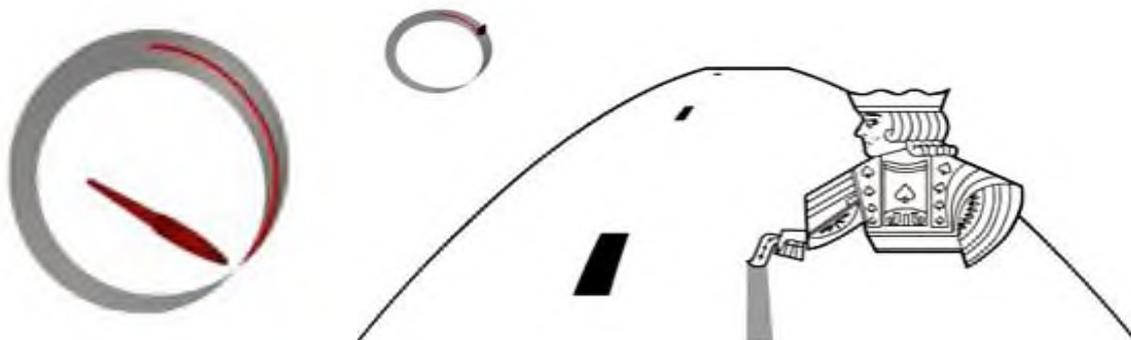
Se a pessoa aprendeu a funcionar em apenas algumas dimensões, pode ser difícil conceber a próxima dimensão superior. Todos os fenômenos que você encontra são "logicamente" interpretados como ocorrendo apenas nas dimensões conhecidas. Vamos ilustrar isso com o exemplo dado no vídeo "Tenth Dimension" (Décima dimensão) no YouTube¹.

Vamos pegar uma tira Mobius (uma tira de papel virada uma vez e colada nas extremidades) [Fig. 2] e desenhar uma linha em seu centro. O lápis passará por vários movimentos giratórios em 3D e passará por fora e por dentro da tira para completar a linha, quando isso for visto por uma pessoa em 3D [Figs. 3 e 4]. No entanto, uma pessoa que enxerga apenas duas dimensões, em 2D, não verá nada além de uma única linha em toda a volta da faixa [Fig. 5]. Além disso, o "flatlander" verá um caminho sem fim, enquanto nós, felizes euclidianos 3D, podemos facilmente perceber a finitude da faixa.



Laço de Mobius 1

Laço de Mobius 2



Laço de Mobius 3

Visão 2D do flatlander.

Figuras do vídeo do YouTube "10th Dimension".

Um observador 2D muito atento pode ter visto algumas mudanças na intensidade da luz da faixa ao longo do caminho, mas somente uma pessoa 3D seria capaz de relacionar essas mudanças às várias posições da fonte de luz. Uma mente de dimensão inferior simplesmente assimila, ou "dobra", a evidência de dimensão superior em interpretações

¹ YouTube "Imagining the Tenth Dimension part 1 of 2" e "Imagining the Tenth Dimension part 2 of 2" <https://www.youtube.com/watch?v=JkxieS-6WuA> e <https://www.youtube.com/watch?v=ySBaYMESb8o>

de dimensão inferior da evidência.

Em teoria, um estado de dimensão superior é sempre possível. Mas para confirmar sua presença, precisamos de evidências 5D que, no passado, poderíamos ter sistematicamente dobrado em três ou quatro dimensões. Não é fácil imaginar um objeto 5D, porque o mundo inteiro funciona com o modelo 3D-plus-duration, e praticamente tudo parece "explicado". Alguns de meus amigos cientistas diriam: "Claro, você sempre pode argumentar a favor de outra dimensão². Mas o que isso lhe trará?".

Ao longo do caminho, eles podem lhe indicar o famoso "Modelo Padrão" da física de partículas. Essa é uma descrição extensa, detalhada e de longo desenvolvimento das partículas atômicas e subatômicas e, para muitos observadores, de toda a nossa existência física, com os muitos aspectos da matéria escura fria à parte. Mas nenhum deles ainda conseguiu substituir de forma convincente o "Modelo Padrão".

Portanto, a menos que você seja um físico ou astrofísico bem versado, será difícil apontar evidências físicas de uma dobra de quinta dimensão. Todas as propriedades físicas até agora conhecidas de nosso universo cotidiano são previstas por números com precisão de até a décima casa decimal ou melhor.

Isso explica grande parte da reticência que os cientistas contemporâneos demonstram em relação às histórias de uma 5ª dimensão que surgem de fontes espirituais, extraterrestres e "internas". Para eles, a 5ª dimensão não passa de uma hipótese conceitual interessante.

Poderíamos muito bem deixá-la lá, se não fossem os *buracos de minhoca*.

Buracos de minhoca

De acordo com a Wikipédia, um buraco de minhoca é uma característica topológica hipotética do espaço-tempo que poderia fornecer um "atalho" através do espaço-tempo (outro termo comum: um "portal"). Dessa forma, nós, euclidianos 3D, poderíamos estar vagando por um espaço 5D, assim como o planóide 2D vagando por uma faixa Mobius 3D. E, assim como o planóide que, de repente, acaba do outro lado da tira de Mobius colada, podemos chegar a um "atalho" que nos transporta instantaneamente para um lugar totalmente diferente no espaço-tempo. Esse atalho seria um "salto" 5D, visto como uma "dobra" invisível em nossa concepção 3D achatada do universo.

Os buracos de minhoca foram previstos já na década de 1920. Na década de 1950 e desde então, eles se tornaram uma teoria popular para certos astrofísicos, bem como para milhões de fãs de ficção científica que exploraram o aspecto de viagem no tempo da hipótese do buraco de minhoca.

Tudo isso permaneceu altamente especulativo até alguns anos atrás, quando Andrew D. Basiago apareceu no circuito de palestras da Internet dizendo que os Estados Unidos haviam desenvolvido um sistema controlado de buracos de minhoca nas décadas de 1960, 1970 e 1980, no qual ele e outros jovens foram os primeiros a viajar para locais

2 Aqui está outra maneira fácil de entender a 5ª dimensão: Um ponto não tem dimensão. Ocupa um lugar fixo e não pode se mover. Uma linha, isto é, uma primeira dimensão, oferece múltiplas oportunidades para que um ponto exista ao longo de uma direção. O mesmo acontece com a segunda e a terceira dimensão, que acrescentam mais duas direções ortogonais para a existência do ponto. No espaço flexível de três dimensões, pode-se definir um objeto tridimensional. A quarta dimensão multiplica a existência do ponto ao longo da linha do tempo e o objeto 3D pode agora ser considerado no seu estado passado, presente ou futuro. A quinta dimensão oferece um estado multiplicativo adicional que nos permite considerar vários objetos 3D especificados no tempo como parte de um único conjunto. Por esta razão, alguns teóricos chamam a quinta dimensão de dimensão "informação". Como você pode criar vários novos objetos 3D com tempo específico com uma referência 5D fácil, a 5ª dimensão também pode ser considerada como a dimensão da "criatividade".

remotos, bem como para épocas remotas, tanto no passado quanto no futuro³. Ele e vários outros "viajantes" do mesmo programa secreto dos EUA agora declararam oficialmente que viajaram para Marte dessa maneira.

Outras evidências importantes de um programa "jumproom to Mars" surgiram por meio de várias entrevistas em Camelot e com vários outros "repórteres delatores", especialmente por uma pessoa que se autodenominava Henry Deacon e que havia declarado, antes mesmo de Basiago, que havia sido enviado a Marte exatamente dessa forma para realizar a manutenção de alguns aparelhos eletrônicos que os EUA mantinham lá.⁴

Nossa primeira reação é considerar tudo isso um absurdo total. É provável que "desdobremos isso" em uma imaginação hiperativa e megalomania. Mas essa racionalização desaparece rapidamente quando ouvimos as horas e horas de relatos detalhados que Andrew Basiago et al. nos forneceram.

Além disso, várias fontes "profundamente internas" deram muitas outras dicas de apoio, especialmente desde 2015. Os rumores sobre esse programa não diminuíram, mas aumentaram de importância com o tempo. Nos últimos anos, muitos outros denunciadores forneceram informações tão detalhadas, e surgiram documentos de apoio suficientes, que qualquer cliente curioso da Internet pode obter evidências suficientes.

Para obter documentos recentes, acesse nosso site interno de documentos.

Mais importante do que pensávamos inicialmente

Depois de muitas horas ouvindo vários desses testemunhos, acabei acreditando em Henry Deacon, Andrew Basiago e outros por volta de 2012. Suas histórias tinham um toque de verdade. De fato, parecia possível que um "elevador de buraco de minhoca" tivesse sido construído e que Henry Deacon, Andrew Basiago e muitos outros já tivessem viajado a Marte e a outros lugares com esse dispositivo.

Além disso, a viagem no tempo também parece possível com esse dispositivo. Basiago faz um relato detalhado de como viajou de volta a 1863 para ver o presidente Lincoln fazer seu discurso em Gettysburg e fala brevemente sobre as projeções que fez para uma possível linha do tempo futura de 2017 e 2035. Aparentemente, esses experimentos de viagem no tempo foram feitos com muito cuidado, para não introduzir elementos que mudassem a história (ou seja, para evitar o "paradoxo do avô").

Da maneira como entendo esses dispositivos, é por meio de manipulações da 4ª e 5ª dimensões que essa tecnologia consegue deslocamentos espaciais e temporais quase instantâneos. Sob essa perspectiva, o espaço-tempo e a 5ª dimensão tornam-se entidades manipuláveis. Portanto, obviamente, a viagem instantânea no tempo e no espaço – se for de fato possível – tornaria a 5ª dimensão muito mais importante do que pensávamos inicialmente.

Ela nos "compraria" muito. A física que não apenas entende, mas também manipula os buracos de minhoca é um grande avanço em relação à física padrão que temos atualmente, que trata os buracos de minhoca principalmente como uma hipótese interessante para a astrofísica.

Atitude objetiva em relação à 5ª dimensão

A "tecnologia jumproom" (sala de salto) poderia provar, sem sombra de dúvida, que a 5ª dimensão existe? Sim, é muito provável que sim. Mas sejamos realistas. Essa é uma tecnologia que será mantida em segredo por muito tempo e não estou esperando uma

³ <http://www.projectpegasus.net/index>, veja também a entrevista espontânea de 39 partes de 2009 com Jessica Mystic. https://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=iwE8m50sbWk

revelação repentina de todos os detalhes.

Enquanto isso, a possibilidade simples e fortalecedora de que essa tecnologia exista reforça a hipótese ascendente que meu Eu Superior me contou. Isso é bom o suficiente para um estado atual da hipótese. Embora ainda estejamos muito longe de uma confirmação completa, a existência e a importância de uma dimensão superior foram bem reforçadas.

Assim como os primeiros exploradores australianos que, a cada nova milha náutica, ficavam mais seguros de que estavam, de fato, circunavegando um novo continente, eu, pessoalmente, tenho uma crença crescente de que minha mente está, de fato, explorando uma dimensão totalmente nova e está ganhando experiência em ver o mundo a partir da perspectiva da 5D. Desde minha ascensão, tenho tido uma nova relação com o tempo, o espaço e os eventos paranormais. É uma perspectiva que merece ser muito mais explorada.

[Perguntei ao meu Eu Superior se ele concordava com este blog em sua forma atual. A resposta foi: "Concordo". Senti uma certa falta de entusiasmo, então perguntei: "Você acredita que tudo isso é bastante elementar?" Resposta: "Concordo". "Você acha que é importante estabelecer essas bases conceituais?" Resposta: "Concordo plenamente". "Então, isso pode ser colocado no site?" "Concordo"].

3.2. Água do reino espiritual – ela realmente flui?

OK. Nós ascendemos, estamos aplicando nossas lições de vida, passamos por uma limpeza emocional e desenvolvemos uma ideia do que poderia ser uma dimensão ascendente. Se você ainda está conosco, provavelmente vai querer explorar essa nova dimensão.



Deixe-me abrir os portões.

Não é incrível?

Aqui está, um jardim maravilhoso. Olhe ao redor. Sol por toda parte, é maravilhoso, árvores e flores, e vida por toda parte. Entre e deixe que a alegria se torne parte de você.

Sente-se e absorva tudo. Ou melhor ainda, feche os olhos e ouça – com seus ouvidos e com seu coração.

Você consegue sentir isso? O que há de tão especial nesse lugar?

Depois de algum tempo, ouço o

seguinte: *"O amor é incrível. Para onde quer que você se volte, há compreensão, aceitação, alegria e amor. Esta dimensão é um mundo de amor"*.

Eu nunca havia pensado no amor dessa forma. O que é todo esse "amor"? Será que eu não estava amando o suficiente na 3D?

Perguntei a Melkiades.

Recebi uma resposta enigmática: "Na vida espiritual, o amor é como a água na vida biológica".

Pensei por um segundo, depois entendi. Sabemos que a água penetra em cada célula de plantas, animais ou seres humanos. Em 3D, toda a vida biológica precisa de água. Melkiades disse que, na vida espiritual, o meio é o amor. Ele é necessário para tudo o que existe no mundo espiritual.

Os pensamentos e as ações são motivados pelo amor. Sem ele, os relacionamentos, as famílias e tudo o que realmente faz diferença para nós desmoronaria rapidamente - assim como a vida não poderia existir sem água. Ou, se você precisar de outra comparação, o amor no reino espiritual é o que o óleo e a gasolina são para os motores de combustão. Sem isso, nada funcionará.

Hmm. Então me perguntei: o que há no amor que eu ainda não sei?

Sei que me preocupo muito com algumas pessoas ao meu redor.

Sei como me sinto quando vejo amor nos olhos de alguém querido.

Sei como me sinto ao fazer amor.

Isso é amor? Isso é amor espiritual? Sim, Melkiades me diz, isso faz parte, é assim que sinto o amor. O amor cresce espontaneamente, ele flui cada vez mais em seu corpo

quando as condições são adequadas.

Melkiades me diz que o amor é a verdadeira chave da vida.

Embora você não possa dizer a alguém para "ir amar alguém", você pode criar as condições certas para fazer o amor crescer. Ajude o amor a crescer espontaneamente. Melkiades diz: "Plantas não crescem em pedras". Você não pode dizer a elas: "Vão crescer na pedra". Mas você pode dar a elas um solo rico e água suficiente e, com um pouco de luz solar, elas vão querer crescer.

O grande mau humor

Às vezes, não é possível mostrar o que é o amor. Mas é possível mostrar o que acontece quando o amor não existe mais ou nunca existiu. A **ausência de amor** lhe diz, de forma angustiante, o que o amor poderia ser – se (ainda) estivesse presente.

A ausência de amor é tão comum no mundo que precisamos abordá-la imediatamente, antes de entrar no restante da história. Se você está sofrendo agora por causa da falta de amor, precisamos resolver sua preocupação rapidamente.

Como meus guias são grandes professores, eles logo me deram um exemplo poderoso.

Eu estava em um voo de uma hora e meia. Nas duas poltronas ao meu lado, sentou-se um casal de vinte e poucos anos, muito bonito. Ambos foram simpáticos comigo quando se sentaram. Obviamente, eles pertenciam um ao outro porque compartilhavam uma mala. Mas durante todo o voo, eles não trocaram uma palavra sequer e não se aconchegaram um ao outro. Ele olhava para frente e ela para fora da janela.



Eu estava me perguntando. Será que agora eles passariam uma hora e meia de "tempo de qualidade juntos" amuados? Ou fazendo uma observação um para o outro? Ou de estarem entediados um com o outro? Por que esse homem de boa aparência não disse uma palavra sequer à sua encantadora namorada? Ou vice-versa?

Comecei a pensar nos dois, imaginando e sentindo pena. Não gosto de ver as pessoas sofrerem. Internamente, ouvi as censuras. "Ele não tem respeito pelo que penso. Nem me atrevo mais a abrir a boca." "Ela não está interessada nas coisas que me interessam." "Ele é um cara legal, mas tem uma mente única e não entende o que me interessa." "Ela é tão teimosa. Ela fica de mau humor se eu não concordar com suas ideias."

Eu já tinha ouvido tudo isso antes, quando conversava com amigos e clientes, e eis o que acontece no final: "Eu me sinto sozinho", "Não recebo o amor que mereço", "Dou todo o amor que posso, mas não recebo nenhum em troca". Até mesmo ao ponto de: "Ele nem mesmo é capaz de amar. Tudo para que sirvo é para fazer amor. E até isso se tornou um tédio".

O fluxo do amor está bloqueado. A água não está chegando à planta e ela não consegue crescer. A gasolina não está chegando ao motor. Estamos presos na estrada. É hora de chamar o técnico. Precisamos saber se o problema é menor ou maior.

É um problema menor?

Às vezes, é apenas um problema menor. Talvez você só precise de um pouco de gasolina e o motor dará partida. Em outras ocasiões, o caso é mais drástico.

Vamos dar uma olhada em todas as possibilidades.

Trata-se de um pequeno mal-entendido? Nesses preciosos minutos juntos, por que não conversar sobre o assunto? Com todo o barulho do avião, ninguém pode ouvir o que vocês dizem um ao outro. Em alguns minutos de conversa franca, a frustração com algo que aconteceu pode se dissolver em alguns minutos ou horas.

Solução rápida. Converse - honestamente. Ouça o que a pessoa tem a dizer. Leve a sério. Pense sobre o assunto. Trabalhem juntos. Juntos, vocês podem construir um futuro melhor de amor em que evitem esse mesmo gatilho.

Demonstre compreensão, não reaja a insultos. Deixe as emoções se acalmarem. Ouça, comunique-se e resolva os problemas. Não fique sentado e de mau humor.

É um problema persistente?

É algo que está sempre surgindo?

Apenas "conversar sobre o assunto" não é suficiente – precisamos do tipo certo de comunicação. Gritar uns com os outros não é comunicação. Aqui estão algumas perguntas úteis:

- Seu parceiro realmente ouviu seu problema? Honestamente? Há uma tentativa concreta de ajudar, o que mostra que o problema foi realmente compreendido?
- Você realmente ouviu os problemas de seu parceiro? Você se solidariza, mesmo quando seu parceiro fez algo estúpido?
- Você está presente para acariciar o cabelo dele(a) quando algo injusto aconteceu durante o dia? Você ajuda e é ajudado em outras ocasiões?
- Há também a comunicação gestual. Os encontros sexuais são um dos lugares mais importantes em que a comunicação gestual e não falada realmente conta.
- Você ouviu as necessidades de seu parceiro? Você o ajuda a chegar à excitação total? Tudo isso faz parte da "comunicação": sentir como a outra pessoa se sente ao chegar a um clímax alegre e pleno, no tempo certo para ela.
- Toda a história sexual consiste em fazer algo juntos que seja realmente extraordinário. Para fazer a coisa realmente juntos, com amor, você precisa de algumas habilidades poderosas de ouvir e sentir. Abrimos os poros e deixamos o amor fluir para dentro e para fora.

Estamos agora abordando algumas questões sérias?

Ou o caso pode ser ainda mais sério. Talvez você esteja se perguntando qual é a situação real do seu relacionamento. Se você já tem algumas dúvidas, algumas perguntas sérias estão agora passando pela sua cabeça.

Duas perguntas-chave

Você pode chegar rapidamente ao cerne da questão. Apenas duas perguntas podem situar o estado atual de sua parceria.

Faça a si mesmo a pergunta 1 (cuidado e compaixão): "O que acontece quando conto ao meu parceiro sobre uma frustração que tive no meu dia a dia?" Há compreensão, simpatia e, possivelmente, uma oferta de ajuda? *Sim/não.*

Em seguida, faça a pergunta 2 (compartilhamento): "Nossa experiência íntima é a história de duas solidões ou é a história da compreensão mútua e do fluxo de amor entre nós?"

Sim/não.



Se você responder "não" a uma ou ambas as perguntas, **não desista imediatamente**. Se você concluiu que o amor não está chegando à planta, é hora de verificar os bloqueios. Comece a se comunicar. Peça ajuda a alguém cujo relacionamento esteja indo bem. Pergunte como eles resolvem seus desentendimentos. Aprenda com os outros e depois aplique o que aprendeu em seu próprio relacionamento.

E dê tempo ao tempo. Mesmo que não haja resposta em um primeiro momento, o gelo pode ter sido quebrado. *As respostas podem vir apenas semanas ou meses depois.* Agente firme, tente novamente, observe os sinais, seja paciente e, enquanto isso, construa seu relacionamento com o Eu Superior para obter respostas ricas e apoio interno.

Podemos obter ajuda do Eu Superior?

Ou você está nessa situação muito infeliz?

Você já tentou conversar, tocar e tudo o mais, por um bom tempo, e o gelo simplesmente não derrete? Isso também pode acontecer. Aconteceu comigo, e é uma história triste.

É um lugar muito solitário. Mas você sabe disso: Agente firme. Você não está sozinho. Você tem seu Eu Superior com você e seu "Ele", "Ela" ou "Eles" pessoal. Eles o ajudarão a superar. Isso também já aconteceu comigo.

Sim, podemos obter ajuda do Eu Superior.

Sim e definitivamente, você tem seu próprio Eu Superior.

Veja isso: Se você for mulher, seu Eu Superior é cerca de 95% das vezes uma mulher. Se você for homem, ele é cerca de 95% das vezes homem. Medite por cinco minutos e depois pergunte o nome dela ou dele. Se nenhum nome lhe ocorrer naquele momento, inicie a conversa com "querido Eu Superior". Quando sentir que alguém o está ouvindo, você estará pronto para continuar.

Agora você está pronto para fazer essas perguntas novamente.

Aplique as perguntas-chave

Aplique a escala de carinho (pergunta 1). Seu parceiro realmente se importa com você agora? Seu parceiro se importava com você no início do relacionamento? Isso diminuiu com o passar dos meses e anos? Ou foi apenas "diversão e jogos" ou um "jogo de poder sexual" que o envolveu no relacionamento? Que nunca amadureceu em um carinho real ou em um relacionamento totalmente compartilhado?

Esses são os momentos da verdade. Verifique isso com seu Eu Superior. É bem possível que você veja uma realidade sombria que nunca quis ver antes.

Aplique a escala de compartilhamento (pergunta 2). "Nossa experiência íntima é a história de duas solitudes?" Pergunte ao seu Eu Superior.

Separar?

Se você receber a mensagem para se separar, precisará de bons amigos ao seu redor. O melhor lugar para começar é sempre com seu Eu Superior. Ele está sempre com você e sempre quer que você tenha sucesso, mesmo que a lição seja difícil. Converse com ele.

Se seu interior disser: "Este não é mais o lugar do amor", ouça com atenção. Seu interior também pode dizer: "Sim, isso é muito ruim. No entanto, a manhã está próxima. O sol voltará a brilhar e eu me abrirei para o amor novamente – meses ou anos depois".

Seu interior profundo sabe que você é capaz de amar muito mais do que as circunstâncias atuais permitem. Ela ou Ele quer ajudá-lo a encontrar o amor novamente. E você encontrará.

Melkiades acrescenta um comentário

Agora pense nas pessoas ao seu redor. Seja cauteloso quando você decidir se separar. Se a mensagem estiver clara em sua mente, prossiga com toda a força da convicção, sim, mas tente minimizar a dor de todos ao seu redor. A separação é um evento muito doloroso para todos: seus parceiros, filhos, familiares e amigos.

Faça isso com firmeza, mas também da forma mais gentil possível. E comunique-se com seus amigos que entendem. Não guarde isso para você. Trabalhe com sua dor. Haverá um dia em que a dor terá um fim. *Geralmente chega mais tarde do que desejamos, mas chega.*

Desbloqueio do amor

Não importa se a situação do seu lar está repleta de amor ou se está sofrendo de uma falta de amor menor ou maior, *saber que você não está sozinho nos dá esperança*. Você encontrará amigos verdadeiros que podem ajudá-lo. Dê uma olhada ao seu redor. Existem linhas de ajuda. Há outras pessoas que estão passando por dores semelhantes. Com amigos que realmente entendem, os poros se abrem e o amor pode começar a fluir.

Ouçá seu interior. Ele lhe dirá o que você precisa saber.

Há algum tempo, ao nos qualificarmos para o estado ascendido, aprendemos a ouvir e a estar presente para o outro. Portanto, já sabemos sobre a difícil lição da tolerância, do tempo de aprendizado e da aceitação das diferenças que nos distinguem e trazem interesse e vida à nossa existência.

Nosso jardim do Éden só vai melhorar se não pisarmos nas flores.

E agora vem a lição difícil. E quanto àqueles que não nos entendem? Aqueles que são insensíveis e fechados à compreensão? Que nos tratam como seres inferiores, ou pior? O que fazer com eles?

Examine onde você coloca seus próprios pensamentos. Vingança? "Vingar-me deles"? Se for esse o caso, você não está desperdiçando seu tempo e energia? *Esses pensamentos podem ajudá-lo a evoluir?* Esses pensamentos realmente o levarão mais longe?

À medida que nos familiarizamos com o fluxo de compreensão, tolerância e aceitação das dimensões superiores, *aprendemos gradualmente como o amor funciona* como "a água do reino espiritual". Sim, podemos bloqueá-lo. Ou então, podemos ajudá-lo a fluir em todos os cantos e recantos de nossa comunicação com os outros, na forma como tratamos os outros e como vivenciamos nossa existência.

Ouçá o amor e deixe que ele crie raízes em você.

[Eu perguntei se eu representava corretamente a visão do meu Eu Superior? "Bem entendido". "Ainda há mais a ser dito sobre esse assunto?" "Concordo plenamente". "Devo continuar a publicá-lo como está?" "Concordo plenamente. Mais informações virão em seções posteriores da história."]

3.3. Fazer a água fluir

Ouvimos o seguinte sobre a vida ascensionada: "O amor nesta dimensão é incrível. Para onde quer que você se volte, há compreensão, aceitação, alegria e amor. Esta dimensão é um mundo de amor".

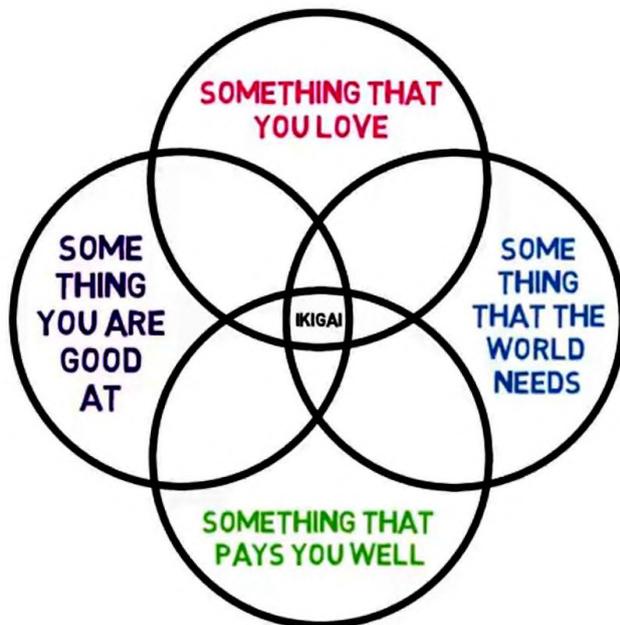
Também vimos o que acontece quando o amor deixa de fluir.

Pergunta: Também podemos fazer com que ele volte a fluir? Naturalmente? Espontaneamente? Sempre?

A resposta é **sim**. Há duas partes: o **que você faz** e **como você faz**.

O que você faz.

Os japoneses nos trazem uma antiga sabedoria que eles chamam de "Ikigai". Eles nos dizem que somos espontânea e naturalmente felizes quando fazemos...



...algo que você adora fazer, que prende toda a sua atenção e que você adoraria fazer a qualquer momento.

... algo em que você é bom, que praticou muito mais e que pode surpreender os outros.

... algo de que o mundo precisa e que buscamos para seus serviços.

... algo que lhe pague bem, algo que pague o melhor possível para sua sobrevivência a longo prazo.

Imagem. De uma captura de tela de "The Japanese Formula For Happiness - Ikigai"

Se você combinar dois ou três desses elementos em você,

estará despertando sua "razão de existir". Quando você realmente integra todos os quatro elementos em sua vida, sente que "a vida faz muito sentido para você". Então, você estará repleto de um fluxo contínuo de felicidade, confiança e satisfação.

"Ikigai" é traduzido como "uma razão de ser". *É bem dentro de você que se origina sua alegria interior*, e não fora, no dinheiro ou na fama. Faça o fluxo fluir em cada um desses quatro domínios do Ikigai. Não há necessidade de ser o melhor, apenas seja você mesmo e divirta-se enquanto estiver fazendo sua atividade normal. Isso mantém o fluxo de amor em andamento.

No início de sua vida adulta, muitas pessoas descobrem que não conseguem combinar facilmente sua atividade preferida (a. e b.) com sua capacidade de obter renda (c. e d.).

Não há problema algum. Guarde esse esquema para o futuro, pois ele poderá ajudá-lo à

1 <https://www.youtube.com/watch?v=Zxj3P0enJNQ>

medida que for avançando. À medida que você amadurece, podem surgir oportunidades de combinar três ou todas as quatro atividades desejadas em uma combinação completa e mais satisfatória. Continue perguntando e, de repente, uma super oportunidade poderá se abrir.

Foi o que aconteceu comigo.

Por outro lado, muitas pessoas se agarram a empregos de longo prazo que não gostam até os cinquenta e sessenta anos, na esperança de conseguir longos e ótimos anos de aposentadoria mais tarde. Quando esses anos de aposentadoria finalmente chegarem, será que esses anos não apreciados finalmente valerão a pena?

Pense nisso em termos de alegria interior. Durante todos esses anos desagradáveis antes da aposentadoria, sua alegria interior foi desligada ou severamente reduzida. Será que você conseguirá ligá-la repentinamente quando o dia da sua aposentadoria finalmente chegar?

Ouça algumas percepções de pessoas com 100 anos de idade^{2,3}. Eles ficaram esperando até chegarem à vida de aposentados? Não, eles aproveitaram a vida como ela veio o tempo todo, surfando em suas ondas de alegrias maiores ou menores o tempo todo. Se você está realmente infeliz enquanto espera pela aposentadoria, não está desperdiçando alguns anos preciosos?

Fazer algumas pequenas ou grandes mudanças ao longo do caminho pode ser uma opção muito melhor para sua felicidade a longo prazo.

Como fazer isso.

Podemos transformar tudo isso em uma única receita para uma "essência mágica da vida"? Essa combinação pode definir o propósito da vida?

É possível. A solução já está conosco há alguns anos, mas só agora está começando a se infiltrar na consciência geral. Ela é bastante semelhante ao que aprendemos com o *Ikigai*.

Mais uma vez, não é mais dinheiro, nem maior fama, nem trabalhar cada vez mais duro que faz uma diferença confiável na vida das pessoas. Em vez disso, estudo após estudo documentou que *melhores relações sociais* levam a um desenvolvimento de vida mais feliz e mais longo, especialmente também na velhice.

Um estudo de longo prazo impressionante foi o *Harvard Study of Adult Development*, que começou com 704 homens em 1938⁴. 60 ainda estavam vivos há alguns anos. Esse grupo era composto por homens da Universidade de Harvard e um grupo comparável de homens de uma área socialmente desfavorecida de Boston. Todos os homens (e mais tarde também as mulheres) foram examinados com testes e exames médicos abrangentes, praticamente todos os anos desde então. O estudo ainda está em andamento.

O resultado mais proeminente dessa enorme coleção é que "bons relacionamentos nos mantêm mais felizes e saudáveis".

As conexões sociais são realmente boas para nós, e a solidão mata. "As pessoas que estão mais conectadas à família, aos amigos e à comunidade são mais felizes, fisicamente mais saudáveis e vivem mais do que as pessoas menos conectadas", diz o estudo. A solidão, ao contrário, leva a vidas que "são menos felizes, sua saúde declina mais cedo na meia-idade, seu funcionamento cerebral declina mais cedo e elas vivem

2 <https://www.youtube.com/watch?v=9AThycGCakk>

3 <https://youtu.be/BXyfCGDnuWs>

4 "What makes a good life Lessons from the longest study on happiness Robert Waldinger" TED Talk. <https://youtu.be/8Kpr7NjGDX4>

vidas mais curtas".

Além disso, "não é o número de amigos que você tem ou se você vive ou não em um relacionamento comprometido, mas é *a qualidade de seus relacionamentos íntimos que importa*". É claro que devemos evitar relacionamentos conflituosos, tanto por motivos psicológicos quanto físicos.

Aos 50 anos de idade, o principal indicador de um octogenário feliz e saudável era o grau de satisfação, e não qualquer um dos indicadores médicos. Além disso, a resistência aos dias de dor crônica aos 80 anos era melhor para os octogenários felizes do que para o grupo menos feliz.

Repensando o propósito de nossa vida

Portanto, em termos gerais e mesmo em um desenvolvimento de vida variado, a alegria e a satisfação interior nos chamam a atenção. E não se trata de dinheiro ou fama, mas de um conjunto de relacionamentos sólidos e confiáveis que você pode construir e manter a qualquer momento. Eles o incluirão exatamente onde você está. Isso permite que você ande agora mesmo no grupo que escolheu.

E qual é a *cola* que nos une?

São as *emoções* na família e na rede mais ampla que nos mantêm todos conectados. Laços familiares, filhos e filhas, amizades duradouras que nunca foram rompidas – todos esses relacionamentos de confiança criam uma rede emocional.

Empatia

Há uma palavra-chave para entender tudo isso. É "empatia"⁵. Sem a capacidade, a disposição e a integridade de viver com empatia todos os dias, estamos perdendo.

Assista aos vídeos mencionados aqui. O fracasso da empatia em grande parte da sociedade ocidental nos estrangulou. Pelo contrário, a empatia pelas pessoas ao nosso redor deve ser acompanhada de todas as outras emoções que sentimos. É assim que o terreno fértil cresce, onde relacionamentos saudáveis e duradouros podem se desenvolver.

E quanto às disputas e desentendimentos que surgem na família, na vizinhança ou no local de trabalho? Eles rasgarão a rede emocional ou serão contidos?

Veja isso como um elástico. Uma criança que acorda com um sonho ruim pode ir até sua mãe e será consolada. O elástico a prenderá em um momento ruim. Da mesma forma, se um adolescente quiser ficar na rua depois da meia-noite e for recusado, será porque o elástico não permite isso. Sua família a protege. Ao mesmo tempo, se a adolescente machucar muito o dedo do pé, toda a família a ajudará. Nesse caso, um elástico saudável está em ação.

Mas se formos muito intolerantes, arrogantes ou excessivamente exigentes, ou se não compartilharmos nem nos comunicarmos, a rede de borracha acabará se rompendo. Então, deixamos um ao outro de lado. O e-mail permanecerá sem respostas. Nós nos perdemos uns dos outros. No final da vida, ficamos sozinhos.

Sua paz interior é a fonte da alegria

Tenho uma recomendação final, só para você.

Cada momento e evento da vida chega até nós com seu próprio panorama de escolhas:

5 "Empathy - best speech of all time by Simon Sinek | inspiratory" <https://youtu.be/ijynoicauza>

uma perspectiva positiva, uma perspectiva intermediária ou uma visão infeliz das coisas.

A escolha é nossa: qual é a perspectiva honesta que também é a mais *positiva* possível?

Se você sempre se apegar à perspectiva mais positiva, poderá ocasionalmente estar errado. Mas, nesse meio tempo, você terá muitos amigos sorridentes ao seu redor, e vale a pena estar errado de vez em quando.

Altamente recomendado: Busque a alegria interior!

[Melkiades: "Isso mesmo"].

4.1. Dos objetos concretos ao mundo das ideias

Esta seção fala sobre as principais mudanças na vida.

As máquinas e a vida biológica precisam de combustível e nutrientes. Além disso, as relações humanas exigem energia amorosa, comunicação e compreensão. Portanto, a ascensão favorece *a mudança das exigências dos objetos para as dos seres humanos*.



Vamos ver isso mais detalhadamente.

O que você precisa fazer para alimentar uma família? Pegar comida, encher a cesta. O que você precisa fazer para deixar seu companheiro querido feliz? Talvez energia amorosa, comunicação e compreensão.

Essa é uma mudança natural. Em casa, sua mente mudou espontaneamente de comida em um carrinho de compras para o que faz seu parceiro feliz.

Agora, aumente esse nível. Em vez de funcionar como uma pequena roda em uma grande máquina 3D no trabalho, sua função conceitual pode evoluir para participar do planejamento, do projeto e da construção de uma máquina ou de um conjunto de eventos.

Pense ainda mais alto. Comece com uma ideia de melhoria no trabalho. Talvez sua ideia pessoal "voe" e se transforme em uma responsabilidade maior para você em sua empresa.

Outro exemplo: em vez de tocar peças pequenas em uma orquestra, você pode contribuir com pequenas adaptações musicais aqui e ali. Aos poucos, os horizontes podem se abrir para a composição de peças ainda maiores. Portanto, em vez de tocar em uma banda até o fim de seus dias, você pode tentar fazer um conjunto de improvisações. De simples notas para ler em uma partitura, sua atenção evoluiria para questões de composição musical.

Assim, as notas em uma partitura desenvolvem seu significado, e "subir" nos incentiva a focar em atividades novas e criativas com objetos comuns. Embora isso pareça uma mudança pequena, na verdade é um desenvolvimento interno crucial.

Essa mudança chegou a todos?

Agora considere o "negócio do entretenimento". Os romanos lotavam os circos para ver gladiadores e vários animais se matando uns aos outros. É verdade que mudamos para diversões menos sedentas de sangue ou mais "virtuais". Agora, as equipes competem para colocar uma coisa redonda em um espaço fechado, e os atores nos provocam com coisas que gostaríamos de fazer, mas que normalmente não conseguimos realizar.

Mas note que o cenário básico permanece.

Em todos esses eventos, um grande número de espectadores assiste a um pequeno número de gladiadores, jogadores ou atores realizarem suas ações. Até mesmo os jogos interativos mais populares seguem basicamente o mesmo padrão. Mesmo nos jogos modernos, há os "mocinhos" e os "bandidos", você escolhe o que quer ser e parte para a "batalha".

Algumas novas ideias

Leve essas ideias ainda mais longe. Você pode começar a questionar o cenário "mocinhos" vs. "bandidos". Você realmente precisa de "mocinhos" e "bandidos" em sua formação mental? Ou já está superando essa construção elementar?

Ampliando a questão para o cenário mundial, vamos nos perguntar por que o mundo está preso em uma armadilha de guerras intermináveis. Quem inventou isso? Com que objetivo?

Essas são algumas das questões que vêm à tona em Ascension. Começamos a questionar muitas das configurações iniciais.

Isso pode ser confuso. Segure seu chapéu. Em um minuto, tudo se encaixará em uma nova configuração.

Tornando-se o criador

A tecnologia da Internet facilitou essa mudança criativa. Ela já demonstrou a enorme pressão para passar de "assistir" a "participação criativa".

Pense no YouTube ou em qualquer outro sistema de upload de blogs, fotos ou vídeos. Ficou muito mais fácil fazer o upload de um vídeo rápido gravado com a câmera da Web, e agora há uma grande variedade de saídas para qualquer tipo de blog ou produção criativa.

O problema não é mais encontrar os autores, *é encontrar os leitores!* De fato, há tantos autores contemporâneos com uma produção tão grande que um autor iniciante de um livro precisa pagar uma editora para publicá-lo.

Outro exemplo ilustrativo vem do "Second Life", um mundo de jogos on-line incomum. O "Second Life" é um mundo de criadores. Ele permite construir e mobiliar sua própria casa virtual em um grande mundo on-line. A liberdade de criar seus próprios objetos virtuais é quase ilimitada. As decisões sobre o que você quer fazer no Second Life – construir um negócio, conhecer pessoas, criar uma segunda família, se apaixonar, apenas relaxar ou qualquer outra coisa - são inteiramente suas. No Second Life, você é fundamentalmente seu próprio chefe e decide o que quer fazer.

Os resultados são interessantes. Há muito mais "construção" do que "moradia" no Second Life. A maioria dos bairros do Second Life é vazia, o que é uma contrapartida virtual fascinante das cidades vazias de férias em 3D que vemos nos Alpes ou na costa do Mediterrâneo. É evidente que nós, humanos, adoramos construir e criar, mas quando nossa obra de arte fica pronta, brilhamos com nossa ausência.

Solução?

O que precisamos é da ***família***. As casas sem membros da família carecem de algo muito importante. Somos seres sociais e casas vazias perdem seu objetivo central. Precisamos de outros seres humanos.

Mudar situações

No mundo da criação, podemos criar novos pensamentos, novas coisas e até mesmo novas situações.

A isso você pode responder: "Tive pensamentos novos durante toda a minha vida, isso é fácil. E na aula de artes eu fiz uma estátua, isso também é fácil. *Mas criar novas situações?* Como posso mudar uma situação inteira?" De fato, não é tão fácil assim, e é

aí que o pensamento claro e ponderado se torna realmente útil. Você precisa trabalhar com outras pessoas.

Muitas mudanças são tão extensas que você precisa cooperar com outras pessoas. Você está no comando, mas também está junto com outros seres evoluídos ao seu redor. Portanto, agora você pode cocriar suas soluções com aqueles que compartilham suas crenças. Se vocês se entenderem, poderão criar juntos.

Cooperação e aprendizado prazeroso

Nossa liberdade criativa nos faz descobrir o contraponto necessário à nossa capacidade de criar: a cooperação com nossos companheiros.

Sem a cooperação com os outros, a maioria de nós pode continuar trabalhando como "artistas menores esquecidos" e nunca encontrará reconhecimento ou equilíbrio interior. As mudanças mais valiosas têm consequências tão amplas que uma única pessoa não pode realizar a mudança sozinha. *Somente a cooperação com outras pessoas gera mudanças sociais duradouras e, a longo prazo, alegria no trabalho compartilhado.*

Se somos recém-chegados à criação, geralmente somos principiantes no que diz respeito à cooperação. Nossa "sobrevivência" e "fazer melhor do que o outro homem" têm sido muito exaltadas, principalmente na tradição ocidental. "Vá em frente!", "Vá em frente!", "O melhor vence tudo". Todo esse esforço individualista precisa ser repensado, agora que estamos ascendendo. Cooperar e vencer juntos em um mundo que busca apenas vencedores individuais é muito diferente de vencer contra todos os outros e ver os outros rastejarem na derrota.

Você era mais feliz quando vencias contra todos os outros? Ou era mais feliz quando ganhava em equipe, com todos os outros? Dez apostas contra uma: você ficou mais feliz na segunda situação.

Os projetos modernos são grandes e tecnicamente muito mais sofisticados do que os de 50 ou 100 anos atrás. Como consequência, muito mais pessoas agora precisam se tornar co-arquitetos, co-compositores, co-engenheiros e co-escritores em grandes projetos complexos – ou seja, pessoas capazes de pensar como os próprios criadores, mas com a capacidade adicional de entender como um projeto inteiro pode funcionar concretamente em nossa sociedade.

Juntos é o nosso verdadeiro futuro.

Muitos de nós não apenas comprarão partes de projetos, mas também desejarão contribuir para construí-los, juntamente com outras pessoas.

Essa é uma grande mudança. Muitos que gostam de música não apenas baterão os pés e dançarão, mas também aprenderão a compor músicas e contribuirão para levar alegria e emoção musical a outras pessoas. Aqueles que têm algo a dizer não apenas lerão e assistirão a vídeos, mas também escreverão e farão vídeos, eles mesmos e com outros, para melhorar nosso entendimento mútuo.

Isso já está acontecendo em toda parte.

[Verificação (após as correções desejadas por Melkiades): "Melquíades, você concorda com este texto como ele está?" "Concordo plenamente." "Posso colocá-lo na Internet?" "Sim."]

4.2. Fazer as alterações acontecerem

Alguém me pediu para escrever uma mensagem em seu caderno. Eu mal o conhecia, mas me veio à mente a imagem de alguém com as costas contra a parede. Então, pedi a Melkiades que me ajudasse, e meus dedos escreveram: *"Se você está com as costas contra a parede, peça conselhos ao seu Eu Superior. Ouça. Depois, vire-se e atravesse a parede"*.

Antes que você caia em cima de mim, sim, sim, sim, você **pode** atravessar a parede, quase sempre. Neste blog, vou lhe mostrar como.

Eles atravessaram a parede

Vamos começar por aqui. Você viu o vídeo "She-is-healed" (Ela está curada) de Greg Braden¹? Assista-o se puder.



Ele mostra uma cena de uma clínica médica voluntária de Pequim² em que uma mulher tinha um grande tumor na bexiga, mostrado em uma tela de ultrassom dividida. A parte esquerda da tela mostrava o tumor em seu estágio inicial, e a parte direita o exibia em seu estado atual.

Ao redor da cama havia três praticantes mentais treinados. Juntos, eles entoaram uma palavra chinesa que significa "ela já está curada", repetidas vezes. E não é de se acreditar que, em cerca de três minutos, o tumor praticamente desapareceu, bem diante de nossos olhos.

Deixe isso entrar em sua mente. Os curandeiros não disseram: "mulher, por favor, seja curada". Tampouco pediram a alguma divindade que fizesse o tumor desaparecer. Ninguém pediu nada a ninguém. Não, eles simplesmente disseram, em uníssono: "Os fatos são diferentes. O tumor já desapareceu".

Presumimos que a paciente integrou essa crença e a transmitiu a todo o seu corpo. Em poucos instantes, o tumor da mulher não teve outra escolha a não ser desaparecer. Três curandeiros cantando em uníssono e compartilhando uma profunda convicção com a paciente foram mais poderosos na determinação da "realidade" do que o próprio tumor.

Em sintonia com os cânticos e as convicções profundas da paciente, o corpo da paciente "girou e atravessou a parede". Do outro lado da parede, a existência contínua do tumor deixou de fazer sentido. E se o paciente mantiver a mesma estrutura de crenças no futuro, há uma excelente chance de que o tumor não reapareça³.

1 Greg Braden's "She is healed" video: "Gregg Braden - Quantum Healing of Tumour thru the Power of Thought_ Feeling". <https://www.youtube.com/watch?v=PZpRP1FV0IE>

2 Agora fechado devido a pressão política.

3 Esta é uma aplicação inversa do efeito placebo, para efetuar a cura em pacientes que desejam realizá-la

Sociedades inteiras podem atravessar a parede

Vejam os outros exemplos de "atravessar a parede".

Há alguns anos, tivemos o terrível desastre de Fukushima. A radiação se espalhou pelo norte do Japão e por todos os Estados Unidos e Canadá. Em frente a todas as cadeias de montanhas com flanco oeste, as correntes de jato que fluem para o leste provocaram mais precipitação de radiação. Em muitas áreas, os níveis de radiação subiram bem acima dos níveis de perigo "normais". Nossa sociedade estava encostada na parede.

Por algumas semanas após o acidente, o mundo inteiro estava dizendo: "O que eles vão fazer? O que eles vão fazer?" e ninguém parecia ser capaz de fazer nada. A reação no Japão foi hesitante e lenta, o apoio internacional foi fraco e os relatórios subsequentes sobre medidas de segurança em reatores atômicos na Europa e nos EUA mostraram longas listas de deficiências. Mas ninguém foi capaz de fazer muita coisa.



Então, para a surpresa de todos, a Alemanha anunciou em uma manhã que simplesmente pararia e sairia da produção de energia atômica. Não tenho ideia de como a decisão foi tomada, mas o poderoso setor eólico e solar da Alemanha, bem como os parceiros da coalizão verde, podem ter desempenhado um papel importante. Com o aumento da pressão interna para produzir eletricidade por meios alternativos, essa nova estratégia do governo apoiaria o setor de combustíveis alternativos, o que, por sua vez, favoreceria as exportações alemãs. E com os eleitores em grande parte do seu lado, o governo Merkel transformou esse evento infeliz em uma vantagem. Eles atravessaram um muro - que, na verdade, mal existia antes.

Do outro lado do muro, havia muito menos necessidade de energia atômica. Embora a transição subsequente não tenha sido tão fácil quanto um passeio no parque, a evolução para longe da geração atômica foi muito facilitada por essa decisão coletiva. A sociedade alemã - e, posteriormente, a Suíça, que também decidiu abandonar a energia atômica - negociou uma mudança radical na priorização econômica.

Você também pode atravessar a parede

Você também pode tomar uma decisão importante - de repente, por conta própria. Aqui temos uma decisão pessoal importante, quando essa colaboradora anônima percebeu que estava grávida de um filho⁴:

"Amanhã fará um ano que descobri que estava grávida e ele estará com 4 meses.

"Desde que descobri que ele estava chegando: Parei de fumar, de beber, de me machucar, de mentir, de não tomar meus remédios, de comer porcarias, de não dormir por dias seguidos e depois dormir sem parar, de fugir de conflitos, de gritar para ser ouvida, mas não ouvir, de guardar rancor e de todos os outros hábitos/ mecanismos de enfrentamento horríveis.

"É a primeira vez, desde a puberdade, que me sinto confiante ao fazer planos para o futuro, porque não presumo mais que vou me matar antes de chegar lá. Embora eu ame meu marido e minha família mais do que eles jamais entenderão, sempre achei que seria melhor para eles (e, egoisticamente, para mim mesma) se eu fosse embora.

através de uma mudança profunda na sua estrutura de crenças. Esses pacientes desejam ativamente que o placebo tenha um efeito curativo. Mais explicações serão fornecidas na Seção 6.1.

4 <https://postsecret.com/> Recuperado em 18.10.2020.

"Mas não consigo suportar a ideia de não ver meu filho crescer e de ele ter que crescer sem uma mãe que o ama tanto. Também não consigo suportar a ideia de ele ter uma mãe "fodida".

"Portanto, não serei. Não vou me deixar arruinar isso. Não importa o que aconteça. E isso fez toda a diferença. Eu achava que não conseguiria fazer isso até que tive que fazer. E agora? Agora estou muito feliz. Graças a Deus.

"Não quero colocar toda essa bagagem sobre ele, por isso não sei se algum dia contarei a ele, mas não importa o que mais aconteça em nossas vidas: ele me salvou. E esse é o segredo mais feliz que já escrevi!"

O monstro que estamos enfrentando

Todos nós estamos insatisfeitos com algum aspecto de nossas vidas, aspectos que pedem uma mudança. Além disso, nossas sociedades estão correndo de cabeça para uma série de desastres ecológicos que clamam por mudanças. Repetidamente, como sociedades ou como indivíduos, descobrimos que não podemos continuar em uma determinada direção e que precisamos, de alguma forma, encontrar outra solução.

Ninguém gosta de mudanças. Mas quando as coisas chegam a um estado intolerável, é melhor tomarmos a medida do monstro que estamos enfrentando. Devemos aprender como uma grande mudança pode ser negociada da forma mais eficiente possível.

Quando se remonta qualquer situação intolerável às suas origens, ela geralmente se resume a alguns hábitos baseados em uma interpretação errada dos fatos. Os hábitos nos colocam em uma situação intolerável, muito antes de os fatos reais se imporem. Muito antes de um estado intolerável se tornar factualmente insustentável, há vários sinais de que estamos indo em direção à parede.

Energia atômica?

Disseram-nos nas décadas de 1950, 1960 e 1970 que a energia atômica seria a solução mais barata e eficaz para resolver nossas necessidades energéticas. Cinco décadas depois, sabemos que essa foi uma interpretação bastante incompleta dos fatos conhecidos.

Três fatores principais não foram levados em consideração: primeiro, a dificuldade considerável de manter um processo de queima sem problemas e de conter a radiação por longos períodos em grandes usinas de energia (mesmo com terremotos e tsunamis); segundo, a enorme dificuldade e o custo de descartar os materiais de radiação; e terceiro, o custo substancial de descartar um reator depois que ele tiver cumprido sua vida útil.

Quando todos os custos extras são levados em conta, o que parecia ser uma solução barata e eficaz no início acabou se tornando um pesadelo caro. Nós nos colocamos em uma situação intolerável porque um cálculo errôneo foi feito e vendido para nós. Agora estamos trabalhando com hábitos criados sob suposições errôneas e precisamos encontrar uma saída, da melhor forma possível.

Há quanto tempo sabemos disso? No início da década de 1980, já tínhamos em mãos fatos suficientes para corrigir as primeiras suposições falsas, mas, naquela época, já estávamos comprometidos com a construção de muitas outras usinas de energia. O hábito e os interesses comerciais haviam assumido o controle, e parecia impossível parar o trem.

Então, o que foi o muro? Nada além de uma continuação errada, muito tempo depois de reconhecer o erro. Em outras palavras, nesse caso, "o muro" nada mais era do que um

conjunto de crenças errôneas.

Em geral, "atravessar uma parede" é "nada mais do que mudar um conjunto de crenças".

Mudança de crenças

Coloquei "nada mais do que mudar um conjunto de crenças" entre aspas porque, de fato, é algo muito difícil de fazer.

Primeiro, precisamos admitir o erro e, segundo, precisamos mudar os hábitos, da forma mais rápida e suave possível. Isso desagradava a todos, mas quando chega a hora e a lógica exige, é assim que funciona.

Admitir o erro. A primeira dificuldade é admitir o erro. Muitas pessoas, entre elas os políticos, acham que nunca cometem erros – todos os erros são culpa de outra pessoa. Isso é simplesmente estúpido. Todos nós cometemos erros, e a maneira como lidamos com eles é uma medida de nossa maturidade.



Vejamos um erro comum: você perdeu a saída na via expressa. O que você faz? Você fica tão irritado que perde a próxima saída também? Você levará sua raiva ou sua persistência obstinada para a próxima coisa que fará e perturbará o resto do seu dia?

A maneira madura de lidar com esse erro comum é acalmar os ânimos para que você possa determinar rapidamente a próxima rota possível. Às vezes, o sistema de navegação faz isso por você. É claro que a perda de tempo e combustível é perturbadora, mas o mais importante é o objetivo geral. Você quer chegar ao seu destino rapidamente e com o mínimo de esforço. O mais maduro é aceitar o fato de ter cometido um pequeno erro e considerar que outras coisas são muito mais importantes para você do que o desvio.

Você pode dar um passo adiante. Você pode perguntar por que cometeu o erro. Você estava simplesmente desatento? Havia algum outro ponto de referência que o desorientou? Isso pode ser útil para a próxima vez que você chegar ao mesmo lugar, para que possa procurar pontos de referência relevantes para sua saída.

Em outras palavras, relaxe, não entre em pânico e deixe que sua inteligência o guie. Emoções irritadas ou persistência desmedida não o levarão mais longe. E pare de fingir que você incorpora alguma sabedoria divina. Você e eu somos simples humanos que tropeçam na vida e fazem o melhor que podem com nossa interpretação da realidade. Cometemos erros e, se formos espertos, aprendemos com eles.

Os erros são necessários

Na verdade, os erros são até necessários porque fazem parte de nossa capacidade criativa. Como Bach, Mozart ou Beethoven criaram sua incrível variedade de melodias? Por meio de experimentos (e muitas vezes com alguma inspiração divina). Algumas delas eram melhores e outras menos. Nem todas as melodias de Bach são um sucesso total, e podemos saber como os compositores experimentaram examinando algumas das partituras originais e comparando passagens semelhantes.

Portanto, para resumir, vamos desenvolver uma atitude madura em relação aos erros. Cometemos erros, seja por trabalhar conscientemente com tentativa e erro, seja por desatenção ou competência insuficiente. Se cometemos um erro, mantemos a calma e pensamos em alternativas.

Alguns erros se tornaram hábitos ruins

Isso nos leva à parte mais difícil.

Mudar um hábito ruim é muito mais difícil porque é preciso substituir um conjunto completo de estruturas de crenças por outro conjunto completo. Além disso, algumas crenças falsas podem ter um forte apoio comercial ou podem agora fazer parte de nossa autodefinição e, portanto, se tornarão particularmente difíceis de erradicar. Frequentemente, não queremos aceitar toda a gama de mudanças necessárias para a transição para um novo estado.

A escolha é sua. Você pode estar contra a parede. Você pode dar meia-volta e passar por ela - ou não. É apenas um conjunto de crenças.

Você é o chefe?

Tudo se resume à questão de como você se vê: você é uma pessoa que gosta de ser liderada por outros? Ou você é a pessoa que gosta de tomar as coisas em suas próprias mãos?

Uma pessoa ascensionada tende naturalmente para a segunda solução. Você se vê como o chefe e gosta de tomar suas próprias decisões. As realizações espirituais esclarecem seu campo de atuação. Todos os fatores envolvidos na mudança tornam-se claros como cristal, e você pode tomar suas decisões pessoais ou acrescentar seu voto ou peso no mercado nas direções que lhe parecerem mais apropriadas.

[Verificação: "Melquíades, você está de acordo com o texto como está?" Resposta: "Totalmente de acordo".
"Posso colocá-lo na Internet?" Resposta: "Totalmente de acordo"].

4.3. O osso duro de roer: fidelidade e infidelidade

Agora que Melquíades e eu estávamos em um bom pé de igualdade, perguntei-lhe sobre uma questão particular sobre a qual me perguntei durante toda a minha vida: a questão da fidelidade.

Minha vida foi profundamente marcada por essa questão. Por vários motivos, meu pai teve vários casos amorosos com outras mulheres que não minha mãe. Minha mãe estava intensamente ciente desses acontecimentos e, por isso, cresci em uma família amargurada. Desentendimentos, discussões e um silêncio gélido eram comuns em nossa vida doméstica, até eu deixar a família aos 19 anos. Por fim, quando eu tinha 31 anos, meus pais se divorciaram, principalmente por causa dessa questão. Embora ambos tenham tido uma vida memorável e, em parte, brilhante, suas vidas também foram profundamente marcadas por essa questão.

Eu mesmo entrei em um padrão semelhante logo no início. Em meus vinte anos, tive uma série de relacionamentos sexuais transitórios e muitas vezes sobrepostos. Isso acabou quando amadureci, mais ou menos aos 35 anos, e desde então tenho mantido meus relacionamentos físicos corretos: poucos, de longo prazo e sem sobreposições.

Ao mesmo tempo, a questão nunca me abandonou completamente. Há mais de uma década, um relacionamento de longo prazo terminou porque minha parceira "desejava mais liberdade". Além disso, de vez em quando, eu me sentia atraído por alguém fora do meu relacionamento de longo prazo. Nunca agi de acordo com esses impulsos, mas refleti por muito tempo sobre essa questão. É certo ou errado? E por quê?

Eu queria uma resposta clara do meu Eu Superior sobre essas perguntas. Como as entidades familiarizadas com conceitos espirituais lidam com essas questões? O que elas podem nos sugerir sobre fidelidade sexual e sobre atrações fora do casal estabelecido? As respostas vieram, peça por peça, e aqui está o que recebi. A resposta acabou sendo surpreendente, mas totalmente clara. Eles forneceram uma resposta clara ao meu insistente questionamento.

Hora de mudar

Minhas respostas exigiram uma reformulação básica.

Na ascensão, não batemos a cabeça contra a parede para defender dogmas. Entendemos que existem grandes variações na existência humana. Nós nos concentramos em conceitos essenciais e aceitamos compromissos inteligentes. Em minha opinião, não faz sentido defender ferozmente princípios culturais e religiosos não essenciais. Isso só desperdiçaria energia enquanto estamos entrando em uma nova esfera de compreensão.

Muitos aspectos da vida mudam neste momento: como ganhar a vida, como efetuar mudanças políticas, o que comer e como curar. Portanto, não é de surpreender que também vejamos mudanças no comportamento sexual. A maneira como nos comportamos sexualmente dá uma indicação clara de nosso estado psicológico mais profundo.

Quase todo mundo diz que sua vida sexual é diferente da maneira como seus pais viviam suas vidas privadas. Alguns desejam mais liberdade sexual, outros menos, alguns buscam mais "amor" e menos "sexo" em seus relacionamentos, e a maioria faz questão de recusar o domínio, a violência e a exploração. Muitos optam por um estilo de vida

homossexual ou até mesmo assexual. Sem dúvida, o sexo evoluiu muito desde o período pós-2ª Guerra Mundial, quando não se falava abertamente sobre sexo e simplesmente se seguia em frente para "produzir a próxima geração".

A sexualidade é tão pessoal que nenhum adolescente ou adulto pode evitar o assunto, inclusive monges e freiras de religiões sexualmente abstêmias. O sexo é profundamente parte de nossa natureza humana. Portanto, devemos tomar decisões inteligentes e tolerantes sobre o sexo. Ao fazermos escolhas para nós mesmos, desenvolvemos uma concepção para uma sociedade futura.

O que levamos conosco e o que podemos deixar para trás? Levar a coleção de pornografia para a quinta dimensão? Viver em um mundo lésbico e se reproduzir por inseminação? Voltar à Idade Média e à era dos cintos de castidade? Ou queremos "sexo livre", como tantas estrelas do esporte e políticos? Por trás de cada opção, há um modelo psicológico e social. Quando nos vemos sexualmente, concebemos fundamentalmente nossa existência como seres humanos.

Melkiades me dá dois filtros

O que se segue se aplica somente a adultos maduros. As questões sexuais estão em níveis totalmente diferentes para crianças e adolescentes. Talvez em outro momento eu deva abordar as questões da sexualidade em idades mais jovens.

Além disso, esta é uma discussão inicial aplicável ao funcionamento nos níveis espirituais inferiores. A sexualidade nos reinos espirituais mais elevados (níveis 7 a 12) envolve configurações sexuais um pouco diferentes.

Para os níveis 5 e 6, Melkiades me deu, primeiro, ***um filtro de tolerância*** e, segundo, ***um filtro 3D/5D***. Quando apliquei os dois filtros, tudo se encaixou.

O filtro de tolerância

Primeiro, aplique o filtro de tolerância.

Emoções positivas, paciência, tolerância e aceitação dos outros são a base de um ambiente social bom e alegre. A aceitação e a tolerância são a lição inicial de nossa ascensão. A tolerância forma a base de boas interações sociais.

Um filtro contém *uma lista branca*, elementos que aceitamos, e *uma lista negra*, elementos que recusamos. Para a existência em 5D, tive de aprender a aceitar e tolerar a homossexualidade, a pornografia, a abstenção sexual e o poliamor consensual voluntário. Em minha lista negra estão a força doméstica, a violência e a exploração.

A lista de tolerância 5D foi francamente surpreendente para mim. Como hétero declarado, posso simplesmente aceitar experiências homo ou poliamorosas? Sim, respondeu Melkiades. Ninguém precisa ser excluído da ascendência por causa de sua inclinação homoerótica. Entretanto, a reflexão não para por aí. Um entendimento mais refinado virá no segundo filtro.

Voltemos à lista branca do filtro de tolerância.

Não compartilho de inclinações homossexuais e ainda me sinto surpreso ao ver dois homens se beijando ou duas mulheres se acariciando com fortes conotações sexuais. Sei que isso não é "eu" em nenhum sentido. No entanto, entendo que outras pessoas pensam de outra forma e, desde que não haja danos maiores, posso aprender a conviver com esse estilo de vida alternativo.

Também aceito que outras pessoas queiram participar de vídeos pornográficos, embora

eu deseje enfaticamente que essas participações sejam realmente voluntárias e feitas em condições humanamente aceitáveis (o que, de acordo com muitos relatos, frequentemente não é o caso). No que me diz respeito, nem a autoexposição sexual pública nem sua exibição me interessam nem um pouco. Também acho que, de longe, a maior parte da pornografia deixa passar a verdadeira história de amor e compreensão, o que, em minha experiência, representa a incitação mais poderosa nos encontros sexuais.

Também posso aceitar a abstenção sexual. Algumas pessoas (de acordo com alguns estudos, cerca de 5% da população) simplesmente não têm interesse em sexo.

O interesse por sexo também diminui com frequência com a idade ou enquanto se espera por um parceiro adequado de longo prazo.

Outras fazem votos de abstenção quando se juntam a grupos religiosos. Pessoalmente, acho que a abstenção de longo prazo em uma pessoa sexualmente capaz busca evitar problemas que a natureza realmente nos impõe e que deveríamos realmente aprender a resolver. Acontecimentos recentes, especialmente na Igreja Católica Romana, mostraram que a abstinência religiosa pode levar regularmente ao abuso sexual de crianças e adolescentes; portanto, minha tolerância à abstenção sexual está ligada a questões sobre a real capacidade psicológica do adepto para um estilo de vida tão desafiador.

Você escalaria o Monte Everest se não tivesse experiência em montanhismo? Você realmente quer se esquivar de suas necessidades humanas mais profundas e correr o risco de que isso "escorregue de debaixo de você" e cause agressões profundamente destrutivas na vida de outras pessoas? Tenho sérias reticências com relação à abstinência sexual permanente ou de longo prazo, exatamente por esses motivos. Entretanto, em última análise, não tenho o direito de discutir a decisão refletida de uma pessoa adulta quando ela escolhe a abstenção temporária ou de longo prazo.

Por fim, posso aceitar que outras pessoas desejem compartilhar sua vida sexual com dois ou mais parceiros simultaneamente.

A *tolerância* a essas quatro escolhas de estilo de vida sexual evita discussões inúteis e abre a porta para questões mais importantes de ascensão. Esse filtro separa a variação da *norma cultural das interações sexuais realmente destrutivas*, incluindo dominância excessiva, violência doméstica, uso geral de violência e exploração

Em minha lista negra estão a força doméstica, a violência e a exploração.

Bater com frequência nos filhos ou no parceiro, abuso sexual, escravização ou escravidão são todos atos que demonstram dominação intencional ou prejudicial sobre outro ser humano. Esses atos demonstram uma ausência pervertida ou total de amor, ou até mesmo de ódio.

Na opinião de Melkiades, as pessoas que praticam tais atos *não podem participar da ascensão à quinta dimensão. Não há dúvida quanto a isso, punto final.*

O filtro 3D/5D

No primeiro filtro de tolerância, consideramos o comportamento sexual *dos outros* e nossas atitudes em relação a esses comportamentos.

O segundo filtro 3D/5D diz respeito às *nossas próprias experiências*. Isso é mais central para o processo de ascensão: Como eu vivo minha própria sexualidade pessoal? Esse segundo filtro também aborda a questão da fidelidade.

Vemos: a experiência sexual muda à medida que passamos da terceira para a quinta dimensão.

No sexo em 3D, experimentamos uma primeira gama de aspectos, incluindo o **desejo sexual puro** e vários níveis de **poder** aplicados consciente ou inconscientemente, e/ou uma **necessidade e/ou domínio sobre o parceiro**.

Na 5D, o sexo se torna muito mais uma descoberta, uma construção e um compartilhamento de amor.

A 3D é principalmente tomar, a 5D é muito mais sobre descoberta, doação e compartilhamento.

No lado negativo das coisas, o amor "tomado" da 3D pode se transformar em pressão e domínio. Um guerreiro medieval que volta para sua princesa e abre o cinturão de castidade pratica poder sexual cruel e dominação. Da mesma forma, um comprador moderno de serviços sexuais explora o poder de seu dinheiro para comprar sexo físico. Até mesmo um namorado insistente que é orientado principal ou exclusivamente para a satisfação de seus próprios desejos é marcado pelo domínio e pela exploração. Não há doação, apenas "tomada" e "cobrança".

Outros exemplos são os relacionamentos baseados em desejos conscientes ou subconscientes de maior vantagem econômica ou social. Infelizmente, isso é bastante típico das motivações sexuais da terceira dimensão.

Um pingue-pongue emocional

Na 5ª dimensão, a motivação sexual começa com o coração, a atenção e a emoção, e com aquela qualidade elusiva que chamamos de **amor**.

Duas pessoas evoluem suavemente para um compartilhamento profundo e uma união emocional de seu ser essencial. Uma espécie de pingue-pongue emocional se desenvolve na 5ª dimensão: vemos como uma emoção afeta a outra pessoa, e a outra pessoa vê o mesmo em nós. Isso dá início a descobertas e trocas deliciosas que proporcionam uma satisfação cada vez maior, pois nos sentimos cada vez mais compreendidos, estimulados e apoiados.

Na 5ª dimensão, podemos levar essa emoção para muitas direções. Aqui, o amor homossexual e lésbico pode frequentemente se abrir para descobertas do mundo muito diferente do sexo oposto.

Isso é o que geralmente acontece quando homens ou mulheres adolescentes evoluem para a experiência heterossexual. Quando tudo corre bem, eles geralmente descobrem um conjunto de desejos e hábitos bastante diferente do que conheciam antes. A transição pode ser difícil. Mas continue assim: isso também faz parte da ascensão. Descubra o Outro com *tolerância* e pergunte e fale gentilmente com seu parceiro sobre o que você mesmo está experimentando e o que deseja. Isso permite que você avance no relacionamento.

Algumas partes desse novo mundo farão sentido para você mais rapidamente, outras mais lentamente, e algumas podem permanecer muito diferentes por um longo tempo. A viagem longa e mútua também ajudará seu parceiro a evoluir – e isso faz parte do profundo senso de ascensão.

Um relacionamento ideal de longo prazo

À medida que evoluímos da 3D para a 5D, mantemos nossos corpos 3D enquanto ganhamos acesso às capacidades espirituais. Isso nos permite usar a alegria sexual 5D para transformar nosso sexo físico 3D em uma nova e mais poderosa experiência combinada 3D-5D.

No reino da quinta dimensão, o amor pode se tornar cada vez mais importante. Na 5D, não precisamos nos preocupar com os aspectos físicos do corpo, com a sobrevivência ou com a competição. Na 5D, todos esses aspectos já estão resolvidos. Não há competição, a menos que a criemos estupidamente com nossa imaginação. Não há necessidade de alimentos e recursos, pois tudo está lá se precisarmos. Precisamos de muito menos ajuda, e a assistência está disponível de todos os lados.

Portanto, as motivações para os relacionamentos não são carência, ajuda e necessidade, mas uma reunião espontânea de compreensão, compartilhamento e cuidado – se preferir, uma acumulação de amor.

E isso pode durar?

Sim, se você o alimentar. Compartilhe um novo pensamento ou uma nova percepção com seu ente querido a cada poucos dias.

É isso que a ascensão traz para nossa vida sexual. Podemos ter começado nosso relacionamento de longo prazo por simples razões tridimensionais: tentação, curiosidade ou desejo sexual puro. Depois, podemos ter amadurecido e nos tornado um casal ou uma família para garantir a estabilidade em um mundo 3D hostil.

Podemos ter nos certificado de que há pelo menos uma pessoa estável disponível para nós o tempo todo, especialmente para ajudar a criar e educar os filhos e para garantir uma renda adequada e para casos de doenças e deficiências. A natureza nos deu intuições naturais para tentar formar casais e famílias, e nós seguimos esses programas inatos espontaneamente.

Mas nossa necessidade psicológica mais profunda vai além disso tudo. À medida que avançamos em um casal, a *disponibilidade emocional* é a verdadeira chave para um relacionamento satisfatório de longo prazo. O mais importante é que o parceiro esteja presente, seja prestativo e compreensivo quando a necessidade ocorrer. É essa compreensão ressonante e "pingue-pongue" do parceiro que traz a maior felicidade aos nossos relacionamentos em nosso desenvolvimento sexual.

"Isso parece certo?"

Se a resposta for sim, agarre-se a ela, nutra-a e não a deixe escapar nem por um momento. **É a maior entrada na quinta dimensão que podemos ter.**

[Verificação. Melquíades: "Eu entendi direito?" Resposta: "Sim, você entendeu exatamente certo."]

4.4. O que causa a infidelidade?

Grandes mudanças estão acontecendo ao nosso redor: como ganhar a vida, como efetuar mudanças políticas, o que comer e como curar. Mesmo em nosso comportamento mais privado, a ascensão está nos fazendo repensar nosso comportamento sexual.

As explicações que recebi até agora do meu Eu Superior eram claras, mas, ao mesmo tempo, ainda não respondiam à minha pergunta inicial sobre fidelidade.

Dado seu custo muito alto, o que causa uma infidelidade tão grande?

Vamos nos livrar rapidamente da ilusão de que a infidelidade "não é realmente um problema".

Um questionário on-line com 918 homens e mulheres heterossexuais autoidentificados, realizado nos EUA, constatou que 23% dos homens e 19% das mulheres tiveram um relacionamento fora de seu atual relacionamento de longo prazo. Eles "se envolveram em interações sexuais com alguém que não fosse seu parceiro, o que poderia comprometer ou prejudicar seu relacionamento"¹.

Outros estudos mostram que essa porcentagem pode ser maior ou menor dependendo de como a pergunta é feita e de como a infidelidade é definida: na presença ou não do parceiro de longo prazo, o período de tempo coberto pelo relatório etc. Embora a frequência varie em decorrência de muitas variáveis, a infidelidade está presente em todas as culturas do mundo. Ela existe até mesmo em sociedades onde é punida com a morte por apedrejamento. Casos de apedrejamento relatados publicamente ocorreram apenas nos últimos anos.

Melkiades sugeriu começar com as diferenças entre os relacionamentos 3D e 5D. Vamos analisar alguns eventos prováveis que levam a uma infidelidade.

É assim que isso acontece

A primeira parte da resposta à pergunta "por que" está nas oportunidades.

Ídolos do esporte, estrelas do cinema e artistas da música popular mostram e nos dizem que, durante o tempo em que estão fora de casa, as oportunidades de infidelidade podem se multiplicar a níveis fenomenais. Depois de cada show, Elvis Presley era cercado por parceiros sexuais altamente dispostos, um padrão bastante comum em atividades públicas de alto nível.

Quanto maior o status percebido, mais frequentes são as oportunidades. A curiosidade, a novidade, a busca por status e coisas do gênero alimentam essas buscas. Além disso, momentos fortes nos esportes ou nas artes cênicas geralmente são seguidos por importantes pontos baixos psicológicos em que as atenções do outro sexo são particularmente bem-vindas.

Mas as oportunidades e os pontos baixos momentâneos não explicam tudo. Até mesmo a experiência cotidiana pode alimentar a infidelidade.

A infidelidade se alimenta de necessidades mais profundas. No mesmo estudo on-line citado acima, tanto os que traem quanto os que não traem demonstraram grande

¹ Mark, Kristen P., Janssen, Erick and Milhausen, Robin R. (2011). *Infidelity in heterosexual couples: Demographic, interpersonal, and personality-related predictors of extra-dyadic sex*. Arch Sex Behav, DOI 10.1007/s 10508-011 -9771 -z. (<https://kinseyinstitute.org/pdf/Infidelity%20in%20hetero%20couples.pdf>)

insatisfação sexual e emocional. A insatisfação sexual foi observada por mais da metade dos homens "traidores" e por cerca de metade das mulheres "traidoras". Até mesmo os não traidores expressaram insatisfação sexual: quase metade das mulheres e cerca de um terço dos homens.

Esses números são substanciais. O resultado foi refletido nas respostas sobre insatisfação emocional. Bem mais de 40% dos traidores de ambos os sexos indicaram insatisfação com seu relacionamento, e bem mais de 20% dos não traidores estavam insatisfeitos com seu relacionamento.

Mesmo quando questões culturais e relacionadas ao questionário são levadas em consideração, o grau de infelicidade que alimenta a infidelidade não pode ser subestimado.²

Quais são os remédios?

Há duas soluções:

Número 1. Passar para uma maior satisfação dentro do casal (3D → 5D, consulte o blog anterior).

Número 2. Fora do casal, nunca confunda emoção com sexo físico 3D. Os relacionamentos físicos são estritamente reservados ao casal. Desfrute de relações externas somente em nível não físico: nada de beijos, nada de toques nos pés, nada físico.

Por favor, deixe que isso seja entendido: A infidelidade, quando descoberta, geralmente é sentida (e pontuada em testes sistemáticos) **como mais devastadora do que qualquer outra experiência traumática, como a perda de um membro da família.**

Muitas pessoas que passaram pela experiência da infidelidade de um parceiro ficaram marcadas para o resto da vida e/ou levaram anos para se recuperar da experiência. **Não é um evento banal, e podemos deixar, sem querer, carcaças psicológicas atrás de nós se nos envolvermos em infidelidade.**

As relações físicas são reservadas para nossos relacionamentos de longo prazo ou, possivelmente, para candidatos honestos a esses relacionamentos de longo prazo. Quando você aplica esse princípio e protege seu relacionamento físico de longo prazo como um conjunto de joias da coroa, tudo se encaixa. Você pode sentir as alegrias do pingue-pongue puramente espiritual o quanto quiser, mas todos devem conhecer sua base física. Isso traz paz e clareza para você e para todos os que estão ao seu redor.

Traga a emoção para casa

Depois, há mais uma etapa: levar a emoção para casa. Quando você tiver se divertido muito, sendo apreciado e acolhido emocionalmente pelos outros, deixe que seu parceiro se beneficie de sua experiência.

Leve a boa vontade para seu relacionamento doméstico e reavive as emoções que podem ter se esgotado com o passar dos anos. Reacenda as conversas e os projetos em comum. Permita que seu parceiro se beneficie de uma nova onda de 5D. Quando a alegria dos 5Ds é compartilhada, o casal pode se fortalecer e uma possível tragédia de afastamento pode se transformar em um novo começo no relacionamento.

² Castleman, Michael (2009). *Marital infidelity: How common is it?* Psychology Today, <https://www.psychologytoday.com/us/blog/all-about-sex/200910/marital-infidelity-how-common-is-it>

Torne-se inteligente e responsável

Pode-se ver que Melkiades favorece o compartilhamento da alegria da 5D – com prudência – em vez de se fechar para o compartilhamento da alegria da 5D. Isso é o oposto do que alguns psicólogos propõem. Enquanto eles sugerem que devemos erguer cercas de ferro em torno de nossas emoções a fim de proteger nossos relacionamentos de longo prazo, Melkiades sugere que devemos nos tornar inteligentes e maduros em relação ao nosso comportamento emocional e sexual. Manter o carinho, a alegria e o amor longe de nós como se fossem algum tipo de praga não seria coerente com nosso caminho evolutivo.

Na ascensão, evoluímos para longe de cercas e limites, em direção a ações inteligentes e responsáveis. Os animais em prisões tendem a encontrar maneiras de escapar e, quando o "pingue-pongue" 5D é rejeitado por medo de "infidelidade emocional", são encontradas maneiras mais tortuosas de proporcionar satisfação emocional – ou seja, infidelidade física real.

A longo prazo, não adianta lutar contra nossas intuições para compartilhar alegria e compreensão com os outros, e não precisamos negar aos outros o acesso aos melhores aspectos de nosso ser emocional. Mas, definitivamente, precisamos entender nossas motivações emocionais e os limites que desejamos impor a elas. Essa é a principal lição de inteligência emocional e maturidade.

Levei cerca de um mês para entender completamente a lógica e a razão deste conselho do meu Eu Superior.

[Verificação. "Melquíades, você concorda com o artigo como ele está agora?" Resposta: "Concordo plenamente". "Posso colocá-lo na Internet?" Resposta: "sim"].

5.1. Ferramentas de comunicação interdimensional

5.1.1. Definições

"Interdimensional", neste contexto, significa "entre os domínios físico e espiritual". "Físico" designa as dimensões de 1 a 4, e "espiritual" refere-se às dimensões de 5 a 12, mais o nível do Criador.

Nas seções a seguir, examinaremos várias maneiras de obter informações do domínio espiritual. As interações com seu Eu Superior são o cerne de nossa existência espiritual. Portanto, primeiro precisamos saber quem é o "Eu Superior".

Um "Eu Superior" é uma entidade espiritual que se estende a todos os aspectos de seu ser físico. Ele é um mapa espiritual detalhado de seu ser físico. Além disso, esse mapa contém links para entidades espirituais relacionadas que estão em ressonância com você. Essa ressonância pode ser muito forte, principalmente se estiver relacionada a simpatias emocionais. Ou pode ser limitada a áreas específicas de preocupação.

A preferência sexual do Eu Superior tende a corresponder fortemente à do Eu físico: os Eus Superiores masculinos tendem a habitar os homens e os Eus Superiores femininos tendem a viver nas mulheres. Muitos propuseram que os cruzamentos de gênero (cerca de 5%) poderiam ser chegadas reencarnatórias recentes habitando um novo corpo. No entanto, Melkiades indica que a maioria dos cross-overs são, na verdade, pessoas que escolheram voluntariamente o sexo oposto antes de nascer, a fim de aprender papéis sexuais, experiências e padrões de vida típicos do gênero oposto. Após a encarnação atual, muitas vezes elas podem retornar aos papéis de gênero anteriores.

Melkiades, meu Eu Superior, demonstrou concordar com todas as partes dessa descrição do "Eu Superior".

Como vimos, as dimensões ascensionadas contrastam com o campo de autoafirmação em uma vida 3D. Elas oferecem uma existência rica e frutífera, vivida em harmonia com nosso ser interior. O ponto central dessa paz espiritual é a colaboração com o Eu Superior, que se torna cada vez mais acentuada com o passar do tempo. Essa interação traz bem-estar, alegria e segurança, o que, por sua vez, nutre nossas interações com nossos entes queridos. A paz e a cooperação com nosso eu interior são, portanto, a base de nossas interações espirituais com o resto do mundo.

Esse sempre foi o centro de meu próprio ser, embora eu tenha levado um bom tempo para tomar consciência disso. Agora vou lhe contar como comecei a interagir com meu eu interior espiritual, com meu Eu Superior.

5.1.2. Como aprendi a me comunicar com meu Eu Superior

Uma lição para um estatístico

Melkiades entrou em minha vida apenas lentamente. Embora já estivesse ciente das realidades espirituais quando era apenas uma criança, uma *percepção espiritual consciente* só começou a me intrigar quando eu tinha cerca de 35 anos. Naquele momento, percebi que alguma "inteligência superior" agia, ou de fato interferia, em minha vida. Isso ocorreu no seguinte evento.

Em um verão, apaixonei-me perdidamente por uma jovem sensível e encantadora, que,

infelizmente, já era casada. Nos anos anteriores, eu havia aprendido a jogar o Yi-Jing para consultar minha sorte; naquele verão, devo ter jogado minhas três moedas de um centavo canadense para bem mais de 100 hexagramas¹: Iríamos ou não acabar morando juntos?

Naquela época, decidia-se o Yi-Jing jogando três moedas para o alto seis vezes. Por incrível que pareça, dia após dia, o Yi-Jing sempre caía em combinações negativas semelhantes, muitas vezes com exatamente o mesmo hexagrama, e outras vezes com alguns outros hexagramas negativos. A conclusão foi inequívoca: definitivamente não havia futuro para mim com essa senhora.

Se você conhece o Yi-Jing e um pouco de estatística, entenderá a incrível sequência de coincidências que isso representa. O Yi-Jing é uma sorte bastante gentil e educada, e geralmente mostra maneiras de transformar os eventos na melhor direção possível. Uma longa sequência de hexagramas claramente negativos é, portanto, altamente improvável. Se você presumir que moedas de três centavos cairão puramente de acordo com o acaso, essa sequência de muito mais de 100 hexagramas negativos consecutivos foi excepcionalmente estranha. Vez por outra, ela me dizia que esse relacionamento não poderia existir e que eu tinha de aceitar exatamente isso.

E, como aconteceu, o Yi-Jing acabou por estar certo – contra minha vontade. No meio do verão, ela foi sozinha para a costa leste do Canadá e eu afoguei minhas mágoas em uma visita hedonista à costa oeste dos EUA. A suposta história de amor, que havia sido tão intensa alguns meses antes, chegou a um fim abrupto – ali mesmo.

Então, "quem" havia "consertado" meu Yi-Jing naquele verão? Talvez eu esteja imaginando coisas agora, mas parece que estou ouvindo "meu Eu Superior" rindo ao fundo. Essa foi a primeira vez que Melkiades apareceu com força em minha vida. Desde então, ele confirmou que teve uma participação clara nessa história.

Isso também me ensinou, de forma um pouco dolorosa, que muito provavelmente existe "conhecimento divino", ou às vezes "presciência divina", que podemos acessar com ferramentas interdimensionais como o Yi-Jing e outras.

Uma visita paranormal de meu pai

Muitos anos atarefados se passaram e, intrigado com o resultado daquele verão, li bastante sobre eventos paranormais durante as décadas de 1980 e 1990. Com o tempo, aconteceram algumas coisas incríveis que me prepararam para encontrar meu Eu Superior mais diretamente.

Uma semana antes de meu pai morrer de câncer ósseo em 1999 (ele tinha 76 anos), contei a ele muito do que sabia sobre a vida após a morte. Ele ficou grato por eu ter lhe dado essas informações. Ninguém jamais havia conseguido lhe dar um relato tão detalhado. Saber para onde estava indo era importante para ele, pois sabia que teria de nos deixar em breve. Combinamos que, se eu estivesse certo sobre a vida após a morte, ele viria me visitar.

Três meses se passaram após sua morte e nada aconteceu. Então, um dia, eu estava acordando lentamente e senti a presença do meu pai à minha esquerda. Ele era professor universitário e dois de seus assistentes de pesquisa estavam esperando à minha direita. Havia um espaço grande e iluminado à minha frente, apontando para o sol nascente.

Na verdade, eu não queria acordar, como às vezes acontece quando se acorda antes do horário normal. Mas, de repente, percebi meu pai dizendo: "Bem, se você não vai acordar,

¹ Melkiades me disse agora que joguei o Yi-Jing 157 vezes sobre o provável desfecho daquela história. Admito que fui bastante obstinado.

temos que ir embora". Isso me deu uma sacudida, virei-me para olhá-lo em meu sonho e lá estava ele, claramente, parecendo muito mais jovem do que era quando morreu. Lembro-me dele em um terno marrom que ele usava muito quando tinha cerca de 45-50 anos de idade. Fiquei muito emocionado e nos abraçamos, bem na hora em que eu estava saindo do sonho.

Quando estávamos nos braços um do outro, senti que ele se desintegrava fisicamente em meus braços. Senti os cacos se desfazendo em meus braços, e os pedaços tocaram minha pele enquanto caíam. Imagine abraçar uma estrutura de porcelana muito fina que, de repente, se desintegra em muitos pedaços pequenos quando você a aperta, e você terá a sensação que tive quando estava sentado em minha cama, agora totalmente acordado e cheio de emoção.

As mãos

Alguns anos depois desse importante evento, tive um verão em 2004 em que estava extremamente cansado. Muitas coisas haviam dado errado nos anos e meses anteriores, tanto no trabalho quanto em minha vida pessoal. Fiz muitos exercícios de meditação para voltar aos trilhos. Faltavam apenas algumas semanas para o início do semestre. Precisava de uma ajuda extra para me manter no caminho certo. Foi quando conheci Melkiades diretamente.

Todos os dias naquele verão, usei as gravações de hemisincronização do Instituto Monroe² para fazer uma ou duas horas de meditação. Isso foi muito bom. Ao fazer as meditações, senti que estava ganhando força. Minhas energias fracas estavam sendo restauradas. Durante as meditações, tive a forte sensação de que alguns guias estavam me ajudando. Então perguntei: "Ok, se você está aí, meu guia, pode se mostrar para mim?" Por um longo tempo, não obtive resposta.

Mas continuei perguntando. Eu queria conhecer essa presença invisível. Algumas pessoas veem anjos, outras veem um parente, outras ainda veem um companheiro, por que eu não poderia encontrar meu guia³? E, como acontece com frequência em eventos de outras dimensões, as respostas vêm quando você não as espera.



Um dia, no meio de uma meditação em que eu não havia pedido nada, de repente vi duas mãos masculinas entrarem em meu campo visual, diretamente na frente do meu olho de meditação. "Duas mãos? O que é isso?" perguntei. "Você queria me ver", foi a resposta telepática. Eu ri e interrompi minha meditação.

"Sim, sim, então não posso ver seu rosto,

apenas suas mãos!" Nesse momento, eu sabia com certeza que tinha um guia pessoal, meu próprio Eu Superior⁴.

As meditações intensivas que fiz naquele verão foram de grande ajuda. No ano universitário seguinte, não apenas recuperei a maior parte de minhas energias, mas também reescrevi todo o material do meu curso. A meditação me permitiu reunir forças, ver além das duras dificuldades pessoais pelas quais eu estava passando e me preparou para a próxima grande parte da minha vida.

² www.monroeinstitute.org/resources/hemi-sync/

³ Eu ainda não tinha uma ideia clara de quem estava me guiando naquela época. Para mim, um "guia" era qualquer entidade superior e invisível, e meu Eu Superior era meu guia pessoal, então, na época, apenas me dirigi a um "guia".

⁴ Apenas alguns anos depois, em 2007, descobri que meu Eu Superior se chamava "Melkiades".

Mais ferramentas de comunicação interdimensional

Meu Eu Superior não se manifestou por um bom tempo depois disso. Duas mãos foram tudo por vários anos, mas a experiência me incitou a ver como eu poderia trabalhar mais diretamente com ele. Se ele havia me ajudado a sair de uma fase difícil da vida, será que não poderia me ajudar com outras questões importantes?

Eu estava me aproximando da aposentadoria e precisava de alguma orientação sobre o que fazer na próxima parte da minha vida. Durante muito tempo, continuei fazendo a mesma pergunta: "Como posso me comunicar mais diretamente com você?" Eu desejava ter um amigo ao meu lado com quem pudesse conversar sobre as coisas.

Com o passar do tempo, aprendi que meu Eu Superior estava sempre presente, mas que ele esperava que eu fizesse um esforço para encontrar as ferramentas de comunicação certas para fazer minhas perguntas. A comunicação com ele não era como um e-mail. Eu não recebia "mensagens do chefe" para me dizer que eu deveria fazer isso ou aquilo, ou "sugestões gentis de um amigo" de que um determinado curso de ação poderia ser muito melhor do que outro. Primeiro tive de encontrar as ferramentas, depois tive de fazer experimentos para estabelecer os códigos de comunicação e, por fim, tive de encontrar as perguntas mais relevantes. Foi um verdadeiro trabalho durante todo o processo!

Se o caminho até as ferramentas de comunicação certas foi extenso, talvez tenha sido intencional. Por meio dessa longa abordagem, fui exposto, passo a passo, a toda uma série de ferramentas de comunicação. Agora posso apresentar a você, sistematicamente, cada uma dessas ferramentas.

5.1.3. Do Yi-Jing para muitas outras

Antes de 2005, eu tinha basicamente apenas uma ferramenta, o Yi-Jing. Depois descobri que poderia expandir minha comunicação com o pêndulo, testes musculares, meditações interativas, sonhos lúcidos, canalização e telepatia. Vou caracterizar essas ferramentas rapidamente aqui e, nos blogs subsequentes, descreverei cada uma delas com mais detalhes.

O pêndulo (Seção 5.2.) e o Yi-Jing (Seção 5.4.)

Em resumo, agora posso distinguir entre "sim", "não", "talvez" e "sem opinião", bem como entre respostas enfáticas "sim" ou "não". Além disso, posso dizer se um evento futuro é iminente ou se provavelmente está mais distante no futuro.

Em todas as perguntas importantes, obtenho informações do Yi-Jing, do pêndulo e, com frequência, do 12º Nível. Se eu jogar os dados manualmente, faço a mesma pergunta no máximo três vezes. Comparo cada resposta entre os dois instrumentos. Se obtiver uma resposta muito discrepante, sei que fiz a pergunta errada. De modo geral, agora obtenho respostas concordantes e complementares.

Se eu fizer a pergunta com um programa Yi-Jing de computador, continuo fazendo a mesma pergunta e, a cada vez, pergunto ao pêndulo se aquela foi a resposta certa. Usado dessa forma, o pêndulo é muito decisivo e aponta para uma resposta Yi-Jing adequada de forma muito confiável.

Perguntas inúteis

As informações também se tornaram mais confiáveis quando aprendi sobre quais perguntas o pêndulo se recusa a falar.

Ele não responderá a perguntas para as quais eu já sei a resposta ou para as quais posso obter a resposta facilmente. "Esse não é o jogo que vou jogar" parece ser a resposta para esse tipo de pergunta. Mas acontece que as respostas são mais confiáveis e mais úteis quando minhas perguntas exigem informações que não posso obter por conta própria ou quando minhas ações subseqüentes podem ensinar uma lição a mim ou ao meu ambiente.

As perguntas sobre dinheiro são um exemplo interessante. Embora muitas vezes eu tenha recebido uma ajuda realmente excelente em decisões e orientações financeiras importantes, pequenas quantias de dinheiro são claramente uma preocupação secundária para o Yi-Jing ou para o pêndulo. Muitas vezes perdi um pouco de dinheiro, mas, em troca, recebi uma lição útil. Algumas vezes também perdi algum dinheiro para ensinar uma lição a outra pessoa. Isso certamente tem sido irritante para todos, mas devo pensar nisso como um "investimento em sabedoria", tanto na minha própria sabedoria quanto na do mundo ao meu redor.

Os testes musculares (Seção 5.3.) confirmam ainda mais os resultados do Yi-Jing/pêndulo.

A maioria das pessoas conhece o teste muscular como "teste de braço".

Acontece que é muito mais fácil manter o braço estendido para os lados quando se está pensando em algo verdadeiro do que quando se está pensando em algo falso. Estenda o braço para o lado, pense em algo verdadeiro, peça a um amigo para pressionar o braço e veja como você consegue resistir a essa pressão. Em seguida, faça o teste enquanto estiver pensando em algo falso, como fingir ser chamado de uma pessoa típica do sexo oposto, e veja seu braço cair contra sua vontade.

Você também pode fazer esse teste com os pés. Para a maioria das pessoas, uma resposta verdadeira faz com que ambos os lados do corpo se contraiam da mesma forma, e uma resposta falsa faz com que ele se contraia em apenas um lado. Para algumas pessoas, é o inverso. Você pode ver o resultado no comprimento das pernas.

A diferença é substancial, da ordem de 1 cm ou mais. Minha parceira Elena usa essa técnica extensivamente em seu trabalho de medicina complementar, e a confiabilidade é excelente. O bom do teste muscular é que as respostas são totalmente subconscientes. A menos que você contraia o corpo de forma totalmente anormal - o que é fácil de identificar - as reações são subconscientes e refletem a resposta do seu eu interior.

Sonhos lúcidos (Seção 5.5).

Quase todo mundo sonha, muitos se lembram de partes de seus sonhos e, se você prestar atenção, alguns de seus sonhos são mensagens diretas do Eu Superior. Esses são o que chamo de sonhos lúcidos.

Para incentivar o sonho lúcido, eu simplesmente tive de levar a sério o que já havia lido muitas vezes antes: Você deve anotar seus sonhos. Quando comecei a fazer isso, Melkiades assumiu o controle e me conduziu por algumas experiências incríveis. Quando acordei, sei, pelo conteúdo claro e pelo novo aprendizado, quais dos meus sonhos são lúcidos. Então, sei se devo anotá-los.

Em meus sonhos lúcidos, Melkiades geralmente me faz passar por algumas experiências ou aponta algumas características do que estou vendo. Ele geralmente está bem atrás de mim, a cerca de um metro de distância. Na experiência de ascensão (Seção 1.1.), eu o senti muito próximo de um dos meus lados, como alguém que quer lhe dizer algo particular quando você está em um grupo de pessoas. De qualquer forma, ele mantém

distância suficiente para não me assustar.

Meditações interativas, canalização e telepatia

Para **meditações interativas**, você pode encontrar uma introdução extensa na Seção 5.6.

Esse é um método muito poderoso e você consegue "ouvir" seu Eu Superior diretamente. No entanto, é preciso encontrar um praticante, muitas vezes viajar um pouco e ter um ou mais dias livres para realizar uma sessão. É uma experiência muito boa, muito intensiva, mas às vezes bastante cara, dependendo de onde você mora.

Por fim, há a **canalização** (Seção 5.7) e a **telepatia** (Seção 5.8).

Em geral, eu mesmo não uso a canalização. Meu Eu Superior me incentivou a me comunicar com mais frequência por meio de canalização e talvez eu faça isso com o tempo. A canalização exige um grau excepcional de "abandono controlado". Nas vezes em que tentei, funcionou bem, conforme indicado por minhas outras ferramentas de comunicação. Com o tempo, se eu aprender a canalizar e a usar a telepatia com mais frequência, sempre o farei com o maior cuidado, de modo a captar e transmitir as mensagens correta e adequadamente.

5.1.4. Proceder com cuidado

Qual é a confiabilidade dessas várias ferramentas?

A confiabilidade de tais resultados é diferente para cada pessoa. Os resultados da pesquisa sugerem que a confiabilidade é melhor para as pessoas que acreditam firmemente que esse tipo de coleta de informações "realmente funciona". Elena e eu verificamos, por meio de testes musculares nos pés, a confiabilidade de minhas interrogações com o pêndulo. O resultado foi cerca de 90%. É interessante notar que meu pêndulo responde da mesma forma. Ele diz que a confiabilidade do meu teste de pés e do Yi-Jing também é de cerca de 90%.

Para perguntas realmente importantes, repetimos a pergunta em dias diferentes, até mesmo três ou quatro vezes, se a questão for realmente importante. Tivemos algumas divergências em diferentes interrogatórios, mas, mais uma vez, a confiabilidade da repetição tem sido realmente excelente para nós.

É claro que precisamos proceder com cuidado. Muitas das experiências que descrevo, bem como minhas muitas induções interativas com clientes, me levaram a acreditar que o Eu Superior pode nos ajudar muito em todos os tipos de situações da vida e da saúde. Trabalho com Melkiades e com o 12º Nível diariamente, mas sempre com muita prudência. Com frequência, faço uma verificação cruzada das respostas de Melquíades com métodos diferentes, tanto para verificar se acertei a resposta quanto para tentar entender completamente todas as dimensões de suas respostas.

Além disso, experimentos com telepatia sugerem que uma sugestão pode muito bem atingir o nível subconsciente de alguém, sem se tornar uma experiência totalmente ouvida conscientemente. No entanto, em casos de forte afinidade mútua, as mensagens ouvidas auditivamente tornam-se possíveis, a qualquer distância, como posso atestar pessoalmente.

Quando se chega a um estado avançado de interação e a recepção se torna confiável, o "outro lado" pode se cansar da verificação cruzada. Isso já aconteceu comigo e com um bom amigo que é vidente. Por exemplo, eu havia feito uma análise detalhada da condição

ocular de minha mãe e queria revisar a lista uma segunda vez. O pêndulo se recusou e recebi apenas o sinal de "sem resposta". Então perguntei a Melquíades o que estava acontecendo e recebi a resposta de que ele não queria fazer a lista mais uma vez e que estava tudo bem como estava.

Proteja-se

O trabalho espiritual não é simples. Gremlins e talvez espíritos mais poderosos podem se opor ao seu trabalho. Quanto melhor você se torna, mais formidável é a "oposição". Não espere uma viagem tranquila. Quando a oposição se manifesta na forma de resultados estranhos e inconsistentes, a única resposta é uma atitude resoluta.

Quando coisas estranhas começam a acontecer, olhe diretamente à minha frente, como se visse os gremlins fisicamente, e digo a eles, com uma voz determinada e desapaixonada, que desapareçam imediatamente. E eles desaparecem: Os resultados voltam a ser confiáveis e o trabalho espiritual pode prosseguir como deveria.

Sem ajuda de drogas

Não sugiro trabalhar com drogas. Pessoalmente, funciono totalmente sem agentes psicoativos ao buscar contato com "o outro lado".

Pode ser verdade que um "não-crente" comece a acreditar muito mais rapidamente que o outro lado está "realmente lá" depois de tomar uma substância psicoativa. Mas uma experiência induzida por drogas provavelmente iluminará apenas uma pequena parte, possivelmente mal selecionada, do mundo do além, frequentemente sem a ajuda de um guia. Isso pode fazer com que esse aspecto de sua psique perca todas as proporções. Ou pode se tornar uma experiência assustadora e totalmente aversiva, o que seria um grande choque para todo o corpo. Além disso, insistir nesse aspecto poderia nos isolar rapidamente do resto do mundo, daqueles que nunca tiveram uma experiência semelhante.

Acredito em trabalhar com meu corpo, com meu Eu Superior e com meu ambiente. Como um bom esportista, quero ser uno com meu corpo, e isso inclui meu pensamento consciente, minhas emoções, meu eu espiritual e minha comunicação com o resto do mundo. Também faço parte de uma equipe espiritual maior, junto com pessoas que podem ou não ter tido experiências semelhantes. Como participante integrado em um mundo espiritual aberto e alegre, posso então abrir o diálogo com meu Eu Superior, bem como com outros guias e conselheiros "do outro lado".

Aceitei que as entidades do outro lado são, em sua maioria, invisíveis. Quando você chega a uma porta e quer saber se alguém mora lá, pode bater ou tocar. Os ruídos do outro lado lhe dirão se há alguém lá. Quando a pessoa não abre a porta, geralmente se supõe que há um bom motivo. Então, é possível iniciar a conversa pela porta. É assim que vejo meu diálogo com meu Eu Superior. Estamos nos dois lados de uma porta, do que muitas pessoas chamam de "um véu", e começamos a nos conhecer lentamente por meio desse véu.

Mais uma vez: Eu sou o chefe e sou responsável

Uma última palavra, porém importante: Minhas interações com meu Eu Superior nunca devem se transformar em dependência do Eu Interior. Meu Eu Superior não é um substituto do pai. É nossa responsabilidade na vida aprender a ser nosso próprio chefe e a enfrentar nossos desafios. Eu sou o chefe desta minha encarnação, e ninguém mais é. Quando consulto Melkiades, consulto um amigo muito querido. Reflito muito sobre seus

conselhos, mas sempre tomo minhas próprias decisões.

Também posso estar completamente errado. Embora eu seja sempre muito cuidadoso com qualquer conselho que recebo, ocasionalmente já fui muito enganado. É muito difícil acordar para esse fato.

Acho que é assim que as coisas devem ser. Melkiades me ajuda a ficar muito mais bem informado e consideravelmente mais sábio, e sou grato por toda essa ajuda. Estamos em um extenso processo de aprendizado no início de nossa vida ascensionada e agradecemos toda a ajuda que pudermos obter. Ao mesmo tempo, assumimos plenamente – e nos beneficiamos – de todos os riscos que essa vida rica oferece.

[Verificação com Melkiades: "Você concorda plenamente com o que escrevi neste blog?" "Concordo."
"Posso colocar isso no site?" "Concordo plenamente."]

5.2. O pêndulo

Os primeiros radioamadores trocavam algumas palavras com colegas distantes por meio do código Morse. Da mesma forma, agora podemos nos comunicar delicadamente com um imenso mundo que vive no mundo espiritual. Se ouvirmos respostas sistemáticas por meio de um pêndulo, saberemos que alguém está lá, inteligente e vivo.

Veja como eu uso o pêndulo:

- Uso *as ferramentas de sim-não* (pêndulo e teste muscular) para obter respostas diretas às minhas perguntas diárias e para verificar as respostas.
- Uso *as ferramentas simbólicas* (Yi-Jing e sonhos lúcidos) para entender o contexto mais amplo e explorar um território totalmente novo.

Muitos autores na Internet dizem que, para um pêndulo, pode-se usar praticamente qualquer peso pesado preso a uma corda ou a um fio. Talvez isso seja verdade para eles, mas não foi assim para mim.

Comecei com uma pedra presa a um fio e fiz várias perguntas. As respostas não foram muito claras. Em seguida, tentei usar um pequeno cristal preso a uma corrente curta de prata. Mas, novamente, não obtive nenhuma resposta confiável. Por fim, investi alguns euros e encomendei um pêndulo de latão preso a uma corrente de 20 cm e, finalmente, obtive respostas confiáveis! (Fig. 1).



Fig. 1. Um pêndulo de 25 g com uma corrente de 20 cm.

O pêndulo de latão é um pouco mais pesado do que os pêndulos de pedra e cristal. Ele também tem uma corrente mais longa. Ainda existem pêndulos mais pesados, portanto, suspeito que um pêndulo deve se ajustar à sua mão e ao tipo de movimento que é natural para você. De qualquer forma, não desista e faça experiências se não obtiver respostas confiáveis no início. Para fins de confiabilidade, você pode testar o pêndulo com nomes diferentes, veja a Fig. 2.

Para algumas outras pessoas, uma vara de adivinhação serve como um pêndulo particularmente sensível. Pessoalmente, não consigo obter os serviços da vara de adivinhação abaixo (Fig. 3) – ela até me dá uma resposta negativa quando pergunto se ela quer trabalhar comigo! No entanto, eu tinha um bom amigo com grande aptidão espiritual que preferia trabalhar com a vara de adivinhação. Ele até projetou uma que podia carregar como uma caneta e que tinha um fio extraível. Ele a usou por cerca de 20 anos para selecionar alimentos particularmente saudáveis.



Fig. 2. Pêndulos diferentes respondem com confiabilidade diferente. Para mim, o pêndulo de 35 g (à esquerda) respondeu "sim" a todas as perguntas, inclusive à pergunta "Meu nome é Juliette?" (obviamente, não é).

O pêndulo de 25 g (à direita) respondeu "não" à pergunta "Meu nome é Melkiades?", respondeu "sim" a "Meu nome é Melki?" e "não" a "Meu nome é Juliette?". Portanto, o pêndulo de 25 g me dá respostas muito consistentes e adequadas às perguntas. É muito importante ter uma relação viva e confiável com o peso de seu pêndulo e com o comprimento de sua corrente.

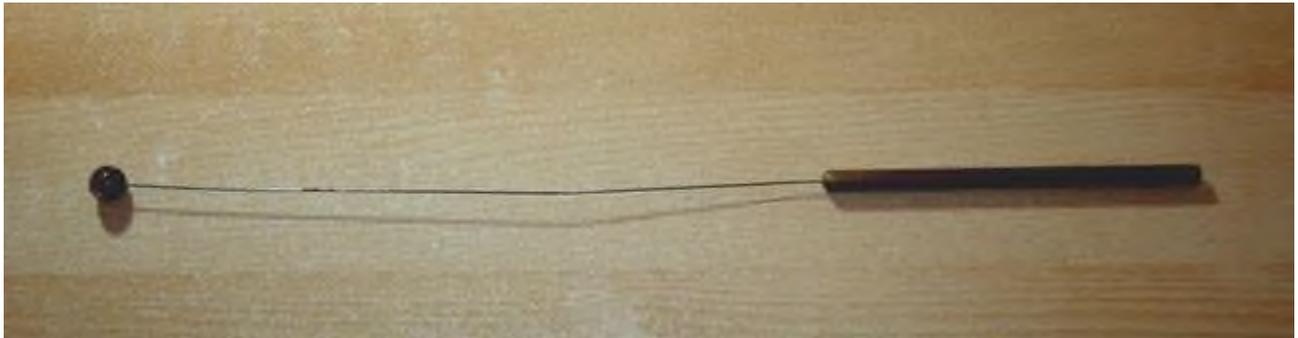


Fig. 3. Vara de adivinhação

O código

A próxima parte é o código para se comunicar com o outro lado.

Fiz alguns experimentos durante algumas semanas e descobri que meu Eu Superior queria usar o código que mostro abaixo (Fig. 4). Em seguida, entrei na Internet e verifiquei os códigos que funcionavam para outras pessoas. Descobri que os resultados delas eram bem diferentes dos meus.

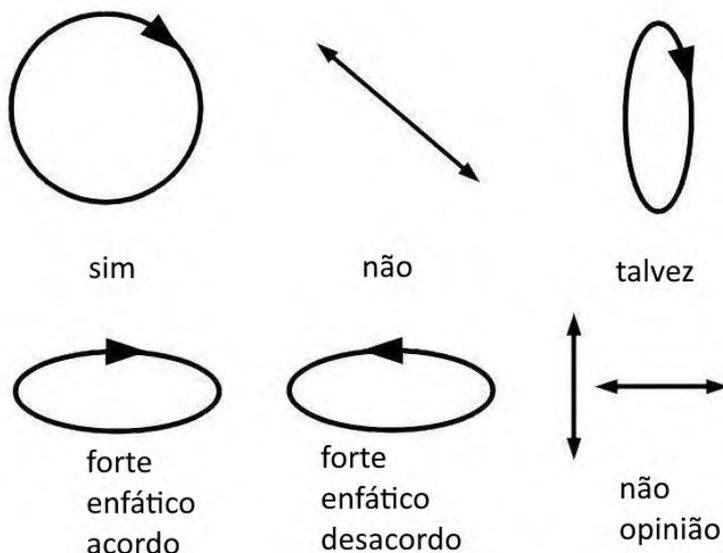


Fig. 4. Sinais de pêndulo que funcionam para mim pessoalmente

Portanto, logicamente, recomendo que você mesmo faça experimentos para descobrir como seu pêndulo sinaliza "sim" e "não". O "talvez" deve estar logicamente entre os dois. Em seguida, veja se você obtém um sinal distinto para "não sei". Não presuma que seu código deva ser parecido com o meu.

Também pode haver alguns códigos especiais. Recebi o sinal inferior central algumas vezes e,

por muito tempo, não sabia o que significava, pois o recebia muito raramente. Finalmente, percebi que esse era o sinal em que Melquíades queria me mostrar que estava

discordando enfaticamente de mim.

Com o passar dos anos, os movimentos no sentido horário acabaram sendo sinais positivos para mim, e os movimentos no sentido anti-horário foram sinais negativos.

Outra lição de longo prazo que aprendi com essa experiência foi que o código de comunicação com o outro lado pode se estabilizar somente após anos de uso. Tente, verifique e não desista. A comunicação fica mais fácil e se torna mais confiável com o tempo.

Uma consulta

Usando essas ferramentas, podemos fazer uma consulta.

Anote suas perguntas.

Muitos experimentos demonstraram que o "outro lado" responde apenas à pergunta que você faz, exatamente como você a faz. Portanto, é muito útil ter um registro claro das suas perguntas, para poder dizer se obteve respostas adequadas do seu Eu Superior e para ajudá-lo a descobrir por que pode estar obtendo um resultado surpreendente. Portanto, anote sua pergunta ou, no mínimo, diga a pergunta em voz alta para si mesmo antes de começar e enquanto balança o pêndulo.

Então, para iniciar a consulta, fecho os olhos e me "acalmo". Concentro-me e "conecto-me" com a pergunta. Se você for um iniciante, recomendo que comece com uma meditação de um minuto¹. Depois de praticar, dê a si mesmo um mínimo de 15 segundos para se concentrar totalmente em sua pergunta.

A ideia do "acalmar-se" é que você fique aberto a qualquer resposta que o pêndulo queira lhe dar, seja "sim", "não" ou qualquer outra. Não comece a balançar o pêndulo até que você tenha uma mente clara e orientada para os melhores resultados para o maior número de participantes.

Quando estou pronto, levanto todo o meu braço e balanço o pêndulo três vezes para frente e para trás, para longe e para perto de mim. Em seguida, mantenho meu braço bem imóvel no ar e espero cerca de 20 a 30 segundos. Depois, abro os olhos e vejo o que o pêndulo respondeu.

Não se apresse! Às vezes, o pêndulo leva um bom tempo para "se decidir". O outro lado pode levar algum tempo para "refletir" ou "calcular" antes de lhe dar uma resposta. Em uma consulta recente, pedi a Melkiades que me desse uma avaliação da qualidade de uma lista de três páginas de distúrbios de saúde. Cada distúrbio havia sido codificado numericamente. Melkiades levou cerca de três minutos para calcular a resposta, mas depois a resposta foi confiável em testes de tentativa e repetição. Também em meditações interativas com clientes, às vezes percebi que havia algumas hesitações inesperadas em perguntas complexas. Isso sugere para nós, deste lado do véu, que "o outro lado" precisa fazer uma pesquisa, um cálculo ou uma consulta antes de responder.

Também descobri uma tendência interessante em perguntas do tipo "desenvolvimento futuro mais provável". Quando o desenvolvimento está próximo (dias, semanas), a resposta vem um pouco mais rapidamente do que em situações em que a pergunta se refere a eventos mais distantes (meses, anos). Isso nos faz rir, pois olhamos para o pêndulo e imaginamos os computadores de probabilidade de outro mundo girando enquanto aguardamos o resultado.

1 One minute-meditation: <https://www.youtube.com/watch?v=F6eFFCi12v8>

A interpretação

Anote seu resultado.

Seja muito rigoroso com relação a isso, principalmente no início. Ao sairmos de nossa experiência 3D, temos uma mente egoísta e diabólica e sempre queremos que as coisas saiam do nosso jeito. O pêndulo nem sempre está de acordo com o que queremos. A única maneira de evitar respostas erradas e inconvenientes é sermos muito rigorosos conosco mesmos e anotar fielmente as respostas que o pêndulo nos dá.

Quando a resposta é muito estranha, tenho a regra das três perguntas. Faço três vezes a mesma pergunta ao pêndulo, e não mais. Sempre é possível que haja um erro,

Se eu obtiver três vezes "sim" ou três vezes "não", a resposta é evidente.

Se eu obtiver uma vez "sim" e duas vezes "não", ou o inverso, paro e penso. As respostas pareceram dois "fortes sim" ou dois "claros não"? Então a resposta divergente pode ter sido um erro.

Se as respostas foram menos fortes, penso no motivo pelo qual a resposta não foi clara. Estou cansado? Estou com pressa? A pergunta não está clara em minha mente? Ou o Eu Superior está hesitando? Talvez seja mais apropriado perguntar em outro momento.

Quem responde, você ou o seu Eu Superior?

Se você pendurar o pêndulo em um gancho em algum lugar do seu quarto e esperar que ele balance, é provável que ele não balance. Você precisa de sua mão para fazê-lo balançar. Portanto, a pergunta é: quem faz o pêndulo balançar, você ou o seu Eu Superior?

Minha resposta é: para um iniciante, ambos, e para o experimentador avançado, principalmente o Eu Superior. O objetivo da comunicação com o Eu Superior por meio do pêndulo é reduzir o efeito de nosso pensamento consciente e permitir que as ações do Eu Superior surjam e direcionem os movimentos de suas mãos. Quanto mais você permitir que o Eu Superior faça isso, melhores serão os resultados.

Essa é toda a base de nossa comunicação com o Eu Superior. O Eu Superior é uma parte de você. É a parte da sua psicologia que o conecta com o "Além" e com a Existência Mais Elevada, Deus ou "a Fonte".

A vida em 3D racionalizou essa parte de nossa existência humana por muitas décadas, até mesmo séculos. Agora, nas dimensões extras de uma vida espiritual, estamos novamente nos conscientizando disso, do nosso cordão umbilical com o Eu Superior e com o Além. Quando deixamos nosso eu consciente e nossas emoções relaxarem por algum tempo, o Eu Superior tem a chance de vir à tona e direcionar os movimentos de nossas mãos ao balançarmos um pêndulo. Ele agora pode influenciar os músculos de sua mão de forma minuciosa para que ela balance desta ou daquela maneira, de forma inteligente. E essa é a base da nossa comunicação com o Eu Superior e, por meio do Eu Superior, com o Além.

Perguntando sobre alguém

Deve-se ter muito cuidado ao perguntar sobre outra pessoa com um pêndulo.

Antes de mais nada, você deve perguntar? Muitos relacionamentos amorosos já terminaram e não se deseja mais contato. Se você insistir em obter acesso à alma de um ex-parceiro, quando realmente não deveria, poderá se expor a uma enorme retaliação. Você pode ter que pagar por sua intrusão não convidada com insônia, desconforto ou até

mesmo doença. Portanto, pergunte sempre se você tem permissão da outra pessoa antes de sondar a intimidade dela.

Em segundo lugar, esteja ciente de que o que você descobrir pode ser de natureza muito temporária. Aqui está um exemplo concreto. Minha parceira Elena deveria ter feito uma ligação internacional de longa distância para mim pelo Skype certa noite, às 23h. Às 23h45, a ligação não tinha sido feita e perguntei ao meu pêndulo o que estava acontecendo. Recebi o sinal de "não". O que poderia ser isso? Havia algum problema grave? Ela estava chateada comigo? Todos os tipos de pensamentos passam por sua cabeça nesses momentos.

Então, liguei para o celular dela pelo Skype. Não havia nada de grave. Ela simplesmente não conseguia obter uma linha de Internet e, portanto, não podia me ligar. Como as ligações internacionais são muito caras pelo celular, ela ficou um pouco chateada comigo por eu ainda não ter ligado para ela pelo Skype. Depois de uma conversa amigável, desligamos e eu perguntei ao pêndulo novamente. Agora recebi um sinal de "sim" e ele permaneceu "sim" pelo resto da noite.

Portanto, a resposta de um pêndulo, mesmo que esteja correta, não está gravada em pedra. As coisas podem mudar muito rapidamente, em sintonia com as emoções. Não deixe que o pêndulo o desestabilize, deixe que ele o ajude, não o prejudique.

Tenha certeza e aja

Depois de uma consulta, espero que a resposta seja clara, para que eu possa decidir como agir. Se ainda assim não estiver clara, ou se a resposta for muito contrária, posso verificar com outra técnica. Posso esperar por uma chance de verificar as respostas do pêndulo com testes musculares ou, quando não estiver com pressa, posso fazer a verificação com uma pergunta ao Yi-Jing.

Uma coisa é certa. Nunca saio de uma consulta até ter um resultado claro. Melkiades e eu concordamos com o seguinte: nossa mente e nossas ações nunca devem ser inconstantes. Se fizermos um esforço tão grande para obter um conselho honesto do outro lado, devemos a nós mesmos uma resposta clara e cristalina.

Quanto à ação que finalmente tomarei, essa é minha própria decisão. Na maioria das vezes, sigo o conselho de Melkiades – isso é óbvio. Mas também já fui contra seu conselho. Ele sabe que, nesta encarnação, tenho de fazer meu próprio aprendizado, e o aprendizado é resultado da experimentação. E isso pode nem sempre ser o que o Eu Superior julga ser a melhor direção.

Na grande interação entre o Eu Superior e o Eu Material, essa é a tensão e o entusiasmo centrais de nossa existência humana. Por meio de ferramentas de comunicação interdimensional, nós, humanos, podemos entrar em uma interação alegre com o fragmento de Deus dentro de nós. Dessa interação nasce o enorme privilégio de nossa criatividade.

[Verificação com Melkiades: "Você está de acordo com o artigo como ele está agora?" Resposta: "Sim." "Posso colocá-lo na Internet?" Resposta: "Sim". Observação: Havia uma versão anterior na qual obtive um "talvez" para a primeira pergunta. Depois, fiz algumas alterações importantes, que Melkiades aprovou. Agora ele concorda que o artigo também reflete totalmente seu ponto de vista].

5.3. Testes musculares

O teste muscular é uma arte antiga e tem um nome oficial, "cinesiologia".

No último meio século, essa técnica tornou-se conhecida principalmente na medicina quiroprática e nos campos associados. Nos últimos anos, ela também passou a ser usada amplamente na medicina alternativa.

O tipo de cinesiologia que estamos usando aqui é um tipo especial, que explora as reações naturais do corpo a perguntas do tipo sim-não. Seu nome oficial é "cinesiologia especializada ou energética". Algumas pessoas também chamam o que fazemos aqui de "teste bioenergético". Para simplificar, usaremos apenas o termo "teste muscular".

Os músculos dão respostas do tipo sim-não

Com o teste muscular, podemos examinar as reações naturais do corpo às perguntas. O que descobrimos não é realmente surpreendente. Nosso corpo se sente desconfortável e se torna desajeitado quando pensamos em algo desagradável, e funciona sem problemas quando pensamos em algo agradável. Essas são as diferenças que examinamos nos testes musculares.

Elas estão relacionadas ao que pode ser observado no teste do detector de mentiras.

A maioria das pessoas fica desajeitada quando mente e funciona normalmente quando não mente. Nos testes de detector de mentiras, as respostas do corpo são medidas, como pressão arterial, pulso, respiração e condutividade da pele, enquanto as pessoas respondem a várias perguntas. Os detectores de mentira captam as contrações e os relaxamentos involuntários de vários músculos do corpo e distinguem as respostas musculares naturais das não naturais. As respostas mentirosas tendem a ser exageradas, particularmente longas e descoordenadas, em comparação com as respostas honestas, que são mais curtas, adequadas à tarefa e bem coordenadas.

Esse padrão é alterado em mentirosos confirmados que aprenderam a permanecer em um estado perfeitamente natural enquanto contam as maiores mentiras. Normalizar as respostas fisiológicas naturais ao mentir é uma "arte" (ou uma aberração) que pode ser aprendida com relativa facilidade e que pode ser usada para espionagem ou para outros fins enganosos.

Mas aqui, nosso objetivo é o oposto. Presumimos que você gostaria de deixar seu corpo responder da forma mais natural e honesta possível às perguntas que lhe forem feitas. Além disso, veremos se você também pode permitir que seu corpo responda espontaneamente às perguntas que fizemos ao Eu Superior.

É provável que você consiga. Nós o levaremos até lá, passo a passo.

5.3.1. Teste de braço

Faremos uma série de testes práticos aqui. Encontre um amigo com quem você possa fazer esses exercícios. Seu amigo deve estar disposto, sem hesitação, a participar desses testes simples. Não se esqueça de pedir permissão explicitamente.

Exercício: Peça ao seu amigo para ficar em pé, reto, no meio da sala e esticar um braço. Os olhos devem estar abertos e voltados para baixo em um ângulo de 45 graus. Peça a seu amigo que mantenha o braço firme e rígido. Coloque-se atrás do pulso do braço esticado e ponha sua mão no pulso. Peça ao seu amigo para dizer em voz alta: "Meu

nome é..." e preencher com seu nome verdadeiro, como "Meu nome é Lisa Smith", ou qualquer que seja o nome verdadeiro dele.

Durante essa frase, em um momento inesperado, pressione rapidamente o pulso do seu amigo. Você perceberá que há uma grande resistência quando seu amigo tenta manter o braço levantado.

Agora peça ao seu amigo para fazer o mesmo novamente: estique o braço e mantenha-o rígido. Mas então seu amigo deve dizer um nome típico do sexo oposto. Portanto, se seu amigo for uma mulher, ela poderá dizer: "Meu nome é Roger Wild". Novamente, enquanto ela diz a frase, pressione o pulso em um momento inesperado. Percebeu como o braço desce com muito mais facilidade?

Se o efeito não foi tão claro, dê a seu amigo um copo de água, espere um minuto, sacuda um pouco o braço e tente novamente. Então, normalmente, tudo deve ficar bem. O corpo não deve estar com sede enquanto você faz esse exercício.

Faça quantos testes forem necessários para ver como isso funciona.

Explicação

Por que isso aconteceu?

Esse efeito decorre do que dissemos acima. Quando você não mente e quando a resposta é "sim", suas respostas são naturais. Portanto, se quiser manter o braço esticado, você colocará sua energia normal e natural na tarefa. Isso mantém o braço bem firme contra a pressão.

Quando você mente, seu corpo "fica confuso". Parte do seu corpo sabe que deve manter o braço esticado, mas outra parte sabe que está mentindo. Isso induz a descoordenação nas respostas musculares e, bingo, o braço cai, muito mais facilmente do que antes.

Esse princípio básico de coordenação vs. incoordenação fica ainda mais evidente no próximo exercício.

5.3.2. Comprimento da perna

Nessa versão do teste muscular, examinamos a resposta de todo o corpo. É lógico que, quando alguém responde às perguntas honestamente, todo o seu corpo deve permanecer em um estado de relaxamento uniforme. Mas quando alguém conta uma mentira, o corpo da maioria das pessoas cria um desequilíbrio físico. Metade do corpo se contrai enquanto a outra metade permanece mais relaxada. Como resultado, uma metade do corpo fica um pouco mais curta do que a outra.

Essa diferença é muito importante. Geralmente, há uma diferença de cerca de 1 cm entre as duas condições.

A maioria das pessoas não acredita nisso até ver de fato. Isso pode ser demonstrado mais facilmente quando uma pessoa está deitada em uma cama e usa sapatos com saltos bem visíveis. Então, vamos experimentar isso.

Exercício. Peça a seu amigo que se deite na cama de modo que os pés fiquem estendidos sobre a borda da cama. Os tornozelos devem estar apoiados diretamente na borda inferior da cama, com sapatos que tenham saltos bem visíveis.

Quando a pessoa está apenas deitada em silêncio ou quando diz seu nome verdadeiro, os calcanhares têm aproximadamente o mesmo comprimento. Algumas pessoas têm uma perna um pouco mais longa que a outra. Peça a seu amigo que diga seu nome verdadeiro e anote a diferença normal entre as pernas.

Agora vamos tentar o teste da mentira. Peça a seu amigo que diga "My name is..." com um nome típico do sexo oposto e observe os saltos.

Não é incrível? Uma perna agora é muito mais curta do que a outra. Na maioria das pessoas, há agora uma diferença de 1-1,5 cm (meia polegada) entre os calcanhares.

Tente fazer esse exercício várias vezes, até que você tenha uma boa noção de como uma resposta verdadeira difere de uma resposta falsa.

Diferenças finas. As diferenças também podem ser graduais. Tente algumas situações em que você contraste mentiras flagrantes com meias-mentiras, ou em que contraste verdades claras com situações inseguras. Veja o que os "pés lhe dizem" sobre essas condições. Em geral, deve haver fortes diferenças no calcanhar para verdades claras e mentiras flagrantes. As diferenças de calcanhar para meias-mentiras e situações inseguras devem ser menos evidentes.

As exceções: Algumas pessoas têm exatamente a resposta oposta: mostram saltos semelhantes para condições falsas e diferentes comprimentos de saltos para condições verdadeiras. Logicamente, isso não faz muito sentido, mas é assim que acontece. Algumas pessoas são simplesmente "conectadas" de forma diferente. O fato é que ainda há uma diferença entre respostas verdadeiras e falsas. Apenas lembre-se de qual resposta de calcanhar corresponde a qual estado, e então você poderá fazer o restante dos exercícios como antes.

Além disso, se você não obtiver nenhuma resposta sistemática, tome um copo de água, espere um minuto, sacuda as pernas e tudo ficará bem.

5.3.3. Deixar o Eu Superior falar

E agora vamos deixar o Eu Superior falar.

Exercício. Para este exercício, nem você nem seu amigo devem ter uma resposta na cabeça. Faça uma breve meditação para limpar sua mente e se abrir para qualquer resposta que o Eu Superior fornecer. Isso é "entrar em sintonia com a pessoa-alvo". Quanto mais neutro você for, mais facilmente o Eu Superior será capaz de manifestar as respostas Dele.

Antes de começar, peça permissão ao Eu Superior de seu amigo para participar do exercício. Certifique-se de que você receba um "sim" claro por meio dos pés.

Agora, deixe seu amigo escolher a pergunta. Deixe seu amigo fazer a pergunta em voz alta. Concentre-se na pergunta e abra sua mente para qualquer resposta que possa surgir.

Agora, verifique os pés e anote a resposta.

Quando você pegar o jeito, faça uma série de perguntas.

Se você limpar sua mente de todas as preocupações conscientes, se fizer perguntas sérias e se der a si mesmo tempo suficiente para aprender, seu Eu Superior definitivamente se manifestará por meio desses testes musculares. Não há dúvida sobre isso. Ambos os testes são difíceis de influenciar conscientemente, especialmente o teste do comprimento do pé, portanto, qualquer pessoa que esteja seriamente empenhada em buscar a ajuda do Eu Superior obterá, com o tempo, algumas respostas honestas.

O modo fundamental de operação é basicamente o mesmo do pêndulo. Você acalma seu pensamento consciente e suas emoções e convida a parte inteligente de sua psicologia a emergir, a qual geralmente fica passiva, observando sua vida. Quando todas essas condições estiverem corretas, seu Eu Superior definitivamente aparecerá e se comunicará

com você.

E no dia em que ele lhe disser algo que você não esperava e que se revelar correto, esse será o dia em que você saberá conclusivamente que abriu uma alegre ponte de comunicação com seu Eu Superior.

Verificação

No final de uma consulta, o ponto crucial é sempre: você pode confiar nessas respostas? A única resposta é: verifique novamente. Uma consulta sem verificação é tão segura quanto esvaziar uma garrafa inteira de vinho e voltar para casa sem os cintos de segurança.

Agora você tem duas ferramentas totalmente independentes de comunicação sim-não com o Eu Superior, o pêndulo e o teste muscular. Use ambos para verificar suas respostas.

Verificação 1: Repita todas as perguntas, uma a uma, com os calcanhares. Anote o segundo conjunto de respostas e compare-o com as respostas originais.

Verificação 2: Repita todas as perguntas com o pêndulo. Anote as respostas e compare-as com as respostas do teste muscular.

Verificação 3: Em todas as perguntas em que houve diferença, converse com seu amigo e descubra por que houve essa diferença. Faça perguntas complementares, se necessário. Esclareça todas as diferenças.

Ao final da consulta, você e seu amigo devem ter uma compreensão absolutamente clara de quais foram as mensagens do Eu Superior.

5.3.4. Resumo e perspectiva

Enquanto escrevo isso, tudo parece tão simples e me pergunto por que tão poucos amigos meus usam essas ferramentas de comunicação com o Eu Superior.

Quando se usa essas ferramentas no dia a dia, elas se tornam tão fáceis quanto escovar os dentes. Você tem uma pergunta, pega o pêndulo, concentra-se em obter a resposta do Eu Superior, respeita e verifica a resposta e pronto.

Para as questões que deseja resolver com seu parceiro, marido ou esposa, você encontra um momento para verificar as respostas de seus pés. Você sempre faz seu trabalho com total honestidade e abertura para quaisquer respostas que possa receber do Eu Superior. É simples, rápido e fácil de fazer. Por que deveria ser tão difícil? Por que mais pessoas não usam esse tipo de consulta?

Parte do problema é o "fator estranheza". Em muitas famílias, há apenas um membro da família que "acredita" que é possível obter respostas boas e úteis dessa maneira. Se você compartilhar este blog com outras pessoas da família, isso pode ajudar um pouco. Uma boa solução também é criar laços com outras pessoas que compartilhem seu gosto por novas explorações.

Outra parte é o nosso egoísmo 3D, que estamos prestes a deixar para trás em nossa ascensão a níveis espirituais mais elevados. Nosso egoísmo 3D nos sugere que já temos todas as respostas que realmente importam e que não precisamos de nenhum conselho do Eu Superior. À medida que ascendemos, entendemos que sempre há muitas maneiras diferentes de ver algo e que a perspectiva do Eu Superior pode nos dar algumas percepções excepcionalmente úteis.

E, com isso, o "fator estranheza" começará a se dissipar, e muitos de nós acolherão a

riqueza e a sabedoria de novas perspectivas. Estou ansioso por esse dia.

[Verificação: "Melquíades, você está de acordo com o texto como ele está?" Resposta: "Concordo". "Este texto está pronto para ser colocado na Internet?" Resposta: "definitivamente"].

5.4. O Yi-Jing

Até agora, examinamos o pêndulo e o teste muscular. Eu uso essas ferramentas todos os dias, mas elas se limitam a respostas do tipo "sim-não", além de algumas gradações. Em outras palavras, o código de comunicação é essencialmente *binário*.

Isso é inconveniente quando se enfrenta um grande número de alternativas. Pode se tornar muito demorado testar todas as possibilidades de uma longa lista de escolhas. Em vez disso, a pessoa deseja uma visão geral de uma situação completa ou um indicador em uma determinada direção. Além disso, o Eu Superior pode ter uma ideia que nem sequer está entre as nossas alternativas. É nesse momento que precisamos de uma ferramenta de comunicação que transmita uma ideia completa ou um conceito de uma só vez. Em outras palavras, precisamos de uma ferramenta de comunicação *simbólica*.

O Yi-Jing¹ oferece exatamente isso. Ele é um dos sistemas de adivinhação mais antigos da humanidade, com pelo menos 3.000 anos de existência. A versão padrão que ainda usamos hoje tem cerca de 2.000 anos. Isso mostra que o desejo de se comunicar com o Além é antigo, possivelmente tão antigo quanto a humanidade. Pelo que podemos discernir do Yi-Jing, bem como de textos chineses antigos, nossas perguntas permaneceram basicamente as mesmas. Na maioria das vezes, desejamos saber que sorte teremos em um determinado empreendimento ou gostaríamos de saber como será um relacionamento amoroso.

Para o Yi-Jing, você precisa de pelo menos um bom texto Yi-Jing e três moedas. Além disso, você precisa de uma boa tradução para o seu idioma nativo.

No Ocidente, recomendo obter a boa e conhecida tradução do texto original alemão de Wilhelm, ou sua tradução local apropriada. Uma tradução para o inglês de Wilhelm é referenciada abaixo. No momento, não tenho informações sobre um texto explicativo chinês autorizado².

Uma boa tradução lhe ensinará como jogar as moedas e, acima de tudo, como interpretar os resultados corretamente. Atualmente, você também pode "jogar o Yi-Jing" no computador, seja on-line ou com seu próprio programa³. Mas tenha cuidado, pois nem todos os programas de computador são igualmente bons. Em uma de suas primeiras consultas, pergunte ao Yi-Jing se ele gosta do programa em que é executado. Se não gostar, obtenha outro. Em seguida, verifique se o programa permite que você entre em contato com o seu Eu Superior. Se tudo parecer bem, você está no negócio.

Na próxima seção, explicaremos a lógica geral de uma consulta de Yi-Jing. É importante ter uma visão geral primeiro, pois o Yi-Jing pode se tornar rapidamente muito complexo e pode sobrecarregar um recém-chegado.

5.4.1. Como funciona um sistema de adivinhação

Um sistema de adivinhação tem basicamente quatro partes: 1. *uma pergunta*, 2. *o lançamento da sorte*, 3. *uma leitura* e 4. *uma interpretação*.

1 A transcrição em inglês do século 19 era "I Ching" e a transcrição moderna é "Yi-Jing". A pronúncia chinesa lembra "Yi-Jing". Muitos textos em inglês ainda empregam a forma "I Ching", mas textos especializados usam cada vez mais a transcrição moderna, como fazemos aqui.

2 <https://www.wisdomportal.com/IChing/IChing-Wilhelm.html>. Bom para recursos:
<https://aspectsoftao.net/index.html>

3 E.g. <https://www.electicenergies.com/iching/virtualcoins>

No estágio de *lançamento* de qualquer sistema de adivinhação, é preciso estabelecer alguma condição arbitrária.

Por exemplo, pode-se jogar alguns dados ou moedas, embaralhar e colocar algumas cartas, aquecer alguns ossos e ver como eles se quebram, como em uma antiga técnica chinesa de lançamento, ou fazer um chá e examinar como as folhas de chá se organizam no fundo de uma xícara.

A expectativa é que, do nosso ponto de vista, a fundição seja totalmente arbitrária, enquanto do ponto de vista do "outro lado", ela não é arbitrária. Espera-se que o "outro lado" imponha alguma ordem a esse evento, e é essa ordem que, em última análise, fornece a resposta do sistema de adivinhação à pergunta original.

No estágio de *leitura*, reduz-se a queda das moedas, etc., a um código sistemático. Por exemplo, se você lançar moedas ao interrogar o Yi-Jing, as seis quedas das moedas serão recodificadas em seis linhas para formar um hexagrama. Na leitura de folhas de chá, o padrão das folhas deixadas após o derramamento do chá sugere objetos de aparência semelhante (como uma maçã, um machado, uma bola ou uma vela) para o adivinho. Esse elemento codificado (o hexagrama no Yi-Jing ou o objeto sugerido na leitura da folha de chá etc.) tem uma interpretação padrão que o adivinho mantém em algumas anotações ou aprendeu de cor.

Durante o estágio de *interpretação*, o adivinho relaciona a interpretação padrão com a pergunta original do questionador.

5.4.2. Como isso é feito com o Yi-Jing

Vamos ver como isso é feito com o Yi-Jing.

Desde o século XII, a maneira mais comum de lançar o Yi-Jing é jogar três moedas seis vezes⁴. Em cada lançamento, uma das quatro condições é possível: três vezes cara, duas vezes cara, duas vezes coroa ou três vezes coroa. Elas são descritas da seguinte forma:

Duas caras e uma coroa: uma linha yang (clara, masculina) imutável:

— (uma linha simples)

Duas caudas e uma cabeça: uma linha yin (escura, feminina) imutável:

-- (uma linha quebrada)

Três caudas: uma linha yang (clara, masculina) em movimento/mudança:

- o - (uma linha com um o)

Três cabeças: uma linha yin (escura, feminina) móvel/mutável:

- x - (uma linha quebrada com um x)

Se você jogar as três moedas seis vezes e adicionar cada linha sobre a anterior, obterá um hexagrama. Esse é o símbolo básico do Yi-Jing padrão. Sem contar a diferença entre linhas simples e móveis, você pode construir qualquer um dos 64 hexagramas possíveis dessa maneira.

4 Existe também um método mais antigo e complicado, o "método do talo de mil-folhas". Não posso recomendar este método porque fornece resultados com probabilidades desiguais para os quatro resultados possíveis, enquanto obviamente queremos quatro probabilidades iguais com o nosso método das três moedas. Esta estranha inclinação do método do talo de mil-folhas aparece ao somar os valores numéricos de Yi-Jing (não explicados aqui) em comparações dos dois métodos. É curioso que esta inclinação indesejada do método do talo de mil-folhas tenha sido descoberta apenas nos últimos anos.

Leitura e interpretação

 Cada um dos 64 hexagramas tem um significado central. Por exemplo, o hexagrama 8 (à esquerda) representa união, manutenção em conjunto, agrupamento, aliança. Em resumo, o hexagrama 8 mostra o *processo de união*. Como os chineses antigos chegaram a esse significado?

O hexagrama é composto de dois trigramas (veja abaixo). O trígama superior representa a *água* e o trígama inferior representa a *terra*. O que acontece quando a água se acumula na superfície da terra? Poças, uma lagoa ou um lago. Em outras palavras, a combinação dos dois trigramas sugere uma união de riachos que fluem para uma piscina de água acumulada na superfície da terra.

 superior
água

 inferior
terra

Então, suponha que você jogue o Yi-Jing enquanto tem em mente a pergunta: "Qual será o efeito de escrever este Blog da Ascensão no meu público?" Se você obtiver o hexagrama 8, provavelmente concluirá que escrever o blog terá o efeito de reunir as pessoas, assim como a água se acumula em uma piscina.

Em outras palavras, uma ação supostamente arbitrária, como o lançamento de três moedas, resultou em uma imagem que muito possivelmente tem relação com a sua pergunta. Todo o restante da adivinhação com o Yi-Jing se baseia nesse tipo de princípio.

Aqui mostramos apenas uma relação, a relação entre os significados básicos dos trigramas superior e inferior. Mas muitos outros aspectos do hexagrama também são explorados.

São importantes, por exemplo, as linhas móveis que resultam de lançamentos muito decisivos, como três cabeças ou três faces. Elas representam aspectos particularmente salientes do hexagrama. Outra operação frequente é a inversão de cada linha do hexagrama, que sugere um contexto mais amplo e um potencial futuro para a situação em questão.

O hexagrama visto como um processo

Um aspecto importante da interpretação do hexagrama é seu desenvolvimento linha a linha. Cada linha tem um significado específico, e o desenvolvimento do significado da linha inferior para a superior tende a seguir uma evolução lógica.

Vejam um exemplo. O hexagrama 6 (à esquerda) representa diferentes tipos de discussão, um conflito ou uma ação judicial. A tradução de Wilhelm (uma das principais traduções do Yi-Jing) chama esse hexagrama de "Conflito".

Na primeira linha a partir da base, é mostrada ao leitor a situação de uma pessoa humilde que não tem chance de vencer em nenhum conflito. Aqui, o conselho é simplesmente esquecer toda a história, caso ela apareça como uma linha de mudança (—x—). Prestamos atenção especial ao conselho se ele aparecer como uma linha móvel ou variável: —x— ou —o—.

No meio do hexagrama, há um conselho para alguém que tentou resolver seus problemas com um conflito e não foi muito longe. Na quinta linha, é mostrado um árbitro justo que

sabidamente toma uma decisão em um conflito. Finalmente, na linha 6, encontramos a situação de alguém "que levou um conflito até o fim e triunfou. Ele recebe uma condecoração, mas sua felicidade não dura" (tradução de Wilhelm).

Você pode ver a lógica por trás desse desenvolvimento.

O conflito é visto como um processo, desde um início quase imperceptível até uma conclusão amarga. Se você obtiver uma linha móvel ao longo de qualquer uma dessas estações, isso sugere que essa condição pode se aplicar particularmente à sua situação. Por exemplo, se você jogou o hexagrama 6 e sua última linha foi uma linha móvel resultante de três cabeças, você receberá o comentário "final amargo". Qualquer que tenha sido a sua pergunta original, o Yi-Jing lhe dirá que você foi longe demais. Você pode ter vencido, mas foi uma vitória conquistada a duras penas, e a violência da ação pode se voltar contra você e causar mais problemas posteriormente.

5.4.3. Erros e a verificação do pêndulo

É claro que esse comentário do Yi-Jing pode ser totalmente sem sentido. Sua pergunta pode ter sido: "O que minha namorada sente por mim?" enquanto vocês dois estão totalmente apaixonados e tudo vai bem. Se você conseguir obter a linha 6 com o hexagrama 6 nessas circunstâncias, poderá ficar bastante chateado ao guardar o livro e talvez nunca mais consultar o Yi-Jing. Portanto, precisamos falar imediatamente sobre os erros que podem ocorrer em uma consulta ao Yi-Jing.

Você deve se lembrar que, de acordo com Melkiades, a probabilidade de um erro pode ser relativamente grande (Seção 5.1., "Proceda com cuidado"). Para um Yi-Jing computadorizado com o procedimento comum que usei de 1998 a 2018 ("clique uma vez e você terá a leitura completa do Yi-Jing"), Melkiades me deu uma classificação "adequada e correta" de apenas 85%.

É claro que suas próprias probabilidades podem ser melhores. Mas, francamente, depois de 40 anos jogando o Yi-Jing e depois de vários anos dedicados à criação de uma versão computadorizada desse sistema de adivinhação, fiquei surpreso com essa alta probabilidade média de cometer um erro.

Então, o que eu poderia fazer para reduzir minha taxa de erro?

Finalmente encontrei a solução: **Combino o Yi-Jing com o pêndulo**. Isso funciona particularmente bem com um Yi-Jing computadorizado.

Peço ao meu cliente que se concentre em uma pergunta. Em seguida, faço a pergunta várias vezes com o Yi-Jing e mantenho o resultado após cada lançamento. Após cerca de cinco a dez lançamentos, pergunto ao pêndulo qual dos lançamentos deu a resposta mais adequada. O pêndulo sempre foi muito claro em sua escolha. Melkiades indica que, para mim, esse método fornece as respostas mais adequadas em cerca de **98%** dos eventos.

Isso é muito mais do meu agrado. Este é o meu sistema atual e muito satisfatório.

Erro 1: Concentração e inexperiência

Mas para obter uma visão ainda mais profunda sobre o que acontece em uma consulta, vamos examinar onde os erros podem ocorrer, mesmo que ocorram após uma verificação do pêndulo.

O primeiro tipo de erro é a falta de concentração, o cansaço, a inexperiência ou a falta de confiança. Não farei uma consulta de Yi-Jing (ou qualquer outra consulta) quando estiver cansado. Além disso, lembro que, há dez anos, eu recebia muito mais respostas

inadequadas do que agora. Minha confiança aumentou, embora eu esteja ciente da possibilidade de um erro. Hoje, tomo muito cuidado ao fazer uma consulta, e somente quando estou em ótima forma e totalmente concentrado.

Erro 2: O lançamento "arbitrário"

O próximo tipo de problema pode surgir durante o estágio de lançamento. Se você jogar as três moedas em uma altura suficiente, elas terão a mesma chance de cair com a cabeça para cima ou com a cauda para cima. Além disso, há tempo suficiente para que o Eu Superior (ou algum outro poder do Além) atue na queda das moedas.

Mas como o lançamento funciona em uma versão computadorizada do Yi-Jing? Em um computador, os números arbitrários são baseados, em última análise, no instante em que uma tecla é pressionada. Seis cópias desse milissegundo são convertidas de forma quase arbitrária em seis linhas de um hexagrama. Essa forma de lançamento é realmente "arbitrária"? Uma força do Além pode agir no momento exato em que uma tecla é pressionada e iniciar um processo complexo para calcular a resposta?

Não posso ter certeza – o que, em última análise, levou ao método de "verificação do pêndulo", que é o mais sólido que consegui usar no Yi-Jing.

Erro 3: A relação pergunta-imagem

Por fim, parece-me que a limitação mais séria do Yi-Jing pode muito bem ser seu "vocabulário circunscrito". O Yi-Jing distingue apenas 64 significados principais possíveis, que devem ser interpretados para responder a qualquer questão. Embora 64 situações humanas típicas sejam uma paleta interessante, ainda é possível que algumas respostas estejam muito distantes da pergunta, simplesmente porque o vocabulário simbólico não inclui a resposta mais adequada.

A única solução para esse problema são outros sistemas de comunicação que fornecem uma imagem direta sugerida pelo "outro lado" (como os sonhos lúcidos) ou que falam conosco pessoalmente (como meditações interativas ou canalizações). Nesses casos, o Eu Superior tem uma gama muito maior de possibilidades de resposta. Você encontrará discussões sobre essas opções nos próximos capítulos.

5.4.4. Conclusão

Como exemplo de sistema de adivinhação, tomei o que conheço melhor, que também é o sistema documentado mais antigo que existe e que tem um vocabulário simbólico poderoso. Além disso, aprecio profundamente as excelentes percepções humanas e a profunda sabedoria que estão incorporadas às recomendações do Yi-Jing. Aprendi muito com o Yi-Jing e espero aprender ainda mais.

Entretanto, existem outros sistemas de adivinhação, como o tarô, a geomancia ou, como já dissemos, a leitura de folhas de chá. Se você for um novato nesse campo e quiser escolher um sistema, sugiro uma abordagem intuitiva. O que parece certo para você? Com o que você se identifica?

A única recomendação que Melkiades e eu gostaríamos de passar para você é a seguinte: faça direito. Se você optar por um sistema de comunicação simbólica, *aprenda bem o sistema*. Mesmo que você cometa erros, aprenda com eles e reflita sobre eles. Essa é a única coisa que realmente conta quando tentamos melhorar nossa comunicação com nosso Eu Superior e com as entidades do Além.

[Verificação: "Melquíades, você concorda com o texto como ele está?" Resposta: "Concordo, especialmente após a adição do pêndulo." "Melquíades, posso colocá-lo na Internet?" Resposta: "concordo"].

5.5. Sonhos lúcidos

Nossos sonhos contêm mensagens do Além?

Muitos de nós nos lembramos da história do Antigo Testamento em que o faraó sonhou que sete vacas magras comiam sete vacas gordas (Gênesis 41).

Esse sonho foi interpretado por José como significando que sete anos magros se seguiriam a sete anos ricos e consumiriam os ganhos dos anos ricos anteriores. Essa interpretação acabou sendo verdadeira. Foram feitas amplas reservas durante os sete anos ricos, e o Egito foi poupado de um período de grande escassez durante os sete anos difíceis seguintes.



Sete vacas gordas



Sete vacas magras

Imagens: <http://www.utdallas.edu/geosciences/remsens/Nile/intro.html>

Sonhos poderosos e drásticos como esse não são incomuns. A maioria de nós já teve sonhos poderosos, misteriosos e/ou perturbadores. Quando acordamos, nos perguntamos se eles tinham um significado mais profundo.

A resposta não é fácil e é altamente individual. Não existe um dicionário padrão de interpretação de sonhos. A maioria dos elementos dos sonhos está relacionada ao contexto pessoal e às experiências individuais. Poucos sonhos são claros, a maioria apresenta uma mistura de experiências cotidianas mal digeridas. Em geral, é difícil decifrar qualquer conselho ou mensagem clara do "outro lado".

Entretanto, alguns sonhos são muito claros e parecem nos dizer algo específico. Quando comecei a meditar com mais frequência depois de me aposentar, passei a ter cada vez mais sonhos claros. Os especialistas em sonhos geralmente recomendam anotar os sonhos, então decidi que anotaria um sonho se ele fosse particularmente claro, se seguisse um desenvolvimento linear, se eu tivesse sentido um certo grau de autonomia e se sentisse que ele continha uma determinada mensagem. Isso eu chamaria de "sonho lúcido" e dedicaria um tempo para anotá-lo.

5.5.1. Sonhos lúcidos com uma mensagem do Eu Superior

Quando comecei a anotar meus sonhos lúcidos, eles se tornaram cada vez mais frequentes. Muitos eram de natureza pessoal, pois apontavam uma falha pessoal ou lidavam com uma frustração particular. Alguns sonhos lúcidos eram claramente configurados como uma situação de aprendizado. Lembro-me de um sonho que me ensinou uma lição difícil e no qual meu Eu Superior, Melquíades, desempenhou um claro papel de direção.

A cena era totalmente realista.

Eu era um jovem piloto¹ e encontrei um possível empregador em frente a um grande hangar. Eu o cumprimentei nos degraus do prédio. Eu o acompanhei ao redor do grande edifício, passando por alguns hangares abertos. Lá dentro, vimos alguns aviões modernos de alta classe que qualquer piloto adoraria pilotar. Eu estava obviamente esperando pilotar um desses aviões.

Finalmente, passamos por algumas portas e encontramos outro piloto. Eu me comportei muito bem e o cumprimentei com alegria. Entretanto, não cumprimentei o mecânico do avião que estava alguns passos atrás do piloto. Depois de alguns minutos em uma sala nos fundos, o empregador e eu voltamos ao prédio e retornamos ao nosso ponto de origem nos degraus.

Agora veio a parte difícil do sonho.

Nesse momento, descobri que o empregador era, na verdade, meu Eu Superior. Ele estava agora atrás de mim e fez com que eu me afastasse um pouco do prédio para uma perspectiva de pássaro. Ele pediu que eu voltasse ao momento em que cumprimentei o piloto, mas não cumprimentei o mecânico. Telepaticamente, meu Eu Superior me perguntou se havia algo errado na situação.

Demorei um ou dois segundos. Então me dei conta de minha atitude descuidada e arrogante em relação ao mecânico. Ele me disse que o mecânico do avião era, em muitos aspectos, a pessoa mais importante de todas, e que eu deveria respeitar mais todos os envolvidos no empreendimento. Nessas circunstâncias, disseram-me que eu ainda não estava qualificado para pilotar um dos aviões escolhidos que estavam esperando no hangar.

Esse sonho foi muito direto e muito pessoal. Ele atingiu em cheio o estômago. Depois de acordar, fiquei pensando por muito tempo se tenho sido justo com todos ao meu redor ou se preciso de mais algumas lições de humildade.

Embora na vida real eu nunca tivesse visto aquela cena, o sonho foi tão realista que eu poderia ter estado lá. Eu poderia voltar lá hoje e substituir cada passo. Além disso, nunca quis pilotar um avião comercial ou um dos pequenos aviões luxuosos que vi no hangar. A configuração básica de uma entrevista de emprego para um trabalho em um transatlântico de luxo foi uma invenção total. Concluo que Melkiades e sua equipe criaram esse complexo cenário de filme só para mim ou que me fizeram visitar um de seus cenários de ensino padrão para essa lição.

Melkiades diz que o cenário foi criado só para mim. Quanto mais penso na sofisticação dessa cena, mais fico impressionado com a riqueza contida nesse sonho lúcido. Foi uma vida virtual em 3D levada ao extremo.

Lições intensivas e observação automática

Os sonhos lúcidos são um passo à frente do pêndulo, do teste muscular e do Yi-Jing. Em termos de intensidade e impacto puros, essa é uma maneira mais desafiadora de encontrar o Eu Superior. Suspeito que geralmente recebemos as lições para as quais estamos prontos. Recebi minha lição "difícil" somente em um momento da vida em que pude entender e apreciar plenamente essa lição.

Como habitantes de uma dimensão ascensionada, provavelmente podemos apreciar o privilégio de receber lições tão poderosas. Sabemos que o Eu Superior não faz por mal e que Ele se ocupa cuidadosamente da tarefa de nos ensinar uma lição. Observe que Melkiades simplesmente pediu que eu olhasse novamente para um momento delicado e crucial nessa cena inventada. Ele não pregou ou insistiu grandiosamente em dar uma

¹ Eu tinha licença de piloto privado com cerca de 500 horas de voo, então o contexto era familiar.

lição. Mas, logo no sonho, ele me fez entender que eu havia sido negligente e indicou as consequências de minhas ações.

Como ex-professor, aplaudo seu estilo didático.

O aprendizado que tiramos de tudo isso é a importância da observação automática. Pouco importa o que exatamente você precisa aprender. No meu caso, foi uma lição de humildade; em outro caso, pode ser uma lição de tolerância, ou qualquer outra coisa. O detalhe importante está em como o ensino é feito. Meu Eu Superior, Melkiades, não me culpou, mas direcionou minha atenção para o que havia acontecido. Quando vi o que tinha feito, quando as palavras "respeito a todos na empresa" soaram em meus ouvidos. Quando entendi as consequências de não conseguir o emprego e não poder pilotar um daqueles aviões – então juntei todos esses elementos e foi quando aprendi minha lição.

E isso mostra a incrível capacidade de ensinar que o Eu Superior tem.

5.5.2. Outro sonho lúcido

O sonho anterior havia sido intensamente pessoal. Alguns sonhos também apontam algumas verdades gerais. Aqui está um exemplo. Ele mostra como uma mensagem pode ser incorporada em uma história completamente inventada.

Aconteceu na época das Guerras Púnicas no Império Romano (264 a.C. a 149 a.C.).

Eu era o chefe de uma pequena vigia militar em um posto avançado romano em uma pequena colina no que hoje é a Tunísia². Estávamos sofrendo um ataque muito ruim. As tropas inimigas pareciam estar vindo de todo o vale para o nosso acampamento. Nossas tropas estavam totalmente desguarnecidas e estávamos sendo muito massacrados. Vi homens caindo por toda parte em nossa sentinela e em nossos acampamentos.

Nossas tropas do vale estavam olhando para mim. Com raiva e medo em seus olhos, eles se perguntavam por que não os havíamos avisado sobre essa situação. Eu era o chefe do posto avançado e tinha de contar a eles o que havia acontecido.

Eu disse: "Sabíamos que a força inimiga era totalmente superior. Vimos isso e contei ao comandante o que estava acontecendo. E sei que ele contou aos generais. Mas aqui está o que ouvi.

"Os generais de nossa região ficaram tão assustados com o fato de não conseguirmos manter essa parte do Império Romano que não enviaram nenhum mensageiro a Roma. Eles estavam envergonhados e temiam por sua própria promoção. Portanto, ninguém contou a Roma sobre o perigo e ninguém enviou reforços. Portanto, é por isso que estamos nesse massacre.

"Portanto, agora cabe a nós fazer o que pudermos. Lutar e nos manter unidos. Alguns de nós sobreviverão e outros não."

De nosso posto avançado, observamos a batalha e ajudamos onde pudemos. Nossa força entrou em colapso sob o ataque. Pudemos ver milhares e milhares de homens valentes caírem no massacre. Muitos bons amigos se perderam naquela longa e terrível noite.

Naquela noite, aprendemos tudo o que precisávamos saber sobre a vida e a morte – e sobre a verdadeira coragem de nossos generais. A última imagem que tive da batalha foi uma visão horrível de carnificina e fogo por todo o vale. Vi minha própria alma deixar a batalha, subir e desaparecer no céu. Agora eu estava flutuando sobre uma montanha vizinha, olhando para a cena. Senti que havia deixado meu corpo.

² Nunca estive no exército, nem estive na Tunísia. Só aprendi sobre as guerras púnicas nas minhas leituras sobre o Império Romano.

Um bom roteiro de Hollywood

Essa foi uma história horrível com grande impacto, como o sonho anterior. Acordei perturbado e me perguntando por que havia tido esse sonho. Ele satisfazia minha definição de sonho lúcido. Era claro, linear, e eu sentia como se pudesse me mover à vontade. E parecia conter uma mensagem.

O contexto era novo para mim, pois se passava no início da expansão de Roma. Parecia que a cena poderia ter ocorrido no norte da África durante as guerras púnicas. Em meu sonho, eu estava lá, totalmente vivo. Eu era ferozmente romano, como seria um oficial menor orgulhoso encarregado de um posto de observação.

O sonho foi muito intenso. Eu me lembrava da batalha como se fosse ontem. Lembro-me de estar diante da batalha em meu promontório, com vista para um vale aberto de um lado e um vale fechado do outro. Nossas tropas estavam acampadas em áreas de tendas de aparência acinzentada no lado fechado do vale e a batalha estava acontecendo naquele exato momento. Ouviam-se gritos entre as fogueiras, e soldados inimigos estavam lutando com nossas tropas.

O que isso tinha a ver com meu eu atual, vivendo na Europa mais de dois mil anos depois? Onde estava a mensagem?

Essa poderia ter sido uma vida anterior. Mas, na verdade, Melkiades me disse que não se tratava de uma vida anterior, pelo menos não a minha. Ele me disse que o objetivo era simplesmente me mostrar *como as decisões de alguns superiores poderiam afetar as pessoas que estão sob sua responsabilidade*. Pensei na desculpa doentia dos generais romanos e, então, vi uma conexão entre o sonho e a situação mundial atual.

A bagunça moderna e uma ligação

Na verdade, tive o sonho em dezembro de 2010, na noite seguinte ao saber da modificação maciça da corrente do Golfo, devido ao derramamento de óleo no Golfo do México no verão anterior. Eu havia lido sobre a decisão altamente questionável de perfurar naquela área específica, sobre a incrível desorganização nas tentativas de impedir a catástrofe e sobre a atitude indiferente que predominava no esforço de limpeza. Essa catástrofe estava trazendo um início de inverno incrivelmente ruim para as Ilhas Britânicas e para o norte da Europa, e também prometia efeitos ambientais de longo prazo.

Naturalmente, eu tinha pensamentos críticos sobre os políticos e altos funcionários que eram responsáveis por toda essa bagunça – se é que era bagunça mesmo. Alguns dos autores que eu estava lendo alimentavam a ideia de que toda a catástrofe havia sido preparada voluntariamente, para prejudicar as colheitas em dois continentes e envenenar a vida marinha em toda a Bacia do Atlântico, tudo como parte de uma maquinação de alguma política de poder global.

Eu fiz a ligação. O ponto principal do sonho era que os superiores não ajudavam em nada, nem em Roma nem aqui no século XXI. Os generais romanos que não pediram reforços porque temiam por suas carreiras apresentam um paralelo óbvio com os superiores que estavam (aparentemente) atrapalhando a limpeza do vazamento de petróleo. Houve uma bagunça lá, e pode ter havido uma bagunça aqui.

Talvez o sonho tenha ido ainda mais longe. Ele também sugeriu que a trapalhada de alto nível tem muitas cores. Algumas podem ser intencionais, como sugeriram alguns dos autores. Outras também podem estar relacionadas à presença de pessoal sênior incompetente e temeroso.

Muitas vezes não suspeitamos que nossos superiores sejam medrosos. Talvez tenhamos de revisar nossas opiniões.

5.5.3. Desejo e intenção

Os sonhos lúcidos são como partes livres de comerciais do nosso mundo onírico: em contraste com a confusão dos sonhos normais, eles apresentam uma linha de história coerente com uma mensagem. Pelo que vejo em meus próprios sonhos lúcidos, os contextos são em grande parte inventados, embora peguem emprestados elementos de nossa vida real para atrair nosso interesse e tornar a mensagem mais atraente.

Essa ferramenta de comunicação interdimensional abre uma janela muito mais rica do que as ferramentas anteriores – o pêndulo, o teste muscular e o Yi-Jing. Superficialmente, parece que isso ocorre ao custo do controle voluntário. Com as outras ferramentas, você decide quando quer falar com o seu Eu Superior, enquanto nos sonhos lúcidos a decisão está nas mãos do Eu Superior.

Mas isso não é inteiramente assim. Também podemos expressar o desejo de ter um sonho lúcido no próximo momento conveniente, ou até mesmo um sonho lúcido sobre um determinado tópico. Essa intenção é ouvida e será levada em consideração, de maneira apropriada para você. Nos sonhos lúcidos, talvez você não consiga controlar o que vem a seguir no filme que está assistindo, mas pode sugerir o tipo de filme que gostaria de assistir.

É assim que ocorre, de fato, grande parte do aprendizado espiritual avançado. Ao longo do seu aprendizado, você perceberá que precisa de instruções em uma determinada direção. Primeiro, você faz o seu melhor para aprender o que puder. Em seguida, abra sua mente e peça ao seu Eu Superior um sonho lúcido apropriado. Em seguida, você descansa de verdade. Uma vez cumprido o tempo de sono biologicamente necessário, se ainda lhe restar algum tempo de sono, as chances de você ter um sonho que o levará adiante no processo de aprendizado serão excelentes. Seu desejo e sua intenção estão diretamente relacionados aos sonhos lúcidos que você terá.

Sua intenção é a força motriz por trás do aprendizado espiritual que você obterá.

[Verificação: "Melquíades, você concorda com o blog como ele está agora?" Resposta: "Concordo". "O blog pode ser publicado na Internet?" Resposta: "concordo". Observação: Este blog passou por uma grande reestruturação como consequência das sugestões de Melkiades].

5.6. Meditações interativas

Muitos de nós sentimos um profundo desejo de interagir com nosso eu interior, mais profundo e mais espiritual.

Nesta seção, falaremos sobre meditações que permitem insights sobre memórias esquecidas. Para isso, precisamos trabalhar com um especialista treinado que o ajude a entrar em uma meditação profunda e que possa orientá-lo em suas perguntas pessoais durante a meditação.

Eu chamo isso de *meditação interativa*. Prefiro "meditação interativa" a "hipnose", que muitas pessoas usam para essa aplicação.

A "hipnose" é amplamente associada à hipnose de palco, em que as pessoas são solicitadas a realizar tarefas degradantes. Além disso, em áreas fortemente católicas e em todo o mundo hispânico, as práticas hipnóticas são desaprovadas (eram até mesmo ilegais no governo de Franco).

Por outro lado, quase todas as culturas do mundo têm certos tipos de *práticas meditativas*. Portanto, *uma meditação interativa é apenas uma forma específica de meditação*. Aqui ela é usada *para entrar em contato com uma parte de nós mesmos*.

Amigos de faz-de-conta

Para alguns de nós, o desejo de conversar com nosso eu interior remonta à nossa infância. Quando éramos crianças, muitos de nós tínhamos "amigos de faz-de-conta" imaginários. Um estudo mostrou que 65% de todas as crianças tiveram amigos imaginários em um momento ou outro de sua infância¹. Durante muito tempo, isso foi visto como um sinal de solidão, mas estudos mais recentes não apoiaram essa interpretação. Em vez disso, um grande estudo de Yale² mostrou que as crianças que têm amigos de faz-de-conta são mais imaginativas, desenvolvem vocabulários mais ricos e completos e se dão melhor com seus colegas de classe do que as crianças que não têm amigos imaginários.

Portanto, parece que crianças de todas as idades interagem muito bem com seus amigos de fantasia, uma experiência que parece prepará-las bem para a vida social mais tarde.

Guias espirituais reais

É claro que esses estudos tradicionais não exploraram a possibilidade de que nossos "amigos extras de infância" possam de fato existir. Mas, de fato, eles são "existências reais"?

Será que o "amigo de faz-de-conta" de uma criança pode ser mais do que apenas um companheiro imaginário útil para culpar se algo der errado? Será que esses jovens podem se comunicar telepaticamente com seus Eus Superiores? Nessa idade, eles ainda não são tão orientados para a linguagem como nós nos tornamos adultos, e podem ser receptivos a mensagens internas de seu eu interior. Existem algumas anedotas sobre como algumas crianças veem e se comunicam com entidades espirituais durante os primeiros cinco anos de suas vidas, mas não há pistas definitivas.

1 E.g., <https://www.susannewmanphd.com/blog/2015/03/28/imaginary-friends-should-parents-worry/>, <https://www.psychologytoday.com/us/blog/singletons/200806/imaginary-friends-any-in-your-house>

2 Dorothy G. Singer, with Jerome J. Singer, *The House of Make-Believe: Children's Play and the Developing Imagination*, 1992.

Entretanto, durante a vida adulta, nossos guias têm maneiras mais explícitas de tornar sua presença conhecida. Às vezes, temos experiências excepcionais que sugerem que "alguém especial" nos protege.

Sofri um grave acidente de carro aos 30 anos. Poucos minutos depois de bater de frente em uma rocha durante uma tempestade repentina, uma enfermeira estava segurando profissionalmente meu rosto esmagado. Sem ela, eu poderia ter sangrado até a morte ali mesmo. Isso foi apenas uma coincidência?

Normalmente, nunca saberíamos. Quase todo mundo tem alguma história de sorte excepcional para contar e é sempre difícil saber se foi apenas uma coincidência. Mas agora que podemos perguntar ao Eu Superior com o pêndulo ou com testes musculares, podemos descobrir se houve uma mão superior envolvida. Melkiades diz, de fato, que a presença repentina da enfermeira no local do acidente não foi uma coincidência, que havia um desejo superior envolvido.

É claro que isso levanta a questão de por que meu tempo ainda não havia terminado quando eu tinha 30 anos. Por que me foi dada outra chance de viver? Essa é uma pergunta sobre a qual tenho refletido muitas vezes desde então. Uma pista é que o resgate após o acidente na rocha contribuiu para que a psicologia, a comunicação e as interações com o Eu Superior se tornassem o foco central de minha vida mais tarde.

Você pode estar lendo isso como consequência direta do que vivenciei aos 30 anos.

5.6.1. Premonições e experiências antes da morte

Muitas pessoas também têm premonições. Uma voz dentro de nós pode nos avisar de alguma experiência desagradável ou perigosa que está prestes a acontecer.

Em situações de extremo perigo, algumas pessoas chegam a ter uma experiência "angelical" na qual são fisicamente movidas para fora do perigo, bem a tempo de evitar grandes ferimentos ou a morte. Para ver um evento excepcional como esse, gravado por uma boa câmera de vídeo, assista a esta sequência³. Nesses momentos, somos fortemente lembrados do poder da intervenção divina.

Seguindo em frente na vida, a aparição visual de entidades espirituais se torna mais frequente à medida que nos aproximamos da morte. As pessoas que estão em seus últimos dias de vida às vezes acordam e veem seus parentes esperando por elas no final da cama. Além disso, as pessoas que passam por experiências de quase morte (EQMs) nos falam de seres angelicais que as recebem e as guiam durante o período em que estão fora do corpo. Depois de voltarem à vida, muitas dessas pessoas ficam tão profundamente impressionadas com sua experiência que aceitam prontamente a presença de guias espirituais em suas vidas⁴.

Conexão com o mundo divino?

Será que todos esses eventos são produtos de uma mente desejosa ou delirante, ou será que de fato temos uma conexão com o mundo divino?

Vimos que em todos os estágios da vida, desde a infância até os últimos estágios da vida, os guias espirituais às vezes podem se fazer sentir. Então, por que você não pode fazer algumas perguntas diretas a eles para ter certeza?

3 Não importa se este evento específico foi real ou uma farsa extremamente bem construída, o vídeo a seguir mostra um evento tão angelical. Muitos outros relatos semelhantes de todo o mundo foram coletados em vários livros e histórias. YouTube "Teletransporte ao vivo de vídeo paranormal"
<https://www.youtube.com/watch?v=ba84UegCoPs>

4 Veja as muitas referências no site de resumo de <https://www.near-death.com/>.

De fato, você pode fazer algumas perguntas. Uma meditação interativa voluntária permitirá que você interaja com o seu Eu Superior quase como se estivesse em uma consulta direta com ele. Eu mesmo já guiei induções a meditações interativas cerca de 50 vezes. Terei prazer em lhe dizer como isso é feito em apenas um minuto.

Muitos psicólogos profissionais não acreditam que esses procedimentos sejam possíveis. Portanto, deixe-me reservar um tempo para falar algumas palavras aos psicólogos profissionais que ainda estão indecisos sobre as meditações interativas.

5.6.2. Para psicólogos profissionais

Em 2012, apresentei o procedimento que uso para induzir meditações interativas a um grande grupo de psicólogos profissionais na Alemanha. Quase todos eles balançaram a cabeça em descrença.

Muitos acharam que eu estava totalmente louco. Outros sugeriram que meus clientes poderiam estar delirando, ou que o procedimento de meditação interativa favoreceria a criação de estados delirantes. Isso está tão longe da verdade quanto se pode imaginar. Quase todos os meus clientes eram maravilhosamente saudáveis, em sua maioria jovens, que desejavam se aprofundar em seu eu mais profundo antes de tomar alguma decisão importante na vida.

Sabemos que ocorrem casos seriamente anormais. Sabemos que certas pessoas têm vários tipos de ilusão que são totalmente bizarros e inadequados. Parte de sua experiência pode ser o fato de "ouvirem vozes que lhes dizem o que fazer" e, então, elas não veem outra alternativa a não ser seguir essas vozes. Esse é claramente um distúrbio profundo e essas pessoas precisam de atenção profissional cuidadosa. Concordo plenamente que essas pessoas jamais deveriam fazer uma meditação interativa. As pessoas que apresentam comportamento delirante nunca devem participar de uma sessão de meditação interativa, e nenhuma sessão desse tipo deve ser oferecida a elas.

As pessoas que podem se beneficiar de uma experiência de meditação interativa são exatamente o oposto. São adultos saudáveis que atingiram um alto nível de maturidade, que têm alguma(s) dúvida(s) pessoal(is) e que desejam ouvir a opinião de seu eu interior mais profundo. Depois de consultar seu eu interior, ou seu Eu Superior, eles tomam suas próprias decisões fundamentadas sobre o curso de ação a seguir.

A outra questão importante que preocupa os psicólogos clínicos é simplesmente a novidade dessa abordagem. A hipótese de uma entidade invisível se comunicando conosco ainda é difícil de conceber. Ela ainda encontra total rejeição em muitos círculos científicos dominantes, pelo menos na Europa Ocidental e no mundo de língua inglesa.

Vejo isso como parte de um desenvolvimento histórico mais amplo. Há cerca de 150 anos, a falta de informações e um profundo fascínio pelas invenções recém-surgidas levaram a ciência e o mundo que ela dominava a uma posição predominantemente materialista. Atualmente, as tendências estão se revertendo lentamente. Graças a muitos fatores – resultados de pesquisa muito mais extensos, canais de publicação muito mais amplos, experimentação pessoal extensa e interações generalizadas via Internet – estamos lentamente revisando as evidências. O que eram "fantasias" e "ilusões" sobre a presença espiritual em nossas vidas há apenas duas décadas agora estão se tornando hipóteses reais, até mesmo probabilidades reais, examinadas por experimentos científicos rigorosos (pense nos experimentos de Scole⁵).

5 Diz-se na ciência que se você quiser demonstrar algo incomum, é melhor ter alguns argumentos extraordinariamente fortes. Há muito que é difícil argumentar a favor da "comunicação com o outro lado", mas isto tornou-se muito mais fácil nos últimos anos. Aqui está um relatório sobre um experimento excepcionalmente sólido de comunicação interdimensional: YouTube "The Afterlife Investigations - The

Muitos psicólogos profissionais em todo o mundo agora consideram que os guias espirituais podem realmente existir, fazer parte de cada um de nós e que eles podem se comunicar conosco por meio de uma meditação interativa.

Todos têm um acesso potencial

Aqueles de nós que de fato dirigiram meditações interativas podem ter descoberto várias surpresas: por exemplo, fortes evidências de seu próprio passado reencarnatório ou do passado reencarnatório de seu cliente, ou informações sobre um evento real que não eram conhecidas de antemão.

E esse parece ser o ponto crucial da questão: não é o mundo divino que está em questão. A existência de um mundo divino é pouco contestada; ele tem muitos adeptos entre quase todos os povos do mundo. A questão é se nós, humanos, podemos carregar dentro de nós uma conexão com o mundo divino. Dizemos que sim, todos nós temos essa conexão mais profunda.

5.6.3. Das experiências de Dolores Cannon

Essa mensagem está se espalhando por todo o mundo, por meio de grupos espirituais, mídias sociais e sistemas de upload de vídeos. Portanto, não é de surpreender que muitas pessoas queiram encontrar seu Eu Superior diretamente, tornando-se seus próprios canalizadores. Elas gostariam de encontrar seu Eu Superior e ouvir a "voz do mestre", em um encontro quase bíblico com os seres divinos que nos acompanham.

Agora é possível fazer isso, com a ajuda de um profissional experiente.



Há meio século, uma empreendedora psicóloga americana descobriu uma maneira de permitir que o Eu Superior falasse diretamente conosco em um estado profundo de meditação. Seu nome é Dolores Cannon (*à esquerda*). Talvez você já tenha ouvido falar dela. Muitas de suas palestras públicas foram colocadas no YouTube e em outros canais de vídeo, e ela escreveu 18 volumes baseados em transcrições de alguns dos mais extraordinários "diálogos" interativos que teve durante seus mais de 40 anos de sessões. Nas milhares de induções que realizou desde a década de 1960, ela recebeu muitas histórias

excepcionais sobre o que os clientes vivenciam quando estão nesses estados profundos de meditação⁶.

Por exemplo, quando alguns de seus clientes estavam em um estado que permitia a "canalização", eles falavam como seres que encarnaram "para ajudar a Terra a atravessar os atuais tempos difíceis". Ela recebeu tantos relatos desse tipo que, em seu terceiro volume de "Universo Convolutivo"⁷ e em um volume especial⁸, ela fornece transcrições do que essas "três ondas de voluntários" vieram fazer na Terra. Ela também indica que é possível distinguir essas "almas voluntárias" de outras almas por suas crenças e perspectivas distintas⁹.

Scole Experiments - feature" https://www.youtube.com/watch?v=6qSEi_sfaSU.

6 Dolores Cannon usa o termo "hipnose", que evito pelas razões apresentadas acima.

7 Dolores Cannon (2001, 2005, 2008, 2012). *The Convoluting Universe I-IV*. Ozark Mountain Publishing. <https://ozarkmt.com>.

8 Dolores Cannon (2011). *The Three Waves of Volunteers and the New Earth*, Ozark Mountain Publishing. <https://ozarkmt.com>.

9 Para minha própria diversão, satisfaço todos os critérios.

Em outras histórias excepcionais, Dolores Cannon diz que se comunicou dessa maneira com Nostradamus, com Jesus e até com seres alienígenas, e que recebeu muitas informações sobre as origens do nosso planeta e outros tópicos científicos importantes. Por mais interessantes que sejam, essas sessões excepcionais não devem ser consideradas "sessões normais". Dolores Cannon admite prontamente que esses foram relatos bastante incomuns e que, de longe, a maioria das comunicações de "voz interior" vem de clientes normais que enfrentam os problemas típicos que todo mundo enfrenta.

Mesmo essas trocas podem se tornar excepcionais. Quando um cliente precisa de uma resposta para um problema cotidiano, a voz canalizada geralmente assume uma posição imparcial e sábia e direciona o cliente para soluções claras, sólidas e viáveis. Nas análises das respostas após a indução, os clientes costumam dizer que, em seu estado consciente normal, não teriam dado a mesma resposta e que ficaram satisfeitos em receber essa nova perspectiva sobre o problema.

Clientes normais se tornam casos excepcionais

A "voz interior", portanto, parece saber mais do que a "voz exterior". Muitas vezes, as vozes interiores revelam informações sobre as causas originais dos problemas psicológicos ou físicos dos clientes e, com frequência, essas causas estão em vidas anteriores.

Em um exemplo típico dado por Dolores Cannon, um de seus clientes questionou sobre uma dor crônica inexplicável do ponto de vista médico em um de seus ombros. A voz interior explicou que isso se devia ao fato de que, em uma vida anterior, o cliente havia perdido a vida em uma batalha de espadas e que havia sido atingido mortalmente naquele ombro. Quando a causa original ficou clara, Dolores Cannon perguntou ao Eu Superior se a dor crônica poderia ser aliviada ou removida. E, de fato, a dor crônica desapareceu permanentemente naquela mesma sessão de meditação interativa.

E aqui vem a parte absolutamente surpreendente. Aparentemente, essas "remissões espontâneas" são tão frequentes que, nos anos anteriores ao seu falecimento, a maioria dos clientes de Dolores Cannon eram pacientes com câncer que tentavam combater a doença com meditações interativas. De acordo com o que ouvi informalmente em um seminário com Dolores Cannon, muitos de seus clientes apresentaram excelentes resultados a longo prazo.

Um caso de "remissão espontânea"

Eu, pessoalmente, vi um caso espetacular de "remissão espontânea", uma cliente que participou de uma aula de treinamento de Dolores Cannon. Era uma mulher que havia sido muito abusada por vários homens, que agora estava divorciada e enfrentava sérias batalhas pela custódia dos filhos. Ela não estava bem. Tinha desenvolvido uma dor crônica no pescoço, um crescimento enorme no lado esquerdo e fortes dores abdominais.

Durante a sessão de meditação interativa, uma voz muito diferente veio à tona e explicou que ela era uma das almas que vieram a este mundo para nos ajudar a corrigi-lo. Ela havia assumido esses enormes sofrimentos e estava sofrendo muito. Ela havia assumido esses enormes sofrimentos para entender as dores que algumas mulheres sentem no mundo atual. Mas agora, nesta sessão, era o momento em que ela deveria entender sua verdadeira missão. Agora que sua história pregressa e seu propósito na vida estavam claros, ela tinha a oportunidade de começar uma vida totalmente diferente e ajudar outras pessoas a melhorar.

Isso aparentemente se tornou um ponto-chave de transição em sua vida. Depois de

explicar essas conexões, seus guias internos procederam espontaneamente para eliminar a dor no pescoço, esvaziar o crescimento e aliviar a dor abdominal. Quando a cliente saiu da sessão, ela estava animada. As dores no pescoço e no abdome haviam desaparecido e seu crescimento estava visivelmente reduzido. Eu estava lá depois da sessão, e a mulher até me pediu para tocar no crescimento reduzido.

A recuperação continuou no outono, quando tive o primeiro contato por e-mail com ela, e foi confirmada um ano depois em uma segunda troca de e-mails. A experiência a levou a começar uma vida totalmente nova, muito melhor, em circunstâncias totalmente novas.

5.6.4. Realização de uma meditação interativa

A principal diferença nas induções de Dolores Cannon é que ela realiza sessões por períodos prolongados de tempo. Em geral, elas duram mais de duas horas, muitas vezes até quatro horas. Superficialmente, essas são meditações bastante normais nas quais os clientes visualizam experiências significativas "que parecem certas" para eles. São meditações guiadas espontaneamente, bem o oposto das meditações apontadas ou em branco que alguém faria na prática zen.

Os facilitadores simplesmente pedem aos clientes que descrevam suas experiências com o máximo de detalhes possível, para que tudo possa ser gravado em fita e para que as diversas perguntas dos clientes possam ser respondidas. Os facilitadores obtêm o maior número possível de detalhes relevantes e orientam os clientes gentilmente em direção a respostas mais significativas.

O que começa como uma meditação normal, de fluxo livre, geralmente termina em uma experiência espiritual muito profunda, ou seja, um encontro com o Eu Superior. Os clientes entram nesses encontros espontaneamente e, de repente, começam a falar com um tipo diferente de voz. A atitude, a perspectiva, a voz e até mesmo o gênero da voz geralmente mudam profundamente. Em vez da voz normal do cliente, pode-se ouvir uma pessoa excepcionalmente competente que fala de forma objetiva sobre as experiências do cliente em vidas anteriores e que coloca a vida atual do cliente em uma perspectiva muito mais ampla.

Uma pista surge com bastante regularidade: os clientes frequentemente se referem a si mesmos na terceira pessoa ("ele/ela fez isso ou aquilo"). Além disso, quando perguntados diretamente, os clientes dizem de bom grado que não estão expressando as opiniões conscientes do cliente, mas as opiniões do seu "subconsciente", do seu "Eu Superior" ou, às vezes, de um "ser superior".

Quando os clientes saem da sessão, geralmente perderam a noção do tempo. Passou mais tempo do que eles imaginam. Muitos clientes não têm a menor ideia do que a voz interior disse durante a sessão. Alguns outros acompanharam os comentários da voz interior em uma espécie de meio torpor. No entanto, outros clientes sentem os comentários internos de forma bastante consciente. Ouvir a gravação após a sessão geralmente proporciona muitas outras percepções.

Da perspectiva ascensionada

As meditações interativas proporcionam percepções e experiências interessantes. Os clientes geralmente percebem que pessoas próximas a eles na vida atual (pais, filhos, cônjuges, amigos íntimos) aparecem para eles como entidades da alma de vidas anteriores. As meditações interativas geralmente sugerem que os assuntos não tratados de uma vida anterior devem ser resolvidos. Lesões, dificuldades médicas e deficiências profissionais muitas vezes podem estar relacionadas a eventos que ocorreram em uma

vida anterior. E, por fim, essas revelações geralmente levam ao alívio físico de desconfortos físicos atuais.

Precisamos de duas etapas conceituais para concluir essas reflexões.

Primeiro, precisamos admitir para nós mesmos que nossa vida atual desde o nascimento é uma vida inteiramente nova, oferecida à nossa alma reencarnada, e que ela não deve nada às nossas vidas anteriores. A vida espiritual que já está em nós, com todo o seu poder criativo, nos concede a liberdade de gerar uma perspectiva de vida totalmente nova, de alegria, honestidade e autoafirmação pessoal. Assim, podemos nos libertar dos grilhões de deficiências antigas e ultrapassadas e ver a vida com olhos totalmente novos.

Em seguida, vem uma segunda etapa. Em nossa recriação, também podemos admitir para nós mesmos que temos o poder de nos curar, tanto quanto e tão rapidamente quanto as circunstâncias reais e físicas permitirem. Nosso eu interior sabe como regenerar qualquer parte de nosso corpo e pode nos dizer o que fazer e nos ajudar a fazer o trabalho. Às vezes, essa "recuperação espontânea" pode ser rápida e, às vezes, pode levar um pouco mais de tempo, dependendo de nosso estado psicológico e físico. Mas se houver vontade e se o corpo ainda tiver recursos biológicos regenerativos suficientes, algumas recuperações surpreendentes são possíveis.

[Verificação: "Melquíades, você está de acordo com o texto como ele está?" Resposta: "Sim. Posso colocá-lo na Internet como o próximo capítulo?" Resposta: "Totalmente de acordo"].

5.7. Telepatia

No centro de sua vida 5D, bem dentro de você, está o seu "ponto ideal". Esse é o seu ponto de conexão telepática.

Se você tem acompanhado esta introdução, pulando, saltando e se divertindo ao ler cada novo capítulo, saberá exatamente o que quero dizer. Na interseção de todos os seus relacionamentos, há um lugar onde você está no centro do seu "enxame pessoal", de toda a sua rede social. É onde você se sente mental e espiritualmente em casa e onde todas as suas conexões sociais convergem.

Esse também é seu ponto de conexão com o resto do mundo. Esse ponto se irradia de você para seu parceiro, sua família, seus amigos e para o restante das pessoas que são importantes para você. Quando se sentir nesse "ponto", você se sentirá naturalmente conectado com todos os entes queridos ao seu redor. Esse centro de interconexão telepática cria um centro emocional natural para sua existência espiritual.

Provavelmente, ele também forma a base da telepatia humana.

Conectar

Conectar a telepatia com o centro de seu "enxame" pode parecer surpreendente a princípio. Na literatura espiritual, lemos que profetas, canalizadores, santos etc. ouvem mensagens telepáticas em suas cabeças, que evidentemente vêm de fontes externas porque ninguém ao redor está falando. A maioria de nós interpretou esses eventos como uma espécie de "chamadas telefônicas do além", o que sugere que alguma antena de rádio transmite mensagens para a cabeça do receptor.

Pelo que pude perceber, esse não é realmente o aspecto mais importante da telepatia.

Do modo como entendo as evidências atuais, a telepatia humana funciona por meio de nosso núcleo profundo e central, ou nosso "eu interior". Pense nas muitas maneiras que já descobrimos de como funcionamos. Nosso eu interior subconsciente, que chamamos de Eu Superior, é um agente ativo que coleta continuamente informações interdimensionais, especialmente de nossos amigos próximos. Ao mesmo tempo, Ele não o incomoda com "todo o barulho" ao nosso redor. Mas quando a informação é urgente ou quando você a solicita ativamente, nosso Eu Superior permite que você tome conhecimento das mensagens não verbais ou verbais que ele coletou e que são relevantes para você.

Portanto, a "telepatia" é uma extensão de você mesmo. Quando você desenvolve sua capacidade de ouvir e falar conscientemente de forma telepática, essa capacidade é a transmissão de sua expressão para o nível consciente. Quando tiver prática suficiente, você poderá aprender a expressar seus próprios pensamentos verbalmente e a se comunicar por meio de seus canais intencionais.

Esse ponto de conexão interdimensional forma uma parte central de sua existência espiritual. Pelo que consegui reunir de várias fontes, aprenderemos cada vez mais a nos comunicar com o resto do mundo por meio desses pontos focais de telepatia nos próximos anos e décadas.

Precisão da telepatia

O Merriam-Webster define telepatia como "comunicação de uma mente para outra por

meios extra-sensoriais". Portanto, no nível mais elementar, se você pegar um pêndulo, balançá-lo e descobrir como está um bom amigo, você já está se comunicando telepaticamente com ele, pois está obtendo suas informações por meios extrassensoriais. Todas as formas de comunicação interdimensional usam a telepatia em determinados momentos.

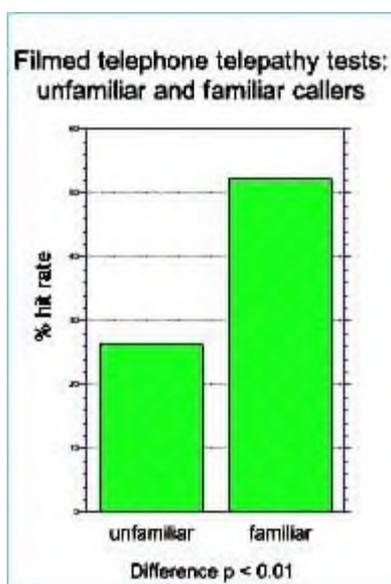
A telepatia é precisa? Sim, ela é tão precisa quanto qualquer outra de nossas ferramentas interdimensionais, principalmente entre pessoas que se conhecem bem, especialmente em casos urgentes. Estudos sistemáticos (veja abaixo) mostraram precisões de mais de 50% para adivinhar qual dos quatro amigos está ligando em um telefone de rede fixa sem identificador de chamadas.

Esses resultados de telepatia são relativamente recentes, e muitos psicólogos ainda não estão cientes dessas excelentes taxas de acerto. Mas muitos especialistas estão cientes dos enormes conjuntos de testes parapsicológicos que há mais de 80 anos demonstram que a maioria de nós é telepática em algum grau. Por exemplo, se você tentar adivinhar para qual carta uma pessoa atrás de uma parede está olhando, terá uma pequena possibilidade acima da chance de acertar. Com um número suficiente de testes desse tipo, essas diferenças são estatisticamente significativas.

Curiosamente, aqueles que não desejam ser considerados telepatas apresentam resultados estatisticamente significativos abaixo da chance. Em outras palavras, seus resultados ainda são estatisticamente diferentes dos resultados do acaso, mas no sentido inverso daqueles que aceitam a ideia de telepatia. Portanto, sabemos que qualquer tentativa de usar a telepatia tem alguns efeitos decisivos, apesar da negação maciça por parte de grandes grupos de pessoas.

5.7.1. Mais do que os resultados bem estabelecidos

Esses resultados bem estabelecidos surgiram dos milhares e milhares de testes (bastante enfadonhos) de adivinhação de cartas realizados durante as décadas de 1930, 1940 e 1950 no contexto dos experimentos de J.B. Rhine na Duke University. Nas décadas de 1950 e 1960, algumas questões estatísticas foram verificadas e alguns grandes meta-estudos foram realizados. Mas, no final, todos esses estudos apoiaram as descobertas originais.



Embora pessoas talentosas, altamente motivadas e bem treinadas tenham apresentado alguns resultados excepcionais, a média de adivinhação de telepatia estava muito próxima do nível do acaso, e ninguém jamais demonstrou ser 100% preciso o tempo todo. Durante muito tempo, acreditou-se que os resultados ligeiramente acima do acaso que surgiram nesses estudos correspondiam ao nível de telepatia possível para humanos comuns¹.

Entretanto, esses testes foram feitos com pessoas que não se conheciam.

Quando se faz testes com pessoas que se conhecem bem e que também sentem que estão telepaticamente conectadas a outras, os resultados podem ser muito mais impressionantes.

À esquerda, temos os resultados de um teste de telepatia telefônica conduzido por Rupert Sheldrake e realizado por

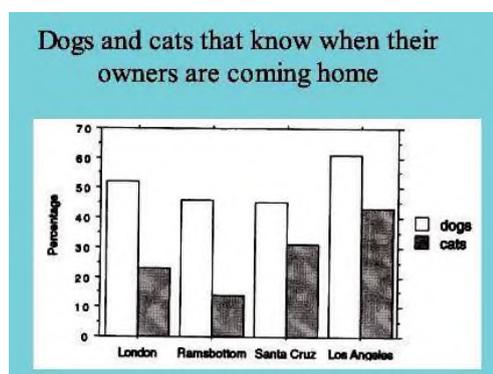
1 Comece com a revisão em http://archived.parapsych.org/members/jb_rhine.html.

pessoas que não são familiares ou familiares à pessoa que recebe a ligação. O jogo consistia em adivinhar quem era a pessoa que estava ligando em uma linha fixa sem identificador de chamadas. Todos os participantes foram filmados para garantir que não pudessem trapacear (com telefones celulares, computadores, etc.). Os palpites estavam apenas um pouco acima do acaso, em 25%, para chamadores desconhecidos, como nos experimentos de Rhine, mas estavam acima de 50% – muito acima dos níveis de significância – para chamadores conhecidos².

Uma boa maneira de entender esse tipo de teste é assistir a um vídeo de TV feito com os quatro membros da banda musical Nolan Sisters. Uma banda musical precisa demonstrar coerência interna para ter sucesso como grupo e, de fato, a banda se saiu muito bem no teste de telepatia telefônica³.

Cães e gatos que sabem quando seus donos estão chegando em casa

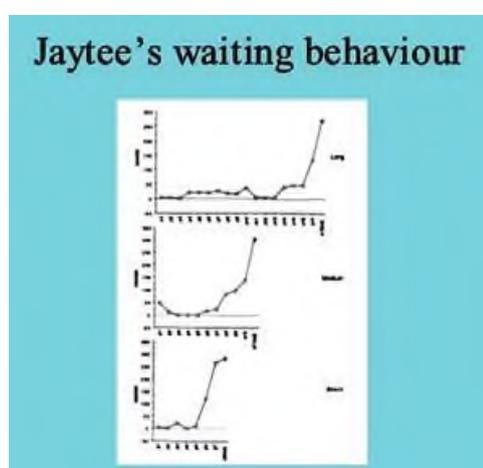
Esse fato é bastante revolucionário, e os resultados de Rupert Sheldrake provocaram grande revolta na comunidade científica materialista. Esse tipo de resultado vai diretamente contra a corrente dominante. Como é possível entender essa poderosa forma de interconexão humana e por que os seres humanos teriam essa capacidade?



Para começar a responder a essa pergunta, recorreremos a outro conjunto bem-sucedido de experimentos realizados por Rupert Sheldrake: a telepatia animal. Os animais podem nos mostrar com grande confiabilidade alguns mecanismos subjacentes do funcionamento psicológico que são mais difíceis de demonstrar com os seres humanos.

Muitas pessoas que têm cães e gatos notaram que seus animais parecem saber quando seus donos estão chegando em casa. À esquerda está uma pesquisa com donos de cães em duas cidades do

Reino Unido e duas da Califórnia (do vídeo na nota de rodapé 21). Cerca de metade dos cães e de 15% a 42% dos gatos apresentam esse comportamento.



Normalmente, isso é atribuído simplesmente ao fato de os animais ouvirem passos característicos ou sons típicos de motores e pneus no cascalho do lado de fora. No entanto, o caso não é tão simples, porque, na verdade, cães e gatos começam a esperar seus donos muito tempo antes de eles aparecerem na porta.

De fato, em um estudo detalhado de cerca de 800 cães e 500 gatos, Sheldrake coletou comportamentos gravados em vídeo de cães e gatos que esperavam seus donos durante as horas em que voltavam para casa. Uma ilustração é mostrada à esquerda. O cão Jaytee começou a ir até a janela uma hora ou mais antes de o dono realmente aparecer em casa.

2 Ilustração do YouTube "*Rupert Sheldrake, a evolução da telepatia*" <https://youtu.be/2MOzISF0a8M>. A Palestra Perrott-Warrick do Dr. Rupert Sheldrake (9 de fevereiro de 2011). Para uma mistura de 1.000 chamadores familiares e desconhecidos, Sheldrake cita 42% de identificações corretas no vídeo fornecido na próxima nota de rodapé.

3 "*Telephone Telepathy with the Nolan Sisters and Rupert Sheldrake*" <https://www.youtube.com/watch?v=tQe7NXIcnw>

Sheldrake diz que os animais geralmente iniciam seu comportamento de expectativa no momento em que os donos decidem voltar para casa, independentemente de onde estejam e do meio de transporte que escolham.

Como um detalhe, Sheldrake diz que os animais são distraídos de seu comportamento de expectativa por outros animais na vizinhança – o que é outra maneira de dizer que "animais entediados que não têm mais nada para fazer mostram evidências de que estão esperando seus donos voltarem para casa". Essa observação pode explicar as altas pontuações dos cães e gatos de Los Angeles, onde é provável que uma alta porcentagem dos animais tenha ficado fechada dentro de casa enquanto seus donos estavam ausentes.

5.7.2. A rede de telepatia universal

Portanto, temos cães e gatos que parecem saber quando seus donos decidem voltar para casa, e onde a distância ou o meio de transporte não faz diferença nos resultados. Também temos evidências substanciais de conhecimento telepático com interlocutores telefônicos conhecidos. De acordo com Sheldrake, resultados semelhantes em grande escala estão sendo trabalhados para mensagens de SMS e e-mail. Também podemos rir dos gatos que sabem com antecedência quando seus donos querem levá-los ao veterinário e que desaparecem bem a tempo antes da consulta, ou de um papagaio de Nova York que acorda sua dona com comentários em voz alta sobre seus sonhos⁴.

Todos esses resultados mostram que é muito provável que a telepatia exista em cães, gatos, pássaros e seres humanos. Isso também implica que deve existir *uma enorme rede de telepatia universal* que, de alguma forma, relaciona humanos, cães, gatos e pássaros entre si. Quando os cães estão suficientemente entediados, eles acessam essa rede para descobrir se seus donos já pegaram as chaves do carro para iniciar a viagem de volta para casa. E quando isso acontece, eles tendem a ir até a janela ou a porta e esperar que eles voltem para casa.

Um aspecto fascinante dessa rede é que a distância ou o tempo aparentemente não são importantes. Não foi documentado absolutamente nenhum efeito da distância ou do tempo de transmissão da mensagem nos experimentos de J.B. Rhine, nem em nenhum dos experimentos de Sheldrake. A rede de telepatia aparentemente funciona em qualquer lugar e em tempo paralelo. É uma "rede de compartilhamento instantâneo".

Mas por que essa rede é tão "fraca", no sentido de que não podemos decidir "chamar alguém para um bate-papo" discando para essa rede de comunicação à vontade?

Possivelmente por design. As experiências de alguns consumidores de LSD podem descrever isso para nós.

Telepatia sob o efeito do LSD

Parece que, em certos casos, o LSD melhorou a telepatia entre dois experimentadores da droga, de modo que, por longos períodos, eles mantiveram contato telepático. Essas experiências também mostraram a inconveniência da comunicação telepática sem controle.

Vou parar rapidamente para dizer que não desejo incentivar a experimentação descontrolada com LSD ou outra droga psicogênica. Não digo isso por receio de que

⁴ "Rupert Sheldrake - The Extended Mind - Telepathy" (3 parts):

<https://www.youtube.com/watch?v=Yo0gyXZQv0o>,

https://www.youtube.com/watch?v=_0V6KBzIhu4,

<https://www.youtube.com/watch?v=hYkoQ9WnwAM>

alguns advogados empreendedores possam ler estas linhas. O LSD, da forma como está disponível atualmente no mercado ilegal, pode estar contaminado e apresentar sérios riscos à saúde. Além disso, não é nada engraçado ter de ir a um hospital para fazer uma lavagem estomacal ou, pior ainda, acabar como um paciente terminal de Alzheimer. *Esses fatos já aconteceram.*

Além disso, as viagens com LSD proporcionam visões do mundo altamente selecionadas e, às vezes, distorcidas. Se você não for orientado por um profissional experiente, poderá ficar tragicamente desorientado em relação à compreensão de sua própria psicologia e espiritualidade. Isso pode, por muitos anos, levá-lo ao caminho do jardim com relação ao seu desenvolvimento pessoal.

Sim, devemos nos permitir fazer experiências com nossas mentes criativas, mas sempre de forma que tenhamos controle total e não coloquemos em risco o delicado funcionamento nervoso que constitui nossa fabulosa mente humana. É possível fazer experimentos muito mais seguros com estados espirituais por meio da estimulação magnética transcraniana cuidadosamente controlada, que é totalmente legal⁵.

Dito isso, vamos voltar às evidências. No YouTube, alguns jovens descreveram fortes conversas telepáticas com amigos durante suas experiências com LSD⁶. Eles definitivamente sabiam que estavam em comunicação interativa contínua por meios telepáticos.

Um grande problema era que eles "não conseguiam desligar o telefone" e que as comunicações telepáticas interferiam em suas conversas normais. Eles ficavam muito confusos quando alguém começava a falar, porque as duas linhas de comunicação entravam em conflito uma com a outra. Internamente, eles ainda estavam se comunicando com os amigos por telepatia, enquanto externamente queriam participar de uma conversa falada. Esse problema de controle está relacionado ao fato de que, sob o efeito do LSD, muitas vezes é difícil ou impossível desativar um determinado fluxo perceptual. Os experimentadores são fixados em um determinado foco perceptual e não podem desviar sua atenção.

Para nós, isso também sugere que nosso nível atual de capacidade telepática é limitado porque ainda não aprendemos a ativar e desativar o fluxo telepático à vontade. Quando aprendermos a fazer isso, nossa exploração da Internet interdimensional telepática poderá se expandir um pouco mais.

5.7.3. Comportamento de enxame como uma dimensão espiritual

Com o funcionamento comunicativo e a comutação adequados, o uso humano crescente e voluntário da telepatia seria bastante interessante. Quais seriam as consequências desse aumento do uso da telepatia?

É provável que a telepatia amplamente compartilhada atinja profundamente os relacionamentos interpessoais. Por exemplo, quando alguém se torna intuitivamente consciente do que seu vizinho pode pensar e sentir – ou seja, entre membros altamente ascendidos – será muito mais fácil desenvolver o "comportamento de enxame" em um determinado grupo.

5 E.g. the "God helmet", <https://www.god-helmet.com/wp/god-helmet/index.htm>.

6 Por exemplo. YouTube "Telepatia durante uma viagem de MDMA e LSD" Não está mais disponível. Experiências telepáticas com comunicação clara de informações anteriormente desconhecidas também foram coletadas com LSD puro em testes laboratoriais oficialmente sancionados realizados durante as décadas de 1960 e 1970 com pacientes terminais com câncer no Centro de Pesquisa Psiquiátrica de Maryland, ver Grof, Stanislav (2006). A Jornada Final: Consciência e o Mistério da Morte. Associação Multidisciplinar de Estudos Psicodélicos.

Os enxames são vistos em grupos de pássaros e peixes em determinadas épocas do ano, quando grandes grupos voam ou nadam em grupos coerentes. Durante muito tempo, esse tipo de comportamento foi explicado como uma forma de copiar o comportamento do vizinho, mas a explicação do gato copiador não se sustenta. De acordo com Sheldrake, os cálculos mostraram que levaria muito tempo para passar impulsos de pássaro para pássaro por todo o enxame por meio dos sistemas visuais e neurais.

Uma explicação promissora poderia se basear nos estados quânticos da telepatia animal. Se os pássaros seguissem um plano mestre em evolução compartilhado em um sistema telepático de compartilhamento instantâneo, o tempo do comportamento coordenado do enxame poderia ser explicado com muito mais facilidade. Essa formulação é, portanto, a hipótese da "telepatia quântica".

Dois fatores favorecem essa hipótese: primeiro, o fato de que a *distância* não tem importância na qualidade da transmissão. Em segundo lugar, o *grau de maior familiaridade entre os membros* do enxame tem uma semelhança com o comportamento dos elétrons em um estado emaranhado. Na física quântica, as partículas de elétrons emaranhadas permanecem conectadas, de modo que as ações realizadas em uma afetam a outra, mesmo quando estão separadas por grandes distâncias⁷. Da mesma forma, pode-se propor que estados quânticos específicos *em um enxame* se espalhariam mais do que *fora do enxame*.

Além disso, o comportamento de enxame em animais é semelhante ao comportamento cooperativo em humanos, que sabemos ser estimulado em dimensões espirituais. Quando levamos em conta as evidências sobre a telepatia animal e humana, fica evidente a ligação entre o comportamento cooperativo e o comportamento de enxame. Nos momentos em que é do interesse da maioria dos membros de um grupo fortemente cooperativo, poderia surgir um "comportamento de enxame", em que as direções poderiam ser determinadas cooperativamente por meio de uma rede de telepatia de compartilhamento instantâneo.

Em longo prazo, poderíamos evoluir para um novo modelo social em que nos tornássemos muito mais inter-relacionados por meio de nossos links de comunicação subconscientes.

A telepatia entre humanos é possível?

Em um vídeo publicado em junho de 2013, foram mostradas evidências razoavelmente boas de intuições compartilhadas entre gêmeos idênticos⁸. As intuições compartilhadas são uma boa evidência, mas é necessário dar um passo adiante: a telepatia como um substituto universal normal para a fala humana.

Desde 2013, também foi revelado um bom número de "testemunhos não oficiais de delatores" sobre o uso da telepatia em comunicações com extraterrestres. Estão surgindo gramáticas ou dicionários concretos de telepatia⁹. Também há um exercício de telepatia guiada para estabelecer um relacionamento próximo entre você e uma pessoa especial aqui¹⁰.

7 O emaranhamento quântico é um fenômeno físico que ocorre quando um par ou grupo de partículas é gerado, interage ou compartilha proximidade espacial de uma forma tal que o estado quântico de cada partícula do par ou grupo não pode ser descrito independentemente do estado das outras. , inclusive quando as partículas estão separadas por uma grande distância. [Wikipedia](#)

8 "Naked Science – Telepathy", <https://www.youtube.com/watch?v=AdmyUEVLRAM>

9 Você pode encontrar uma cartilha de telepatia perspicaz aqui: <https://www.officialfirstcontact.com/wp-content/uploads/2019/05/Telepathy-101-Primer-English.pdf>, disponibilizado em [officialfirstcontact.com](https://www.officialfirstcontact.com).

10 "Guided Telepathy Make Your Special Person Think of You", <https://youtu.be/gjRujTCdDeo>

Considere os possíveis efeitos de uma disseminação do comportamento de enxame

Se um número cada vez maior de humanos ascendidos desenvolver efetivamente suas capacidades telepáticas para captar os pensamentos dos outros, algumas mudanças importantes poderão ocorrer.

Saberíamos cada vez mais claramente quais delitos estão sendo cometidos a torto e a direito, com consequências muito importantes para o funcionamento policial, jurídico e político. Por sua vez, o desenvolvimento de uma maior capacidade telepática também provocaria algumas questões importantes relacionadas à proteção da privacidade e dos direitos humanos.

Como vimos, a comunicação telepática só é útil se puder ser ativada e desativada voluntariamente. Resta saber se e até que ponto os criminosos conseguirão esconder seus delitos e se os indivíduos conseguirão preservar sua intimidade legítima quando for apropriado em condições de capacidade telepática acumulada na população.

A humanidade pode estar prestes a levantar questões totalmente novas de comportamento social e privacidade à medida que avançamos em um mundo onde o funcionamento telepático pode se tornar parte de nossas vidas diárias.

[Verificação: "Melquíades, você está de acordo com o que está escrito aqui?" "Concordo plenamente."
"Posso colocar isso no site?" "Concordo plenamente"].

6.1. Cura espiritual

O corpo humano é altamente complexo e suas funções podem se desequilibrar por vários motivos. A cura espiritual tem como objetivo superar muitas das causas básicas desses problemas.

A cura espiritual é e deve ser parte de uma abordagem *completa (holística)* da cura.

Ela deve e pode funcionar em integração com a cura física e psicológica. Todas as três abordagens, física, psicológica e espiritual, devem se apoiar mutuamente.

Assim como a terapia médica ou psicoterápica bem escolhida, a cura espiritual pode nos ajudar a voltar a ter um corpo e uma mente equilibrados e em bom funcionamento, fazendo com que o corpo funcione sem problemas perceptíveis. Quanto mais a pessoa melhorar seu funcionamento e seu bem-estar, melhor poderá realizar seus objetivos e aproveitar a vida.

Atualmente, a aceitação da cura espiritual ainda é marginal na sociedade ocidental. No mundo oriental, as abordagens espirituais têm uma longa história e são bem aceitas pela população. Muitos de seus aspectos são amplamente integrados aos tratamentos médicos e psicoterápicos. A interação holística entre conceitos espirituais, psicológicos e médicos é muito menos conflituosa no Oriente do que no Ocidente.

Com nossa ascensão à 5ª dimensão, chegou a hora de muitos de nós, no Ocidente, abrirmos nossas mentes e considerarmos as possibilidades da cura espiritual. Essa abordagem pode oferecer perspectivas que não estão disponíveis ou estão apenas parcialmente abertas nas abordagens médicas ou psicológicas tradicionais.

Um exemplo concreto

Aprendemos melhor com exemplos e, para isso, os autores não podem fazer nada melhor do que pegar suas próprias histórias pessoais. Então, vamos ver como a cura espiritual funcionou para mim.

Por volta de 2004, tive o que é comumente conhecido como "esgotamento"¹. Depois de



30 anos de trabalho intensivo e ininterrupto em várias universidades, em diferentes países, impulsionado por aspirações pessoais excessivas e prejudicado por habilidades sociais inadequadas, eu estava enfrentando uma oposição cada vez maior em meu ambiente profissional. Com o passar dos anos, as pressões se tornaram cada vez mais fortes, e minha estrutura física e mental estava sendo desgastada. Por fim, as coisas se tornaram incontroláveis, fiquei incapaz de trabalhar e tudo foi interrompido.

Imagem: <http://robcares.com>

¹ Wikipedia: "Burnout é um termo psicológico que se refere à exaustão de longo prazo e à diminuição do interesse no trabalho. Pesquisas indicam que os clínicos gerais têm a maior proporção de casos de burnout; de acordo com um estudo holandês recente na Psychological Reports, nada menos que 40% destes experimentou altos níveis de esgotamento. ... Muitas teorias de esgotamento incluem resultados negativos ..., incluindo medidas de função no trabalho (desempenho, produção, etc.), resultados relacionados à saúde (aumentos nos hormônios do estresse, doenças coronárias, problemas circulatórios) e problemas de saúde mental, como depressão.

Tive que tirar um mês de férias do trabalho, mas isso não foi suficiente. Mal me recuperei. Um ano depois, em meio a uma separação conjugal, percebi em uma manhã que havia perdido a metade direita do meu campo visual. Meu corpo estava literalmente "desistindo". Fui hospitalizado e cuidadosamente examinado. Graças a Deus, o problema durou apenas quatro horas e depois desapareceu. Não foi encontrada nenhuma disfunção física grave e recebi alta alguns dias depois.

Ao mesmo tempo, eu estava no fim de minhas forças. Eu sabia que já havia recebido dois tiros de advertência e não estava disposto a receber um terceiro. Meu histórico médico apontava para um possível derrame. Aguentei por mais quatro anos, reduzi minha agenda o máximo possível e, em 2008, pedi aposentadoria antecipada. Tracei uma linha sólida, abandonei todo o trabalho e tirei férias prolongadas.

Em resumo, reagi na hora certa e por pouco não passei por um problema de saúde mais sério. O esgotamento foi principalmente psicológico (incapacidade de lidar com o estresse, perda de motivação, etc.), mas foi acompanhado de exaustão física total. Além disso, mais problemas estavam esperando nos bastidores. A perda do campo visual poderia ter se transformado em um dano neurológico mais amplo, e poderia ter ocorrido uma parada cardíaca – ou algo pior.

Recuperação lenta

Demorou muito tempo para superar o esgotamento. Durante dois anos, eu dormia cerca de 16 horas por dia. A cada 24 horas, eu tinha dois períodos curtos de vigília, cada um com cerca de quatro horas de duração. Nos intervalos, eu fazia longas sestas. *Depois de dez anos*, lentamente saí de uma névoa pesada de cansaço contínuo.

O esgotamento foi desastroso para o que eu conseguia realizar. Durante meus 30 anos de vida como professor universitário, escrevi e/ou fui coautor de cinco livros profissionais e mais de 100 artigos científicos². Mas, durante esses dez anos após o esgotamento, não realizei muito mais do que uma primeira versão esboçada deste "Guia para a Ascensão". Iniciei vários projetos e desisti de todos eles. Por exemplo, tentei aprender a tocar piano do zero, mas não conseguia me concentrar por longos períodos de tempo, nem praticar regularmente, muito menos lembrar o que havia aprendido.

Escrever a primeira versão deste "Guia" foi um trabalho árduo para mim, muito mais difícil do que teria sido antes do esgotamento. Eu ainda sentia que tinha a mesma mente de antes. Não havia perda de memória, ainda pensava rapidamente, lia bastante e meu tempo de reação era comparável ao que tinha antes do esgotamento. Mas o que foi perdido durante esses dez anos foi uma enorme quantidade de tempo, clareza e liberdade dessa "nebulosidade", e a vontade de concluir um projeto completo³.

Agora que o episódio de burn-out ficou para trás, estou avançando bem em meus dois projetos atuais, que são, primeiro, a versão atualizada e ampliada deste "Ascendancy Guide" e, segundo, meu novo site de música clássica (<https://neoclassix.info>). No momento, você está lendo a quinta edição revisada do "Guia para a Ascensão".

Em uma perspectiva retrospectiva, posso lhe dizer o que aprendi em cerca de dez anos de recuperação do esgotamento.

A cura

O que se faz com um paciente com burn-out?

² <https://www.permakultura.ch/cv/Kelleroch.html>

³ Amigos espirituais meus sugeriram gentilmente que eu precisava de tempo "para realmente pensar sobre a questão da ascendência". Realmente...

Após a hospitalização, passei pelo processo médico habitual. Os médicos tentaram me colocar em vários tipos de antidepressivos, mas os medicamentos me causaram muito desconforto – perda do desejo sexual, profunda insatisfação interior e períodos incríveis e excessivos de transpiração. Depois de algumas semanas, joguei todos os comprimidos no lixo e nunca me arrependi disso.

Também fiz psicoterapia. A primeira terapeuta não entendia nada do que eu estava passando e não me ajudou em nada. A segunda terapeuta foi melhor. Fomos direto às questões de minhas habilidades sociais e minhas aspirações profissionais excessivas. Percebi várias coisas que não tinha visto antes. Mas, depois de alguns meses, também chegamos ao fim dessa linha.

Eu ainda estava a anos de distância de uma recuperação real. Foi aí que a cura espiritual entrou em cena. Comecei a trabalhar com meu eu interior. Naquele momento, minha consciência havia amadurecido a ponto de ter uma interface direta com meu Eu Superior, Melkiades.

Usei o Yi-Jing, meditei com as gravações de Hemisync do Instituto Monroe, desenvolvi minha capacidade de trabalhar com o pêndulo e, finalmente, acrescentei os sonhos conscientes. Muitas vezes, eu fazia perguntas por horas a fio, refletia sobre as respostas e depois ia mais fundo. No início, as respostas que recebia eram aproximadas, mas, aos poucos, tornaram-se mais claras, mais consistentes e mais definidas.

Meu eu interior começou a me oferecer soluções onde os médicos e psicoterapeutas haviam deixado de lado. Muitas vezes, essas soluções eram novas e surpreendentes, e acabaram me levando a uma forma de cura espiritual autodirigida.

6.1.1. Cura espiritual autodirigida

A cura espiritual autodirigida é um pouco parecida com a psicoterapia, mas com a diferença crucial de que os clientes encontram suas próprias soluções nas interações com o próprio eu espiritual. De maneira verdadeiramente ascensionada, aprendemos a desenvolver nossa própria capacidade de nos curarmos. Organizamos nossas próprias sessões de perguntas e respostas usando as ferramentas de comunicação interdimensional. Não somos mais objetos (ou às vezes cobaias) de algum praticante externo. Vamos diretamente à fonte, que somos nós mesmos.

Na psicoterapia, um terapeuta externo é a principal fonte de inspiração, enquanto na cura espiritual autodirigida, a terapia deve surgir de dentro de nós mesmos. Passamos por um processo de aprendizado. Nós nos abrimos para sugestões de dentro de nós mesmos e consultamos fontes externas para verificação ou para obter mais informações. Por fim, determinamos a direção mais significativa a ser tomada.

Ouvir os especialistas internos

Se trabalharmos com um mestre espiritual, como nosso Eu Superior, sua abordagem pode parecer esotérica no início. Eu havia tomado nota de seu raciocínio e de seus procedimentos.

Por exemplo, os mestres podem direcionar energia de cura para um paciente e, ao mesmo tempo, dizer que não estão realmente "curando" o paciente. Normalmente, eles dizem que *criam circunstâncias em que a cura pode ocorrer*, para que os clientes possam fazer sua própria cura por meio de seu próprio acesso à energia espiritual. Os mestres costumam dizer que apenas ajudam a abrir as portas para um processo de cura espiritual. Depois, cabe às "energias superiores" e aos próprios clientes realizar a cura de fato.

Eu ouvi e apliquei essas sugestões ao meu esgotamento. Usei quatro abordagens:

1. Paguei a mim mesmo um procedimento de cura espiritual que durou um ano e me libertou de um **problema respiratório** que me acompanhava por toda a vida. Fui supervisionado por um curandeiro espiritual. Essencialmente, consistia em me concentrar no problema e hiperventilar por 10 segundos, quando eu estivesse totalmente concentrado. Isso era feito uma vez por semana e contribuiu muito para minha recuperação. Quando consegui respirar com muito mais facilidade, dormi melhor e fiquei menos exausto durante o dia. A cura de uma doença respiratória que durou a vida inteira foi de fato "milagrosa" do ponto de vista da medicina tradicional, porque não foram tomados medicamentos e porque eu só fiz terapia espiritual durante todo aquele ano. Essa experiência provou para mim que a cura espiritual pode de fato realizar um trabalho sério.
2. As perguntas e respostas espirituais me permitiram encontrar as causas e as bases emocionais do meu esgotamento. Ao perguntar ao meu Eu Superior sobre tudo o que aconteceu antes, durante e depois do esgotamento, encontrei grandes desequilíbrios que precisavam ser eliminados, novamente com procedimentos de meditação. Particularmente em minhas habilidades sociais, descobri as **origens** de minhas frustrações passadas, vi quais situações eu havia lidado **de forma inadequada** e aprendi o que precisava **mudar em minha vida** para recuperar a saúde e evitar futuros desastres.
3. Além disso, minhas perguntas e respostas espirituais me permitiram descobrir um problema interno insuspeito no qual eu nunca havia pensado: **reações alérgicas**. Até aquele momento, eu ignorava alegremente qualquer reação alérgica. Mas crises de chiado no peito, coceira e vários outros sintomas deram início a uma série de perguntas a serem feitas ao meu sistema imunológico por meio de testes musculares. Descobriu-se que eu era alérgico – curiosamente -- a cenouras e a todos os tipos de iogurte, o que desapareceu quando cortei esses elementos da minha dieta. Hoje, no entanto, no verão de 2023 e 5 anos depois, essa reação não está mais ativa.
4. Finalmente, as perguntas e respostas espirituais me direcionaram para soluções não espirituais que eu não teria considerado de outra forma. Por exemplo, um pouco contra a minha vontade, fui impelido a examinar e encontrar soluções para meus **desequilíbrios nutricionais**. As respostas do meu eu superior também me levaram a alguns vídeos inesperados que me mostraram como dormir ainda melhor e dar uma chance ao meu sistema imunológico de se recuperar ainda mais. As perguntas e respostas espirituais não são boas apenas para a cura espiritual, mas, talvez ainda mais poderosas, para encontrar soluções materialistas mais eficazes.

Foi a combinação de todos esses elementos que me tirou da lama. Senti uma nova centelha de vida em mim e estava disposto a retornar a alguns "projetos reais". O esgotamento me custou dez anos de minha vida, e talvez mais alguns. É muito tempo, mas recuperei a esperança, mudei minha perspectiva sobre a cura e deixei meu corpo recuperar seu lugar de direito.

Agora chegou a hora de compartilhar e dar sentido a tudo isso, ao mesmo tempo em que retorno à verdadeira alegria de viver.

6.1.2. Entendendo a cura espiritual

Se a cura espiritual pode fazer tudo isso, como ela realmente "funciona"?

Vindos do modelo médico e psicoterapêutico tradicional, naturalmente desejamos explicações racionais ou, pelo menos, alguma dica de onde uma explicação racional pode ser encontrada. Algumas indicações estão surgindo.



Uma via promissora de pensamento concentra-se em uma concepção de energia que existe em todo o universo e que os seres humanos podem aproveitar para vários feitos, como a "cura energética"⁴. Em chinês, essa força interna é conhecida como "**Chi**" (também escrito "**Qi**" [ideograma à esquerda]). Acredita-se que essa energia invisível habita todos os seres vivos e, de fato, considera-se que ela distingue os elementos vivos dos não vivos.

Há indicações de que essa energia pode estar relacionada à "energia de ponto zero" subatômica ou "energia escura" e "matéria escura", conhecidas na física nuclear. Mas enquanto a energia subatômica é considerada *uma força física geral*, a energia Chi é específica dos elementos *que contêm vida (vegetação, animais, seres humanos)*. Como podemos explicar essa diferença?

A diferença entre a energia subatômica e a energia Chi

O mestre oriental Chia explica a diferença entre a energia subatômica e a energia Chi da seguinte maneira⁵. Para maior clareza, vou parafraseá-lo:

A "energia escura" ou a "espuma quântica" do universo, quando não influenciada por um ser vivo, é um pouco como a energia magnética quando aponta aleatoriamente em diferentes direções. Mas quando essa energia é manipulada para ações ou para cura, essas forças magnéticas são alinhadas em camadas positivas e negativas. Essas camadas apontam todas para a mesma direção e, portanto, são muito mais poderosas. Assim, elas podem ser usadas para ações que envolvam força quântica ou cura.

Assim, o Chi é considerado uma energia subatômica direcionada, capaz de curar seres humanos ou animais. Na tradição do leste da Índia, essa energia é chamada de "prana" e, no Ocidente, costumamos traduzir esse conceito como "força vital". Quando o Chi é invocado especificamente em uma cura, isso geralmente é chamado de "cura prânica" ou "cura energética".

À medida que começarmos a entender as bases da cura espiritual, poderemos elaborar testes e verificações mais sistemáticos desse tipo de terapia.

Força do Chi

Em seres humanos ou animais, acredita-se que a energia Chi flui por todo o corpo e se projeta a uma certa distância para fora. A projeção externa do Chi é a aura, que algumas pessoas conseguem ver ao redor de nossos corpos e que pode ser inspecionada com a fotografia Kirlian ou outros dispositivos que tornam visíveis os efeitos da energia Chi⁶.

O Chi é, portanto, uma energia agrupada. Ele pode ser orientado e concentrado por nossas ações, mas também por nossa história cármica e por fontes universais ressonantes. É isso que se quer dizer quando a força Chi é intencionalmente tornada mais poderosa ("ser elevada") ou reduzida ("ser rebaixada"). Se nosso desejo não for bloqueado por nossa história cármica e se proporcionar benefícios para o universo, ele é "ressonante" e reforça nossas ações. Por outro lado, o Chi pode ser enfraquecido ou bloqueado por partes do nosso carma ou se os desejos forem direcionados contra os benefícios universais.

Acredita-se que o Chi tenha grande poder de cura quando está "em boa forma". Quando está desorganizado ou "confuso", o Chi não consegue exercer plenamente seu poder de

4 É por isso que a "cura espiritual" é frequentemente chamada de "cura energética".

5 "*CHI IS BIO MAGNETIC ELECTRICAL ENERGY | Master Chia on London Real*"
https://youtu.be/0OFgL_aaXug

6 Esses dispositivos serão explicados no próximo capítulo.

cura. Portanto, nosso estado de consciência e o que fazemos, pensamos e sentimos têm um efeito direto sobre o Chi e, indiretamente, sobre nossa capacidade de nos curarmos.

Foco no coração

Uma função fundamental a ser aprendida na cura espiritual é focalizar o Chi em direções congruentes e ressonantes.

Como podemos desenvolver um foco claro para direcionar nosso Chi para a cura?

O *coração* e a *emoção* podem fornecer o foco necessário.

O coração é o órgão eletro-magnético-fisiológico mais poderoso do nosso corpo e está conectado a todo o corpo por meio de ligações elétricas e hormonais complexas. As funções cardíacas são a base de todo o pensamento consciente e alcançam de forma ampla, flexível e inteligente nossas emoções e as habilidades subconscientes do corpo.

Com o coração, podemos escolher a direção e determinar o caminho que o Chi usa para nos curar.

O foco no coração também é apoiado por algumas evidências empíricas. Em experimentos realizados pelo Dr. Glen Rein, por exemplo, os curandeiros espirituais que usaram a energia focada no coração tiveram mais sucesso em acelerar o crescimento dos linfócitos do sistema imunológico humano do que aqueles que usaram a energia mental (ou seja, do cérebro)⁷.

O objetivo é focalizar o coração de forma confiável e consistente. Um coração focado pode, com o tempo, alinhar todo o corpo a uma condição desejada. O Chi retém as informações e continua direcionando o corpo para esse foco. Se o coração se concentrar em uma cura e se a cura proposta não entrar em conflito com os objetivos cármicos ou universais, o Chi tentará ajudar a efetuar a cura.

6.1.3. Exemplo de uma cura espiritual voluntária

Vamos fazer isso com uma breve meditação. Isso levará apenas um minuto. Volte à meditação de um minuto⁸ e acrescente o foco no coração. Veja como faríamos isso:

Com os olhos fechados, respire normal e regularmente por um minuto⁹. Isso acalma o coração e permite que ele bombeie com mais regularidade. Na metade do minuto, enviamos uma imagem para o coração com um pedido para seguir a direção mostrada na imagem. A imagem pode ser um estado de cura, ou qualquer outro estado positivo e alegre, ou o que você desejar.

O coração age imediatamente de acordo com a sua sugestão e provoca reações no seu corpo que são congruentes com a imagem. Além disso, o Chi também toma nota da imagem e pode contribuir poderosamente para o efeito a longo prazo.

Ao longo do caminho, precisamos aprender a confiar no que estamos fazendo: A cura espiritual às vezes é instantânea e, em outras, funciona com um atraso e de forma aparentemente tortuosa. Os efeitos de longo prazo podem chegar várias semanas depois ou de forma diferente da esperada.

7 Glen Rein "The bipolar nature of healing energy", YouTube "11. Symposium der DGEIM, Vortrag Glen Rein" <https://www.youtube.com/watch?v=VCAliE9ZuhY>

8 <https://youtu.be/F6eFFCi12v8> para uma explicação completa, <https://youtu.be/F7PxEy5lyV4> para uma versão mais curta.

9 Vários estudos sugerem que a regularidade dos batimentos cardíacos é um bom preditor de longevidade. Para mais informações, procure artigos sobre "Variabilidade da Frequência Cardíaca (VFC)".

Efeitos em cascata de longo prazo

A cura espiritual contribuiu para minha recuperação de várias maneiras.

As respostas do meu Eu Superior fizeram muito mais do que "apenas" curar minha exaustão. Ao longo dessa longa jornada, familiarizei-me com grandes partes do campo da cura espiritual que me ajudaram muito.

O essencial é o uso sistemático de nosso Eu Superior. Posso contar a história várias vezes sob diferentes perspectivas, mas sempre voltamos à mesma coisa: encontre seu Eu Superior, e ele acabará lhe mostrando um caminho importante.

Isso pode apoiar o interesse de muitos que estão sofrendo, especialmente aqueles que tentaram, mas não foram suficientemente ajudados pelas opções de saúde estabelecidas.

No próximo capítulo, exploraremos o poder do chi em mais detalhes.

[Verificação: "Melquíades, você concorda com o texto como ele está?" "De todo o coração". "Posso colocá-lo na Internet?" "Totalmente de acordo"].

6.2. Forças do Chi para a cura

No capítulo anterior, sugerimos que a cura espiritual, a cura com prana e a cura com a força Chi são provavelmente a mesma coisa. Vamos continuar essa linha.

Aqui está nossa hipótese central:

A força Chi pode ser a fonte de energia central da cura espiritual. Quanto mais nos abrimos para essa fonte, mais fortalecemos as capacidades de recuperação e regeneração do nosso corpo. Abrir-se a essa força benéfica do Chi pode ser um componente-chave em nosso caminho de ascensão.

Portanto, aqui estão algumas perguntas:

1. O que faz um praticante experiente de Chi?
2. Quais são algumas descobertas experimentais sobre o Chi, por exemplo, a fotografia Kirlian?
3. Quais são os possíveis efeitos placebo? O Chi é uma força externa ou interna?
4. Que sugestões podemos obter dos relatórios do Dr. Glen Rein?

No final do capítulo, voltaremos aos efeitos do Chi com outro experimento curto.

6.2.1. Um praticante experiente de Chi

Frank Willis, de fala mansa, do noroeste da Inglaterra, é um curandeiro espiritual e também um praticante de chi bem-sucedido.

Diante das câmeras, ele quebrou 18 placas de concreto com um único golpe de mão (Fig. 1). Para se preparar para uma dessas façanhas, ele diz que aumenta ou diminui o Chi em seu corpo voluntariamente, fazendo exercícios específicos (Fig. 2). Ele também diz que só consegue realizar esses feitos extraordinários quando está com o "Chi elevado".



Fig. 1. Após realizar uma série de exercícios para "reunir energia Chi" (Fig. 2), Frank Willis quebra 18 blocos de cimento enormes com um único golpe "movido a Chi". Isso demonstra o poder potencial da força do Chi. Frank Willis também é um curador espiritual e usa sua força Chi para ajudar a curar clientes. As imagens das Figuras 1, 2 e 3 foram extraídas do site "SUPERHUMAN 1/8 - Chi Energy Demonstration & Explanation" no YouTube.

As capturas de tela abaixo foram tiradas de um vídeo do YouTube (https://www.youtube.com/watch?v=pc9Q-VG_Lvc).



Fig. 2. Antes de esmagar os blocos de cimento à direita, Frank Willis aumenta e diminui o Chi com uma série de exercícios. Esse processo parece aumentar sua própria temperatura interna, pois ele primeiro tira o suéter e depois a blusa de moletom ao fazer os exercícios.

Nesse documentário¹, ele explicou alguns de seus poderes. As fotografias Kirlian na Fig. 3 ilustram seus estados de "alto Chi" e "baixo Chi".

É interessante que ele prefere usar seus poderes de Chi para curar do que para quebrar lajes. Ele acha que usar suas forças de Chi para curar é muito mais satisfatório do que para treinamento defensivo. Ele diz que tem uma longa série de clientes satisfeitos com suas habilidades de cura.

6.2.2. Descobertas experimentais sobre o Chi

Esse vídeo nos confronta diretamente com a controvérsia científica em torno da força Chi. Vemos que:

- O Chi pode ser usado tanto para fins de cura quanto de autodefesa.
- Os mestres do Chi demonstram capacidades excepcionais de autodefesa que são difíceis de explicar em termos físicos e fisiológicos familiares.
- Há um grande número de depoimentos de apoio aos efeitos curativos do Chi, não apenas dos clientes de Frank Willis, mas também de muitos clientes tratados com Chi em todo o mundo.
- Há várias demonstrações com fotografia Kirlian e outros dispositivos² que mostram "que há algo excepcional na força do Chi".

Os efeitos do Chi estão começando a ser examinados pela medicina ocidental. Embora as primeiras demonstrações sistemáticas estejam mostrando efeitos encorajadores de cura para os clientes tratados com Chi³, ainda há grandes mistérios sobre como exatamente

1 Você pode encontrar vários vídeos sobre Frank Willis no YouTube. As imagens acima são retiradas da série "Entrevista - Super Humano" (<http://www.youtube.com/watch?v=fV>, https://www.youtube.com/watch?v=pc9Q-VG_Lvc). Se você gosta de ver blocos de cimento quebrando, aqui está uma gravação do Guinness World Records 2008 para quebrar blocos de cimento com um único golpe: <http://www.youtube.com/watch?NR=1&v=MFwtZlzoBEE&feature=fvwp>

2 Outra técnica é a visualização de descarga de gás (GDV). Tal como acontece com a fotografia Kirlian, as imagens são interessantes e até provocantes. O que não é contestado é que a radiação eletromagnética é mensurável em todo o corpo. No entanto, a interpretação das erupções que aparecem ao redor do corpo ainda não é clara e/ou controversa. https://www.researchgate.net/publication/327509580_Gas_discharge_visualization_-_historical_developments_research_dynamics_and_innovative_applications/link/5b927570a6fdccfd54203691/download

3 Chun Yi Li, um talentoso mestre de Chi Gong que trabalha em Minneapolis, Minnesota, EUA, colaborou com diversas equipes de pesquisa médica em Minneapolis que encontraram aceleração sistemática da cura nos pacientes que foram tratados com métodos de Chi Gong. As referências exatas costumavam estar disponíveis na página de Chun Yi Li: <https://www.springforestqigong.com/>. Porém não consegui mais encontrar essas referências em 2016, mas li "Os médicos dizem..." na página de título.

ocorre a cura acelerada.

Vou lhe mostrar alguns dos principais argumentos que envolvem a força do Chi, para lhe dar uma indicação do estado da questão.

Uma fotografia Kirlian mostra o Chi?

Para entender o que significa a demonstração de "Chi elevado" e "Chi abaixado", conforme demonstrado pela fotografia Kirlian, vamos considerar brevemente como funciona a fotografia Kirlian.

Em 1974, construí uma câmera Kirlian simples com base em um esquema de um livro chamado "The Kirlian Aura" (reproduzido abaixo⁴). Esse tipo de câmera direciona uma corrente de frequência relativamente baixa através do tecido vivo (estimo que seja cerca de 250 Hz) e, em seguida, através do filme fotográfico para uma placa metálica. Minha configuração funcionou corretamente e obtive resultados semelhantes aos mostrados na figura 3. Minhas próprias fotos de minhas impressões digitais foram perdidas, mas elas ilustravam um estado intermediário entre as duas fotos tiradas de Frank Willis.



Fig. 3. Impressões digitais de Frank Willis tiradas com uma câmera Kirlian. À esquerda, o Sr. Willis havia se colocado em um estado de alto Chi e, à direita, em um estado de baixo Chi.

Foi proposto que as forças vitais fortes no tecido vivo facilitam a transferência de energia elétrica através do filme, enquanto as forças vitais baixas atuam como resistências. O exemplo típico é uma folha recém-cortada. Quando ela ainda está cheia de seiva, uma imagem Kirlian mostra um contorno forte da folha. À medida que ela

morre, a imagem se torna fraca.

Muitas pessoas dirão que isso ocorre porque uma folha úmida permite a passagem de mais eletricidade do que uma folha seca. Mas isso não explica a observação comum das impressões digitais humanas. Pessoas saudáveis normalmente deixam impressões digitais mais fortes quando estão saudáveis e impressões mais fracas quando estão doentes. Como uma pessoa não saudável pode estar febril e exalar mais umidade, poderíamos esperar o inverso. Mas esse não é o caso.

Mais do que isso. Como é habitual na fotografia Kirlian, certos pontos nos dedos de Frank Willis eram facilitadores particularmente fortes da condutividade elétrica, e a eletricidade de alta frequência fluía através desses pontos. Esses pontos podem, portanto, ter atuado como os "meridianos" conhecidos da medicina chinesa. Assim, vemos outra sugestão de um vínculo com a teoria da força Chi.

Isso significa que as fotografias Kirlian realmente mostram os efeitos do Chi? Até o momento, ainda é difícil dizer se o chi é realmente representado pela fotografia Kirlian ou não. A pesquisa sistemática da fotografia Kirlian foi essencialmente encerrada no final da década de 1970, porque a noção de uma força externa do Chi não se encaixava no

⁴ (Esquema abaixo, no final de 6.2.) Retirado da página 72 de "Um dispositivo Kirlian portátil" por Robert Martin em *The Kirlian Aura: Photographing the Galaxies of Life*, editado por Stanley Krippner e Daniel Rubin. Livro Ancora Doubleday, 1974.

paradigma científico da época.

Um aspecto interessante dos resultados de Frank Willis é que ele pode alterar voluntariamente a força de uma transferência elétrica em poucos minutos. É claro que devemos presumir que a pressão na placa e a intensidade da corrente que passa por seu corpo foram mantidas comparáveis. De fato, é possível que o aumento e a redução voluntária da força Chi tenham facilitado e diminuído a condutividade elétrica nas pontas dos dedos. Portanto, é possível que a força Chi tenha se manifestado nessas fotografias Kirlian.

Seria interessante refazer o experimento e medir a umidade, a pressão e a tensão ao mesmo tempo nas duas condições de Willis. Assim, poderíamos nos aproximar de uma resposta competente para a questão de saber se a fotografia Kirlian realmente reflete a força Chi.

6.2.3. Cura à distância e intenção espiritual concentrada

Agora vamos dar uma olhada em alguns outros indicadores sobre os efeitos das forças do Chi.

Um dos indicadores curiosos é a "cura à distância", conhecida da Seção 5.7. Muitos curandeiros de Chi ou de "energia" afirmam que podem realizar tratamentos à distância. Muitos provedores treinados são capazes de obter detalhes excepcionais sobre uma condição de saúde em uma pessoa que pode estar distante.

Edgar Cayce, o famoso curandeiro americano da primeira metade do século XX, era capaz de obter informações precisas e bem documentadas sobre a cura de pacientes que estavam a um continente de distância. Como isso foi conseguido? O que há na força Chi que permite essa qualidade de "a distância não é importante"? Embora outros fatores sejam importantes na cura espiritual (veja abaixo), a distância aparentemente não é.

Resultados de Glen Rein

O físico Dr. Glen Rein realizou vários experimentos com curandeiros espirituais desde a década de 1980. Ele descreveu algumas de suas investigações em uma palestra de 2011 disponível em um vídeo no YouTube⁵.

Em um experimento, ele observou os efeitos que a *intenção espiritual* do curandeiro tem sobre o DNA humano e sobre as células nervosas humanas. Para isso, ele colocou DNA humano e células nervosas humanas em uma solução em uma placa de Petri e mediu a condutância elétrica na solução. Ao mesmo tempo, um curador espiritual a alguns metros de distância projetou uma intenção na direção da solução. Na Fig. 4, vê-se uma resposta negativa proeminente; também foram observadas respostas positivas. *As respostas ocorreram de forma confiável, sempre após a intenção do curador.*

Interessante foi um experimento em que as soluções de DNA e de células nervosas estavam sendo registradas simultaneamente (Fig. 5) e em que a conversa dos experimentadores abordou dois temas diferentes. Primeiro, a conversa tornou-se bastante emocional em uma discussão sobre a AIDS. Isso provocou uma resposta na solução de DNA, mas não na solução de células nervosas. Em seguida, 44 segundos depois, a conversa passou para outra conversa emocional sobre o pai do experimentador, que tem a doença de Alzheimer. Nesse caso, as células nervosas responderam muito mais claramente do que a solução de DNA.

5 "Symposium der DGEIM, Vortrag Glen Rein" <https://www.youtube.com/watch?v=FwAbJTGOJA4> (apresentação em inglês com tradução para alemão).

Nós mantemos: AIDS → resposta do DNA, Alzheimer → resposta das células do tecido nervoso.

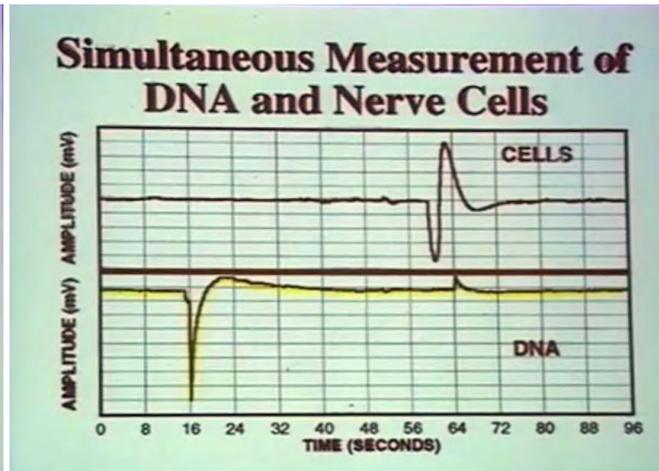
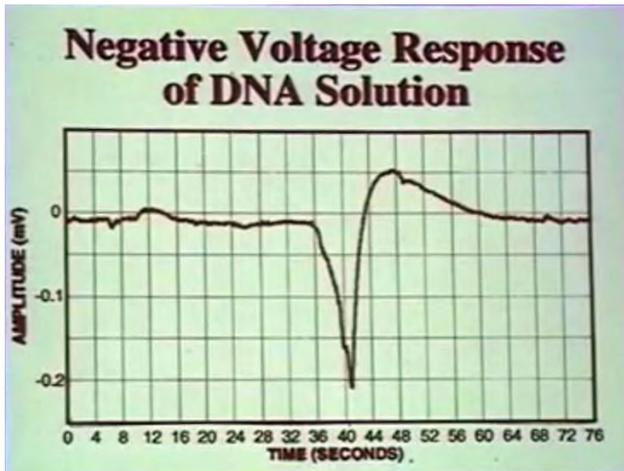


Fig. 4. Uma resposta negativa da solução de DNA à emissão de uma intenção por um curandeiro espiritual. As ilustrações das Figs. 4 a 8 são do relatório do YouTube mencionado na nota de rodapé 15.

Fig. 5. O DNA e as células nervosas estavam sendo registrados simultaneamente. A conversa abordou primeiro a AIDS e depois o mal de Alzheimer. As duas soluções responderam de forma seletiva e adequada ao assunto da conversa.

Isso é interessante, pois a AIDS se propaga invadindo o DNA humano, enquanto o mal de Alzheimer afeta o sistema nervoso. Por mais incrível que possa parecer, essa observação sugere que as culturas isoladas de placas de Petri humanas podem ter captado o tipo de assunto em discussão.

A necessidade de se concentrar

Glen Rein também fez experimentos extensos em que curandeiros espirituais concentraram sua energia em células vivas de linfócitos (sistema imunológico). Aqui está uma lista resumida de suas observações:

- A projeção de intenções específicas aumentou ou diminuiu a síntese do DNA dos linfócitos.
- Certas intenções foram mais eficazes do que outras. O pensamento não focalizado (como frequentemente usado na meditação generalizada) não foi eficaz. O amor emitido sem intenção foi ineficaz.
- Quando o curador trabalhava com imagens, ele era tão eficaz quanto quando transmitia uma intenção.
- O uso tanto de imagens quanto de intenção, por parte dos curadores que eram capazes de fazer essa combinação, tinha um efeito aditivo.

Os curandeiros são melhores do que as máquinas e as substâncias ingeridas

Mantemos especialmente o fato de que "o amor emitido sem intenção foi ineficaz". Isso aborda uma questão para muitos praticantes da "meditação da atenção plena": sua meditação é suficientemente focada para o objetivo que você deseja obter ou é muito difusa? Em minha prática pessoal, sempre obtive os melhores efeitos quando o local ou o

objetivo estava mais claramente definido. Assim, a atenção plena não focalizada pode ser menos eficaz ou ineficaz do que a emissão de amor totalmente focalizada.



Fig. 6. O curandeiro se projeta em um tubo de ensaio em um recipiente. Ilustrações do relatório do YouTube mencionado na nota de rodapé 5.

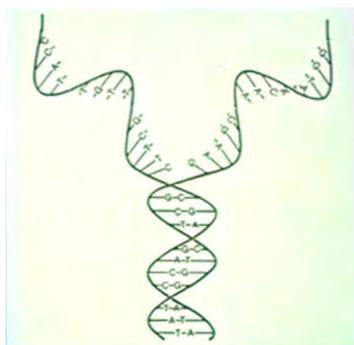


Fig. 7. Sequência de DNA no processo de desenrolamento.

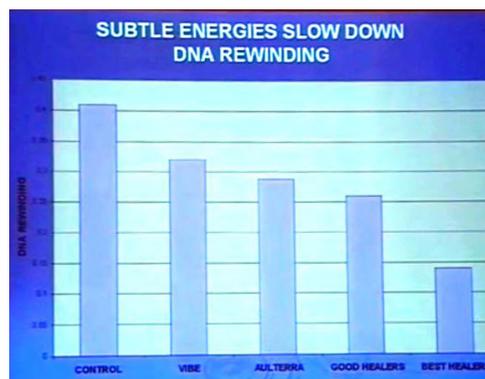


Fig. 8. Os efeitos foram melhores para os curandeiros (duas colunas à direita, quanto menor, melhor). Os resultados para os controles são vistos na extrema esquerda.

Por fim, o Dr. Rein relatou um conjunto de estudos realizados com o grupo HearthMath em Boulder, Colorado. Nesse caso, o objetivo era examinar a capacidade de influenciar o grau de enrolamento ou desenrolamento de uma sequência de DNA (Figs. 6 a 8).

Nesse caso, havia vários curandeiros espirituais, bem como uma substância ingerida e uma máquina que supostamente aumentaria a ação do DNA.

Descobriu-se que os curandeiros eram os melhores em desacelerar o desenrolar do DNA (causando, por assim dizer, um pequeno "efeito antienvelhecimento") e que esses curandeiros humanos experientes obtiveram melhores resultados do que a substância química ou a máquina. Mas todos os tratamentos realizados por curandeiros humanos foram melhores do que nenhum tratamento (mostrado na coluna mais à esquerda da Fig. 8).

Distância

Outro resultado que aparece em casos de cura espiritual avançada é a falta de importância da distância. Os curandeiros que trabalham a uma curta distância de um cliente podem ser tão eficazes quanto aqueles que estão muito distantes. Glen Rein também relatou que os curandeiros se saíram tão bem quando estavam a um quilômetro de distância do objeto quanto quando estavam perto dele.

Número de curandeiros

Outra observação frequente é que vários curandeiros trabalhando em conjunto podem desenvolver muito mais poder do que um curandeiro trabalhando sozinho. No exemplo de uma cura chinesa para um tumor descrito em um capítulo anterior (4.2.), três praticantes mentais entoaram a frase "ela já está curada" repetidamente. O efeito foi poderoso e foi documentado ao vivo em uma tela de ultrassom.

A ação cooperativa coerente tem sido frequentemente descrita como sendo multiplicativa. Assim, suponhamos que três curandeiros trabalhem em conjunto e que cada um tenha

um efeito de cura de 10. Seu efeito combinado não seria 30, mas $10 \times 10 \times 10$, ou seja, 1000. Até mesmo parceiros de vida e equipes de marido e mulher poderiam ter efeitos muito maiores do que indivíduos isolados, e uma família de 3 ou 4 pessoas, trabalhando em total coerência, poderia ter um efeito de cura muito poderoso.

6.2.4. Conclusões

Concluimos, a partir de todas essas observações, que os seguintes elementos são importantes, possivelmente cruciais, na cura espiritual:

- As projeções de curandeiros espirituais experientes podem ter um efeito sobre o tecido humano vivo.**
- A distância geográfica não é importante**
- A projeção sobre o objeto de cura deve ser focalizada.**
- A projeção deve mostrar um forte componente emocional.**
- A projeção deve conter uma intenção clara ou uma imagem clara. Ambas ao mesmo tempo seriam melhores.**
- A projeção humana – especialmente quando é forte – é mais poderosa do que as técnicas ingestivas ou mecânicas.**
- Curadores múltiplos, coerentes e emocionalmente engajados apresentam os melhores efeitos na cura espiritual.**

Essas conclusões parecem razoáveis até o momento. São necessários mais estudos para verificar se esses resultados são generalizáveis. Até que ponto eles podem ser reproduzidos? Os resultados podem ser generalizados para o tratamento de várias doenças?

Mas, por enquanto, vemos resultados confiáveis o suficiente para nos motivar a continuar examinando essas questões. Além disso, vemos elementos que nos lembram o treinamento de Chi. Por exemplo, os praticantes de Chi geralmente investem fortes emoções em seu trabalho. Ouça os gritos emocionais que o praticante de Chi produz ao mover grandes objetos à distância neste vídeo⁶.

Concluo: Ao contrário da abordagem cada vez mais mecanizada da medicina ocidental, a cura espiritual é aparentemente melhor quando envolve a energia humana emocional.

6.2.5. Faça experimentos

Defina um objetivo claro de cura para você. Certifique-se de que você tenha um critério claro para julgar se a cura ocorreu ou não. Por exemplo, em vez de tossir a cada 5 minutos, você pode fixar o objetivo de tossir no máximo uma vez a cada meia hora. Agora, organize uma sessão de cura sem interrupções. Sente-se ou deite-se e reserve dez minutos para o exercício.

Comece respirando regularmente. Faça 20 respirações profundas. Conte até cinco em cada inspiração e mais cinco em cada expiração. Seja muito regular.

Agora, supere o constrangimento de fazer algo incomum e experimente. Talvez comece sussurrando. Mas mesmo quando você sussurrar, faça-o com convicção total e emocional. Coloque-se de todo o coração por trás disso. Sussurre, diga ou cante "Estou

⁶ "O homem na China move objetos com energia CHI/KI" <https://youtu.be/rm2nA8delXc>. Tudo em chinês, mas basta assistir ao vídeo.

curado" por três minutos, tendo em mente seu objetivo claro de cura.

Melhor ainda, faça isso com um amigo íntimo ou um ou vários co-meditadores íntimos que compreendam plenamente e desejem genuinamente ajudar. Diga ou cante "eu estou curado" e "ela/ele está curado" em uníssono.

Em seguida, faça uma respiração rápida por 10 segundos. Espere mais um minuto para se acalmar. O exercício completo não deve levar mais do que 15 minutos.

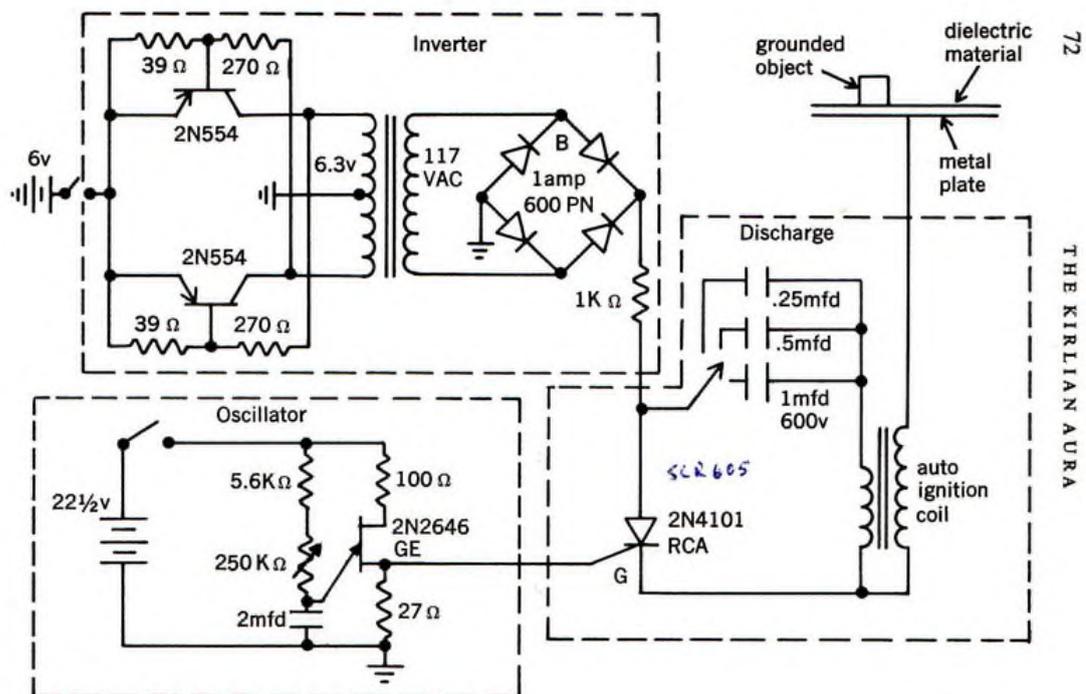
Quando terminar, pergunte com a ferramenta de comunicação interdimensional de sua preferência (por exemplo, o pêndulo) quantas sessões adicionais serão necessárias para efetuar uma cura permanente.

Não fique desanimado. No meu caso, a limpeza do problema respiratório de toda a vida levou um ano inteiro, ou seja, cerca de 50 sessões. Mas o efeito foi total e de longo prazo.

Perspectiva geral: para acelerar a cura, precisamos da convicção total e emocional de outras pessoas que realmente trabalharão com você.

[Verificação: "Melquíades, você concorda com o texto como ele está?" "Totalmente de acordo"].

Figure 28. A portable Kirlian device (courtesy, R. Martin)



6.3. Perspectivas de longo prazo sobre a saúde

Se vivermos o suficiente, os problemas de saúde tendem a nos alcançar com o tempo.

À medida que envelhecemos, os problemas começam a se acumular. Você sabe que tem algo "sério" quando encontra mais de 10 "problemas" em seu corpo. A maioria dos problemas é pequena, uma pequena protuberância aqui, uma pequena ferida ali, um pouco de peso a mais que simplesmente não vai embora, uma ou duas alergias, um problema respiratório, um dente que o incomoda, cansaço, insônia, estômago irritadiço, um cotovelo de computador, um dedo do pé machucado, etc., várias dores.

Se você percorrer sistematicamente seu corpo, começando pela cabeça, perguntando sobre cada um dos órgãos internos e terminando nos dedos dos pés, poderá descobrir tantos problemas menores ou maiores que seus 10 dedos não serão suficientes.

Durante todo esse tempo, você mal tomou nota, ajustou-se um pouco, tomou duas aspirinas ou um café forte e fez o possível para esquecer tudo. Exceto pelo fato de que, de vez em quando, o problema em questão não desaparece simplesmente. Em vez disso, ele se torna mais insistente, a ponto de acordá-lo no meio da noite. Em algumas manhãs, você pode sentir que tudo saiu dos trilhos. Mas então você se repreende por se sentir tão negativo e faz o possível para esquecer os lembretes desagradáveis mais uma vez.

Chute a lata pela estrada.

Parar a espiral?

Se isso piorar, ano após ano, você pode começar a se perguntar: será que podemos parar com esses lembretes desagradáveis?

Sim, podemos. Aqui, quero falar sobre algumas paradas subsequentes em meu longo caminho para uma "solução sustentável" para o envelhecimento.

Vou seguir três etapas:

1. Condições e causas
2. Abordagens e remédios
3. Perspectivas e missões

6.3.1. Condições e causas



Nosso principal objetivo é ter uma vida saudável. No entanto, de acordo com as estatísticas atuais, passamos cerca de um sexto de nossas vidas com a saúde debilitada, na maioria das vezes na velhice. Grande parte da pesquisa médica busca entender como esse sofrimento humano comum e extenso pode ser reduzido.

Várias vertentes de pesquisa nos fornecem informações importantes sobre os elementos que contribuem para a boa saúde. Já falei sobre fatores psicológicos importantes. Lembramos que vários estudos demonstraram que pessoas felizes têm uma vida mais saudável e mais longa. Mas como podemos permanecer "felizes" se uma condição de longo prazo continua a lembrá-lo com dores e limitações?

O ser humano vive em interação direta com os micróbios¹. A pesquisa sobre micróbios, a

¹ "Um micróbio é qualquer organismo vivo que passa a vida em um tamanho pequeno demais para ser visto a olho nu. Os micróbios incluem bactérias e arqueobactérias, protistas, alguns fungos e até mesmo alguns animais muito pequenos que são pequenos demais para serem vistos sem ajuda. de um

genética/epigenética, a nutrição e a psicologia são algumas delas. Sem eles, não poderíamos digerir nossos alimentos, ou seja, não poderíamos viver sem esses micróbios.

Ao mesmo tempo, alguns outros tipos de micróbios tornam nossa vida muito difícil. Eles se acumulam em áreas mal irrigadas (por exemplo, nas articulações) e acabam cavando nichos no tecido e nos ossos. A partir desses locais protegidos, eles continuam com seus propósitos malignos. Continuam expandindo seu território, privam-nos de nutrientes e enchem nossos sistemas com seus resíduos.

Só tomamos conhecimento delas relativamente tarde, por exemplo, quando sofremos de artrite, ou quando temos infecções, ou quando elas começam a interferir seriamente nas funções de um ou dois órgãos, etc.

O sistema imunológico

Nosso sistema imunológico é responsável por separar os micróbios benéficos dos prejudiciais. Em uma pessoa saudável alimentada adequadamente, essa ação policial altamente complexa é executada admiravelmente bem durante nossos primeiros 40 a 50 anos de vida. Mas os micróbios são insistentes, a batalha nunca termina e, gradualmente, os "vilões" começam a assumir o controle. Eles reforçam seu território, ocupam partes do corpo, misturam-se habilmente com os "mocinhos" para evitar serem vistos e se multiplicam em uma velocidade impressionante.

Assim, as forças sofisticadas de nosso sistema imunológico ficam para trás e são gradualmente dominadas. É claro que as infecções frequentes, as toxinas que abundam em nosso ambiente e nossa dieta nutricionalmente pobre não ajudam em nada.

Assim, nosso pobre corpo começa a reconhecer os muitos erros, cada ano um pouco mais. Dependendo da sua "fraqueza preferida", o dano aparece primeiro no sistema circulatório, no sistema de movimento, no sistema nervoso, na digestão, no sistema de eliminação etc. Depois de algum tempo, esses sistemas começam a falhar gradualmente em suas funções.

Quando as falhas se acumulam o suficiente ou quando o corpo tenta consertar o dano, pode haver uma falha súbita do sistema (fibrilação cardíaca, derrame por coágulo sanguíneo etc.) ou, mais gradualmente, por meio de um efeito dominó de órgãos falhos, como normalmente é visto nas fases terminais do câncer, artrite avançada etc. Os efeitos indiretos dos danos microbianos também contribuem para várias doenças progressivas.

Efeitos tardios

O que é crucial em toda essa história é que as causas do problema geralmente estão muito distantes de suas consequências.

Os danos podem começar até mesmo na vida fetal e passar despercebidos até a velhice. Portanto, seria melhor começar a apoiar as funções do nosso sistema imunológico o mais cedo possível. E isso nós fazemos muito raramente. Em geral, esperamos até que as coisas comecem a ficar seriamente fora de controle, como aconteceu comigo com meu esgotamento.

Em geral, quando recebemos "a primeira notícia realmente ruim" de nosso médico, a reação é recorrer a uma das milhares de "curas" que prometem soluções rápidas ou imediatas. Essa ação raramente surtirá os efeitos desejados, por uma razão lógica: uma

microscópio. O termo micróbio é a abreviação de microrganismo, que significa pequeno organismo. ... Os micróbios são extremamente diversos e representam todos os grandes reinos da vida, incluindo animais, plantas, fungos, protistas e bactérias. " <http://commtechlab.msu.edu>

doença que se instalou em nosso corpo há muito tempo não irá embora simplesmente algumas semanas ou até mesmo alguns meses depois.

Quando você finalmente começa a perceber um ataque, já está em um ponto fraco estratégico. Os micróbios são dirigidos pela "inteligência social". Eles se reproduzem em diferentes locais do corpo. Se os caçarmos em um local, eles tendem a se multiplicar em outro. Portanto, durante muito tempo, precisamos travar uma batalha inteligente e difícil em vários locais para retificar o equilíbrio contra um inimigo muito inteligente que nunca dorme.

Muitas vezes, são necessários anos para que a "polícia imunológica" consiga levar a melhor em uma determinada situação, de modo que nossos processos inatos de recuperação e regeneração de tecidos possam realmente cuidar dos danos.

6.3.2. Remédios: para a batalha

Quando finalmente entendi o que estava enfrentando, iniciei uma batalha sistemática. Decidi que apoiaria meu sistema imunológico da melhor forma possível e que dificultaria muito a vida desses agentes microbianos nocivos. Estou nessa batalha há cerca de quatro anos. Vamos ver o que mudou.

Nutrição. Mudei radicalmente meus hábitos alimentares e agora sigo uma dieta genotípica equilibrada² que privilegia saladas e legumes frescos, nutrientes adequados ao genótipo e níveis comparativamente baixos de proteína.

Um dos principais objetivos de uma dieta com "alto teor de vegetais" e "proteína moderada" é a manutenção de um nível de fluido intersticial com pH neutro, que é o que melhor apoia as funções imunológicas. Para favorecer o alto valor nutricional, muitos vegetais permanecem crus. Eu como até ficar satisfeito, mas não em excesso. Deixo cerca de 8 horas entre o lanche da noite e o café da manhã.

Álcool, mais de 2 xícaras de café por dia, açúcar adicionado e doces estão fora da lista, assim como sucos de frutas e refrigerantes. A maioria dos carboidratos (pizza, pastelaria, etc.) está fora da lista. Isso corresponde bem às minhas necessidades. Com o passar dos meses, o desejo por "exceções" praticamente desapareceu.

Dores. Devido aos danos residuais do meu período pré-queimadura, os tratamentos costumavam tomar de 30 minutos a 2 horas do meu dia. Atualmente, estou maravilhosamente livre de dores.

Extras. Eu consultava meu profissional de saúde complementar uma ou duas vezes por semana. No meu caso, isso foi fácil, porque minha parceira Elena é a profissional de saúde em questão.

Agora o "tempo de inspeção de saúde" é mínimo.

Além disso, desenvolvi gravações de áudio para ajudar meu sono, que coloco de vez em quando³. Elas me ajudam a alcançar de 3 a 4 períodos de sono delta todas as noites. O sono delta profundo está associado a um maior suporte ao sistema imunológico. Além disso, após períodos suficientes de sono delta, sinto-me excepcionalmente em forma e bem descansado. Por fim, faço uma meditação e peço apoio todas as noites antes de dormir.

Faço tudo isso sem medicamentos prescritos. Tomo uma ou duas pílulas de vitamina C por dia, e é só isso. Como você deve ter suspeitado, fiquei longe de qualquer "injeção

² Dr. Peter J. D'Adamo, <http://www.dadamo.com/txt/index.pl?1039>

³ O Arcanjo Uriel também me deu uma receita específica para diversas condições que serão documentadas nos próximos meses.

experimental". Em resumo, tornei-me um "louco por saúde consistente". Essa foi a resolução de um conflito de longo prazo entre a razão e os hábitos fáceis. A razão finalmente venceu a conveniência.

Silenciosamente, os efeitos positivos assumiram o controle. As pequenas dores nas articulações (cotovelo do computador, túnel do carpo, joelhos, pés) praticamente desapareceram. O zumbido que me acompanha há cerca de 15 anos praticamente desapareceu, as dores no fígado e na vesícula biliar simplesmente pararam, os distúrbios neuromusculares causados pelo meu esgotamento diminuíram, o sistema intestinal está tranquilo e faz bem o seu trabalho.

6.3.3. Perspectivas e missões

Além das ações imediatas, precisamos de uma visão de longo prazo ou perspectiva de vida.

Aqui estão algumas coisas para se pensar.

A recomendação mais importante e absoluta é: "trabalhe com seu Eu Superior". Desenvolva uma sólida confiança nas respostas que você obtém das ferramentas de comunicação que escolheu. Trabalhe com seu pêndulo, converse com seu Eu Superior e certifique-se de que Ele lhe dê respostas claras.

Muitas vezes me perguntam sobre saúde ou sobre um futuro parceiro de vida. Minha primeira pergunta é: "O que seu Eu Superior diz sobre isso?" E qual é a resposta típica? "Oh, esqueci de perguntar ao meu Eu Superior!"

Quando você tem uma pergunta importante, a primeira resposta é sempre discutir as coisas com seu Eu Superior.

Depois de fazer isso, reserve um tempo para fazer as mudanças ou limpezas internas que você decidiu fazer. Isso pode levar vários meses.

Então, quando se sentir pronto para iniciar a segunda fase de questionamentos, sugiro *que faça esta pergunta central: "Quais são seus planos de vida"?* Você tem uma "missão para a qual viver" durante as próximas décadas? Seu objetivo é viver muito tempo sem dores e sofrimentos? Deseja priorizar um plano de saúde e se dar ao trabalho de ler e seguir um programa rigoroso?

Ou você tem alguma missão importante por trás de suas preocupações com a saúde?

Depois de refletir sobre essa questão por algum tempo, a grande maioria das pessoas simplesmente dirá: "Não, priorizar um plano de saúde parece muito trabalhoso. E não, eu não sinto que tenho uma visão ou missão específica em minha vida. Deixe-me apenas viver minha vida e ficarei bem".

OK, isso é perfeito. Faça o que é razoável. *Alimente-se regularmente, não exagere e, acima de tudo, tenha uma boa vida social, e você se sairá tão bem quanto a maioria de seus amigos, ou muito melhor.*

A expectativa média de vida nos países desenvolvidos está agora em torno de 80 anos⁴, é o que podemos esperar atualmente. Não pise na frente de um ônibus em movimento, tenha cuidado ao descer escadas e não se preocupe excessivamente com sua saúde. Talvez alguma "pílula epigenética" possa, de qualquer forma, mudar o quadro geral daqui a alguns anos.

O que parece certo no momento é o seguinte: Sem uma convicção absoluta traduzida em ação focada, não conseguiremos vencer a batalha contra os micróbios. "Vencer a batalha"

4 https://en.wikipedia.org/wiki/List_of_countries_by_life_expectancy

seria definido aqui como uma redução permanente e decisiva dos sintomas que se devem à ação persistente das populações de micróbios.

Qualquer solução insensível está fadada ao fracasso final. Uma "abordagem branda" sem convicção para os problemas de saúde, sem informações completas e sem a convicção decidida de seu Eu Superior, só leva a reclamações sobre o plano de dieta e os frustrantes limites de tempo que a abordagem escolhida impõe.

Eu diria a essas pessoas: "Aproveitem a vida, comam o que gostam de comer, não exagerem, façam o melhor que puderem e, quando chegar a sua hora, o corpo simplesmente terá cumprido seu tempo. Ele terá feito seu trabalho admiravelmente bem durante esses anos maravilhosos que você pôde oferecer a este mundo".

Entretanto, se você estiver "almejando uma missão"....

Se, ao contrário, você decidiu seguir uma determinada missão no restante de sua vida, minhas sugestões seriam um pouco diferentes, independentemente de sua idade.

Em primeiro lugar, é preciso estabelecer seu programa de saúde com firmeza. Deve-se começar obtendo o máximo de informações possível sobre as questões que o preocupam, pois nenhuma abordagem será bem-sucedida a longo prazo se não for bem compreendida. Quando entendemos as linhas gerais do que fazemos, criamos a base para uma mudança lógica que podemos seguir com facilidade e convicção. Isso motivará as mudanças em nossos hábitos com relação à alimentação, sono, exercícios, respiração, meditações, cuidados com as fraquezas físicas, etc.

Depois de fazer todos esses ajustes, mantenha-os com consistência. *Você provavelmente precisará de vários anos para ver o efeito total.* Mas, em algum momento, sentirá que está vencendo a batalha. Você sentirá uma imensa sensação de nova energia em seu corpo, as pequenas dores desaparecerão ou diminuirão muito e você se sentirá muito melhor.

Então, viva sua missão! Enriqueça nosso mundo, traga sua nova compreensão para todos nós e, ao fazer isso, continue aprendendo. Depois, deixe-nos aprender com suas novas percepções o máximo que pudermos.

Está tudo em suas mãos, é sua escolha, e muito depende exatamente do que deseja fazer com os preciosos anos que ainda tem conosco.

Desejo-lhe o melhor, quaisquer que sejam suas escolhas.

[Verificação: "Melquíades, você concorda com esse resumo?" "Sim, completamente". "Posso colocá-lo na Internet?" "Sim, agora você pode". (Precisei alterar algumas frases e acrescentar mais nuances em uma versão anterior).

7.1. Vida ascensionada no vórtice

Há momentos na vida em que você sabe que algo excepcional aconteceu.

As pessoas que tiveram experiências de quase morte geralmente nos dizem que suas vidas mudaram totalmente. Seus propósitos de vida mudam profundamente e, muitas vezes, elas se sentem impelidas a mudar de carreira e a se dedicar a novas atividades. Elas dizem que sentem uma mudança profunda em seu interior, muitas vezes também uma paz e alegria muito maiores.

Isso corresponde a uma entrada firme na ascensão.

Algo próximo a isso aconteceu comigo no verão de 2013. Não foi uma experiência de quase morte, mas um workshop fora do corpo com William Buhlmann, um conhecido professor espiritual¹. Depois do workshop, saí com um senso de existência profundamente alterado. Senti uma calma que nunca havia experimentado antes. Além disso, fui inundado por novos ensinamentos que chegavam até mim quase todas as noites e muitas vezes durante o dia.

Tentarei registrar esses ensinamentos. Anteriormente, a transição da 3D para a 5D havia sido longa e gradual. Os elementos 3D começaram a perder importância e os elementos 5D começaram a dominar. Mas o workshop de Buhlmann foi um limiar fundamental para um novo conjunto de experiências. Minhas experiências em 3D foram rapidamente infundidas com perspectivas mais amplas e abrangentes. As cores se tornaram mais coloridas, os sons mais ricos, os encontros com amigos mais agradáveis, e meu tempo privado se tornou muito mais diversificado e multidimensional.

Em um determinado momento, nosso vocabulário humano não é mais suficiente. Nossa experiência entra no mundo em que a palavra escrita não consegue mais capturar e refletir toda a riqueza da experiência. É aí que um novo mundo começa, e novos significados e novos mundos começam a surgir.

É uma grande aventura e há muito a ser descoberto.

7.1.1. Através do vórtice

Ouvi William Buhlmann falar na Internet sobre experiências fora do corpo.

Muitas vezes ouvi pessoas falarem sobre suas experiências fora do corpo, e raramente ouvi alguém falar de forma tão genuína e consciente sobre essas aventuras. Bob Monroe foi o último. Portanto, normalmente não fico muito animado.

Mas isso foi diferente. Surpreendentemente, como moro na Europa, Buhlmann organizaria um fim de semana nas proximidades, em apenas dois meses. Eu me inscrevi imediatamente, mas o workshop já estava lotado. Fui colocado em uma lista de espera e depois esqueci o assunto.

Um mês depois, fui contatado porque havia aberto uma vaga. Aceitei rapidamente e, de fato, a sala estava cheia até o último tapete de meditação quando cheguei lá. Buhlmann leva as pessoas diretamente para a experiência. Na primeira hora, estávamos tentando ter as primeiras experiências fora do corpo (OOBEs, experiências surpreendentes).

1 <https://astralinfo.org/>

Um fim de semana cheio de surpresas

Apreendi que provavelmente tenho tido OOBs há muitos anos. Os sonhos lúcidos que coloquei nestas páginas provavelmente foram EOBs, de acordo com Buhlmann. Nossa percepção do mundo quando estamos acordados é apenas um estado de consciência entre muitos outros, e um sonho lúcido representa mais um estado de consciência. Quando Buhlmann observa pessoas sonhando em um estado de OOB, seu corpo vibracional (aura) está ligeiramente deslocado (de soslaio) em relação ao corpo físico.

O segredo das experiências OOB é induzir um estado de sonho lúcido, depois mantê-lo e explorá-lo em detalhes. No final, é preciso anotar o que foi dito, caso contrário, o esquecimento é inevitável. Além disso, é preciso fazer experimentos OOB regularmente, caso contrário, nunca se chega a lugar algum.

Assim, partimos rapidamente para os mesmos destinos que eu conhecia bem de meus sonhos lúcidos. Foi muito fácil para mim e, a cada exercício, eu entrava em outro estado de sonho lúcido. Uau, que efeito se você fizer quatro ou cinco desses exercícios seguidos!

Muitas das minhas experiências têm valor geral, portanto, vou contar o que vi.

7.1.2. Minha experiência com o vórtice

Nós nos imaginamos em um vórtice. Para isso, imaginamos um lago redondo com água girando. A minha girava no sentido anti-horário, vista de cima. Entrei no lago e fiquei flutuando, junto com outros membros do seminário, alguns dos quais reconheci. Depois de algum tempo, senti um vórtice de energia acima do lago. Olhei para ele e me deixei flutuar no ar acima de nossa piscina giratória. Olhei para baixo e, curiosamente, desse ângulo, ele girava no sentido horário.

Isso só fez sentido depois. Enquanto eu estava na água, eu estava girando com os outros no sentido anti-horário. Eu estava em 3D. Depois que atravessei o vórtice e estava olhando para baixo, a piscina mudou de direção. Agora eu estava vendo as coisas da perspectiva 5D. As partes inferior e superior do vórtice aparentemente giram em direções opostas.

Sofrimento humano

Em outro experimento, a tarefa era ver diferentes objetos em nossa casa. Vi a maçaneta da minha porta da frente – muito mais claramente do que consigo quando tento me lembrar dela qualquer dia. Em seguida, vi meu local de trabalho no computador e me lembrei de uma experiência intensa que havia acontecido em minha mesa, apenas três semanas antes do seminário.



Olhando pela janela de meu escritório, no lado oposto de um amplo vale, há uma grande montanha. Por cerca de meia hora, uma luz intensa e brilhante foi refletida diretamente em meu escritório a partir de uma grande cruz que ficava no topo da montanha. A luz era absolutamente ofuscante, muito mais brilhante do que mostra minha foto à esquerda. Eu me perguntei se isso era algum tipo de sinal para mim, e Melkiades disse que, de fato, era.

No experimento de Buhlmann, eu estava prestes a descobrir o que esse sinal queria me dizer.

Concentrei-me naquele feixe.

Segui-o até a montanha e imediatamente me vi de pé embaixo da imensa cruz de metal brilhante que eles haviam erguido lá². Em minha meditação, olhei para a cruz e vi um Cristo vivo pendurado na cruz (embora não houvesse nenhuma figura de Cristo na cruz real naquele local).

Ele parecia triste enquanto olhava para o vale abaixo. Fiquei me perguntando por que exatamente ele sentia tanta tristeza. Ao fazer essa pergunta, eu mesmo comecei a sentir uma sensação enfática de imensa tristeza. Identifiquei-me com o pesar das pessoas no vale e ao redor. Percebi que Cristo não estava triste com seu próprio destino, mas com o estado da humanidade como um todo. Cristo sentiu o sofrimento humano, e seu maior desejo era oferecer algum consolo. Com a crucificação, esse sonho havia chegado ao fim— pelo menos para as pessoas que ele conhecia naquele momento ao seu redor.

Percebi um paralelo. Todos nós fomos "enganados" por várias decepções e depravações em escala mundial.

Como ele, sinto um imenso pesar pela dor e pelo sofrimento que grande parte da humanidade teve de suportar como resultado da grande injustiça que está reinando em todo o mundo. Meus pensamentos se desviaram ainda mais, voltando a uma resolução de longo prazo: Há alguns anos, quando saí do meu esgotamento, decidi fazer minha parte para trazer uma perspectiva mais ampla para esse mar de sofrimento injusto.

A ascensão pode nos dar esperança e novos valores. *Assim como o cristianismo primitivo trouxe esperança para enfrentar as enormes depravações do império romano, eu queria fazer minha parte agora para apoiar um amplo despertar espiritual. Isso nos dá uma perspectiva melhor.* Podemos identificar o que é moralmente errado e o que pode ser melhor, e como evoluir de uma condição para outra.

Foi com esse senso de propósito reforçado que encerrei esse exercício.

7.1.3. Outra experiência do Eu Superior

Em outro experimento, deveríamos examinar o mundo além do vórtice. Passei rapidamente pelo vórtice e saí do outro lado.

Encontrei-me em uma floresta verde e exuberante. Eu tinha uma intenção clara. Queria encontrar Melquíades novamente, pois eu o tinha visto no espaço há alguns anos (Seção 2.1.).

Ao seguir minha intenção, um caminho estreito se abriu para mim. Fiquei ziguezagueando para a esquerda e para a direita ao redor de várias árvores e arbustos por um bom tempo. Por fim, uma enorme estrutura surgiu na floresta verde, exuberante e úmida. Parecia muito com um castelo medieval, muito grande, exceto pelo fato de ter janelas.

Encontrei meu caminho, subindo, saindo da floresta, até a entrada. Em frente ao castelo, havia campos abertos com plantações. Bem na minha frente, na entrada do castelo, havia um poço, um símbolo de profunda sabedoria. Olhei para ele e vi a água bem abaixo. Enquanto eu olhava para o poço, ele estava se enchendo de areia e ficando seco, bem diante dos meus olhos.

Tomei nota. Era outro símbolo, novamente em sintonia com a lamentável situação atual do mundo.

Virei à esquerda para atravessar os portões. Vi um grande terraço aberto no topo do castelo, com mesas dispostas ao redor. Ao redor das mesas estavam sentadas cerca de

² A grande cruz de metal perto do Monte Tamaro, no Ticino, na Suíça, aparentemente foi removida agora. A cruz em si não tinha nenhum significado religioso para mim, já que não sou um cristão praticante. A experiência foi muito mais surpreendente e muito mais significativa, como mensagem do sofrimento humano mundial.

30 pessoas, todas muito diferentes. Não reconheci nenhuma delas. Alguns eram altos, outros baixos, alguns pareciam sábios e outros eram apenas pessoas humildes. Alguns tinham filhos e outros estavam sentados sozinhos. Eles eram tão diferentes que me perguntei por que estavam todos sentados juntos naquelas mesas. O que eles teriam para conversar?

Eu tinha vindo para conhecer meu Eu Superior, então perguntei com uma forte voz interna: "mas onde está meu Eu Superior?" A resposta veio de forma retumbante de todas as pessoas que estavam nas mesas: "Nós somos seu Eu Superior"!

Fiquei totalmente atônito. Será que todas essas pessoas são o meu Eu Superior?

Buhlmann havia nos alertado. A "realidade" era muito diferente nesse outro estado de consciência. Você não só pode atravessar paredes como se fossem feitas de espuma macia, mas também precisa dobrar sua mente em torno de algumas realidades novas. Aparentemente, aqui estava esse grupo de pessoas, totalmente desconhecido para mim, que falava comigo com uma voz coerente. Ao mesmo tempo, todas elas são muito diferentes na aparência e na suposta experiência pessoal.

Preciso de algum tempo para entender essa experiência. *Meu Eu Superior é aparentemente uma entidade múltipla de seres muito divergentes.*

7.1.4. A viga de ferro

No exercício seguinte, fomos convidados a nos encontrar diretamente com nosso Eu Superior. William Buhlmann nos incentivou a pensar em nós mesmos como participantes desses estados OOB, em vez de apenas como "espectadores de cinema". Eu concordei. Estava na hora de me tornar mais ativo no mundo OOB. Eu estava pensando na ideia de perguntar aos meus amigos do Eu Superior se eu poderia me juntar a eles para algumas visitas conscientes.

Como agora eu tinha uma ideia de onde "meus amigos" costumavam se encontrar, eu me projetei no terraço no topo do castelo. Mas, de alguma forma, não consegui chegar lá.

Acabei suspenso em um espaço azulado e levemente alaranjado. Meu guia – senti que era o mesmo que eu havia encontrado em meus sonhos – estava acima de mim, ligeiramente para o lado, e me pedia para seguir a próxima lição.

Eu deveria olhar para baixo, para uma grande viga de ferro que estava sendo separada por forças enormes à esquerda e à direita. Havia uma enorme tração, mas a viga, que era tão grossa quanto as que são usadas em grandes projetos de construção, não estava disposta a se quebrar. O puxão continuou, uma rachadura finalmente apareceu e, de repente, a parte direita da viga desapareceu, fora de vista.

Olhei para a parte esquerda restante. Onde ela vai dar? Eu a segui com meus olhos, e era um feixe interminável. Ele ia direto para a esquerda e, como um caminho elevado, curvava-se elegantemente para cima e, por fim, ia direto para cima e desaparecia na altura acima de mim.

Fiquei imaginando o que isso significava. Inicialmente, interpretei essa ruptura como um símbolo da separação que agora sinto de meus colegas profissionais de psicologia que não têm espaço para o "Eu Superior".

Nas experiências subsequentes, aprendi que essa ruptura com a psicologia tradicional é de fato parte da história. Mas atualmente interpreto isso como um símbolo do meu processo de ascensão. Agora, rompi amplamente com meus sentimentos e objetivos da 3D: *elas eram a parte do feixe que desapareceu. Os valores ascendidos em mim estavam mais fortes do que nunca. Agora estou seguindo a parte do feixe que não tem fim visível.*

Dois sonhos lúcidos que estavam por vir também mostraram que o feixe que se estende para o céu tem implicações poderosas. O fim de semana em Buhlmann estava se tornando o início de uma aventura totalmente nova em minha vida.

7.1.5. O porta-chaves quebrado e o espelho retrovisor quebrado

O seminário havia chegado ao fim.



Depois de nos despedirmos no estacionamento, peguei a chave do carro e notei que ela havia saído do gancho. Fiquei pensando nisso por um instante, mas depois simplesmente coloquei as chaves de casa no bolso, a chave do carro em seu lugar e dirigi para casa.

Em casa, dei uma olhada no porta-chaves. Ele havia se quebrado com uma ruptura de metal transparente, exatamente como eu havia visto na viga grande. A chave do carro, a chave da minha "liberdade", havia se separado das chaves da minha casa, as chaves da minha "existência 3D estabelecida". O simbolismo ficou novamente evidente. Eu estava agora em um caminho de liberação pessoal.

As forças do eu superior ainda não haviam terminado suas mensagens, e agora eu estava entrando em um território menos divertido.

No dia seguinte ao fim de semana de Buhlmann, fui comprar comida. Estacionei em um estacionamento subterrâneo, ao lado de uma coluna. Como de costume, estacionei direito, para poder sair sem nenhum dano. Lembro-me de ter passado por essa reflexão quando estava estacionando. Quando dei ré depois de fazer compras, recuei lentamente, mas imediatamente fui recebido pelo barulho inconfundível de uma batida. Meu espelho retrovisor direito havia se chocado contra a coluna.



Sinceramente, não me lembro de ter mudado a posição do carro e, sim, eu deveria ter verificado o espelho retrovisor direito também, em vez de confiar em meus hábitos de direção segura. A conta foi substancial.

O simbolismo? É evidente. *"O retrovisor agora está rachado. Não vale a pena se preocupar com isso. Não olhe para trás. Olhe para frente."* Obrigado, meus amigos, eu entendi a mensagem e vou olhar para frente. Mas enquanto eu permanecer no mundo 3D, também me lembrarei de verificar o

espelho retrovisor direito antes de sair de um estacionamento, mesmo que tenha estacionado em linha reta.

O convite para participar do grupo

A história foi ainda mais longe.

Na noite seguinte, tive um sonho poderoso. Eu estava com algumas pessoas, nenhuma das quais eu conhecia. Algumas estavam vestidas e outras estavam nuas. Eu sabia que estava apenas visitando esse espaço. O ambiente era agradável e livre do estresse cotidiano da 3D. Havia uma atmosfera leve e muito feliz. Meu guia estava à minha esquerda e me conduziu pelo local. Senti que a mensagem era: "Bem, você queria vir aqui. Aqui estamos, é assim que as coisas são".

Depois de algum tempo, ele disse, com um sorriso na voz: "Na verdade, temos uma oferta especial para você. Você pode ter 750 dias de teste gratuito conosco, nos quais poderá nos visitar a qualquer momento. No final do período de teste, você pode decidir fazer

parte da nossa equipe permanente, enquanto continua no seu mundo 3D. Ou então, poderá retornar à sua existência atual. A escolha caberá a você. Aqui está um formulário de inscrição, todo feito em seu nome".

Com isso, ele me entregou uma carta em um envelope. Olhei para o envelope e, em vez de apenas dois pequenos endereços de remetente e destinatário, ele estava preenchido com uma longa mensagem muito complexa que ocupava toda a superfície do envelope. As letras estavam em letras romanas, mas as palavras estavam em um idioma estranho que claramente não era europeu. Disseram-me que a ortografia havia sido romanizada, assim como o chinês às vezes é romanizado para quem aprende chinês no Ocidente. Além disso, algumas partes da mensagem estavam cercadas por quadros, enquanto outras estavam em letras maiúsculas normais.

A condição

Será que enviei a carta? Logo descobri.

Em meu próximo sonho lúcido, eu estava em algum tipo de entrevista. A sensação era bastante oficial, nem agradável nem desagradável. Mas agora eu estava prestes a receber o preço total da "oferta especial" que meu guia superior havia me passado. Eu havia me tornado cauteloso desde o dano no espelho retrovisor, e a prudência foi bem aconselhada. Os oficiais de admissão estavam agora me dando as letras miúdas da oferta. Eles disseram: "No primeiro ano, você terá que ficar sem roupas o ano todo".

Gulp. Eu acordei. O quê? Isso era algum tipo de acampamento de nudismo? Sentei-me à minha mesa e perguntei a Melkiades: "É verdade que terei de ficar sem roupa durante todo o primeiro ano?" A resposta do pêndulo foi "enfaticamente sim".

Incrédulo, perguntei ao Yijing: "Por quê?". Perguntei duas vezes. A primeira resposta foi clara. Era para me ensinar humildade. A segunda resposta foi igualmente clara. O nome da resposta do Yijing foi "Mordendo através", sem nenhuma linha em movimento. Tive de cerrar os dentes e aprender as coisas de baixo para cima.

Sem glória passada. *Sem roupas por um ano, para que todos saibam quem eu realmente sou.* Não sou nada mais do que um novato nessa experiência de ascensão.

Tudo tem um preço, e isso foi pior do que pagar pelo conserto do espelho retrovisor. Por outro lado, aceitar a oferta me daria uma verdadeira perspectiva do Eu Superior, como nos foi dito no seminário de Buhlmann.

Se eu quisesse sair da minha perspectiva de "espectador de cinema" e aprendiz e me tornar um verdadeiro mestre espiritual, teria de pagar esse preço. No meu caso, foi mais uma lição de humildade.

Será que aceitei essa oferta especial?

Por algum tempo, não tive certeza. Humildade e nudez pública não são meu forte. Voltei a trabalhar em 3D por algum tempo e refleti sobre isso.

Além disso, senti que essa condição provavelmente não seria uma condição geral para todos. Ela foi colocada apenas em mim e talvez em outras pessoas como eu, que precisam de uma lição de humildade. Talvez você tenha que atender a condições totalmente diferentes, ou nenhuma condição. Essas foram perguntas que tive de esclarecer à medida que avançava.

7.1.6. As sequências

A primeira sequência foi escrita três anos depois, em 2016. Estou escrevendo isto em 2023. Agora sei o que os guias queriam dizer com essa curiosa oferta.

De fato, tive de passar por nove anos de questionamento rigoroso de todas as minhas ações. O primeiro ano foi particularmente difícil. Eu sabia que "eles" estavam me observando. Durante esse período, foi-me oferecido novamente muito do que eu desejava, mas também muito do que eu abominava.

Algumas experiências foram muito desafiadoras, até mesmo críticas. Em um determinado momento, eu poderia ter morrido ou ficado seriamente incapacitado.

Os desafios se tornaram ainda mais sérios em 2018, a ponto de eu ser incentivado por meus guias espirituais a passar silenciosamente por esses anos. Mas eu lidei com tudo isso e mantive a calma durante todo o tempo. As interações diárias com Melkiades continuaram apontando o caminho. Nesses anos, passei grande parte do meu tempo questionando minhas atitudes, posições e hábitos anteriores. Tive de mudar bastante minhas atitudes e objetivos.

Mas diante de vocês está o resultado líquido de todas as minhas provações ao longo da vida. Para ser admitido no 12º Nível Espiritual, o trabalho da minha vida foi examinado por um comitê de exame de 7 arcanjos e eles me admitiram como "membro júnior".

Ainda estou aprendendo e este é um momento muito empolgante. Há muito a ser feito. Venha comigo.

[Melkiades: "Estou muito feliz com seu progresso espiritual."]

7.2. Além do vórtice



Agora estou "totalmente diferente"? Falando por mim, sim, estou em um ponto radicalmente diferente.

O que aprendemos?

Aqui está um resumo das principais diferenças entre um mundo "3D" e um mundo "3D plus". (Em cores: 3D mais adições).

	3D	3D plus
níveis:	físico e localizado	físico e localizado não-físico e não-localizado, conceitual
distintivo consciência:	3D e tempo consciente no corpo subconsciente no corpo	3D e tempo, consciente no corpo subconsciente no corpo extracorpóreo = – nível inferior (5º + 6º), – nível médio (7º - 10º), – nível superior (11º + 12º) – Criador
consciência:	eu físico	eu físico a entidade persistente = continua a consciência, também depois que você morre
morte:	não há existência após a vida, sem alma	os humanos têm alma, seguem um fio contínuo entre vidas, reencarnação psicológico
modo psicológico:	lógica	lógica, intuitiva
prioridades:	Individuais, "eu primeiro", sozinho	centradas na família, pequenas e escalonadas, responsabilidades do grupo, cooperativo

Todo o resto segue logicamente.

Nesse ponto, eu me preocupo muito com as pessoas que estão comigo em meu "enxame". O fato de eu estar com os outros em meu "enxame" faz uma enorme diferença.

Experimente você mesmo e compare o ponto de vista ascendido. Quando estamos realmente nessa perspectiva, é isso que a maioria de nós prefere.

Há muitas maneiras de chegar a essa conclusão, mas usarei a seguinte lógica que emerge das experiências de quase-morte. Uma vez que você visualize essa hipótese, muitos outros fenômenos parapsicológicos e místicos se encaixarão.

7.2.1. As EQMs mostram o caminho

Aparentemente, uma em cada vinte pessoas já passou por algum tipo de experiência de quase morte (EQM)¹, e vídeos de lembranças vívidas de EQMs têm se tornado frequentes (confira no YouTube).

O ponto em comum entre esses relatos é que um tipo de consciência pode se separar do corpo físico e passar por alguma experiência (geralmente profunda).

Muitas vezes, a consciência pode observar o corpo deitado em uma cama ou em uma maca e pode fazer declarações precisas sobre o que foi dito durante a experiência e até mesmo sobre o que aconteceu fora da visão de seu corpo no ambiente físico próximo. Uma pessoa que teve uma experiência de quase morte, por exemplo, viu um parente aparecer na sala de espera do lado de fora da sala de cirurgia durante essa experiência fora do corpo (OOBE). Se ele estivesse totalmente dentro de seu corpo físico, não poderia ter recebido essa informação.

A primeira noção importante que extraímos desse fato é que essa consciência persistente pode estar separada do corpo físico e pode manter uma ampla percepção independente, como alguma forma de visão, audição e memória pessoal plena ou forte.

A próxima pergunta é exatamente quais componentes se separam do corpo e quais permanecem no corpo. Para isso, podemos recorrer a algumas pessoas que tiveram experiências de quase-morte e que coletaram experiências fora do corpo extensas, como Joe Marshalla, que teve várias experiências fora do corpo. Na mais longa, ele foi declarado morto após 10 minutos sem sinais de vida, retornou ao seu corpo e, posteriormente, entrou e saiu do corpo por cerca de três meses.

Como filósofo de formação, interessado em psicologia e comportamento humano, ele fez observações detalhadas sobre quais partes de nossa consciência permanecem no corpo e quais outras partes o acompanham o tempo todo².

Duas estruturas paralelas

As explicações de Joe Marshalla são claras e detalhadas.

É possível abstrair de suas muitas palestras que ele percebia as funções humanas como duas estruturas paralelas e integradas. Por um lado, há uma rede de aprendizado com base fisiológica que nos permite operar em nossa encarnação atual. Joe Marshalla se refere a essa estrutura como "pensamentos", mas também podemos incluir funções psicológicas e corporais mais amplas, como o sistema de movimento, a audição física, a visão e o tato, e as operações fisiológicas do cérebro. Essa estrutura opera em termos do que a pessoa aprendeu durante a encarnação atual. Geralmente chamamos isso de "eu físico".

1 Wikipedia: "De acordo com fontes... estima-se que experiências de quase morte são relatadas por cinco por cento da população adulta americana." http://en.wikipedia.org/wiki/Near-death_studies.

2 Extensas EFDCs não traumáticas, como as descritas por Bob Monroe, mostram amplas semelhanças com relatos de EFDCs traumáticas. A separação do corpo por EQM não pode, portanto, ser facilmente reduzida a imaginações neurologicamente provocadas induzidas pelo trauma.

Por outro lado, há uma entidade muito mais ampla que tem uma consciência (aguda) dos mesmos domínios de frequência que captamos fisicamente com nossos sentidos. Ela reúne imensas quantidades de informações, armazena-as de forma confiável e, aparentemente, opera e responde em termos de uma experiência transencarnacional persistente.

Isso identifica e distingue o que chamamos aqui de "a entidade persistente" e o que muitos chamam de "a alma". Como essa entidade parece ser dirigida por um objetivo, levantaremos a hipótese de que ela é, de fato, o que chamamos aqui de "o eu interior" ou "o Eu Superior". No meu caso, trata-se de "Melkiades" em vez de "Melki".

7.2.2. A fonte da mensagem

Em nosso mundo 3D, o eu interior só pode se comunicar com nós, seres 3D, por meio do eu físico. Atualmente, a psicologia tradicional não reconhece um "eu interior" porque, em sua interpretação (vou simplificar um pouco), "pessoas normais, quando bem ajustadas, não falam como outra pessoa". Quando isso acontece, elas sofrem de uma personalidade múltipla ou de algum distúrbio delirante.

Mas vamos usar a definição "espiritual" que usamos para definir o "espaço 3D-plus" (tabela acima)³.

Quando abrimos espaço para todas as informações espirituais que as pessoas sensíveis captam, uma estrutura do "eu interior" começa a se manifestar. É isso que encontramos em vermelho no esquema "3D plus" acima. Esse também é o espaço que as ferramentas de comunicação interdimensional identificam.

3D vs. 3D plus

O que acontece, então, se uma pessoa sensível declarar uma "opinião 3D plus"? Que peso devemos atribuir a essa opinião?

Quando Melquíades fala comigo e quando a mensagem do pêndulo diz algo diferente do que eu esperava, o que devo fazer?

E se eu disser algo que ressoe com minhas verdades profundas e internas que eu ou outra pessoa 3D plus-sensível mantém comigo, então como devo agir? A mensagem não tem mais valor?

E, às vezes, o eu interior realmente mostra que está falando como uma entidade separada ("mostra sua bandeira") quando transmite mensagens do além. Por exemplo, nas canalizações de Ra⁴, cada mensagem de Ra começa com "Eu sou Ra". Isso distingue claramente a fonte não física da fonte física. Outros canalizadores usam técnicas semelhantes - como um tom de voz diferente - para marcar a fonte canalizada de sua fala.

Assim, você sabe que a mensagem tem um certo peso e pode levá-la em consideração.

Mensagens falsas

Ao mesmo tempo, você pode ser induzido a receber mensagens falsas.

O seguinte ditado é difundido entre os canalizadores que estão freqüentemente conectados com forças superiores: **quanto mais você trabalhar regularmente e com seriedade com as forças espirituais, mais as forças negativas tentarão atrapalhá-lo**

³ isto é, o espaço multinível e multidimensional, particularmente descrito em "3.1. A Quinta Dimensão" e como "comportamento de enxame" em "5.7. Telepatia".

⁴ <https://www.lawofone.info/>

de maneira cada vez mais desonesta.

O mais importante é que, se você receber qualquer mensagem que o induza a qualquer atividade desonesta ou pensamentos maliciosos, ou qualquer gasto questionável, questione a fonte da mensagem. Quando questionados diretamente sobre sua origem, pela lei universal, **eles serão obrigados a admitir sua verdadeira origem.**

Basta perguntar: "você é realmente... (a entidade questionável)", e ela terá de admitir sua verdadeira origem. E se ela não puder confirmar sua conexão ou admitir seu status negativo, **use toda a sua energia emocional e afaste-a imediatamente.**

Seja muito insistente. Quanto mais você os desafia, mais eles se tornam insistentes. Portanto, seja persistente. Eventualmente, eles TERÃO de partir.

Já tive de afugentar entidades negativas muitas vezes. Todas as vezes demorou um minuto ou mais para que elas se afastassem, conforme medido pela ação do meu pêndulo e também por uma vibração específica em todo o meu corpo.

Também tentei estabelecer canais seguros com a ajuda de Melkiades e de alguns arcanjos, mas eles acabaram conseguindo passar. Peça para ser protegido e eles cederão um pouco. Os arcanjos me disseram que, em geral, são necessários cinco anos para estar totalmente protegido o tempo todo. Portanto, aprendi a verificar novamente sempre que recebo uma ligação ou mensagem suspeita de Mekiades ou de qualquer outra entidade confiável e bem posicionada.

Rastros negativos

Se você esteve emocionalmente ligado a uma entidade negativa por qualquer período de tempo, essa comunicação definitivamente deixará rastros em você. Portanto, tenha cuidado. Especialmente se você tiver tido um relacionamento emocional ou sexual com uma pessoa cheia de negatividade, talvez queira consultar uma pessoa realmente qualificada. Limpar a energia negativa de uma pessoa pode exigir muita energia e tempo.

Também seria bom consultar novamente a Seção 2.3. nesses casos.

7.2.3. Mudança de foco

Depois de aceitar a diferença entre um eu físico e um eu espiritual, o próximo passo se torna possível: nada mais é do que uma mudança no ponto de vista habitual.

Pode-se tentar isso como um jogo. De fato, é disso que se trata uma meditação OOB. Trata-se de tomar consciência da própria voz interior, segui-la, permanecer com ela e começar a explorar o mundo a partir dessa perspectiva. Ao passarmos por qualquer sessão séria de perguntas e respostas, nos damos conta do treinamento substancial pelo qual passamos nestas páginas. Começamos a compreender a enorme riqueza da nova perspectiva.

Pergunte a si mesmo.

Como você vê sua própria vida a partir de seu novo ponto de vista? Como vê seu(s) relacionamento(s) íntimo(s) agora? Você percebe como fomos manipulados para participar de uma enorme corrida de ratos? Qual foi minha contribuição positiva para o mundo até agora?

E: do que eu realmente tenho medo?

Se seguirmos essas linhas de pensamento por algum tempo, começaremos a questionar muitas crenças antigas e acabaremos deixando algumas de lado. Uma nova sensação de

alívio e alegria se apodera de nós à medida que abandonamos padrões antigos e inúteis e nos conscientizamos de novas possibilidades. As reflexões destas páginas nos mostraram a incrível riqueza e os novos potenciais que são possíveis em um mundo 3D plus.

Será que todos nós nos tornaremos "desistentes corporativos" ao buscarmos essa mudança de perspectiva? Será que vamos nos retirar para as colinas e fazer nossas próprias plantações?

Não é essa a minha opinião. Muito pelo contrário. A existência ascensionada favorece interações humanas boas e positivas em todas as circunstâncias. Ela não nega a sociedade humana, nem os projetos de colaboração humana. Confirmando de todo o coração que uma perspectiva ascensionada é imensamente "pró-humana". Ela favorece a cooperação positiva, pacífica, respeitosa e não exploradora e uma coexistência genuinamente alegre em qualquer contato social.

É uma direção clara

Portanto, em última análise, toda a história da ascensão é relativamente fácil: mudamos nosso ponto de vista. No final, poucas palavras são necessárias. Ouvimos nossa voz interior, levamos suas respostas a sério, aprendemos com ela, deixamos que ela nos guie para uma ação cooperativa maior e mais responsável, afirmamos nosso lugar natural entre nossos colegas e entes queridos e desenvolvemos a confiança de que, de fato, fazemos o melhor que podemos fazer.

Nenhuma grande revolução externa, mas uma incrível evolução interna.

[Verificação: "Melkiades, isso está completo? Você concorda com tudo?" "Sim. Concordo plenamente."]

8.1. É possível!

O que "eles" fizeram com nosso paraíso?



Adão e Eva deixaram
uma floresta verde e exuberante
para trás há muitos anos.



Eles ficaram fora por algum tempo,
mas o que encontraram quando voltaram?

Terra infértil,
entrecortada por ravinas erodidas.

Quase não há grama,
nem árvores nem arbustos,
e os barrancos são difíceis de transpor.
O que se pode fazer com isso?

É possível ganhar a vida em um ambiente
como esse?

Veja o que eles fizeram na China



Imagens: esquerda: antes, **direita:** depois da restauração, encontradas em *Restoring China's Loess Plateau*, Liu, 2012; Liu & Bradley, 2016, *figs. World Resources Institute*.

<http://vegansustainability.com/restoring-chinas-loess-plateau/>.

Imagens fornecidas por Yan Jinmin em *A lesson in regenerative agriculture from the Loess Plateau*, de Milly Ahlquist <https://uk.lush.com/article/lesson-regenerative-agriculture-loess-plateau>.

Loess Plateau in China



Essas duas fotos foram tiradas do mesmo local no *Loess Plateau*, na China. Uma área do tamanho da Holanda (40.000 km²) foi restaurada para o cultivo completo aqui, em apenas nove anos!

Financeiramente, o projeto foi um grande sucesso para os habitantes.

Essa área foi uma terra rica e produtiva nos tempos antigos, mas foi cultivada em excesso e, no ano 1000 d.C., havia se tornado um deserto árido semelhante ao da imagem superior direita.

Após a terraplanagem, essa terra voltou a ser totalmente cultivada por cerca de **20 milhões de pessoas** que vivem nessa área. A restauração dos ecossistemas foi acompanhada de **uma reforma agrária** que proporcionou muitos incentivos pessoais ao aumentar consideravelmente a propriedade da terra. **Estudos de acompanhamento mostraram que a renda aumentou três vezes.**

Você pode encontrar um bom vídeo aqui: "Regreening the desert with John D. Liu VPRO Documentary 2012"¹. Assista a esse vídeo, mesmo que esteja com pouco tempo.

Nesse vídeo, John Liu e Geoff Lawton responderam à nossa pergunta: "Sim", eles dizem, "é possível reabilitar ecossistemas danificados em grande escala". E "**Se podemos [fazer isso], por que não o fazemos todos?**"

Muitas perguntas e muitas respostas animadoras

1. Os grandes projetos de recuperação de terras ainda estão em andamento na China e/ou em outros lugares?

¹ <https://youtu.be/IDgDWbQtIKI>

2. Os projetos menores também estão sendo executados em outras partes do mundo?
3. Esses projetos são um sucesso financeiro?
4. O que é necessário para que um projeto seja bem-sucedido?
5. Qual é o impacto potencial desses projetos sobre a fome no mundo?
6. Por que esses grandes projetos de recuperação praticamente não foram noticiados pela nossa mídia?
7. Um indivíduo, uma família ou um vilarejo poderia restaurar esse pedaço de terra por conta própria?

E a resposta é sempre sim...

1. ...grandes projetos foram concluídos na China e na Índia. Eles são considerados um grande sucesso e atualmente estão sendo expandidos em ambos os locais.
2. ...muitos projetos menos conhecidos, apoiados pelo governo e financiados individualmente, estão e estiveram em andamento em todo o mundo, em uma ampla variedade de ambientes e climas, às vezes hostis, e com grande sucesso.
3. ...resultados financeiros excepcionais foram relatados para projetos na Índia, China, Jordânia, Etiópia, Ruanda e Fiji, bem como para muitos projetos pessoais de longo prazo.
4. ...existe agora uma grande quantidade de experiência em vários tipos de projetos de recuperação de terras, acumulada ao longo de cerca de 50 anos.
5. ...a fome no mundo ainda é muito real, mas ela segue regularmente o rastro dos conflitos mundiais. Em **tempos de paz**, os esforços de recuperação de terras discutidos aqui tiveram e poderão ter, no futuro, um grande impacto positivo na redução da fome no mundo. E muito mais é possível dentro dessa perspectiva. Sem exagero, um mundo sem fome é possível, se houver vontade pública.
6. ...a opinião pública mundial tem se polarizado fortemente em relação aos acontecimentos negativos, principalmente nos últimos anos. Os desenvolvimentos positivos que surgem lentamente são convenientemente subordinados a eventos alarmistas que se movem rapidamente. Por que não contribuir para uma grande mudança na opinião mundial e ajudar a mudar a perspectiva excessivamente negativa de todos?
7. ...e sim, muitos indivíduos, famílias e vilarejos já realizaram projetos semelhantes de recuperação de terras² e foram bem-sucedidos a longo prazo.

8.1. A recuperação da água e da terra merece atenção imediata

A **ascendência** nos incentiva a reexaminar muitas ideias estabelecidas. Ouvimos com frequência que *"tudo está indo ladeira abaixo"*.

Será que está mesmo? Não necessariamente.

Este é o momento de começar a pensar. A obtenção de água potável, a produção de alimentos suficientes e de alta qualidade e a perda de terras devido à desertificação e à invasão territorial são certamente questões reais. Eles se tornarão cada vez mais importantes à medida que avançarmos nas próximas décadas. Portanto, precisamos entender o que está envolvido e, em seguida, precisamos reunir nosso enorme poder coletivo para realizar mudanças em todo o mundo.

² Vários termos são usados mais ou menos indistintamente para "recuperação de terras": regeneração, reabilitação, restauração, ecologização de desertos, agricultura regenerativa e permacultura. O termo "permacultura" agora evoluiu para uma área especializada de estudo holístico que examinaremos mais detalhadamente em detalhe abaixo.

Aqui estão algumas sugestões, auxiliadas por uma coleção de excelentes vídeos. Nesta análise resumida...

- *Primeiro*, apontarei algumas questões importantes que foram abordadas em vários projetos indianos e chineses, bem como em técnicas recentes usadas por agricultores norte-americanos e australianos, a fim de nos levar de volta a abordagens mais sustentáveis da vida humana.
- *Em segundo lugar*, apresentarei uma revisão resumida dos estudos sobre permacultura.
- *Por fim*, apresento alguns pontos altos de pessoas que implementaram a recuperação de terras em seus projetos menores, financiados de forma privada.

Por necessidade, esta introdução só pode mencionar alguns dos milhares de autores e vídeos dedicados envolvidos nesses projetos meritórios.

O campo está repleto de surpresas maravilhosas, bem como de imperativos urgentes que merecem uma atenção muito maior. A renovação urbana também é muito importante, mas será deixada de lado aqui por motivos de complexidade.

8.2. "Isso pode ser feito!" – regularmente, e em muitas áreas inóspitas

Índia: Projetos da Fundação Paani e da DRCSC

Começamos com alguns relatórios realmente excepcionais de grandes projetos na Índia.

Esses vídeos foram feitos por Andrew Millison, que estuda e ensina permacultura desde 1996. Atualmente, ele leciona na Universidade Estadual do Oregon. Os vídeos foram produzidos com o apoio da Oregon State University.

Vídeo: "India's Water Revolution #1: Solving the Crisis in 45 days with the Paani Foundation"

(Revolução da Água na Índia nº 1: Resolvendo a crise em 45 dias com a Fundação Paani)

<https://www.youtube.com/watch?v=-8nqnOcoLqE>

Vídeo: "India's Water Revolution #2: The Biggest Permaculture Project on Earth! with the Paani Foundation" <https://www.youtube.com/watch?v=jDMnbeW3F8A>

Millison esteve na Índia para filmar o trabalho da competição Water Cup da Paani Foundation.



Esse foi um concurso para identificar a equipe que construiu a estrutura para coletar a maior quantidade de água em apenas 45 dias no sul do estado de Maharashtra, na Índia. Milhares de vilarejos participaram. Ele visitou as estruturas do vilarejo de Garavadi, que competiu na competição de 2019, no primeiro vídeo, e do vilarejo de

Velu, que venceu a competição de 2016, no segundo vídeo.

Os efeitos de seu projeto de restauração de águas subterrâneas melhoraram

drasticamente a vida, a economia, a ecologia e a estabilidade desses vilarejos. Essas áreas costumavam levar água potável de fora para seus vilarejos durante a estação seca, o que não é mais necessário.

Nesta captura de tela tirada do primeiro vídeo³, muitas estruturas de retenção de água são visíveis em vários níveis.

No total, todos os competidores da competição, em conjunto, criaram retenções de água para *550 bilhões de litros (145 bilhões de galões)* de capacidade de armazenamento e treinaram impressionantes 51.000 pessoas nas técnicas de restauração de bacias hidrográficas.

A água é retida por trincheiras de 1 m de profundidade ao longo das linhas de contorno da terra, que são chamadas de swales na maior parte do mundo e que os indianos preferem chamar de "CCTs", ou seja, "*Continuous Contour Trenches*" (*trincheiras de contorno contínuo*). Várias linhas de swales captam a água da chuva. Sob a superfície, a água se acumula e alimenta as nascentes que continuam durante a estação seca.

Em um período mais longo, mais plantas e árvores crescerão nessa área, e ainda mais água será retida. Além disso, os agricultores agora têm duas estações de cultivo em vez de apenas uma. Isso proporciona uma estabilidade social e financeira muito maior nessas áreas. Essas medidas abrangentes trazem verde e prosperidade a grandes extensões de terra que antes eram marginais e extremamente pobres.

Vídeo: "Revolução da Água na Índia #3: Da Pobreza à Permacultura com a DRCSC"

<https://www.youtube.com/watch?v=KtHullfyJao>



Aqui ouvimos Ardhendu Chatterjee exclamar: "*Portanto, a renda deles dobrou e as despesas caíram pela metade!*" Os rostos orgulhosos de seus beneficiários mostram sua grande satisfação.

Neste vídeo, Millison mostra o trabalho do Development Research Communication and Services Centre (DRCSC) no estado de Bengala Ocidental, na costa leste da Índia.

O fundador do DRCSC, Ardhendu Chatterjee, nos mostra os efeitos dos projetos de armazenamento de água e de restauração de lençóis freáticos que estão permitindo que os mais pobres dos pobres permaneçam em suas terras e prosperem, em vez de terem de migrar para longe em busca de trabalho de baixa remuneração.

Toda a grande escavação à esquerda foi concluída em apenas *um ano de trabalho manual*. Além disso, eles inventaram um novo sistema de captação de água para suas áreas mais planas, e a rica produção resultante possibilitou diferentes tipos de cultivo de terra e pesca.

3 Salvo indicação em contrário, todas as imagens são capturas de tela dos vídeos mencionados.

Vídeo: "Revolução Hídrica da Índia #4: Permacultura para terrenos baldios na Fazenda Aranya"

<https://youtu.be/KhoV-vBAyFI>

Imagem 1: Vista aérea de perto da fazenda Aranya, que foi criada em cima de um terreno baldio em um escudo de rocha.



Imagem 2: Vista aérea distante da fazenda Aranya. A fazenda Aranya está situada no meio de um enorme terreno baldio. As linhas de contorno foram posteriormente sobrepostas a essa foto.



Imagem 3: Uma grande vala usada para reter a água coletada na estação chuvosa.



Aqui estamos em outro local na Índia. Millison filmou o trabalho realizado na Fazenda Aranya, no estado de Telangana, na Índia, *no enorme e estéril Planalto Deccan*.

O que é excepcional é que esse vilarejo próspero foi criado **há apenas vinte anos sobre uma rocha nua** (imagem do meio de um momento inicial do projeto em que a rocha está em rosa ao redor do oásis). O local havia sido classificado como "terreno baldio". Agora, possui 4,65 hectares (11,5 acres) de florestas de alimentos, o que restaurou o lençol freático para uma abundância abundante.

A fonte original de água vinha de grandes valas que se enchiam de água durante a estação chuvosa (*imagem 3*).

Depois disso, o composto e as plantas originais foram colocados em trincheiras menores e montes de captação. Viveiros e árvores foram plantados nas etapas seguintes.

80% da terra está agora em culturas perenes que não precisam de muito trabalho. A maior parte da semeadura resultou da queda de pássaros e não exigiu plantio específico. Atualmente, há uma grande variedade de plantas alimentícias, espécies, vegetais, animais domésticos, pássaros e flores na fazenda. Ela gera uma boa renda com a venda de seus tamarindos, usados na medicina tradicional e na culinária indiana.

Com o tempo, o lençol freático subiu no poço profundo cavado à mão. As árvores liberam água na rocha que foi quebrada pelo sistema de raízes. Agora, Aranya tem água suficiente durante todo o ano.

Millison também visitou a área circundante, onde os pobres sem terra receberam, em grande parte, **concessões de terras e agora estão cultivando suas próprias terras**. Eles estão transformando o leito rochoso em recompensa usando os princípios da permacultura.

8.3. China: Novos desenvolvimentos promissores

Até agora, nesta análise, vimos que *técnicas conhecidas e estabelecidas* podem realizar mudanças surpreendentes. No vídeo inicial, vimos que as técnicas de terraplenagem e permacultura trouxeram grandes mudanças para grandes extensões de terra na China, Índia, Somália e Ruanda.

No entanto, *promessas ainda mais empolgantes para o futuro* estão surgindo atualmente na China. Apenas 14% da China é cultivável⁴ e, ainda assim, precisa alimentar sua grande população. Isso incentivou tentativas de longa data de buscar soluções inovadoras para aumentar sua porcentagem de terras aráveis. Isso está começando a dar resultados. Descubrimos...

- ...o desenvolvimento de arroz resistente ao sal.
- ...a possibilidade de transformar a areia do deserto em solo.
- ...uma expansão maciça da recuperação de terras no vasto deserto de Gobi.

Vamos dar uma olhada nesses projetos.

Arroz resistente ao sal

Vídeo: "O arroz de água do mar poderia determinar o futuro da segurança alimentar?"

<https://youtu.be/2BMxx70TXeY>



A China vem trabalhando há seis décadas para melhorar a produtividade do arroz, e com muito sucesso. Atualmente, o rendimento por hectare é *dez vezes maior que o de 1960*.

Nos últimos anos, os chineses também quiseram desenvolver formas de arroz resistentes ao sal para solos que contêm muito sal e/ou alcalinos. Depois de muitas tentativas ao longo de três décadas, finalmente foram

desenvolvidas linhagens confiáveis e tolerantes ao sal.

Há cinco tipos de solo salino-alcaloide em diferentes partes da China. Cada tipo exige uma abordagem diferente. Para duas dessas cinco formas, sementes comercialmente viáveis já foram desenvolvidas e testadas com sucesso em campo. Eles também testaram com sucesso seu arroz resistente ao sal em Dubai.

Esses tipos de arroz estão agora em fase de aprovação pelo Ministério da Agricultura e Assuntos Rurais da China.

As amostras têm bom sabor. De acordo com o entrevistador à direita, elas não têm sabor salino e parecem semelhantes ao arroz de grão longo típico das plantações do norte da China.

É provável que extensas áreas de terra possam voltar a ser cultivadas em breve com essa abordagem.

Areia em solo utilizável

Vídeo: "6 Métodos Úteis que a China Usa para Converter Deserto em Terras Produtivas Ricas em Culturas" <https://www.youtube.com/watch?v=UW0CCk3FQ5I>

Se você derramar água na areia, a maior parte da água será perdida. Ela simplesmente se infiltrará na areia.

Para combater esse efeito, pesquisadores chineses desenvolveram uma pasta feita de

⁴ Algumas outras fontes fixam esta porcentagem em 10% ou 8%.

celulose vegetal que ajuda a reter água, nutrientes e ar. Ela não é tóxica, é ecologicamente correta e tem um preço razoavelmente acessível.



Quando essa pasta é pulverizada na areia, uma membrana muito fina feita dessa pasta cobre cada grão de areia e forma-se uma estrutura micro-nano. A areia pode então reter a água para evitar a infiltração. A membrana altera a tensão superficial da água e, assim, a areia se torna uma película transparente para criar a "areia anti-infiltração". Essa areia anti-infiltração é ideal para plantas que precisam de proteção contra a erosão do vento.

Com um tratamento especial dessa tecnologia, um terreno arenoso de 1,6 hectare foi transformado em terra fértil (veja acima). Isso torna possível transformar um deserto em um oásis, a um determinado preço.

8.4. Recuperação do deserto de Gobi

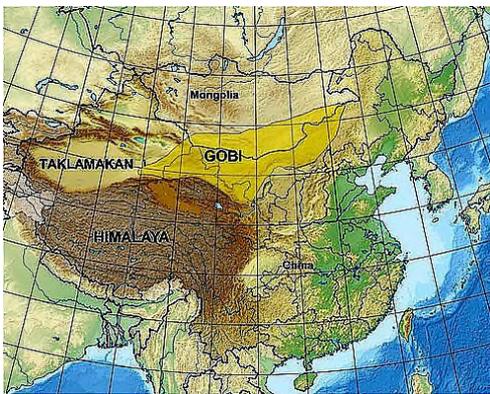


Fig. 1. Gobi e Taklamakan, Wikipedia. Fig. 2. Tempestade de areia ameaçando uma cidade chinesa. Fig. 3. "China's Three-North Shelter Forest Program", o nome oficial da Grande Muralha Verde. Fig. 4: Nova rodovia em meio ao reflorestamento.

Artigo: Vince Beiser "A China está terraformando o deserto de Gobi".

As três imagens subsequentes foram extraídas desse artigo. Fonte: South China Morning Post. <https://www.anti-empire.com/china-is-terraforming-the-gobi-desert/>

Os desertos e semidesertos de Gobi e Taklamakan, que fazem fronteira com o norte da China, não são desertos arenosos como o Saara, mas rochas nuas em grande parte.

Essa região é conhecida por frequentes tempestades de areia, além de chuvas repentinas, nevascas e geadas que lhe renderam o nome de "deserto frio".

Esses desertos estão a mais de 1.000 m do nível do mar e contribuem para a baixa temperatura, que pode chegar a -40 °C. A umidade extra é adicionada ao ar fresco quando a neve é expelida pelo vento das estepes siberianas. Mudanças inesperadas e extremas de temperatura também podem elevar as temperaturas até 35°C em um único dia.

Expandindo-se a uma taxa preocupante de 3.600 km² por ano, os dois desertos estão sofrendo de *desertificação maciça*. As tempestades de poeira são frequentes e causam muitos danos à agricultura. Vince Beiser afirma no artigo acima: "As terras de areia que cobrem cerca de 18% da China se expandiram rapidamente. Em 2006, elas estavam devorando terras utilizáveis a uma taxa de quase 1.000 milhas quadradas por ano [...] em comparação com 600 milhas quadradas por ano na década de 1950.

"Isso é um problema não apenas para as pessoas que vivem nessas áreas, mas também para muitos milhões de pessoas que vivem perto o suficiente dos desertos para serem afetadas pelos movimentos da areia. A migração das dunas ameaça campos agrícolas e até mesmo vilarejos inteiros. Trechos de estradas e ferrovias são constantemente interditados pela areia soprada.

"As tempestades de areia regularmente sopram dezenas de milhares de toneladas de areia e poeira em Pequim e em outras cidades, dificultando o tráfego e criando um risco grave à saúde. O Banco Mundial estimou que a desertificação custa à economia chinesa cerca de US\$ 31 bilhões por ano."

Esses problemas foram agravados pela imigração maciça das regiões do sul da China. Portanto, uma nova Grande Muralha de árvores está sendo construída ao longo da fronteira norte da China, nos desertos de Gobi e Taklamakan. Bilhões de árvores já foram plantadas, o suficiente para cobrir quase a distância de São Francisco a Boston.

Vince Beiser continua: "O projeto, oficialmente chamado de 'Grande Muralha Verde', foi lançado em 1978 e deve continuar até 2050. Seu objetivo é plantar cerca de 88 milhões de acres de florestas protetoras em um cinturão de quase 3.000 milhas de comprimento e até 900 milhas de largura em alguns lugares.

"Impulsionado pelas condições ambientais cada vez piores da China, o governo acrescentou alguns outros grandes projetos de florestamento nos últimos anos. *Tudo isso se soma ao que é facilmente o maior projeto de plantio de árvores da história da humanidade.*

"Os resultados até agora têm sido esplêndidos, pelo menos de acordo com o governo chinês. Milhares de hectares de dunas móveis que ameaçavam os campos e as aldeias dos agricultores foram estabilizados. A frequência das tempestades de areia em todo o país caiu em um quinto entre 2009 e 2014. E, embora os desertos continuem a se espalhar em algumas áreas, a SFA, a agência governamental que supervisiona os principais programas de plantio de árvores, afirma que, no cômputo geral, não apenas parou, mas também começou a reverter a expansão dos desertos."

Mas nem tudo saiu totalmente de acordo com o planejado.

Muitas árvores morreram, seja por falta de umidade, seja porque foi escolhido um local inadequado ou porque foi usada a espécie de árvore errada. Algumas não conseguiram sobreviver no ambiente árido e outras foram afetadas por doenças e pragas que se espalharam rapidamente pelas florestas monoculturais. Em 2000, uma infestação de besouros no centro-norte da China dizimou 1 bilhão de choupos, frutos de duas décadas de plantio.

Ao mesmo tempo, se o esforço for de fato mantido até 2050, os erros poderão ser corrigidos. Se as correções forem feitas rapidamente, o plantio inicial já alterou o ecossistema de tal forma que os processos atmosféricos, hídricos e vegetacionais positivos foram acionados, permitindo a recuperação contínua.

8.5. EUA, Canadá, Austrália e grande parte da Europa:



Sua escolha atual... há escolhas melhores?

Vídeo: "Unbroken Ground | Uma nova e antiga maneira de cultivar alimentos"

<https://www.youtube.com/watch?v=3Ezkp7Cteys>

Vídeo: "Regenerative Renegades | Natural Grocers Presents" (Renegados Regenerativos | Natural Grocers Presents) <https://youtu.be/BkOb9Q2hXYE>

Se você compra seus alimentos em uma dessas lojas, é provável que...

- ...que seu pão e sua cerveja tenham origem em tais campos,
- ...que seu frango seja produzido em um ambiente tão próximo,
- ... e se você come carne bovina, ela é criada em ambientes tão fechados antes do abate.

Quais são os problemas?

Podem ser vários, dependendo de suas sensibilidades⁵.

Mas há um problema crucial e fundamental no qual você talvez não tenha pensado inicialmente: *Estamos esgotando nossa terra por meio do cultivo incessante com monocultura, fertilizantes e herbicidas.*

Em resumo, a monocultura esgota os nutrientes do solo a ponto de ele não poder mais reter nenhum valor nutritivo – todo valor nutritivo precisa ser fornecido externamente. A monocultura também aumenta o risco de pragas e doenças. Ela tem sido associada ao aumento do estresse de doenças, à falta de nutrientes no solo, à degradação do solo e ao

⁵ Muitos de nós consideramos revoltantes as práticas de criação de animais em larga escala e de alta densidade. Muitos requisitos legais, especialmente na Europa, abordam actualmente esta questão.

desmatamento.

A monocultura esgota os nutrientes disponíveis no solo. O solo sofre com a perda de microrganismos e bactérias e se torna mais suscetível à erosão, mas também sofre maior contaminação pelo aumento do uso de pesticidas, herbicidas e fertilizantes. Esses produtos químicos se infiltram no solo, contaminando o solo e as águas subterrâneas. O excesso de fertilizantes é, portanto, prejudicial à saúde do solo e das águas subterrâneas.

Além disso, uma estrutura de solo de monocultura significa que apenas um tipo de raiz está disponível para reter a umidade e evitar a erosão, um trabalho que normalmente requer vários tipos de raízes.

Além disso, uma monocultura corre um risco maior de ser dizimada por pragas ou pragas porque essas ameaças podem se deslocar pela área mais rapidamente. Assim, as monoculturas aumentam o potencial de quebras de safra devastadoras, como a fome da batata em meados do século XIX ou a infestação de besouros em um bilhão de árvores no centro-norte da China, mencionada acima.

Finalmente, muitos tipos de alimentos e frutas perderam, nas últimas décadas, uma parte importante de seu valor nutricional, ou seja, o que você come contém proporcionalmente muito menos do que o seu corpo realmente precisa. Isso se deve ao aumento do uso de culturas que trocaram valores nutricionais por uma maior capacidade de suportar o armazenamento prolongado.

Estamos esgotando o solo.

Vídeo: "Living Soil: A Documentary" (Solo Vivo: Um Documentário), <https://www.youtube.com/watch?v=ntJouJhLM48>

Vídeo: "Overcoming water scarcity - Learning from Israel's experience" (Superando a escassez de água - Aprendendo com a experiência de Israel), <https://www.youtube.com/watch?v=WR7WsWe-z0k>

Vídeo: "I am From Fiji - Mangroves" (Sou de Fiji - Manguezais), <https://youtu.be/1hRjz7tfjKU>

Matt Maier, um agricultor americano de grande escala, afirma⁶: *"A sustentabilidade não é suficiente. Não podemos nos manter e esperar sobreviver no estado atual de nossa agricultura. Temos que fazer melhor. Temos que nos regenerar. Nossa agricultura convencional atual é voltada para o esgotamento. Por quanto tempo podemos viver nesse solo antes que ele realmente não possa mais produzir?"*

"Se perdermos nosso solo, perderemos tudo. Estamos esgotando nossa capacidade de criar alimentos que possam nos nutrir. Não sei o que é mais fundamental do que isso. Não sei o que poderíamos fazer que seja maior do que regenerar nosso solo e, depois, regenerar nossa saúde."

O que pode ser feito? Muita coisa, então aqui estão algumas sugestões dos vídeos...

- *Use um manejo diversificado, livre de transgênicos, com compostagem e rotação de culturas.* Isso permite a regeneração perpétua do solo e reduz o uso de herbicidas. As culturas diversificadas e rotacionadas com adubo natural, por outro lado, são muito menos suscetíveis a quebras de safra generalizadas e maciças. A rotação de culturas traz diversidade para a vida subterrânea do solo. No total, essas técnicas custam um pouco mais, mas regeneram o solo perpetuamente.
- *Use o pastoreio livre de gado em terras com grama suficiente com as rotações de pastagem necessárias.* Isso permite que a grama seja fertilizada pelo gado e se

6 Renegados regenerativos | Presentes para mercearias naturais, <https://youtu.be/BkOb9Q2hXYE>.

regenere continuamente nas rotações.

- *Use a criação de búfalos.* Ao contrário do gado, os búfalos não cortam a grama tão baixo quanto o gado. Com uma densidade adequada, isso preserva e regenera a grama sem rotações de pastagem. Isso, por sua vez, reduz muito a necessidade de mão de obra para realizar as rotações.
- *Separar melhor os peixes visados dos não visados é importante para preservar a continuidade dos estoques de peixes.* Para isso, pode-se empregar a "pesca com rede de recife", em que os peixes de tamanho normal são reunidos em redes e separados manualmente dos peixes não visados. Esse método evita o desperdício inútil de espécies de peixes protegidas.
- *Aprenda com a experiência bem-sucedida de Israel em lidar com a escassez de água potável e reutilizar a água para fins agrícolas (veja o segundo vídeo acima).*
- *Aprenda sobre o plantio de mangues em Fiji para conter o aumento do nível do mar (veja o terceiro vídeo acima).*
- *Usar certos métodos de permacultura que garantem (muito) melhor uso dos recursos hídricos e proporcionam maior diversidade de frutas e vegetais (veja abaixo).*
- *A análise moderna do solo aplicada a culturas diversificadas pode aumentar ainda mais a produtividade ao produzir uma composição de solo mais rica e saudável.*
- *O uso de transgênicos é suspeito porque estudos em animais documentaram aberrações nas funções do fígado, dos rins e da fertilidade⁷.* Além disso, a modificação genética pode prejudicar a diversidade biológica, e os genes modificados podem ser introduzidos em plantas silvestres e culturas não modificadas.

Algumas dessas medidas já estão em operação em locais selecionados (veja os vídeos) e/ou aumentariam apenas ligeiramente os custos. O uso muito mais generalizado desses métodos agrícolas promoveria um grande avanço na sustentabilidade e proporcionaria a tão necessária regeneração das terras agrícolas existentes. Além disso, o cultivo diversificado reduziria as ameaças de grandes quebras de safra.

8.6. Permacultura – uma alternativa pessoal

Muitos desejam retornar à terra, querem cultivar seus próprios alimentos e talvez queiram ganhar a vida longe de um emprego das nove às cinco, em um trabalho que tenha mais "significado real". A "permacultura" capta todas essas tendências em um movimento contrário de restauração da terra. A permacultura favorece um tipo de agricultura sustentável com o uso máximo de substâncias não químicas e, como descobrimos acima, ela nos mostra meios naturais de captar a água da chuva e seu uso inteligente para o cultivo rico em um sistema completo.

Um aspecto importante da permacultura é que ela trabalha com a natureza e não contra ela: "Ela usa 'designs' [ideias e modelos] que se baseiam em padrões naturais para atender às necessidades dos seres humanos (alimentos, energia, abrigo, tecnologia,

⁷ <https://gmoresearch.org/>, http://www.academia.edu/3405390/Morphological_and_Biochemical_Changes_in_Male_Rats_Fed_on_Genetivamente_Modified_Corn_Ajeeb_YG . Veja também Claire Robinson Mphil, Michael Antoniou PhD, John Fagan PhD, "GMO Myths And Truths". Do resumo: "As evidências apresentadas apontam para muitos perigos, riscos e limitações da tecnologia de engenharia genética. Estes incluem danos encontrados na alimentação animal e em estudos ecológicos, que por sua vez indicam riscos para a saúde e o ambiente colocados pelas culturas e alimentos geneticamente modificados."

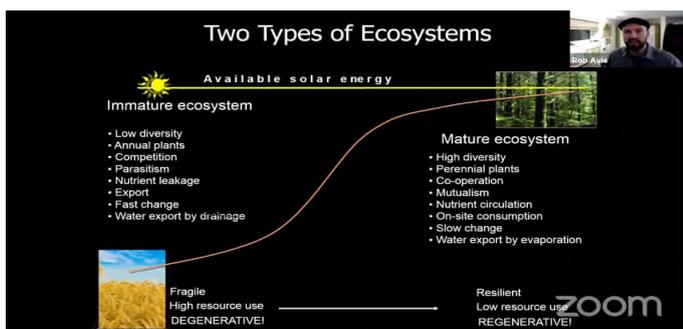
recursos e gerenciamento de resíduos), de uma forma que trabalha junto com a natureza, em vez de destruí-la."⁸

Isso tudo é possível, mesmo com um orçamento doméstico? Sim, a "permacultura" promete alcançar tudo isso e muito mais. Se estiver determinado, você pode encontrar seu lugar na permacultura.

A melhor solução é ouvir alguém que possa apresentar os conceitos da permacultura da forma mais rápida e sucinta possível. Eu assisti a muitos vídeos e aqui estão os dois melhores que escolhi para uma introdução:

Vídeo 1: "Introduction to Permaculture - Part 1" (Introdução à permacultura - Parte 1),
<https://youtu.be/qmo7zC7MBOQ>⁹ (1h 37)

Tenho muito respeito por Rob Avis. Em apenas 1h37, ele o conduz por todos os conceitos fundamentais da permacultura.



Esse vídeo é altamente recomendado.

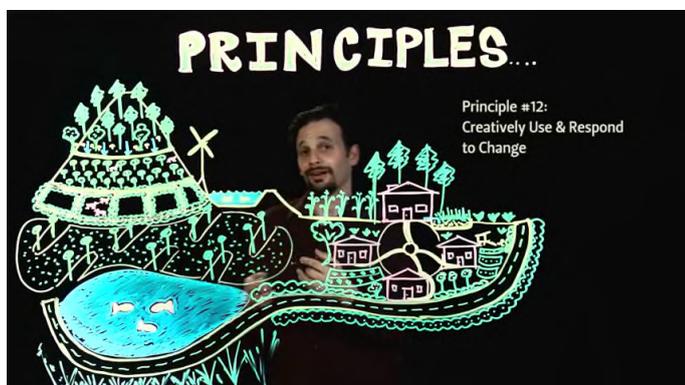
Os principais conceitos centrais estão resumidos nesta figura que mantenho aqui para sua referência. Ela foi tirada do ponto 1h01m em diante no vídeo.

Ecosistema Industrial vs. Maduro, extraído de "Introdução à Permacultura - Parte 1".

O segundo vídeo mostra os 12 princípios-chave da permacultura de David Holmgren. Eles resumem e ilustram todos os pontos principais e constituem uma introdução concisa a toda a permacultura.

Os 12 princípios da permacultura de David Holmgren

Vídeo 2: "The Permaculture Principles" (Os Princípios da Permacultura),
<https://youtu.be/0mwRAf3z9ag>. Pela Oregon State University Ecampus. (9 min., 32).



1. *Observe e interaja.* Quais são as forças presentes em meu local para as quais preciso projetar? Que devo levar em consideração? Onde a água flui e se acumula? Por quê? Clima? Topografia? Tipo de solo? Vida selvagem, vento, fogo, pessoas no local ou nas proximidades?

2. *Capture e armazene energia.* "Energia" pode ser água captada

para uso futuro, um local com vento para um moinho de vento ou florestas que podem fornecer combustível para aquecimento. Os sistemas de energia alternativa podem extrair vento, água e outros recursos para nosso uso.

3. *Obter um rendimento.* Isso determina, por exemplo, qual árvore plantar em um determinado local, considerando o rendimento projetado. Qual colheita poderia

⁸ "Cartilha do Curso de Design de Permacultura", Parte 1 Introdução.

⁹ Saiba mais e conecte-se com Rob e Michelle em <https://vergepermaculture.ca/>.

produzir o melhor rendimento aqui? Mais frutas ou mais plantas verdes? Preciso de mais ou menos água para aumentar minha produção? O local tem um canto tranquilo para uma colmeia?

4. *Aplique a autorregulação e aceite o feedback.* Pense nas lições que está recebendo de sua horta. Aprenda com isso para que sua contribuição se torne um benefício cada vez maior para você e para aqueles que o cercam.
5. *Use e valorize os recursos e serviços renováveis.* Os recursos renováveis são aqueles que se reabastecem com o uso moderado, como um segundo pomar a jusante de um primeiro que reutilizará a água de cima.
6. *Não produzir resíduos.* Aqui transformamos o lixo em alimento para outro: reutilizar o lixo de um banheiro seco moderno e sem cheiro para fazer adubo. Limpar e reciclar a água cinza. Consertar e reutilizar ferramentas e equipamentos quebrados. Reduzir, reutilizar, consertar e reciclar.
7. *Projetar dos padrões aos detalhes.* Por exemplo, comece com a maneira como a água flui pelo terreno e, em seguida, organize os elementos em sua ordem natural.
8. *Integrar, em vez de segregar.* Conceba as distâncias entre os locais de trabalho e os locais sociais a partir de uma compreensão de como uma comunidade interage e como ela prefere realizar seu trabalho. Leve em conta a segurança e os playgrounds das crianças e de seus pais que as supervisionam.
9. *Use soluções pequenas e lentas.* Pense nos usos e nas colheitas que amadurecerão com o tempo.
10. *Use e valorize a diversidade.* A diversidade protege sua horta contra falhas (por exemplo, pragas). Além disso, a diversidade de alimentos bem escolhidos fornece as vitaminas e os minerais necessários à sua alimentação.
11. *Use as bordas e valorize as marginais.* Use sebes para cultivar arbustos frutíferos. Uma ideia: use irrigação por gotejamento em vez de aspersores radiais onde as quatro bordas não podem ser usadas. Além disso, perde-se água por evaporação - por exemplo, pense na evaporação da água borrifada que cai em um campo após um dia quente de verão.
12. *Use e responda às mudanças de forma criativa.* Os campos evoluem e precisam ser adaptados ao longo do tempo. Acompanhe e evolua com seus campos.

Considerações sobre permacultura

Os vídeos são feitos por aqueles que tiveram sucesso, não por aqueles que fracassaram. Portanto, nos vídeos, necessariamente acompanharemos aqueles que tiveram sucesso e cuja dedicação e entusiasmo continuam contagiantes.

Dito isso, recomendamos várias linhas de cautela:

- O trabalho na agricultura é e exige *trabalho físico árduo e uma presença quase diária na maior parte do tempo*. Um jardim está vivo. Assim que você vai além de um conjunto de jardineiras, precisa se preocupar com a rega, possíveis danos causados pelo vento, chuva e congelamento, além de cuidar das muitas colheitas de uma plantação de permacultura.
- Os perigos de incêndios em larga escala são particularmente pronunciados nos países mediterrâneos europeus e em muitas áreas das Américas e da Austrália.
- As condições extremas mostradas em alguns exemplos aqui exigiram uma experiência estabelecida em permacultura para serem bem-sucedidas. O dinheiro

investido em um curso completo de permacultura e/ou em uma avaliação profissional da terra será amplamente recompensado no longo prazo.

- Durante os primeiros cinco a dez anos em uma nova plantação, as primaveras, os verões e a maior parte do outono exigem sua presença quase diária. Muito depende do uso que você deseja fazer de sua terra. Uma permacultura madura usada exclusivamente para uso pessoal é muito diferente de uma terra cultivada com fins lucrativos.
- Não desconsidere a importância humana de seus vizinhos. Muitos desejaram "viver longe de um emprego das nove às cinco" e se viram isolados demais no campo, principalmente se tiverem filhos.
- Não desconsidere a importância formal dos aspectos legais. As regras de terra, jardim e território destruíram muitas ambições da permacultura. Por exemplo, você pode plantar algo novo no gramado da frente? Há leis em muitos locais da Europa ou da América do Norte que prescrevem "gramados e cercas vivas bem aparadas" como a única paisagem permitida. Ou você pode criar galinhas em suas terras? Você pode vender os rendimentos de sua terra para obter uma renda regular? É possível construir ou consertar uma habitação? Quais são os regulamentos para uma "Tiny House"? Qual é o seu peso se ela for móvel? É possível construir cabanas para aluguel em seu terreno? Obtenha as informações, antes que elas cheguem até você.
- Os frutos da permacultura levam algum tempo para serem percebidos. Obviamente, tudo depende do investimento inicial e do local. Mas pense em um período inicial de cinco a dez anos até que a situação se estabilize.
- Por fim, os ideais aplicáveis à permacultura nem sempre concordam com "arranjos lucrativos de cultivo para vendas". Por exemplo, *um arranjo de permacultura* pode sugerir o plantio de árvores frutíferas de forma totalmente intercalada, enquanto um *arranjo de "cultivo para vendas"* sugeriria agrupá-las para uma colheita eficiente. Trabalhe em conjunto para obter ideias de outras pessoas que tenham tido boas experiências com terras em sua vizinhança.

8.7. Histórias de permacultura, fora da rede e de pequenas casas

Todos os comentários da seção a seguir foram extraídos de comentários de vídeos fornecidos por usuários. Obrigado por compartilhá-los com meu público.

Experiências pessoais de permacultura

AUS "Beautiful 1-Acre Small Scale Permaculture Property | Limestone Permaculture Farm Tour" (Bela propriedade de permacultura em pequena escala de 1 acre | Passeio pela fazenda de permacultura Limestone), <https://youtu.be/jSNc13cmknE>

Um passeio pela Limestone Permaculture Farm em New South Wales, Austrália. Brett Cooper administra a propriedade de 1 acre como uma fazenda produtiva que ajuda a alimentar cerca de 50 famílias. O passeio inclui uma olhada no pomar, no portão da fazenda de caravanas, nas áreas de galinhas e patos e na casa de sombra, e Brett fala sobre o que levou ele e sua família a essa mudança completa de estilo de vida, na qual estão prosperando.

AUS "Living a Radically Simple Permaculture Life on 1/4 Acre | Creatures of Place" (Vivendo uma vida de permacultura radicalmente simples em 1/4 de acre | Criaturas do lugar), <https://youtu.be/rCRukvZE2Vk>

Creatures of Place é uma visão do maravilhoso mundo do Artista como Família: Meg

Ulman, Patrick Jones e seu filho mais novo, Woody. Vivendo em uma área de 1/4 de acre em uma pequena cidade australiana, Meg e Patrick projetaram sua propriedade usando os princípios da permacultura. Eles cultivam a maior parte de seus próprios alimentos, não têm carro e andam de bicicleta, usam pouquíssima eletricidade e coletam alimentos e materiais da floresta local.

AUS "Permaculture Transformation In 90 Days" (Transformação da permacultura em 90 dias),
<https://youtu.be/AWtsrNuUAgE>

As grandes áreas de gramado tinham apenas cerca de 5 cm de solo superficial sobre uma base de argila altamente compactada, então eles decidiram que gostariam de usar melhor uma mistura de solo superficial e composto para formar canteiros elevados, pois preferiam sentar-se na borda dos canteiros elevados a curvar-se sobre eles. O plano era usar madeira local barata para fazer os canteiros, que apodreceriam nos próximos 5 a 6 anos. A essa altura, eles já teriam feito composto suficiente e coletado resíduos agrícolas suficientes para construir a camada superior do solo em todo o acre e ter uma área produtiva agradável e fofo. Todos os canteiros elevados tinham o mesmo tamanho, de modo que um trator de galinhas podia ser deslocado e, nas oito semanas seguintes, produzimos 25 toneladas de composto, a maior parte a partir de recursos da fazenda, e misturamos esse composto com parte do solo superficial da construção da represa para preencher os canteiros elevados.

NZ "Amazing 23-Year-Old Permaculture Food Forest - An Invitation for Wildness" (Incrível floresta de alimentos de permacultura com 23 anos - um convite à natureza), <https://youtu.be/6GJFL0MD9fc>

Na pequena cidade de Riverton, na parte inferior da Ilha Sul da Nova Zelândia, está a incrível floresta de alimentos de Robert e Robyn Guyton, com 23 anos de idade. A propriedade de 2 acres foi transformada de um pedaço de terra negligenciado em um ecossistema próspero de árvores nativas e exóticas, onde pássaros e insetos vivem em abundância. Robert e Robyn são uma grande inspiração para nós, não apenas por sua bela abordagem para curar a terra e salvar árvores e sementes históricas, mas também pela maneira como causaram impacto na comunidade local.

NZ "Documentário completo: Man Spends 30 Years Turning Degraded Land into Massive Forest (Fools & Dreamers)", <https://youtu.be/3VZSJkbyMc>

A incrível história de como terras agrícolas degradadas e infestadas de tojo foram regeneradas e transformadas em uma bela floresta nativa da Nova Zelândia ao longo de 30 anos. Regenerating a Native Forest (Regenerando uma floresta nativa) é um documentário de 30 minutos sobre a Hinewai Nature Reserve, na Banks Peninsula, na Nova Zelândia, e seu kaitiaki/gerente há 30 anos, o botânico Hugh Wilson.

NZ "Man Quits Job in Finance to Grow Food and Develop Permaculture Food Forest From Finance to Farmer" (Homem abandona o emprego no setor financeiro para cultivar alimentos e desenvolver uma floresta de permacultura de alimentos), <https://youtu.be/3jh1481J6qw>

Andrew Martin já trabalhou no setor financeiro na Austrália, mas depois de aprender sobre a verdadeira situação do mundo à medida que o pico do petróleo e as mudanças climáticas começavam a entrar em vigor, ele sabia que tinha que deixar esse estilo de vida insustentável para trás e fazer algo útil para ajudar a curar a terra e ser mais resiliente diante das mudanças. Ele e sua esposa Beth se mudaram para a Nova Zelândia, onde estão no processo de transformar terras agrícolas de deserto verde em uma floresta de permacultura produtiva e abundante de alimentos. É incrível ver o quanto eles estão colhendo depois de apenas três anos.

Jordan "Celebrating 10-Years at the Greening the Desert Project, Jordan",
<https://youtu.be/yI9wMtTvWps>

O Projeto Greening the Desert (GTD) começou com a compra de terras há cerca de dez anos e foi se expandindo lentamente até chegar a um crescimento exponencial. As coisas

começaram no topo, literalmente, com um grande tanque de água que alimenta um bloco de chuveiro/banheiro logo abaixo. Os banheiros são de compostagem seca, fornecendo fertilizante para as plantas no local, e a água cinza dos chuveiros e pias vai para um canal próximo. O canal, ainda no alto da paisagem, é capaz de enviar irrigação por gravidade para muitas árvores em todo o local. Tudo isso é usado no local para uma limpeza biológica benéfica.

A floresta de alimentos, com paredes de pedra e valas apoiadas na terra, passa pela paisagem até os galinheiros e coelhos, que combinam os dejetos em um sistema que cria um metro cúbico de composto a cada cinco semanas. Isso vai para a horta principal, uma horta coberta de sombra. O excedente de fertilizante (composto) vai para as árvores da floresta de alimentos e para o viveiro. O escoamento do viveiro vai para a horta.

O prédio de acomodações tem um escritório, uma sala de aula e oito quartos. Tem dois andares e é feito com tijolos de terra e fardos de palha. O telhado tem uma bela horta composta de canteiros.

EUA "Natural sequence farming How Peter Andrews rejuvenesce terras atingidas pela seca Australian Story" (Agricultura de sequência natural: como Peter Andrews rejuvenesce terras atingidas pela seca Australian Story), <https://youtu.be/-4OBcRHX1Bc>

Há quase 50 anos, o magnata dos frangos fritos David Bamberger usou sua fortuna para comprar 5.500 acres de terra com excesso de pastagem no Texas Hill Country. Plantando gramíneas para absorver as chuvas e encher os aquíferos das encostas, Bamberger dedicou o resto de sua vida a restaurar a paisagem degradada. Hoje, a terra foi restaurada ao seu habitat original e apresenta uma enorme biodiversidade. O modelo de administração de terras de Bamberger está sendo replicado em toda a região e ele é considerado um visionário em gestão de terras e conservação de água.

EUA "Profitable Farming and Designing for Farm Success, de Jean-Martin Fortier", <https://youtu.be/92GDHGPSmel>

Ferramentas e técnicas de horticultura constituem a maior parte do que torna lucrativa uma operação diversificada de hortaliças, mas nesta apresentação, JM Fortier discutirá como o estágio de projeto de qualquer fazenda pode ser ainda mais importante. Aproveitando a experiência de sua própria horta de 2 acres e de uma nova horta de 5 acres que ele está montando no momento, JM explicará alguns dos princípios de projeto que ele seguiu.

EUA "Fazenda de Permacultura - Após 12 anos", https://youtu.be/9n_ATKIY-fQ

A Okfuskee Farm incorpora o projeto de permacultura Broad Acre, pastoreio rotacional, agricultura de mercado e muito mais em sua propriedade de 20 acres. Localizada em Silk Hope, NC.

CAN "What Permaculture Got Wrong - Dispelling Five Common Myths" (O que a permacultura errou - desfazendo cinco mitos comuns), <https://youtu.be/C0kVIS3rQ28>

Curtis Stone administra uma fazenda urbana comercial chamada Green City Acres em Kelowna, BC, Canadá. Sua missão é mostrar às pessoas como elas podem cultivar muitos alimentos em pequenos lotes de terra e ganhar a vida com isso. Usando bricolagem e infraestrutura simples, é possível ganhar a vida de forma significativa em seu próprio quintal ou no quintal de outra pessoa.

"Minha resposta a Curtis Stone 'What permaculture got wrong... Dissipando cinco mitos comuns'", <https://youtu.be/cS6uOWhjJE0>

Reino Unido "A Forest Garden With 500 Edible Plants Could Lead to a Sustainable Future" (Um jardim florestal com 500 plantas comestíveis pode levar a um futuro sustentável), https://www.youtube.com/watch?v=Q_m_0UPOzul

Em vez de fileiras organizadas de monocultura, os jardins florestais combinam árvores frutíferas e nozes, arbustos, ervas, videiras e vegetais perenes em um ambiente aparentemente selvagem. Esse tipo de agrofloresta imita os ecossistemas naturais e utiliza o espaço disponível de forma sustentável.

Martin Crawford, do Reino Unido, é um dos pioneiros da jardinagem florestal. Começando com um campo plano em 1994, sua terra foi transformada em uma floresta e serve como recurso educacional para outros interessados em jardinagem florestal. Este curta-metragem de Thomas Regnault enfoca o jardim florestal de Crawford, que é abundante, diversificado, comestível e pode ser uma resposta para o futuro dos sistemas alimentares.

Vida fora da rede

CAN "Retired Couple Living Off-Grid Shares Their 8-Year Experience" (Casal aposentado que vive fora da rede compartilha sua experiência de 8 anos), <https://youtu.be/2RAKB1z2MaQ>

Neste vídeo, vamos conhecer Art e Mary, um casal de aposentados que se propôs a construir uma casa com eficiência energética e livre de alergênicos e acabou vivendo totalmente fora da rede! Eles têm um enorme sistema de energia solar para a maioria de suas necessidades elétricas, processam toda a sua própria lenha, cultivam e colhem muitos de seus próprios alimentos no verão e coletam água da chuva para regar seu jardim!

Casa minúscula

"Casa minúscula moderna de conceito aberto com cama de elevador #anawhite", <https://youtu.be/IHjJd4tkvSU>

Cheia de ideias novas e originais de casas minúsculas, essa casa minúscula moderna e rústica de 24 pés de comprimento sobre rodas tem tudo isso... e espaço aberto para começar! Com uma cama de teto com elevação automática, área de estar conversível, escrivaninha dobrável, armário deslizante inteligente no chuveiro, prateleira deslizante na despensa, lavanderia escondida e muito, muito mais, essa minúscula casa oferece conforto moderno em uma planta de conceito aberto.

"Casa minúscula projetada para ser amigável à mobilidade de idosos com deficiência", <https://youtu.be/BIQ3yuUmBiw>

Essa casa minúscula tem muitos recursos amigáveis para idosos e deficientes, o que ajuda a tornar essa casa minúscula um espaço muito habitável. Esses recursos incluem aspectos de design como rampas, paredes reforçadas para corrimãos seguros e um banheiro e chuveiro acessíveis. Tomou-se o cuidado de garantir que não houvesse nenhum risco de tropeço na casa e as dimensões da casa foram projetadas de modo a permitir o uso de uma cadeira de rodas na pequena casa, se necessário.

"Jay Shafer's Stunning \$5,000 Tiny House", <https://youtu.be/kokfl0vn9ZM>

Seu novo projeto de casa minúscula tem como objetivo levar as coisas de volta ao básico absoluto e à simplicidade em todos os aspectos. Isso significa uma casa simples e agradável de se viver, simples de construir e também simples de pagar. Esse novo projeto de casa minúscula custa uma quantia incrivelmente baixa de US\$ 5.000!

"Living in a Tiny House Stinks (Sometimes)", <https://youtu.be/n7G7p1MPWIM>

Vou ser sincero com você e lhe dizer por que (às vezes) viver em uma Tiny House é terrível. Neste vídeo, falo sobre os contras, em minha lista de prós e contras, de viver em uma casa pequena.