Este livro é dedicado a todos os buscadores
do verdadeiro Eu

Copyright © 2011 Catherine Wilkins
Todos os direitos reservados. Nenhuma parte deste livro poder ser reproduzida ou transmitida em qualquer forma ou por qualquer meio, eletrônico ou mecânico, incluindo fotocópia, gravação ou qualquer armazenamento de informação, e sistema de cópia, sem permissão escrita do editor.

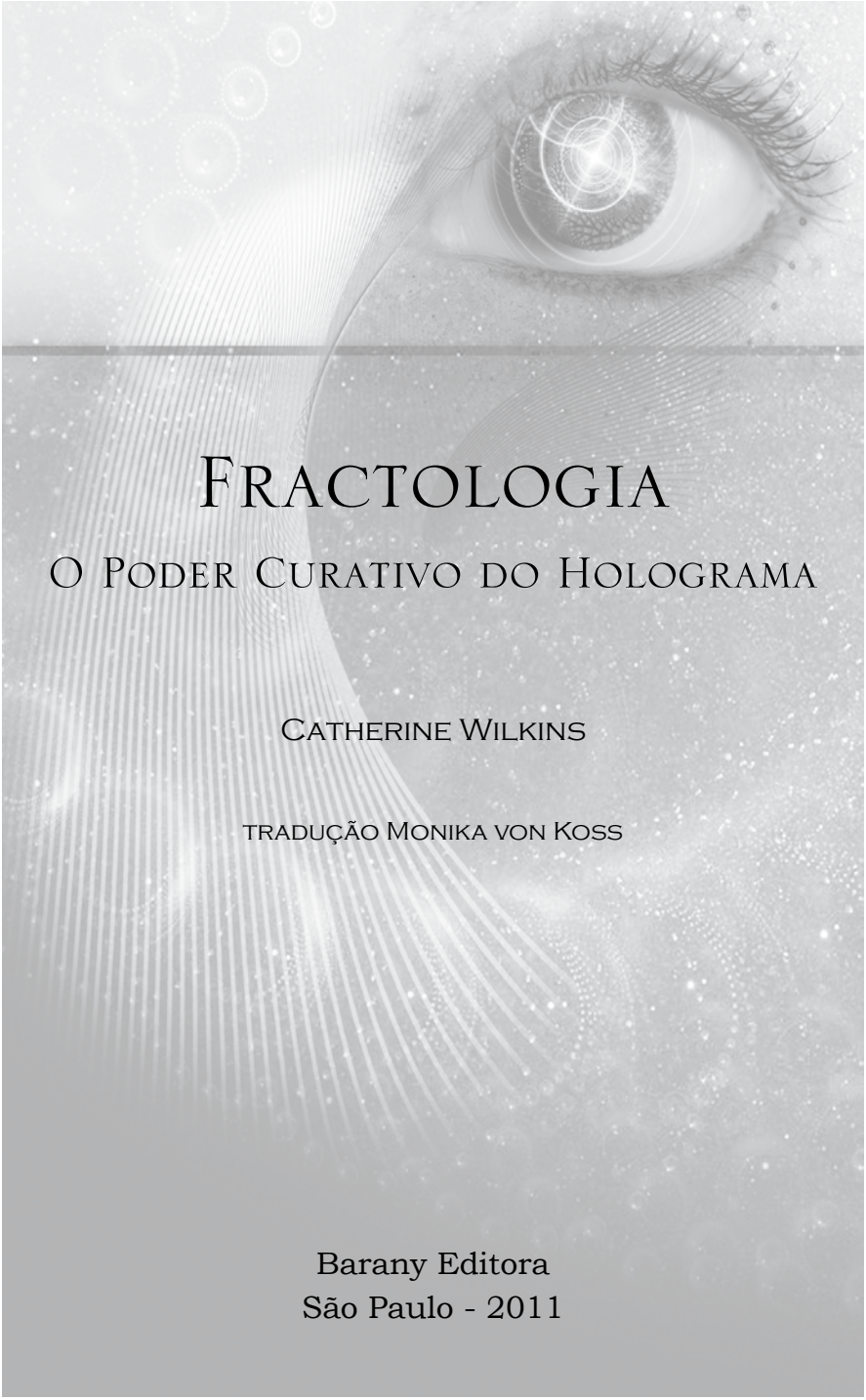
Direção editorial: Júlia Bárány
Edição, preparação e revisão: Barany Editora
Projeto gráfico e diagramação: Barany Editora
Capa e imagens internas: Emília Albano
Arte da capa e das entradas de capítulo: Mark Stott - Common Creative

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)
Wilkins, Catherine
Fractologia - o poder curativo do holograma / Catherine Wilkins - [tradução Monika von Koss] - 1.ed. -- São Paulo: Barany Editora, 2011.
Título original: Manual for the Mind
ISBN: 978-85-61080-12-9
1. Aptidão psíquica 2. Cura energética 2. Fractais/holograna 3. Parapsicologia I. Título
11-07231 CDD - 133.8

Índice para Catálogo Sistemático:
1. Fractologia: Ciência das habilidades metafísicas: Poder curativo do holograma: Cura energética: Parapsicologia 133.8

Todos os direitos desta edição reservados à
Barany Editora © 2011
São Paulo - SP - Brasil
contato@baranyeditora.com.br

www.baranyeditora.com.br
Livro para Ser Livre



Fractologia

O Poder Curativo do Holograma

Catherine Wilkins

tradução Monika von Koss

Barany Editora
São Paulo - 2011

Agradecimentos

Eu gostaria de agradecer a todas as pessoas sem as quais esta edição brasileira teria sido impossível.

Rowland Barkley foi o primeiro a trazer a versão inglesa ao Brasil. O apoio e a valorização que Monika Von Koss teve pela Fractologia abriram portas entre a Austrália e este país maravilhoso. Mark Stott criou belas imagens que abarcaram a essência da obra. A fotografia sensível de Peter Adams criou a conexão visual. O maravilhoso profissionalismo de Júlia Bárány deu ao livro sua forma atual. Estelle Cainey, Praticante de Fractologia em Nova Zelândia, continua a prestar apoio inestimável. E sem dúvida todas as pessoas a quem eu devo o desenvolvimento desta obra: meus professores, alunos e clientes. Sem a confiança e a visão delas, a Fractologia jamais teria existido.

Sumário

Apresentação à publicação brasileira 7
por Monika von Koss
Introdução: A epidemia silenciosa 9

O poder de uma ideia - I 11

1. A Natureza do Sofrimento 12
Um Problema Global 15
Acidente da História 19
Compreensão 21
As Chaves 25

Compreendendo as cinco chaves - II 29

2. A Primeira Chave: Fluxo Bioelétrico 30
Vitalidade 32
Conexão 35
3. A Segunda Chave: Campos Biomagnéticos 38
Estabilidade 41
Força 42
Presença 45
4. A Terceira Chave: Realidade Holográfica 48
O Infinito 53
5. A Quarta Chave: Padrões Fractais 55
Clareza 59
Confiabilidade 61
Consistência 62
Amplitude 64
6. A Quinta Chave: Amor 67
Graça 70

Como usar as cinco chaves - III 73

7. Prática em Fluxo Bioelétrico 74
Manutenção Energética 74
Alcançar e Recuar 77
8. Prática em Campos Biomagnéticos 81
Mantendo Espaço 81
Abdominais Espaciais 85
9. Prática em Realidade Holográfica 89
Equilibrando o Corpo 89
Criando Ressonância 90
10. Prática em Padrões Fractais 93
Reconhecimento de Padrões 93
11. Prática em Amor 97
Gratidão Matutina e Vespertina 97
Um Espaço Amoroso 99
Empatia 101
12. Manobras de Treinamento Telepático 107

Posfácio: A Grande Revolução 111

Apresentação

É com muita alegria que apresento ao público de língua portuguesa o livro de Catherine Wilkins, em que ela nos introduz em práticas simples e poderosas, que resultam em uma percepção energética e sutil mais aguçada e maior habilidade em utilizar nossos recursos latentes, na criação de uma vida mais harmônica e eficaz.

Além dos cinco sentidos, que nos permitem entrar em contato com o mundo físico, todos nós possuímos habilidades que nos permitem ir além do mundo material e criar conexões, curas, entendimentos e novos modos de ser e se relacionar, até então atribuídos apenas a alguns seres excepcionais.

Nos tempos atuais, contudo, mesmo pessoas desvinculadas de uma tradição religiosa estão despertando para suas habilidades sensitivas. A ausência de uma prática, que possibilite compreender e utilizar de forma equilibrada estas habilidades, gera insegurança e confusão. Esta é uma das razões pelas quais este livro vem em boa hora.

O que me encantou de imediato em seu texto foi a linguagem clara e precisa com que nos apresenta a estrutura básica do campo energético humano e suas leis. Com uma visão científica, que não requer nem se contrapõe a qualquer crença religiosa, Catherine Wilkins desenvolveu um método que nos conduz passo a passo por um processo confiável e seguro de liberação de nossos bloqueios energéticos. Por meio de práticas simples e eficazes, aprendemos como aprimorar e aplicar estas leis, para benefício pessoal e na interação com o mundo, desenvolvendo uma lógica intuitiva e uma intuição lógica.

À medida que praticamos, vamos nos tornando mais habilidosos em perceber e aplicar estas capacidades em nossa vida cotidiana, trazendo uma maior consciência de quem somos e qual a vida que queremos viver..

Monika von Koss
Psicóloga e Escritora
Espaço Caldeirão
www.monikavonkoss.com.br

Introdução: a Epidemia Silenciosa

Todo problema na vida é a solução para um problema anterior. Em lugar algum isto está mais claramente demonstrado do que em nossa sociedade atual.

Nos anos finais de 1700 e iniciais de 1800, mudanças tecnológicas na Inglaterra assistiram ao nascimento da Revolução Industrial. Esta solucionou numerosos problemas e criou muitos problemas novos. Para muitos, houve dificuldades ao longo do caminho, mas no final, o padrão médio de vida alcançou níveis antes inimagináveis. A alfabetização e os livros tornaram-se amplamente difundidos; crianças foram liberadas do trabalho para estudar; novas oportunidades e carreiras se abriram; muitos produtos, anteriormente acessíveis apenas para os ricos, tornaram-se rapidamente disponíveis; e a fome diminuiu. Mas a surpreendente tecnologia que criou todas estas soluções também criou um imenso problema novo – a doença industrial.

Doença industrial foi o termo dado a uma síndrome nunca vista anteriormente. Ela incluía muitos sinais e sintomas não específicos de doença, desde tosse e infecções persistentes, até fadiga geral e visão borrada. Febre e calafrios eram muitas vezes acompanhados por fraqueza geral. Estes problemas não eram causados por nenhum fator único, mas por múltiplos novos fatores, criados por esta revolução.

Onde anteriormente não existia poluição atmosférica, agora as fornalhas de carvão que alimentavam as turbinas da revolução criavam fumaça escura. Novas formas de estresse físico apareceram, à medida que as pessoas se submetiam a tarefas repetitivas por longos períodos de tempo – geralmente por diversas horas sem interrupção. E havia o estresse emocional. A palavra "tédio"

[*boredom,* em inglês] não existia na língua inglesa, antes dessa época. Novas palavras tiveram que ser inventadas para descrever novas experiências.

Com o tempo, a maioria dos problemas da Revolução Industrial foi resolvida. Estas soluções podem ser vistas em países desenvolvidos, apesar de muitas delas ainda precisarem ser estabelecidas nos países em desenvolvimento.

Agora, mais uma vez, estamos experienciando uma epidemia, à medida que a sociedade atravessa uma revolução. Igual à doença industrial, é um problema com muitos fatores, causas e resultados. Assim como foi com a doença industrial, vai levar alguns anos antes que seja amplamente compreendida. Assim como a doença industrial, ela está afetando milhões de vidas. E assim como foi com a doença industrial, é o resultado da poluição da mudança social. Só que desta vez a poluição não é física – ela é metafísica. Desta vez, a epidemia não é barulhenta e óbvia – ela é silenciosa. E desta vez, ela não está afetando primeiro nossos corpos, mas nossas mentes.

Este livro é um testemunho para todos aqueles que sofrem desta vasta e silenciosa epidemia. Que ele possa trazer-lhes esperança e paz, e a certeza de cura.

I

O Poder de uma Ideia

1 A NATUREZA DO SOFRIMENTO

A vida é cheia de sofrimento. Em diferentes momentos e diferentes idades, o sofrimento que a maioria vivencia pode mudar de forma, mas ele está sempre aí. As formas e os efeitos do sofrimento mudam, mas ele persiste. Você está sofrendo agora?

- Você acorda cansado – talvez até mais cansado do que quando foi dormir?
- Você sente falta de energia?
- Você sofre de dores físicas e dores que não têm uma causa física aparente?
- Você acha difícil manter uma sequência clara de pensamentos?
- Você está cronicamente deprimido ou irado?
- Você é afetado sem razão pelas emoções de outros?
- Você acha difícil lidar com multidões?
- Você sente o desejo de evitar pessoas ou a necessidade de escapar para o campo, a fim de se sentir são?
- Você se sente fraco e fragmentado, como se não tivesse força interior?
- Às vezes você tem dificuldade em sentir seu corpo, como se você estivesse "flutuando"?

Se você respondeu "sim" a cinco ou mais destas perguntas, então você provavelmente está sofrendo da epidemia silenciosa.

Muitas pessoas no mundo, neste exato momento, estão sofrendo. Se você é uma delas, você encontrou seu caminho para o lugar certo. Este livro vai colocá-lo em um caminho de cura e de força recém-encontrada.

Todo sofrimento oculta em suas surradas dobras as sementes de uma dádiva. Quando o sofrimento é explorado, alisado e liberado, a dádiva se revela. Este sempre tem sido o caminho da vida, do crescimento. E continuará a ser.

É necessário coragem, força e sabedoria para reconhecer que a vida é cheia de dor e sofrimento. Este é o outro lado da moeda da alegria, amor, crescimento e sabedoria. Os dois são inseparáveis. Contudo, sempre de novo, é necessário confrontar e curar um lado, para experienciar o outro. Para você se curar, ou curar outros, você precisa primeiro confrontar a verdadeira natureza de seu sofrimento – a verdadeira natureza da epidemia silenciosa.

Nesta epidemia, não se trata de uma doença física, mas de um estresse metafísico. Ela não é causada por falta de consciência. Eu vou repetir isto. *Ela não é causada por falta de consciência.* Pelo contrário, a doença que está se esgueirando nas mentes e nos corações de muitas pessoas corajosas é causada por um crescimento *descontrolado* da consciência e da percepção desperta.

À medida que a consciência se amplia, a percepção desperta inevitavelmente começa a se expandir. Depressa demais, quer você reconheça rapidamente a realidade do metafísico ou não, se a sua consciência está se ampliando, você chega a um ponto em que habilidades metafísicas ou psíquicas se desenvolvem.

Isto é algo grandioso e maravilhoso. Habilidade metafísica, tal como telepatia, pode ser um adicional maravilhoso para todas as suas demais habilidades. Quando sua mente se abre deste modo, você pode começar a compreender sua mente e a mente dos outros, como nunca antes. Mas isto também pode ativar sofrimento.

Habilidade metafísica consiste em mais do que apenas ser capaz de sentir quando seus amigos estão para lhe telefonar. É mais do que saber, sem que lhe seja dito, quando alguém próximo a você

está com problemas. A habilidade psíquica é mais do que captar a gentileza ou a violência que tenha ocorrido em um lugar geográfico específico. É mais, muito mais.

Imagine, por um momento, que você tenha a habilidade de captar os pensamentos de qualquer mente, em qualquer lugar – não apenas do outro lado da sala, ou do outro lado da rua, mas do outro lado do mundo. Talvez mesmo do outro lado da galáxia. Como isto afetaria seu pensar?

Imagine que você possa sentir não apenas as emoções, mas a experiência destilada de sete bilhões de almas. Como você se sentiria? Com todo o luto, alegria, medo, amor, raiva, perdão, dor e compaixão de todo coração humano dilacerando o seu, onde haveria espaço para suas próprias emoções? Como você poderia mesmo saber quais emoções são suas?

E se toda esta experiência de emoções destiladas fosse acompanhada pela dor física associada? Imagine que, em qualquer e todo momento, você pudesse sentir as punhaladas e os machucados de toda vítima de violência, e a dor lacerante daqueles que sofreram acidentes, e o trabalho de parto de todas as mulheres parindo, e a dor nas costas de todos os idosos, junto com cada pequena aflição e dor e arranhão e coceira afligindo cada pessoa em momentos da vida dela. Imagine.

Você estaria de fato sofrendo.

Exatamente como muitas pessoas estão sofrendo. Sem uma compreensão da dádiva que está criando seu sofrimento, muitas destas pessoas são erroneamente diagnosticadas como tendo doença mental, fadiga crônica ou depressão.

Se você tem habilidades metafísicas, mas é incapaz de controlá-las, você começará a sofrer da epidemia silenciosa. Se sua condição é rotulada pelas pessoas que não compreendem sua verdadeira natureza, elas vão chamá-la de alguma outra coisa.

Se você possui habilidades metafísicas, você pode estar recebendo os pensamentos de outros, acreditando que são seus próprios pensamentos. Isto é chamado de telepatia. Sua confusão resultante pode estar sendo vista como uma doença mental.

Empatia é a habilidade de experienciar as emoções de outros. Sem treinamento, você pode sentir que são as suas emoções. Isto pode deixar você errático ou deprimido.

Habilidades metafísicas envolvem o uso de energias poderosas. Se estas energias não são mantidas adequadamente equilibradas, o sistema nervoso pode "fundir-se". O estresse resultante pode deixar você fraco e exaurido, com todos os sintomas e sinais de fadiga crônica ou fibromialgia.

Com habilidades metafísicas instáveis, você estará sofrendo sem saber por quê. Rótulos atribuídos ao seu problema, tais como doença mental, depressão ou fadiga crônica serão de pouco auxílio, se a causa está em outro lugar. Apenas alguém com habilidades metafísicas estáveis pode dizer-lhe a razão de você estar sofrendo e o que fazer a respeito.

Um problema global

A habilidade psíquica, ou metafísica, está aumentando em todo o mundo. Isto é mais do que apenas uma sensação geral ou crença sustentada por muitas pessoas. Vamos revisar a evidência.

Certamente, o crescente interesse atual pelo espiritual apoia esta crença. À medida que as pessoas crescem metafisicamente, elas são naturalmente atraídas para tais questões. Mas isto é algo mais do que uma moda?

Se o movimento da consciência é uma moda, ele tem se mostrado surpreendentemente robusto. Questões espirituais têm feito, e desfeito, civilizações por milênios. O fato de que a importância

destas questões está mais uma vez em ascensão é mostrado pela quantia cada vez maior de dinheiro gasto nesta área, bem como o uso crescente de temas espirituais na propaganda. Independentemente do que você possa pensar dos executivos da propaganda, eles mantêm estatísticas exaustivas daquilo que motiva as pessoas.

Mas um interesse no espiritual não indica necessariamente a presença de habilidade psíquica. De fato, algumas seitas cristãs podem argumentar que os dois são mutuamente exclusivos. Assim, existe qualquer evidência mais forte para o aumento da habilidade psíquica?

Sim. Infelizmente ela é mais evidente no aumento da *instabilidade* psíquica. Sem treinamento apropriado, a maioria das pessoas que desenvolve habilidade psíquica é instável. Elas são incapazes de lidar com a massa de informação que estão recebendo sobre outras pessoas, ou controlar as energias que estão acessando. De fato, muitas destas pessoas nem acreditam que captam pensamentos ou sentimentos de outros. Elas acreditam que cada pensamento em sua mente é delas mesmas, e cada emoção ou dor que experienciam também é delas. Isto pode lhes causar grandes problemas.

Quanto mais informação uma pessoa recebe de outros, maior a chance de a pessoa ser avassalada pela informação. Quanto maior a habilidade da pessoa, maior sua responsabilidade.

A doença mental está aumentando em todo o mundo. O fenômeno foi extensamente documentado pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Isto costumava ser um problema apenas nos países desenvolvidos, onde o estilo de vida urbano estava bem estabelecido. Ultimamente, contudo, está se tornando mais comum em países em desenvolvimento, principalmente em áreas urbanas.

À medida que a população se concentra em determinadas áreas, o número de pensamentos, emoções e dores corporais

que uma pessoa sensível "recebe" de outros nesta área aumenta. À medida que mais e mais pessoas habitam uma região, aumenta o número de pessoas às quais uma pessoa sensível está "exposta". Isto tem a ver com a natureza da telepatia, da empatia e de outras habilidades metafísicas.

Essencialmente, pessoas sensíveis são telepaticamente mais abertas àquelas com as quais estão em contato energético. Discutiremos isto mais profundamente adiante. Quanto mais forte a energia de um indivíduo, ou quanto mais proximamente agrupadas as pessoas em seu redor, mais essa pessoa estará exposta metafisicamente.

Com certeza muito do aumento da doença mental em países desenvolvidos deve-se ao aumento do estresse que as pessoas estão experienciando. Além de todo o estresse normal da vida urbana, os habitantes de cidades abarrotadas carregam o fardo adicional de precisarem se ajustar a um novo estilo de vida, à medida que sua cultura se transforma. Habilidade metafísica não treinada está acrescentando enorme estresse a essas pessoas, muitas das quais vêm de culturas em que a habilidade metafísica sempre foi reconhecida.

À medida que você começa a compreender a verdadeira natureza das habilidades metafísicas, ou psíquicas, você começará a reconhecer muitos dos sinais do aumento destas habilidades.

A habilidade metafísica é uma consequência direta da natureza holográfica da realidade. O que exatamente é isto, e o que significa, será discutido em mais detalhes adiante. Mas você sabe o que é um holograma – é uma imagem tridimensional. Você pode ver imagens desse tipo em chaveiros, cartões postais e mesmo cartões de crédito. Se nossa realidade é holográfica, e parece que ela é, então isto significa que a percepção e a consciência são mais reais do que qualquer outra coisa.

Além do mais, significa que a percepção psíquica e o reconhecimento de padrões estão intimamente conectados. Isto porque a estrutura de um holograma é baseada em padrões, chamados fractais. É a apreensão e percepção destes padrões que permite à habilidade metafísica tornar-se confiável, acurada e consistente. Você vai aprender mais sobre padrões fractais adiante.

Quando você compreende a conexão direta entre padrões e percepção psíquica, dois fatos se tornam extremamente interessantes. Primeiro, certas tribos que são conhecidas por sua força na área metafísica, não ensinam a suas crianças a lógica sequencial da matemática moderna. Em vez disto, suas crianças aprendem a reconhecer padrões. É importante ser capaz de ler padrões de marcas no chão, quando você está rastreando algo. Alcançar um veado e jantar é importante para a sobrevivência, assim como também o é não cruzar com um lobo ou leão.

O segundo fato interessante é que, junto com o aumento global de habilidades psíquicas, o QI também está aumentando no mundo. A evidência deste aumento foi coletada por James Flynn da Universidade de Otago, em Dunedin, Nova Zelândia.

Este aumento foi chamado de Efeito Flynn e deixou perplexos os especialistas em inteligência, porque o aumento no QI está vindo principalmente de um aumento em apenas uma área – o reconhecimento de padrões. Em áreas como matemática ou aritmética, não existe ganho algum. Quando você compreende a ligação entre padrões e habilidade metafísica, a razão para a crescente pontuação do QI nesta área é óbvia. A raça humana está se tornando mais psíquica.

Ao entrarmos no novo milênio, mais e mais pessoas desenvolverão estas habilidades e, a não ser que lhes seja ensinado como lidar e estabilizá-las, elas vivenciarão todos os problemas causados por habilidades psíquicas instáveis, que imitam doença mental e fadiga crônica. A não ser que aqueles que são afetados

recebam treinamento apropriado, este problema só vai piorar. Que tenhamos chegado a este ponto era quase inevitável. O que fazemos com o problema presente vai determinar nosso futuro.

Acidente da história

Habilidades metafísicas e psíquicas não são novas. Desde que existem seres humanos, houve indivíduos sensíveis às emanações psíquicas ou energéticas de pessoas, animais e lugares. O que está criando a crise atual é uma combinação específica de cultura, história e densidade populacional. Nós já discutimos o efeito da densidade populacional em pessoas sensíveis e nossa cultura moderna apenas está contribuindo para a aflição delas.

Aqueles que tiveram a coragem e a visão de desenvolver suas habilidades metafísicas ainda precisam receber o respeito geral que merecem. O paradigma científico, ou ponto de vista vigente na sociedade, ainda não sustenta uma visão ampla o suficiente para acomodar o metafísico.

A ciência ainda tem que descobrir um modo de medir os efeitos metafísicos. Quando nossa tecnologia alcançar nossa consciência, os cientistas serão capazes de lidar com o metafísico do modo como gostariam. Até lá, a ciência continuará a rejeitar e negar as experiências daqueles com percepção metafísica. É questão de um paradigma colidindo com outro. Apesar de ambos serem igualmente válidos, eles são muito diferentes e nossa sociedade atual segue a liderança da ciência, do mesmo modo que anteriormente seguiu a condução do metafísico. Isto pode fazer com que pessoas, que passam por experiências não familiares ou incomuns, sintam-se alienadas ou rejeitadas. O estresse emocional causado por esta alienação pode criar conflito pessoal, confusão, rebaixamento da autoestima ou mesmo depressão.

E do mesmo modo como aqueles que vivem em países em desenvolvimento estão tendo que lidar com o estresse da mudança

de um modo de vida para outro, assim também estão aqueles que escolheram trabalhar com suas habilidades metafísicas. Eles estão sofrendo do trauma de um acidente na história.

Houve tempos em que aqueles com habilidades metafísicas eram valorizados, respeitados e admirados por suas comunidades. Seus serviços especiais eram muito procurados. Era uma honra conhecê-los e uma honra maior ajudá-los. Toda uma rede e estrutura de suporte eram construídas em torno deles. Às vezes era um sistema de suporte tribal e outras vezes era um templo, mas o suporte estava lá.

Para aqueles que trabalhavam no metafísico, o lado físico da vida era provido por outros – patrocinadores e assistentes que cuidavam para que os operantes metafísicos comessem e estivessem apropriadamente vestidos e abrigados; que suas funções físicas fossem mantidas e que não fossem perturbados enquanto realizavam trabalho importante. Naqueles tempos, as pessoas metafísicas não precisavam se equilibrar no lado físico da vida, porque a comunidade o fazia por elas. Agora tudo isto mudou.

Tal suporte comunitário não existe mais. Muitos de nossos templos e igrejas até rejeitam o metafísico e o sistema tribal existe apenas em raros bolsões. Os operantes metafísicos de hoje precisam aprender a lidar com o lado físico da vida. Eles precisam aprender a lidar com o físico tão habilmente quanto lidam com o metafísico. Mas como eles vão fazer isto, quando não são encorajados por suas habilidades?

O treinamento antigo, que ainda é seguido em essência, se não na forma, não ensinava equilíbrio físico-metafísico. Não havia necessidade de ensinar aos operantes metafísicos como lidar com o físico, enquanto viviam no metafísico. Tal treinamento agora é necessário. Sem ele, aqueles que trabalham metafisicamente sofrerão de problemas de saúde, relacionamento e financeiros.

O corpo mostrará os primeiros sinais deste estresse. Um corpo é físico e necessita manutenção física. Se não há alguém outro para fazê-lo e o operador falha em manter seu corpo, o que acontece com ele? O corpo vivencia estresse, o que leva à doença, que por sua vez cria questões sérias e duradouras de saúde. Isto é mais provável de acontecer àqueles que fazem o melhor para seguir alguns dos ensinamentos históricos.

Os ensinamentos antigos são baseados na ideia de que o físico precisa ser superado, para experienciar o espiritual. Nada pode estar mais distante da verdade. No Ocidente, onde estes ensinamentos incluem frases tais como "mortificar a carne" e "a luxúria da carne", o caminho para a espiritualidade e a percepção psíquica é percebido como requerendo domínio sobre o corpo. No Oriente, as pessoas são ensinadas sobre a "mente macaco" e que o físico é apenas uma ilusão. Assim, a mente também deve ser dominada pelo espírito. Mas a verdade é: *tudo é espírito*. Tudo é Deus.

Tudo que você vê, tudo que você pode imaginar, vem do seu espírito. É Deus manifesto. Isto é o que significa a afirmação de que Deus é onipresente. Tudo é feito de substância-Deus. Seu espírito é feito de substância-Deus. Sua mente é feita de substância-Deus. E assim também é seu corpo.

Você é substância-Deus. Evoluir espiritualmente não é apenas uma questão de evoluir seu espírito. Sua mente e corpo também precisam evoluir. E você precisa evoluir cada parte em equilíbrio – a mente, o coração e o corpo de Deus – ou você vai experimentar dificuldades.

Compreensão

Se você quiser evitar os problemas do crescimento desequilibrado, precisa compreender como funciona sua própria habilidade metafísica e porque você pode estar tendo os

problemas que você tem. Lembra das perguntas na página 12? Aqui você vai compreendê-las um pouco melhor.

Se você lida com sua energia de um modo desequilibrado, você deve ter respondido "sim" às três primeiras perguntas (Você acorda cansado – talvez até mais cansado do que quando foi dormir? Você sente uma falta de energia? Você sofre de dores físicas e dores que não têm uma causa física aparente?). Você é energia. Mais importante ainda, você é um *padrão* de energia. Os fótons individuais de que você é feito mudam de momento a momento. Quando seus fluxos de energia estão equilibrados, seu padrão está claro e inteiro e você permanece equilibrado. Quando seus fluxos de energia estão desequilibrados, seu padrão fica distorcido e você experiencia estresse e doença.

Pense num remoinho de água. Um remoinho é um vórtice físico de água espiralando. Quando o jato de água de um lado é equilibrado pelo jato do outro lado, o remoinho não fica oscilando. As moléculas de água que compõem o vórtice mudam de momento a momento, mas o padrão de existência do remoinho permanece imutável.

Mas o que acontece, se os jatos de água se desequilibram? O remoinho começa a perder seu centro, se movimenta e perde a forma, espirra de um lado para outro e pode mesmo colapsar e desaparecer completamente. Isto é o que está acontecendo com sua energia, se você respondeu "sim" às três primeiras perguntas. Sua energia necessita fluir de um modo mais equilibrado se você quer reduzir o estresse e o trauma que está experienciando atualmente.

Se você está assimilando os pensamentos e as emoções de outros, terá respondido "sim" às próximas cinco perguntas (Você acha difícil manter uma sequência clara de pensamento? Você está cronicamente deprimido ou irado? Você é afetado sem