



Automotivação através das cores

HAMYNTHAS MATHNATHA

Copyright © 2011 by Hamynthas Mathnatha

Direitos autorais reservados à
EDITORA PANORAMA LTDA.
Rua Romilda Bambini Piacentini, 49 - Jardim Bandeirantes
CEP 87 308-540
Campo Mourão – Paraná
Fones: 9828 7770 e 44 3525 6730

Printed in Brazil – Digitalizado no Brasil

CAPA
MILTON ROZEIRA

CIP – Brasil. Catalogado na fonte
Câmara Brasileira do Livro

ISBN 978-3262-60-2
M427
Mathnatha, Hamynthas
Automotivação Através das Cores – Hamynthas Mathnatha
Campo Mourão-PR-Brasil - Bookess

1. Ciências Ocultas
2. Tutorial 1 Título
CDO 0870-4
Páginas: 43

HAMYNTHAS MATHNATHA

AUTOMOTIVAÇÃO
ATRAVÉS DAS CORES

CAMPO MOURÃO - PARANÁ
2011

1ª EDIÇÃO

Prólogo

O objetivo de post é disponibilizar aos leitores o protótipo sobre o que foi baseado o romance O ÚLTIMO ELO. Desenvolvido pelo autor Hamynthas Mathnatha para proferir cursos sobre desenvolvimento pessoal, dá uma boa pista pela qual passou Pétala, a personagem principal do romance, e se desenvolver moralmente e intelectualmente para atingir o cosmo de fato e valor.

Nesse tutorial o leitor poderá descobrir que não é tão difícil a dedicação para alcançar o mais alto grau de evolução, porém a dedicação e persistência são necessárias.

O importante que a dedicação aqui descrita e oferecida ao interessado pode ser aplicado a qualquer fim; seja profissional, amoroso ou até mesmo religioso, pois se trata de uma automotivação para que o indivíduo alcance seus objetivos.

Como reforço, recomendo que o interessado leia o romance O ÚLTIMO ELO e se identifique com as personagens, pois é mais um fator de estímulo a prosseguir com os exercícios, mesmo sem um facilitador, diferente do que acontece com Pétala, que tem sempre um mestre para auxiliá-la em sua trajetória.

Muitos indivíduos consideram arriscados tais exercícios, e talvez, com certa razão, visto que se a dedicação não for executada com afinco e visando a melhora, a tendência é a falência, a desilusão e o fracasso.

Este memorial foi criado exatamente para que o indivíduo não fracasse. Outros, porém, iniciam a dedicação na certeza de que, pela primeira vez, obterá êxito em um projeto. Não é custoso dedicar entre dez e quinze minutos diários para sentir o doce gosto da vitória, e progredir como pessoa e manter contatos com seres de elevada grandeza.

AUTOMOTIVAÇÃO ATRAVÉS DAS CORES
VIDAS PASSADAS E DOMÍNIO PESSOAL

I - Aos principiantes

1. Buscar automotivação nem sempre é possível para a maioria dos indivíduos, os quais vivem numa época atribulada onde a velocidade dos fatos acontece sobremaneira, que os muitos não conseguem acompanhar.

2. O propósito é buscar a origem da estagnação através de um método moderno, cuja exigência é simplesmente o que de mais é necessário para que cada indivíduo tenha sucesso em qualquer coisa que se propor a fazer, que é, a automotivação.

3. A grande maioria das pessoas não sabe exatamente o quer, seja na carreira profissional, assim como simples questões pessoais; motivo pelo qual existe muita frustração profissional, e ainda a vida conjugal fracassada, por exemplo.

4. O objetivo de incluirmos a disciplina de auto motivação é dar às pessoas elementos peculiares e oportunidade de conhecerem a si mesmos, seguindo um método seguro e eficiente para alcançar objetivos.

5. Pela prática, sabemos a princípio que o aluno, por falta de motivação ou persistência, possa ter dúvidas sobre a eficiência do curso. Mas, auto motivado e persistindo na dedicação da qual se exige para alcançar o sucesso, saberão todos que estamos dizendo a verdade.

6. Todo aluno precisa despertar suas percepções, só assim pode melhorar o aprendizado. É preciso acelerar as motivações, pois ao entrar nos exercícios não pode cair em tédio, cujo resultado será frustração. É preciso aprender consigo mesmo, está é a questão. Um bom pesquisador pesqui-

sará até encontrar o que pretende, desde que sua pretensão seja possível, e evoluir é possível, basta dedicar-se.

7. Conquistar é vencer desafios. Para tal é preciso estar motivado. Este é mais um desafio, motive-se! Boa sorte nesta tarefa!

8. Eu acredito que amanhã você pode acordar e dizer: eu matei o Ego. No dia seguinte dirá então: nada mais é complexo. Mais tarde dirá a seu coração: sou livre, e isto é bom, pois não preciso mais das teologias, deixei de ser Cristã para ser Krístico, assim como é Cristo (Horshua); estou na imanência, e muitos mais, as coisas sábias, ideias excelentes, etc. Saiba: o homem do amanhã será intuitivo como os poucos já existentes sobre a Terra. Aquele que não possuir essa característica será comandado, estará marginalizado.

II - A Problemática

1. Em relação à problemática do método de automotivação através das cores, os fatores que incidem em fracasso não são apenas as questões sociais daqueles que pertencem às camadas inferiores da pirâmide, nem a responsabilidade cabe a cada um, nem mesmo a falta de interesse propriamente. É sim, um estado estático, ou falta de atitudes por parte daqueles que não conseguem progredir.

2. O cotidiano exige muito das pessoas. A luta pelo espaço está cada vez mais acirrada, e a competição diária para a sobrevivência tornou-se até desleal em certos casos. A complexidade das tarefas do dia a dia aumenta cada vez mais, e nem sempre temos fôlego para acompanhar tais atividades, pois cada vez mais, menos tempo temos para colocar-nos o par de tantas questões. Quantas vezes, no curso da existência nós nos deparamos com situações que não conseguimos superar? Talvez uma simples entrevista para um emprego nos deixa com os nervos a flor da pele, então falhamos; dizemos coisas que não devíamos, embora não sejam àquelas nossas características.

3. Se colocarmos o problema friamente, vemos que em todos os setores a que pertencemos sempre ditam aquilo e como devemos ser. Poucas vezes somos nós mesmos. Se, precisamos de um emprego devemos preencher os requisitos, se vamos estudar devemos aprender aquilo que querem que saibamos, e assim por diante.

4. Nosso método é simples, porém exige dedicação. Não é apenas indicado para jovens, mas para homens e mulheres de todas as idades, pois é um método que acelera a evolução, que será benéfica a qualquer atividade que

o indivíduo exercer. Ele vai mexer com nossa estrutura de pensamentos e sentimentos, de concentração, estimulando a persistência, a autoestima, e muitos outros predicados que estão latentes no ser humano. Isso irá desaguar numa imensidão de possibilidades.

5. É indicado, entretanto, a qualquer indivíduo que esteja em situação de desconforto existencial, melhor ainda para aquele que acha de sua vida é um mar de rosas; pois adquirir novos hábitos e abrindo novas fronteiras, as perspectivas propiciam novas alternativas para vencer na vida, alcançar o sucesso e realizar-se.

6. Diz o Mestre Haytchâna, que num futuro próximo, dentro dos departamentos da Mestria, a humanidade estará constituída de povos sem conhecimento e canhestros, os quais assistirão ao advento dos psy-kappas, psy-gammas e psy-thetas, moços e moças com conhecimentos incríveis, porém sem domínio dos próprios poderes. Requererão eles a liderança de seres com semelhante grandeza, mas munidos de sabedoria para conduzi-los. Este pode ser você.

7. Aquele que já conhece a metodologia, este é o momento para aperfeiçoar-se. Àquele que não a conhece, esta é a grande oportunidade para verificar que ela é de suma importância para a vida.

III - Etapas

1. É o curso propriamente dito. Nossa trajetória se constitui em diversas etapas, considerando que sem a anterior o aluno jamais conseguirá êxito na etapa futura. Por se tratar da conquista do Eu interior, o procedimento resulta na compreensão individual, capaz de transformação e mudanças na busca à felicidade.

2. Nesse curso o aluno irá descobrir, por conta própria, que é ele o responsável por sua vida, e que ninguém viverá ou resolverá os problemas para ele. Embora vivamos coletivamente, é individual nossa caminhada, e na visão geral, no dia a dia, cada indivíduo vê o outro como um adversário em potencial. Por isso, caminhamos sozinhos, e precisamos agir sem agir (filosofar), ir sem ir, e instituir nossa caminhada.

3. Para a organização deste curso mensurou-se que ele devesse ser concebido fora da visão da Psicologia. Embora assim, este é um método de terapia meditativa, estando mais para a Parapsicologia, mas sem se ocupar dos três ramos conhecidos: a Parapsicologia Livre, a Católica ou Espírita. O que adotamos é algo novo, que podemos denominar de Parapsicologia Univérsica: ou seja, a Parapsicologia do Além no Aquém, que é voltada para as grandes forças do Universo.

4. 24 Passos a serem seguidos;

01 - Visão do universo possível;

02 - Analisando fatos e acontecimentos ímpares;

03 - Técnicas para relaxamento e concentração;

04 - Anotando os sentimentos enquanto o relaxamento;

05 - Dominando as cores do arco-íris;

- 06 - Trajetória da primeira à última cor;
- 07 - Anotando pensamentos e ideias súbitos;
- 08 - Anotando os sonhos;
- 09 - A visão interior;
- 10 - Relembrando os fatos passados;
- 11 - Reconhecimento e anotação de fatos desagradáveis da vida;
- 12 - Reconhecimento e anotação de fatos agradáveis da vida.
- 13 - Auto regressão
- 14 - Libertação do medo
- 15 - Como tirar proveito ao conhecer técnicas de autoajuda
- 16 - Como comandar pessoas
- 17 - Como comandar e programar o sono
- 18 - Como comandar e programar os acontecimentos vindouros
- 19 - O mensurável e o imensurável
- 20 - O hologrâmico
- 21 - Viagem Astral
- 22 - Vidas Passadas
- 23 - O poder do subconsciente
- 24 - A vida fora da Matéria.

IV - Doze Badaladas

Nossa trajetória foi dividida em 12 etapas as quais representam as badaladas do sino interior, que irão determinar o momento certo de passar para a etapa seguinte. Durante o curso o aluno terá instruções de como realizar as tarefas para obter êxito. Mas é evidente que este é um processo de evolução e os resultados aparecerão com a dedicação do aluno por algum tempo.

I - Primeira Badalada:

A primeira badalada abrange a visão do universo possível e análise de acontecimentos ímpares. Visa estimular, pelo conhecimento, para que o aluno tenha a visão geral do Universo, e para que perceba o que de estranho ocorre em sua vida. Há pessoas que podemos considerar como azaradas: aquelas que já se determinaram que não deram certo ou que é uma fraude. Nada dele é próprio, ele procura seguir aos outros, mas na maioria das vezes não obtém sucesso.

II – Segunda Badalada:

A segunda badalada abrange técnicas para relaxamento e concentração, e anotando os sentimentos enquanto o relaxamento. Para a perfeita conclusão de tudo o que iniciamos, é preciso que estejamos concentrados no que estamos fazendo. Enquanto fazemos os exercícios, visando a concentração e relaxamento, devemos nos lembrar, para posterior anotação, os pensamentos e ideias que nos passam pela mente. Obs: nesse ínterim pode até passar algumas imagens, as quais também deverão ser anotadas.

III– Terceira Badalada:

A terceira badalada abrange dominando as cores do arco-íris e a trajetória da primeira à última cor. Esta etapa é a mais difícil, porém a mais importante. É do sucesso em dominar mentalmente as cores e passá-las mentalmente da primeira à última que vai depender o êxito na caminhada e encontrar a luz branca. Algumas pessoas conseguem esse domínio com rapidez, outras, meses e até anos para conseguir. Isso não quer dizer que não vá conseguir ou que seja motivo de desistência, pois a perseverança é uma das qualidades mais exigidas quando se quer conseguir algo. Se houver demora no domínio, isso quer dizer que a concentração e o relaxamento não estão sendo feitos ao contento ou você está devendo em evolução.

IV – Quarta Badalada:

A quarta badalada abrange anotando pensamentos e ideias súbitos, e anotando os sonhos. Após o aluno ter passado pelas primeiras etapas, ele já é capaz de exercer certo comando em sua vida, e desperto algumas faculdades que até então estavam latentes. Pensamentos e sonhos começam a ficar mais intensos e claros. Subitamente, aparecem ideias como se vindas do nada, coisas que jamais o indivíduo imaginou que fosse possível. Três novos tipos de sonhos começam aparecer. O sonho depurativo, o sonho regenerativo e o revelativo.

V – Quinta Badalada:

A quinta badalada abrange a Visão interior e relembando os fatos passados. Após o domínio das cores e o encontro com a luz branca, o aluno já pode começar a investigação de si mesmo. Após a luz branca, as lembranças aparecem de forma diferente das comuns, pois além do aluno lembrar-se de acontecimentos já perdidos em sua vida, juntamente com as lembranças aparecem imagens nítidas, com todos os detalhes, como se o episódio estivesse acontecendo naquele momento. Em estado meditativo, mas de relaxamento, o aluno pode obter a visão de si mesmo. Há

pessoas que apresentam domínio de si mesmo tão apurado que é capaz de lembrar-se de uma aula de há 30 anos e repetir as mesmas palavras que o professor proferiu naquela ocasião. Analise a utilidade disso!

VI – Sexta Badalada:

A sexta badalada abrange o reconhecimento e anotação de fatos agradáveis e desagradáveis da vida. Com o domínio da etapa anterior, o aluno deve reconhecer e anotar os fatos principais em sua vida, que culminaram como coisas que lhe deram felicidade ou que possam ter causado medo ou desconforto. Aqui estão os motivos das desavenças presentes. É aqui que exercícios especiais serão ministrados para que o aluno quebre os vínculos com os fatos desagradáveis e aprenda a tirar proveito de coisas agradáveis já ocorridas.

VII – Sétima Badalada:

A sétima badalada abrange auto regressão, e libertação do medo. Todos têm algum tipo de paranóia se não nos livrados dela propriamente. É sabido que o medo não é apenas defesa contra os males que possam ocorrer no cotidiano. Esse medo do qual falamos é aquele que está sempre presente quando mais precisamos ter coragem. É nesse momento que não somos aceitos pelo grupo, ou no emprego ou ainda reprovamos numa prova considerada fácil. É o branco total, é a mão suada, o calor no rosto, o rubor, a boca amarga, a tremedeira, etc., e o pânico. Em alguns desses momentos, estamos tão fora do contexto que desistimos. Achamos uma desculpa qualquer e abandonamos a caminhada. O indivíduo sente-se como um Santo em Igreja Evangélica. Acha que ninguém acredita nele e que não tem nenhuma serventia. Isso impede qualquer iniciativa, e o jeito é mesmo ir embora.

VIII – Oitava Badalada:

A oitava badalada abrange como tirar proveito ao conhecer técnicas de autoajuda, e como comandar pessoas. É evidente que aquele que consegue

dominar-se, que sabe que é autossuficiente e tem segurança, esse indivíduo está credenciado em dominar a grande massa, pois nele flui o poder de liderança.

IX – Nona Badalada:

A nona badalada abrange como comandar e programar o sono, e como comandar e programar os acontecimentos vindouros. O sono, além de necessário é possível ser programado por quem tem domínio sobre si mesmo. Nossa mente possui um relógio que pode perfeitamente ser adaptado às necessidades do dia a dia. É possível programar o momento de acordar ou de dormir, o que quer sonhar ou reparar alguns desconfortos orgânicos. Na vida podemos canalizar tudo. Ao invés de perder o precioso tempo canalizando certas coisas difíceis durante a vigília, faça-o durante o sono, e com a vantagem de se conseguir os resultados em menor tempo.

X – Décima Badalada:

A décima primeira badalada abrange o mensurável, o imensurável, e o holográfico. É importante que o aluno saiba, que embora nessa etapa já esteja apropriado de grande poder, que nem tudo é possível em nosso universo. Não se deve ir além do conhecido, pois estamos num mundo holográfico, numa dimensão perigosa. Por isso, mesmo sabendo que é possível, não tente o imensurável.

XI – Décima Primeira Badalada:

A décima primeira badalada abrange viagem astral e vidas passadas. Por uma questão de crença ou formação religiosa efetiva as pessoas não creem que viagem astral e recordação das vidas passadas podem ser possíveis. O nosso curso visa exatamente esse desfecho. É o domínio total do corpo material e astral. Aquele que conseguir vencer todas as etapas terá potencial para realizar qualquer tarefa se assim desejar. Se não tiver a perseverança necessária para ir até o final, fica um imenso aprendizado, o qual irá auxiliar em muitas oportunidades, quando dele for preciso fazer uso.

XII – Décima segunda Badalada:

A décima segunda badalada abrange o poder do subconsciente e a vida fora da matéria. Nós somos de natureza criativa e reparadora. Isto traduz o processo evolutivo pelo qual passa a humanidade, produzindo cada vez mais as condições para que tenhamos a vida melhor.

CAPÍTULO 2

AUTO MOTIVAÇÃO E CONTROLE, ATRAVÉS DAS CORES DO ARCO-ÍRIS.

Prólogo

Este curso é dirigido àqueles que estiverem empenhados na pesquisa profunda e sua aplicação, profissionais liberais e os educadores, empresários que precisam dirigir e orientar empregados, os que tiverem relações interpessoais ou públicas, pais que enfrentam problemas de criar uma família sadia, homens e mulheres de todas as posições sociais, religiosos e místicos que pretendem vencer através do controle das forças interiores. O objetivo maior é proporcionar uma varredura na atividade mental e emocional demonstrando ao aluno os meios para estabelecer auto controle e motivação, e o desejo de ser notado pela eficiência no desempenho de qualquer função.

Ouvimos sempre dizer sobre o quanto o homem é pequeno em relação ao Universo. Aqui nos propomos a cuidar do ser humano em sua imensa grandeza. Muitos indivíduos são invejados pela grande sabedoria, mas os invejosos imaginam que este já nasceu assim, sabendo de tudo, cuja personalidade já veio ao mundo, moldada, e conhecendo profundamente diversos assuntos. Isto não é de tudo mentira. Há razão para o pensamento assim. Se, somos frutos de uma energia imensuravelmente sabia, é efeito que tenhamos sabedoria similar; senão, toda literatura sobre hereditariedade precisaria ser posta ao lixo e a palavra Deus riscada do dicionário.

Nós construímos nosso destino. Somos os arquitetos da estrada que nos leva adiante. Tudo o que somos é o resultado de nossas experiências em cada momento da vida, presente ou pretérita, não importa. As situações em que nós nos encontramos nesse ou naquele momento é o reflexo do que fizemos ou deixamos de fazer anteriormente, pois a vida na Terra é uma trajetória. Pobreza ou riqueza, sucesso ou fracasso, saúde ou enfermidade, posição social ou marginalização, vencer ou perder, tudo é resultado das ações ou propósitos determinados como marcas da estrada que nós mesmos construímos. Partimos do pressuposto de que no Universo tudo é possível. Se não é agora, será amanhã.

Baseado, na última assertiva, demonstramos que todos irão conseguir caminhar até o final do curso e vencer todas as etapas, porque é algo possível de ser realizado.

I - Primeira badalada

Entramos no curso propriamente dito. A partir de agora vamos fazer soar a primeira badalada do sino do mundo. Vamos olhar ao redor e promover a visão do universo possível e analisar os acontecimentos ímpares.

1. Vamos procurar a posição mais confortável possível dentro de nosso ambiente. Verifique bem o ambiente e cada um deve escolher e ancorar-se no lugar onde sente maior prazer, perto ou longe de pessoas afins ou aversivas. Para tal já estão iniciando o exercício, pois é preciso pesquisar o universo imediato, aquele que sua visão alcança. Quantas vezes você pesquisou o universo imediato com algum propósito? Talvez quando procurava por uma pessoa em meio à multidão. Correto? Até localizar a pessoa que você procurava, quantas outras pessoas você viu? É possível que não se lembre das feições de nenhuma delas. Errado! Você é capaz de lembrar exatamente o que e quem viu naquela ocasião.

2. Olhe ao seu redor. Observe os colegas e o ambiente com atenção. Procure não emitir nenhum som ao executar este exercício, pois assim estaria distraindo a atenção dos participantes. Esteja tranquilo. Observe se há alguma situação, detalhe ou ação presente que você considera ímpar. Se encontrar memorize ou anote.

3. Você que viu e sentiu o universo possível, agora feche os olhos calmamente, para proceder à análise dos acontecimentos. Espere alguns segundos e comece a piscar com vagar, moderado. Não deixe os olhos piscar sem que você queira. Execute este procedimento por muitas vezes, até ficar com as pálpebras cansadas. Estando calmamente e com os olhos sonolentos, procure visualizar mentalmente tudo o que viu em seu universo

possível, recordando as feições dos colegas, características do ambiente e tudo mais. Tente formular imagens mentais como se estivesse vendo a um filme e tire suas próprias conclusões. Cada um saberá se realizou o exercício completamente ou não. Se não conseguiu, reinicie.

4. É preciso que você avalie suas emoções. É praxe a pessoa sentir-se ridícula fazendo isto. É uma emoção natural. Se nada sentiu não se penalize, não se considere um azarão e que de nada é capaz. Persevere, pois todos são capazes de realizar qualquer tarefa e ponto final.

5. Este exercício deve ser realizado ao menos três vezes ao dia, em ambientes diferentes, para que você o domine com facilidade. Ele servirá em seu futuro, quando precisar memorizar várias coisas ao mesmo tempo, e terá uma visão geral do ambiente, mas com todos os seus detalhes. A isto (chamamos de atenção) é o verdadeiro aprendizado, pois o aprendizado é exatamente o ato de lembrar os conhecimentos adquiridos anteriormente.

6. Não se esqueça de que tudo o que você já vivenciou; tanto no presente, como no pretérito, está gravado em sua mente. Haverá exercícios especiais para recordar os acontecimentos pretéritos, inclusive os das vidas passadas. O exercício que acabou de realizar é um dispositivo infalível para recordar deste momento em particular, quando você bem o desejar.

7. Muitas vezes a timidez nos obriga a nos encolher dentre de nossa casca indouta, e assim nunca evoluímos. Um exercício simples pode dirimir a timidez, e serve também para que tenhamos créditos em constatar com seres extraterrestres.

EXERCÍCIO: saia de casa exatamente para esse fim. Procure falar com estranhos, e principalmente aquelas pessoas que você julga superior a você. Não tenha medo em aborda-las, pois o máximo que pode acontecer e não quererem falar com você. Se isto acontecer não fique mais deprimido, pois você deve estar preparado para sofrer desafetos. Quando não tiver mais receio de falar com estranhos ou pessoas importantes, escolha um local longe da cidade, preferivelmente sobre uma colina. Fique ali por

uma ou duas horas, todos os dias, com os pensamentos voltados a seres de alta grandeza. Certamente um dia, alguém do universo exterior entrará em contato com você. Não se esqueça! Nenhum ser evoluído irá aparecer àquele que tem medo, receio, ou é Cético.

II – Segunda Badalada

1. Técnicas para relaxamento e concentração, e anotando os sentimentos enquanto o relaxamento. Para a perfeita conclusão de tudo o que iniciamos, é preciso que estejamos concentrados no que estamos fazendo. Enquanto fazemos os exercícios, visando a concentração e relaxamento, devemos nos lembrar, para posterior anotação dos pensamentos e ideias que nos passam pela mente.

2. Obs: nesse ínterim pode até passar algumas imagens, as quais também deverão ser anotadas.

3. Não existe uma receita como a de bolo para a promoção do relaxamento. Cada indivíduo responde de uma maneira aos estímulos para permanecer concentrado numa determinada coisa. Põe-se assim dividido ao fato de que para conseguirmos um bom relaxamento é necessário que tenhamos um ótimo poder de concentração.

4. O relaxamento é indicado para diversos fins e para diversas situações. Uma delas o ajudará a conseguir os resultados pretendidos neste curso. É em estado de relaxamento profundo que você irá descobrir maravilhas em sua vida. É ela que possibilitará o aparecimento de fenômenos impressionantes.

5. Preferencialmente, deitado ou sentado sobre uma base macia e confortável, você deve iniciar com exercícios respiratórios, da seguinte maneira: 1 - esvazie bem os pulmões; 2 – aspire longamente o ar pelas narinas; 3 – expire longamente o ar pela boca. Faça isso ao menos por três vezes.

6. Após ter executado o primeiro exercício respiratório inicie o segundo.

Ele consiste em aspirar o ar pelas narinas, leva-lo até os pulmões, segurar o ar nos pulmões por um curto intervalo, depois expire todo ar de uma só vez, como um assopro. Faça esse procedimento cerca de 10 vezes. OBS: este exercício é recomendado na terapia para asma e bronquite.

7. Após ter executado os exercícios respiratórios, e oxigenado bem o corpo e o cérebro, inicie o relaxamento propriamente dito. Inicie perfazendo a trajetória das cores do arco-íris, pensando nas cores do vermelho ao violeta. Então, faça a volta até a cor vermelha, desfazendo desta forma o contato com o arco-íris, podendo então iniciar o exercício.

8. Comece acreditando que você é capaz de vencer todos os seus propósitos. Procure ouvir apenas a música que você escolheu para acompanhá-lo nesta tarefa. Esqueça o mundo exterior, não dê os ouvidos a ruídos, ao quente ou frio, aos problemas que o afligem; enfim, interiorize ao máximo e esvazie os pensamentos.

9. Neste momento você deve estar bem acomodado. Sinta-se como se nada pudesse atrapalhá-lo nesta maratona. Converse mentalmente com seus órgãos principais. Comande ao seu coração para propiciar-lhe irrigação perfeita do sangue por todo seu corpo e cérebro. Comande seus pulmões para executar suas funções com normalidade; enfim, comande todos os seus órgãos para o funcionamento máximo, e comande ao seu cérebro reagir em sua defesa se algo estranho vier acontecer.

10. Feito estes comando você estará pronto para iniciar o relaxamento total. Solte todos os músculos e nervos. Comece comandando seus pés, depois as pernas. Respire compassadamente. Comande músculos e nervos da coxa e quadris para que relaxem. Relaxe o tórax e abdome. Relaxe as mãos, depois o antebraço e o braço. Deixe agora seus lábios entreabertos. Relaxe os músculos faciais, depois o pescoço. Este processo deve demorar cerca de cinco minutos. Não se esqueça da respiração.

11. Você está em plena consciência, embora com a ciclagem cerebral um pouco abaixo do normal, mas que não chega atingir o estado alpha. Agora o momento é o de comandar os reparos à saúde que você precisa ou dese-

ja que melhore. Você pode, mentalmente, dizer assim: comando ao meu subconsciente intensificar a vigília sobre meu corpo biológico em todos os momentos de minha vida, melhorando minha imunidade contra qualquer invasor nocivo a minha saúde, e criar as substâncias necessárias para reorganizar prontamente meu corpo biológico quando este for danificado por menor que seja o dano (uma picada de mosquito, por exemplo, ou uma fratura se for o caso).

OBS: se você for portador de alguma enfermidade este é o momento de comandar a cura, dizendo mentalmente: peço aos meus centros psíquicos que criem condições favoráveis para a perfeita reorganização biológica de meu corpo e cérebro. Sinto os raios curativos invadindo minha psique e sendo distribuído por todo meu corpo, curando-me. Curando o coração, o pulmão, o estômago, os intestinos, o fígado, o pâncreas, os rins e bexiga, minhas glândulas, nervos e músculos, a pele, olho, ouvido, nariz e garganta; enfim, todos os órgãos de meu precioso corpo. Sinto-me curado. (Re-pita este comando por várias vezes, e não se esquecendo da respiração). Will's Mak'Gregor.

12. Você pode dar sugestões a si mesmo sobre diversas coisas enquanto estiver em relaxamento profundo. Por exemplo: se você é tomado de timidez em ocasiões especiais, este é o momento de programar-se. Programe-se em todos os aspectos possíveis e desejáveis, necessários para viver bem em sociedade, no trabalho, família, etc.

13. Durante todo o processo procure estabelecer os pontos mais importantes, os sentimentos, emoções e qualquer sensação desse gênero. É importante fazer as anotações para que você tenha elementos para comparação nas sessões seguintes.

14. Agora chegou o momento de você sair do relaxamento. Partindo da cabeça, vá lentamente se movendo. Mexa a cabeça, os braços, sinta o tórax e abdome, os quadris, pernas e os pés. Na maioria das vezes você estará se sentido muito bem; mais leve, menos estressado, seus pensamentos estarão mais límpidos e uma sensação de que você pode fazer tudo que dese-

jar. Levante-se lentamente, beba água, respire longamente por três vezes e volte aos seus afazeres.

NOTA: recomendamos este exercício pela manhã, depois do jejum, e antes de dormir. Nesse caso você pode continuar deitado, que terá uma noite de sono muito mais tranquila.

III– Terceira Badalada

1. Estamos na terceira etapa de nosso curso. Vamos aprender e dominando as cores do Arco-íris, e a trajetória da primeira a última cor. Esta é uma das etapas mais importantes, pois é sobre as cores do arco-íris com que iremos trabalhar o tempo inteiro.

2. O arco-íris é um fenômeno atmosférico luminoso, que tem a configuração de um arco, apresentando as sete cores do espectro solar: vermelho, laranja, amarelo, verde, azul, anil (índigo) e violeta. Os seres vivos e até mesmo os elementos da natureza recebem as radiações solares para permanecerem em seus cursos. Nem todas as pessoas são dotadas de capacidade de absorver todas as cores dos raios solares, e com isso ficam debilitadas, ou apresentam desconfortos desta ou daquela natureza. Na visão da aura é possível detectar a falta de uma ou mais cores. A falta de uma cor pode desencadear sérios problemas na vida do indivíduo, levando-o a sucumbência. É importante saber que a deflagração da corrente de energia estabelecida na fusão corpo biológico e astral, gera luminosidade capaz de ser vista por olhos treinados para este fim. A visão da aura nada mais é que a visão dessa corrente de energia. Quando mais evoluído moral e intelectualmente for o indivíduo, mais luminescente será.

3. Caminhamos agora ao nosso segundo exercício. Ele consiste em memorizar as cores do arco-íris para que as tenhamos visualmente quando delas precisarmos. Como da primeira vez, escolha um lugar de sua preferência e põe-se posição de relaxamento (assim como já aprendeu). Você pode promover o exercício em qualquer lugar, a beira de um lago, na colina, no quintal; mas de preferência quando se recolher para dormir. A música New Age (Nova Era) ajuda e facilita a concentração. Antes de ini-

ciar, visualize por cerca de cinco minutos a cor vermelha (a primeira que deverá ser memorizada), logo após feche os olhos, faça os movimentos de preparação (abrindo e fechando os olhos), e quando os mesmos estiverem sonolentos, feche-os e tente visualizar mentalmente a cor vermelha. Lembre-se, apenas o vermelho. Só passe a cor seguinte quando tiver o rápido e o perfeito domínio desta cor. OBS: você só teve êxito se tudo estiver vermelho. É como se estivesse olhando para um céu totalmente vermelho. Assim será com as outras cores.

4. Após ter dominado mentalmente a cor vermelha, obtendo-a visivelmente na mente quando bem desejar, pelo mesmo processo passe para a cor seguinte. Porém, quando desejar visualizar a cor laranja (segunda cor), deverá iniciar com a vermelha, transformando-a na cor laranja.

5. Após dominar as cores, vermelha e laranja, passe para a seguinte até dominar todas as cores do arco-íris. Mas lembre-se: mesmo que estiver exercitando a cor violeta (a última cor), deve sempre iniciar pela primeira (a cor vermelha), passando visualmente por todas até chegar naquela que estiver exercitando. Com o passar do tempo, a transformação de uma cor em outra durará poucos segundos.

6. As cores têm sua força cósmica. No vermelho temos a energia física; no alaranjado temos o otimismo; no amarelo a força do intelecto; no verde a força da vida; no azul a tranquilidade; no anil o caráter do amor; no violeta a pureza do caráter.

7. A mesma força, ou seja, a energia das cores existe no ser humano e é conhecida como aura. A cor da aura pode variar de pessoa para pessoa, de acordo com o estado psíquico do momento. Baseado nisto o terapeuta escolhe o melhor método para equilibrar seus pacientes.

8. Após ter dominado todas as cores o momento será de intensa satisfação, e com isso você terá domínio sobre outras coisas que não saberá ainda. Mas não pare, porque o treinamento não terminou ainda. Tudo isso tem um objetivo maior. Durante o dia, quantas vezes sentir prazer em executar a sequência das cores você deverá dedicar-se, pois haverá um

momento único em sua vida, aquele momento tão esperado por todos que exercem esta prática, que é o aparecimento da cor branca.

9. Após o aparecimento da cor branca a dedicação deve continuar. É após a cor branca o aparecimento da luz branca. A luz branca lhe dará tamanho conforto que você não irá desejar sair desse estado, mas deixe que sua consciência haja por conta própria.

10. Não vamos dizer o que acontece depois, porque seria o mesmo que contar o final de um filme que você estiver assistindo. Será maravilhoso.

IV – Quarta Badalada

1. Anotando pensamentos e ideias súbitos, e anotando os sonhos. Algumas pessoas têm por hábito manter um diário onde anotam episódios ocorridos no dia a dia. Isto já levou a polícia e pesquisadores a desvendar grandes mistérios.

2. Quantas vezes você teve ideias espetaculares, e nunca mais se lembrou do que era? Muitos compositores reclamam que têm grandes ideias para compor músicas enquanto estão no banho? É um momento que é quase impossível promover a anotação desses pensamentos. Mas aquele que deseja sucesso na vida deve estar sempre organizado para eventuais emergências. Leve consigo um pequeno caderno de anotações e lápis. Quando subitamente surgir uma boa ideia, anote. Depois passe a limpo em seu diário especialmente preparado para esse fim.

3. Alguns estudiosos acreditam que os sonhos de uma pessoa adormecida são motivados pelo subconsciente em resposta a estímulos sensoriais. Suponho que podemos acrescentar a estes estímulos de intenções deliberadas do consciente. Por muitas vezes acontece que os sonhos trazem soluções incompletas sobre aquilo que o pesquisador busca. Acontece assim porque se quer sonhar com coisas relacionadas com outras pessoas, e desta forma aparecem nomes, locais, símbolos e ambientes não familiares.

4. O mesmo você deve fazer com seus sonhos. Se, você se propor a conhecer toda a literatura sobre o assunto irá perceber que muito do que se tem hoje e nos dá conforto foi revelado através de sonhos aos seus inventores. — Sabemos que os sonhos são importantes, porém e preciso lembrá-los.

Mantenha ao lado de sua cabeceira, lápis e papel para a devida anotação de seus sonhos. Mas ao deitar é preciso se organizar para sonhar. Aproveite o relaxamento e programe-se.

5. Diga mais ou menos assim: Hoje terei um sono tranquilo. Todas as funções de meu organismo estarão perfeitas e meus sonhos serão reparadores e regeneradores, eliminando os traumas, infortúnios, medo, sensações indesejáveis que às vezes me toma de surpresa. Além disso, comando-me para ver claramente as imagens e para que eu me lembre em detalhes de tudo que sonhar. Estarei apto a usar esse conhecimento em benefício de minha existência. Repita isto de sete a nove vezes e durma. Ao acordar, anote com detalhes tudo o que sonhou, será este mais um elemento para comparação futura e você irá descobrir que seus sonhos passarão a exercer grande ajuda em sua vida.

NOTA: O doutor Will's MaK'Gregor recomenda que coloquemos um copo com água junto à nossa cama. Se você tiver um sonho bom, ao acordar, adoce a água e coloque-a numa planta; se o sonho for ruim, coloque sal e jogue a água pelo ralo.

OBS: Alguns sonhos se repetem por várias vezes. Se isto acontecer com você procure logo um mestre nesse assunto, porque esse tem tudo para ser alguma revelação importante. Mas não se preocupe, logo estará apto a desvendar esses mistérios.

6. Sugerimos as anotações porque aquele que inicia a caminhada em busca de se tornar autossuficiente e ter sucesso em tudo o que quiser fazer, exercitando-se para isso, precisa exercer esse desiderato de forma quase científica. É preciso que haja elementos de comparação no futuro.

V- Quinta Badalada:

1. Visão interior, e relembando os fatos passados. Acima da entrada do Templo de Apolo em Delfos, estava escrita a seguinte injunção: “Conhece-te a ti mesmo”. Os antigos sacerdotes de Apolo descreviam neste preceito o processo ou lei pelo qual se logra todo o sucesso e através do qual colhe o indivíduo felicidade e satisfação. Após o domínio das cores e o encontro com a luz branca, o aluno já pode começar a investigação de si mesmo. Após a luz branca, as lembranças aparecem de forma diferente das comuns, pois além do aluno lembrar-se de acontecimentos já perdidos em sua vida, juntamente com as lembranças aparecem imagens nítidas, com todos os detalhes, como se o episódio estivesse acontecendo naquele momento. Em estado meditativo, mas de relaxamento, o aluno pode obter a visão de si mesmo. Há pessoas que apresentam domínio de si mesmo tão apurado que é capaz de lembrar-se de uma aula de há 30 anos e repetir as mesmas palavras que o professor proferiu naquela ocasião. Analise a utilidade disso!

2. Podemos aqui comparar a visão interior com o que o catolicismo instrui para seus seguidores a respeito do exame de consciência. Mas em nosso estudo isto não é nada mais do que instituir uma visão do que realmente somos. Às vezes recebemos sérias críticas por nosso modo de agir e geralmente nos magoamos com isso. O assunto é sério. Para realizarmos esta tarefa é preciso que nós nos interiorizemos ao máximo, deixando as fantasias de lado, a opinião dos outros sobre nossa personalidade, e buscar uma maneira divertida de liberar nossas recordações.

3. Você pode estar pensando sobre a tradicional frase: “Não adianta chorar

o leite derramado”. Ou ainda se indagar: por que desejo relembrar fatos pausados, sendo que muitos deles só me causaram aborrecimentos? É por isso que sugerimos buscar um modo divertido de fazer isso. Com senso de humor você estará enfrentando mais facilmente à realidade e liberando eventos importantes que de outro modo poderiam permanecer ocultos.

4. Para alcançar este objetivo é necessário que você comece se lembrando de alguma cena bem humorada que vivenciou; uma gafe qualquer que tenha acontecido com você, ou então uma simples piada que ouviu algum dia. Pensando assim, você estará liberando energias adequadas, deixando-o em estado de alegria. Assim estará pronto para iniciar o exercício, que levará a interiorização necessária para recordar fatos pretéritos que podem estar ocupando sua mente, impedindo-o de avançar ao sucesso.

Exercício: utilize-se da técnica de relaxamento que aprendeu anteriormente, embora desta vez, mantenha as funções cerebrais em níveis bem mais baixos. Assim você estará em estado que chamamos de alpha. Estando em alpha você terá pensamentos sossegados, e terá possibilidade de expressar pensamentos alegres sobre a vida mesmo que os fatos correspondentes tenham lhe causado desconforto, pois está relaxado e satisfeito, e fora de qualquer tensão, em auto hipnose. Em outras palavras, está se sentindo muito bem. Estando assim, comece a estimular ou fazer sugestões para se lembrar sobre os fatos antigos ou recentes que permitam que faça um exame completo de sua vida. Olhe para bem dentro de sua alma, veja-a por completo. Comece a interpretar a imaginação, entre em devaneio e tente estabelecer um roteiro como se fosse o filme de sua vida. Talvez o roteiro não tenha a sequência em que os fatos aconteceram, mas isso não tem importância, pois certamente os fatos serão apresentados em ordem de importância, não pela ordem cronológica. Repita este exercício por vários dias, anotando tudo em seu diário o que vier a consciência.

Algumas pessoas são pobres de imaginação. Isto ocorre porque a imaginação está situada no lado esquerdo do cérebro, e a maioria dos indivíduos não tem esse lado desenvolvido. Pessoas voltadas às artes em geral têm o desenvolvimento esquerdo muito mais afinado que as outras pessoas. Para obter sucesso nesta caminhada a imaginação é aliada indispensável.

Por isso, é preciso desenvolvê-la. Um exercício simples põe fim nesta dificuldade. A consecução autodirigida possibilita esse desenvolvimento e a intuição. Estando o aluno em frente ao espelho, ficar por cerca de cinco minutos, três vezes ao dia, olhando diretamente com o olho direito dentro do olho esquerdo e vice-versa, ou seja, cruzando os dois hemisférios do cérebro. Em poucos dias o estado imaginativo aparece e algumas pessoas tornam-se tão imaginativas que passam a realizar maravilhas artísticas.

VI – Sexta Badalada:

1. Reconhecimento e anotação de fatos agradáveis e desagradáveis da vida. Com o domínio da etapa anterior, e fazendo uso do diário, o aluno deve reconhecer e anotar os fatos principais em sua vida, que culminaram como coisas que lhe deu felicidade ou que possam ter causado medo ou desconforto. Aqui estão os motivos das desavenças ou sucessos presentes. É aqui que exercícios especiais serão ministrados para que o aluno quebre os vínculos com os fatos desagradáveis e aprenda a tirar proveito de coisas agradáveis já ocorridas.

2. Esta etapa é a sequência da anterior. Pelo mesmo processo você irá estimular-se a encontrar os fatos agradáveis e desagradáveis ocorridos em sua vida, para assim, promover o equilíbrio no momento presente.

3. Após ter feito as anotações sobre os fatos agradáveis e desagradáveis, escolha os mais importantes e separe-os em dois grupos: agradáveis e desagradáveis.

Fatos agradáveis

Consegui um aumento de salário

Passei no vestibular

Salvei uma criança de ser atropelada

Uma festa surpresa em meu aniversário

Ganhei no jogo do bicho

Ganhei as eleições, etc.

Fatos desagradáveis:

Perdi meu emprego

Reprovei no na prova final de meu curso
Quebrei a perna
Foi expulso do jogo sem ter culpa
Fui assaltado
Fiquei preso no elevador, etc.

4. Aparecerão fatos que você poderá imaginar que são de pouca importância, mas deverá levar tudo em consideração. É bom observar que os fatos ocorridos na infância têm maior peso na formação de nossa personalidade, causando traumas ou estimulando para o sucesso na vida. Aqueles que serviram como estímulos já fazem o papel no presente, assim como os que causaram traumas, só que de modo inverso: oprime.

5. Talvez, por ficar preso no elevador você tenha pavor de entrar outra vez num ambiente fechado. Isto acontece com a maioria das pessoas, causando-lhes claustrofobia. O medo, o nojo, a falta de iniciativa, a preguiça, a inveja, a raiva, e tudo que for capital, obviamente têm origem por uma frustração passada. Estes sentimentos precisam ser expurgados, pois refletem negativamente na vida presente.

6. Encontrando os fatos desagradáveis, após uma série de sessões meditativas para esse fim, o momento é de expurgá-los de sua vida. Entre em alpha e, mentalmente, dê sugestões a si mesmo, retirando-os, apagando-os.

7. Outras vezes, o indivíduo se considera um verdadeiro azarão, pois tudo que tenta empreender não dá resultado. Você pode corrigir isto também, pois este é um fato desagradável, que, aliás, compromete seriamente o sucesso. Finalizando, você pode programar-se, estando em alpha, para realizar qualquer tarefa em sua vida. Contudo, pode desprogramar e até inverter registros que o fazem sucumbir.

VII – Sétima Badalada:

1. Auto regressão, e libertação do medo. Todos têm algum tipo de paranóia se não nos livrados dela propriamente. É sabido que o medo não é apenas defesa contra os males que possam ocorrer no cotidiano. Esse medo do qual falamos é aquele que está sempre presente quando mais precisamos ter coragem. É nesse momento que não somos aceitos pelo grupo, ou no emprego ou ainda reprovamos numa prova considerada fácil. É o branco total, é a mão suada, o calor no rosto, o rubor, a boca amarga, a treme-deira, etc. Em alguns desses momentos, estamos tão fora do contexto que desistimos. Achamos uma desculpa qualquer e abandonamos a caminhada. O indivíduo sente-se como um Santo em Igreja Evangélica. Acha que ninguém acredita nele e que não tem nenhuma serventia. Isso impede qualquer iniciativa, e o jeito é mesmo ir embora.

2. O nosso principal interesse é construir fundamentos para localizar, investigar e harmonizar os indivíduos que são martirizados pela síndrome do medo. Para tal é preciso algum esclarecimento e salientar que o medo não é o antímota à coragem neste caso; mas sim, palavras com variáveis por excelência. Aqui, a palavra “medo” está relacionada à falta do conhecimento. A Psicologia, e a Psiquiatria podem atenuar o desconforto em pacientes meramente tomados por paranoias, cuja causa se instala por um fato que causou grande desconforto ao paciente numa determinada ocasião da vida. No momento em que for quebrado o elo que liga as situações atuais que causam lembrança de tal desconforto, o indivíduo torna-se susceptível a apresentar sintomas desagradáveis, constituindo o momento de pavor. Esta modalidade de medo é tratada com sucesso nos divãs. Mas, existem indivíduos que, fora deste conceito, apresentam quadros que extrapolam a toda e qualquer conceituação a este respeito. (Cerca de 25%

dos casos tratados).

3. Normalmente são feitas inúmeras regressões para localizar o momento crucial em que o medo se instalou. Este, embora válido, é um processo inacessível à maioria das pessoas.

4. Você pode, sozinho, proceder a tudo isto sem nenhum ônus. Utilize-se do que já aprendeu sobre o arco-íris. Inicie o exercício pela cor vermelha e vá até a violeta, encontrando a luz branca. É evidente que terá que se programar para atingir seu objetivo. Dê a si mesmo as sugestões necessárias e tente encontrar, no passado, (ou se já o encontrou na etapa anterior e já os tem anotado) o episódio que deu origem de você ter medo de altura, por exemplo.

5. Aqui, é preciso de alguns esclarecimentos. Quando lançamos o romance Além do Arco-Íris, tivemos a grata satisfação de encontrar profissionais compenetrados e eficientes na arte de comandar pessoas. O Doutor Mauricio de Souza, que não é o pai da Mônica, resolveu adotar nosso método em seu consultório de psicologia. Dias depois, observou que os pacientes localizavam por conta própria os motivos pelos quais se sentiam tolhidos de prosseguir por esse ou aquele motivo. Este procedimento, utilizando as cores do arco-íris para efetuar as regressões, diminuíram as sessões à metade e com maior sucesso. Neste caso, a relação médico-paciente, tornou-se mais afim, tendo após o paciente ter dominado a técnica de auto regressão podia efetuar-las em sua própria casa sem a ajuda do facilitador.

6. Tendo o aluno encontrado a luz branca, o momento é de visualizar os fatos canhestros que ocorreram em sua vida. Neste estado, observar esses fatos não causa pavores, e é exatamente isto que expurga o medo dos mesmos da consciência.

XIII - Oitava Badalada

1. Como tirar proveito ao conhecer técnicas de autoajuda e como comandar pessoas. É evidente que aquele que consegue dominar-se, que sabe que é auto suficiente e tem segurança, esse indivíduo está credenciado em dominar a grande massa, pois nele flui o poder de liderança.

2. Aquele que inicia uma caminhada em busca da autossuficiência, desenvolve nessa trajetória muitos poderes que estão latentes em seu ser. Muitas vezes admiramos as pessoas que executam um instrumento com perfeição, que concebem belíssimas obras de arte com apenas pincel e tinta, outros ainda são os melhores do esporte, outros, porém são profissionais de sucesso, e assim por diante. Em contrapartida, existe a grande massa que não se destaca em nada. São apenas expectadores.

3. Tudo é uma questão evolutiva. O pensamento positivo exerce nas pessoas um movimento de energia convergente para o sucesso, enquanto o negativo converge ao fracasso. A confiança em si mesmo leva o indivíduo à luta e certamente cria condições de vida melhor. Viver bem não é difícil, porém é preciso do conhecimento. Às vezes você vê chegar a casa algum membro de sua família visivelmente entusiasmado. Chega a ser um tanto esquisito seus modos, pois nem sempre age assim. Se investigar verá que algo muito bom lhe aconteceu, e com isso suas maneiras foram modificadas, porém o inverso acontece talvez com maior intensidade. Outras vezes participamos de uma reunião e encontramos pessoas que sugerem, discordam, justificam com veemência, e encontram soluções para tudo. Esses são os otimistas, cujo otimismo contamina os colegas fazendo com que o sigam em seus princípios. É fácil perceber nesses indivíduos que ao discursar seguem um pensamento possível, o positivismo está sem-

pre presente em suas ideias, e acaba convencendo as pessoas que se ele pode executar certa tarefa os outros também pode. Você também pode, se achar que pode.

4. Isto que você acabou de ver é exatamente o indivíduo que exerce a liderança em pequenos grupos, e pode fazê-lo em grupos ainda maiores, pois aquele que se farta de ideias e ideais está na linha de comando. Às vezes ocorre uma promoção em uma empresa que pega os colegas de surpresa e os comentários surgem: “ele sabe menos, é mais novo na firma, é puxa-saco”. É evidente que esse indivíduo tem iniciativas, é de fácil relacionamento com os patrões e cresce mais rapidamente que os outros. É líder por natureza ou então se esforçou muito para atingir esse grau evolutivo.

5. Quando conceituamos que nossa vida deva ser repleta de realizações, trabalhamos para isso e encontramos a fortuna ou êxito. Mantendo com firmeza na mente e com vigorosos reforços de impulsos emocionais, certamente teremos a experiência da abundância. Ao contrário, se o medo for à trilha marcada da vida por nossos impulsos emocionais, isso tudo caminha em outra direção e com certeza somos fadados ao fracasso e a miséria.

6. John K. Williams afirma que toda pessoa normal deseja quatro coisas: 1 – força física, vitalidade, saúde exuberante, juventude e vigor; 2 – abundância de coisas e serviços, um bom salário, uma reserva razoável de dinheiro ou bens, ou seja, segurança; 3 – a felicidade e segurança que só são possíveis numa ordem social inteligente e justa – fraternidade e democracia; o contato com o poder infinito, e a certeza de que a vida tem um significado e um propósito fundamentais.

7. Nós afirmamos que esses não são apenas desejos das pessoas, mas sim uma necessidade. Porém, nem tudo é possível conseguir sem muito esforço e dedicação, com propósitos firmes e ação inteligente. Quem não consegue, precisa ajudar-se, utilizando técnicas especiais que permitirão a decolagem.

8. Além disso, você pode canalizar-se para conseguir muitas coisas em seu favor. Poderá canalizar saúde, dinheiro, emprego, uma companhia adequada (alma gemia), filhos sem problemas e sábios, poderá canalizar seu anjo guardião, etc. Além do arco-íris as possibilidades são infinitas.

IX – Nona Badalada

1. Como comandar e programar o sono; e como comandar e programar os acontecimentos vindouros. O sono, além de necessário é possível ser programado por quem tem domínio sobre si mesmo. Nossa mente possui um relógio que pode perfeitamente ser adaptado aos fusos do dia a dia. É possível programar o momento de acordar ou de dormir, o que quer sonhar ou reparar alguns desconfortos orgânicos. Na vida podemos canalizar tudo. Ao invés de perder o precioso tempo canalizando certas coisas difíceis durante a vigília, faça-o durante o sono, e com a vantagem de se conseguir os resultados em menor tempo.

2. Chegou o momento de criarmos nossa própria realidade. Nossa realidade é tudo o que fazemos com a liberdade (livre-arbítrio) que temos na caminhada. Ou fazemos direito ou erramos. As decisões que tomamos a cada dia afetam, influenciam ou alteram nossas experiências. As coisas podem ser difíceis ou fáceis, agradáveis ou desagradáveis. Isso tudo depende de como nós nos conduzimos durante o dia e a durante a noite.

3. O sono, além de exercer a função regeneradora de nosso corpo físico, também exerce funções regeneradoras ao nosso corpo astral, desígnios mentais e a alta função da alma. Se ao dormirmos estamos em atividade mental, por que não utilizamos essa atividade para melhorarmos ainda mais? Se ao deitarmos não nos programarmos para as funções que desejamos desenvolver durante o sono, iremos ter tarefas aleatórias que talvez não nos dará nenhum crescimento. Se houver programação das atividades que desejamos exercer, certamente estaremos desenvolvendo tarefas em favor de nosso sucesso.

4. A literatura existente dá provas de que muitos inventos tiveram soluções durante o sono do inventor. Talvez esses indivíduos não se programassem para receber em sonhos os procedimentos que deveriam realizar para concluir suas pesquisas, mas em estando com todos os pensamentos voltados a essa realização, houve a programação espontânea. Isto prova que podemos programar os acontecimentos futuros de nossa vida, mantendo um programa bem definido de tudo o que queremos, mais exatamente quando nossa atividade depende de criações de novos produtos, ou então, para que permaneçamos inspirados durante o tempo todo e para qualquer coisa. O jogador inveterado, embora sem programação sonha todos os dias com um bicho qualquer e emprega algum dinheiro nele. Às vezes, por coincidência ele acerta. Outras vezes há a programação espontânea.

5. Nem sempre sabemos o que queremos, mas temos um sentimento de falta, um desejo urgente, uma sensação de que é preciso alguma coisa que não possuímos. Saiba que desejar é plantar a semente da realização, pois o desejo vem de dentro, do centro da vida. Então, podemos nos programar com apenas um desejo. Porém, em bom que se projete os desejos em estando na condição de baixa ciclagem cerebral, ou seja, em estado de relaxamento total, assim como já aprendemos anteriormente, utilizando as cores do arco-íris.

6. Tudo não passa de autossugestão. Só que neste caso as sugestões funcionam como canalização, pois estando o indivíduo na condição de relaxamento profundo, mental e físico, está em contato com o mundo exterior, ou dimensões diversas, inclusive. A sugestão dirigida ao próprio indivíduo cria registro no akáshico do mundo e passa a existir como se fosse algo já realizado, porém sem a mutação alquímica; ou seja, a transformação de energia sutil em energia congelada. Com a repetição desse exercício por vários dias, haverá a saturação de energia, momento em que ela precisa ser modificada e a realização dos desejos aparecerá.

7. Para podermos ter sucesso e permitir que nossas sugestões sejam benéficas a vida é preciso entender, que tais sugestões são dadas ao subconsciente. Por isso precisamos saber como operar, e neste caso transmitir as

instruções corretas. O poder de escolha vem do consciente, pois o subconsciente nada comanda, não decide entre o bom e o mau.

X – Décima Badalada

1. O mensurável, o imensurável e o hologrâmico. É importante que o aluno saiba, que embora nessa etapa ele já esteja apropriado de grande poder, que nem tudo é possível em nosso universo. Não se deve ir além do conhecido, pois estamos num mundo hologrâmico, numa dimensão perigosa. Por isso, mesmo sabendo que é possível, não tente o imensurável.

2. Jamais se esqueça de que está caminhando sozinho pelos porões da mente. Não tente ultrapassar o sinal se não tiver toda segurança, pois o universo é cheio de surpresas, e não queremos que seja surpreendido em sua caminhada. Este curso é para principiante e aqui devem ser dados os primeiros passos, sendo necessário muito mais estudos para a perfeita compreensão dos poderes da consciência para o consciente humano.

3. Durante os exercícios que acabamos de propor, nem sempre você estará com as emoções apropriadas para realizá-los. Portanto, não os faça quando não se sentir seguro, pois tudo está no autodidatismo, e depende puro e exclusivamente da responsabilidade pessoal.

XI – Décima Primeira Badalada

1. Viagem astral e vidas passadas. Por uma questão de crença ou formação religiosa efetiva as pessoas não creem que viagem astral e recordação das vidas passadas podem ser possíveis. O nosso curso visa exatamente esse desfecho. É o domínio total do corpo material e astral. Aquele que conseguir vencer todas as etapas terá potencial para realizar qualquer tarefa se assim desejar. Se não tiver a perseverança necessária para ir até o final, fica um imenso aprendizado, o qual irá auxiliar em muitas oportunidades quando dele for preciso fazer uso.

2. O domínio total do arco-íris nos possibilita caminhar e observar o universo, valendo-nos das possibilidades que este domínio apresenta. Não se esqueça de que aqui você estará o imensurável, mas não se preocupe, pois existe sempre alguém olhando por você o tempo todo.

3. O primeiro passo é sem dúvida estar em perfeito domínio do arco-íris, conseguindo com facilidade passar por todas as suas cores e encontrar a luz branca. Até agora você foi até a luz branca, porém para realizar a viagem astral é preciso ir além. Nossa curiosidade sempre nos ditou para descobrirmos o que existe mais à frente. Com isso, descobriu-se quase tudo o que é conhecido, até mesmo o ocidente. Se existe uma parede a nossa frente, é lícito que queremos saber o que existe além dela. Você já conhece a luz branca e sabe que a boa sensação que ela dá talvez o impres- sa de ir além.

4. Quando estiver na presença da luz ou da cor branca (que é mistura de todas as cores do arco-íris) tente ultrapassá-la. Se não conseguir desta vez, faça o retorno como já aprendeu e deixe para uma próxima vez. Quando você menos esperar algo de maravilhoso acontecerá e, como se fosse por encanto, a luz se apagará e novas dimensões se mostraram a sua frente,

como uma tela de cinema e você passará a ver um mundo desconhecido talvez.

5. Isto é possível porque temos três corpos: Corpo, alma e espírito. O corpo físico ou SOMA, nossa estrutura biológica; a alma, ou campo psíquico – atividade; o espírito, campo cibernético, entidade – exerce liderança e é possível desprender dos demais corpos para as atividades extracorpórea.

6. Nesse ínterim, haverá duas hipóteses que você deverá conhecer. A primeira poderá ser que você esteja em viagem pelo astral, sem a alteração do momento; isto, no mesmo momento, mas em outro lugar, vendo com clareza todos os acontecimentos. A segunda poderá ser uma lembrança pretérita, em que você não se deslocou de onde está, mas a tela mental lhe mostrará fatos do passado da vida atual ou fatos da vida pretérita. É raro, mas em algumas vezes aparecerão coisas futuras.

7. No primeiro caso, o que há é a bi locação, que não necessariamente você estará com o aspecto visível para os outros, mas saberá com certeza de tudo o que viu ou ouviu, podendo verificar in loco para ter certeza que não foi apenas sua imaginação. Você pode simplesmente fazer experiências e descobrir como é o interior de um determinado edifício, a casa de um amigo, ou ainda estudar numa biblioteca, etc.

8. No segundo caso, o que acontece são lembranças de vidas passadas, as quais poderá usar para debelar traumas, dificuldades existenciais presentes, relembrar de talentos de outras vidas e utiliza-las no presente, e até contar quantas encarnações já teve e quem foi nessas vidas anteriores. Porém não caia no ridículo, não mistifique, e não se fanatize. Não seja mais uma Cleópatra ou Júlio Cezar, já têm muitos que são.

9. Ao tentar lembranças de vidas passadas o processo é muito longo e você deve manter seu diário em ordem. As lembranças surgem em pequenos lances, como esses que você vê na TV, e muitas vezes não consegue definir muito bem o que é. Programe-se para que as lembranças não sejam de coisas banais, coisas que não tenha nenhuma importância para você.

10. É importante dizer que você deve programar-se para o regresso desse exercício, o qual deve ocorrer espontaneamente, pois não há como iniciar o regresso conscientemente.

11. É importante ainda dizer que poderá haver um choque quando do seu retorno à condição normal, pois neste caso há a separação do corpo físico e o astral, e às vezes, não há o perfeito encaixe de imediato. Os sintomas mais comuns são um choque no plexo cardíaco, mais precisamente em alguns dos pontos energéticos chamados thakras, tremedeira, e palpitação. Mas não é motivo de preocupação, pois esse desconforto passa logo e você volta à normalidade sem nenhum prejuízo físico ou mental.

12. Para os iniciados neste caminho recomenda-se a leitura do livro da escritora Glória Chadwick, impresso pela Editora Nova Era/Record sob o título “Descobrimo suas vidas passadas”. Leia também ALÉM DO ARCO-ÍRES DE MILTON ROZEIRA e O ÚLTIMO ELO de HAMYNTHAS MATHNATHA.

XII – Décima Segunda Badalada

1. O Poder do subconsciente e a vida fora da Matéria. Nós somos de natureza criativa e reparadora. Isto traduz o processo evolutivo pelo qual passa a humanidade, produzindo cada vez mais as condições para que tenhamos a vida melhor. Uma autoridade disse certa vez que a mente humana é como um poço antiquado de uns dois metros de diâmetro, com as paredes revestidas de pedra e cheio de água. Tal autoridade imagina-o ligado a um oceano infinito de água e pertencente a ele. Da profundidade subterrânea do grande oceano da vida a atividade mental sobe pelo poço à experiência do indivíduo. O único ponto que se pode observar o infinito reservatório mental é precisamente a superfície do poço. Para ele a superfície do poço é o consciente, a área de experiência consciente de si mesma. Logo abaixo do nível consciente, ou superfície da mente, encontra-se a área da atividade mental e emocional, que guarda consigo todas as imagens materiais e todos os estados emocionais apresentados durante a vida do indivíduo. O nível subconsciente da mente está em contato com um volume de experiências e realidade muito maior em extensão e em força criativa do que o nível consciente. (Dan Custer, *The Miracle (milagre) of Mind power*).

2. Depois de o indivíduo ter passado por tantas experiências como as que acabamos de obter, não é possível insistir de que somos apenas criaturas que ocupam passageira estada sobre o planeta e depois tudo se acaba ao completar este ciclo. Não é mais possível acreditar apenas em opiniões que asseguram que a vida existe fora da matéria. Neste ponto já não precisamos mais crer, pois sabemos que a realidade da existência de tudo vai mais além e, quando o corpo físico desaparece, a energia continua e a ela podemos dar o nome que melhor nos convier. Se assim não fosse, toda atividade humana não teria nenhum sentido, e todos os nossos sonhos seriam algo terrível, pois estaríamos fadados a desaparecer do universo

num fechar de olhos.

3. O subconsciente, esse enorme arquivo que possuímos demonstra que não só os fatos e emoções desta vida fazem parte dele, mas acumula-se as de outras vidas, as quais não nos lembramos sem exercer algum esforço para tal. Porém, descobrimos aqui que tudo é possível e que podemos exercer o controle sobre nossa vida, utilizando os fatos e emoções pretéritas, em detrimento de acertarmos ou errarmos no presente. O que devemos fazer é estar na superfície do poço e observar o fundo. Se não conseguirmos este desiderato é porque nossa água está suja e precisamos tomar alguma providencia urgente e limpá-la o suficiente para que tenhamos uma visão total do que somos.

4. Este curso desperta exatamente para o que somos. É verdade que nenhum dos participantes será a partir de agora um exímio conhecedor das faculdades mentais, mas o caminho foi aberto para novas pesquisas, outros estudos especiais a fim de compreender melhor o que realmente aconteceu nos resultados dos exercícios.

5. Amigo, não pare aqui. Há muito mais o que aprender. Medite e pense, pesquise e tire suas próprias conclusões, pois você acabou de sair da crença, agora deve partir para sapiência. Seus conhecimentos serão utilizados nesta vida e em outras, evolua!

6. Afinal, faça lhe a última pergunta: ajudou-lhe em alguma coisa? Aguçou seu conhecimento?

7. Porém, repito as palavras de um grande sábio. “Ao longo dos tempos, vemos entrar a luz maior, isto é, um lampejo intuitivo para continuarmos a caminhada evolutiva; sabemos que isto acontece em passos mínimos nos espaços máximos”. (Will Mak’Gregor).

8. O que acabaram de conhecer é um processo longo e milagroso. Aprendemos, a encontrar o estado livre, isto é, estar isento de qualquer perturbação que possa interferir na ação de varrer os porões da personalidade,

no intuito de encontrar respostas às nossas indagações — àquelas que nos incomoda, nos oprime e nos arrasta para baixo. Isto é o que podemos denominar de Kosmoterapia, ou Terapia Cósmica Individual, ou ainda, Ligação do “Ser” em sua Essências.

9. Amigo, cuidado com a música. Se você estiver fora da consciência cósmica poderá estar atraído por músicas fora do contexto, não sendo capaz de ouvir os sons elevados. Afaste-se da barulheira infernal que só atrai maus agouros!

HAMYNTHAS MATHNATHA

Autor dos romances: O Último Elo - Além do Arco-Íris - O Mentor - Se não Houvesse o Perdão. Do romance em versos: A Segunda Abolição; e Parábolas, Crônicas e Poesias.

SOBRE O AUTOR

HAMYNTHAS MATHNATHA é o pseudônimo utilizado pelo romancista e poeta Milton Rozeira, um brasileiro apolítico, porém com ideias avançadas sobre o tema, prefere, no entanto navegar pelo misticismo e ocultismo, enfim, aos assuntos ligados à metafísica com estudos avançados sobre Filosofia, Ufologia e Logosofia, moral e bons costumes. Mesmo sendo um autodidata Rozeira nunca está só. Está sempre em contato com seres de alta grandeza e contabiliza uma gama de experimentos metafísicos, inclusive presenciando diversas Teofanias.

É desses contatos que jorram as belas parábolas, sermões, versos e prosas, inclusive algumas crônicas debochadas, essas advindas da pura imaginação, descrevendo fatos engraçados do cotidiano: o que ele chama de o DRAMA DA VIDA PÚBLICA. Milton Rozeira é um ser doméstico. Trabalha em casa, preferivelmente na madrugada, e tem por meta criar um novo texto a cada dia, postando-os nos mais diversos meios de comunicação facilitados hoje pela internet.

Ambientalista por natureza sobrevive confortavelmente aditando uma revista chamada ORBE, que circula no interior do Paraná, além de um site especializado em assuntos socioambientais, chamado Panorama Ambiental.

O estilo surreal que imprime as suas obras faz leitor achar que o planeta em estamos nesse momento é como uma nuvem suspensa, e que as personagens estão ali à mercê do destino, ou seja: (de um caminho) a ser percorrido e que, aparentemente, têm as rédeas do destino, mas o mestre (um ser de alta grandeza) deixa claro que é como uma tênue linha que ele prende a cada um em sua teia. Aparentemente cada personagem tem a sensação de liberdade. Mas a onipotência está bem clara em cada ação.

Seu vocabulário é muito rico em palavras eruditas, mas sem deixar a leitura chata; porque grande parte dos livros com um vocabulário muito rico em sinonímia não consegue prender o leitor.

Dentre os livros publicados estão o ALÉM DO ARCO-ÍRIS, 1995, Base Editora; O MENTOR, 2004, produção independente; SE NÃO HOUVESSE O PERDÃO, 2011, Editora Bookess, A SEGUNDA ABOLIÇÃO, 2001, Editora Bookess; e O ÚLTIMO ELO, 2011, Editora Panorama e sites.

Por convite da Editora Bookes o romance O ÚLTIMO ELO está sendo preparado para ser disponibilizado via ebook, pela APPLE em mais de 30 países.

Para entrar em contato com o autor é só enviar um e-mail para: contato@editorapanorama.com.br

Ouvimos sempre dizer sobre o quanto o homem é pequeno em relação ao Universo. Aqui nos propomos a cuidar do ser humano em sua imensa grandeza. Muitos indivíduos são invejados pela grande sabedoria, mas os invejosos imaginam que este já nasceu assim, sabendo de tudo, cuja personalidade já veio ao mundo, moldada, e conhecendo profundamente diversos assuntos. Isto não é de todo meritista. Há razão para o pensamento assim. Se, somos frutos de uma energia imensuravelmente sábia, é lógico que tenhamos sabedoria similar; sendo, toda literatura sobre hereditariedade precisa ser posta no lixo e a palavra Deus riscada dos dicionários.

Nós construímos nosso destino. Somos os arquitetos da estrada que nos leva adiante. Tudo que somos é o resultado de nossas experiências em cada momento da vida, presente ou pretérita, não importa. As situações em que nós nos encontramos nesse ou naquele momento é o reflexo do que fizemos ou deixamos de fazer anteriormente, pois a vida na Terra é uma trajetória. Pobreza ou riqueza, sucesso ou fracasso, saúde ou enfermidade, posição social ou marginalização, vencer ou perder, tudo é resultado das ações ou propósitos determinados como marcas da estrada que nós mesmos construímos. Partimos do pressuposto de que no Universo tudo é possível. Se não é agora, será amanhã.

ISBN 978326260-2



9 783262 602607