



## INDICE

Agradecimentos .....	2
O CÉU QUE SE CUIDE.....	2
Capítulo 1 Berço de Ouro .....	6
Capítulo 2 - Natal de 1994-Festa de Arromba.....	10
Capítulo 3 - Saindo para o Mundão .....	13
Capítulo 4 - Ressonância Harmônica.....	16
Capítulo 5 - Ação Constante.....	20
Capítulo 6 - SIM. ....	24
Capítulo 7 – Preconceitos.....	33
Capítulo 8 - Pendências com o Passado.....	36
Capítulo 9 - O valor de nossos erros .....	38
Capítulo 10 - O Teste de Uma Semana e a Importância da Meditação. ....	43
Capítulo 11 – A Depressão .....	45
Capítulo 12 - Gratidão .....	45
Capítulo 13 - Técnicas de Meditação .....	52





## ∞Agradecimentos∞

---

Meu agradecimento vai para aqueles que acreditaram em mim, mesmo vendo que não havia a menor possibilidade de mudança. Aqueles que, assim como eu, tiveram fé, em Deus, na vida e em meu potencial.

Também gostaria de agradecer ao Yvan Dumouchel, que esteve ao meu lado o tempo todo, me empurrando para que eu colocasse esse projeto no papel, dizendo que isso ajudaria muitas vidas, Luv ya.

Obrigado do fundo do meu coração.

## O CÉU QUE SE CUIDE Apanhado geral.

---

O céu que se cuide é uma obra de superação.

Conta a minha história, do pequeno Roberto, cujos pais vieram de famílias humildes. Sem a menor possibilidade de ter uma vida de luxo, vivendo em um ciclo alienado pela política e sociedade, a única coisa que poderiam fazer era trabalhar para sustentar a casa e os filhos, que certamente teriam o mesmo futuro. Entre eles, eu, o garoto, que com o simples desejo de mudar, chegou onde ninguém jamais poderia esperar.

Meu pai, Daniel, acreditava que escola era perda de tempo e por isso, jamais incentivou os filhos a estudar, muito pelo contrário, eram incentivados a trabalhar desde muito pequenos, perdendo assim, não somente a oportunidade de estudar, mas também a oportunidade de ter uma infância normal, como qualquer criança merece.

Já a minha mãe, Dona Silvia, acreditava que para mudar de vida era necessário estudar. Que sem estudos, não se poderia alcançar nada na vida.

Ela, por sua vez, incentivou todos os filhos a estudar, queria que os filhos tivessem a oportunidade que ela não teve, de exercer uma profissão e eu era seu fiel seguidor nessa filosofia.





Embora poucas pessoas saibam, minha mãe, é formada em Técnico de Contabilidade por um renomado colégio, mas devido ao marido machista e controlador, nunca teve a oportunidade de exercer a profissão.

Minha mãe fez tudo o que pôde para que meus irmãos tivessem a chance de seguir em frente com os estudos, mas somente eu agarrei a oportunidade. Me lembro de ver minha mãe pintando toalhas de banho e de rosto e em seguida vendendo-as para poder comprar meu uniforme de escola. Como poderia eu ignorar essa mensagem tão importante? Uma simples mensagem que dizia tanto “estudar é tão importante que eu deixo de comprar o necessário dentro de casa para que você possa ir para a escola”. Era simplesmente uma mensagem muito forte para ignorá-la.

Eu naquela época, era muito juvenzinho, mas me lembro como se fosse ontem, que a situação em casa era sempre muito ruim. Quando eu digo que a situação era ruim, muita gente deve imaginar que a gente não tinha lagosta, ou um pavê de trufas para comer, quando na verdade o que nos faltava era o básico do básico.

Nunca tínhamos nada de diferente para comer, doces e sobremesas eram coisas que só existiam na TV, a gente não tinha acesso a nada disso, as vezes a gente lambia o fundo da panela do doce que minha fazia para vender. Roupas e sapatos, só quando estávamos praticamente andando descalços ou quando ninguém nos dava roupas usadas para reaproveitar.

Observando todo esse cenário, já naquela época, eu tinha o desejo de mudar de vida, mudar aquela situação. De abrir a geladeira e ter algo diferente para comer, de poder sem medo, olhar para mamãe e dizer “mãe, faz aquele bolo delicioso de cenoura com cobertura de chocolate”, de poder abrir o guarda-roupas e escolher uma peça de roupa diferente para ir dar uma volta com os amigos, coisas simples da vida. Esse era meu sonho, mas era também longe da minha realidade.

Eu tinha o desejo de mudar o cenário dentro de casa, eu tinha apenas 6 anos de idade, mas já sabia, dentro de mim, que um dia isso iria acontecer e EU CONSEGUI.

Querendo que uma mensagem de sucesso chegue por todo o Brasil, talvez por todo o mundo, tentando tocar o coração das pessoas e mostrar que é possível mudar o cenário, que não importam as circunstâncias, não importa a classe social, a origem de seus pais, se são de família pobre ou não, não importa sexo, cor de pele, raça e nem religião, se verdadeiramente você quer mudar a sua realidade, existe sempre uma possibilidade e foi tão somente por isso que eu decidi escrever esse livro, para te mostrar que existe um caminho.





Eu quero mostrar com esse livro, o que a força de vontade é capaz de fazer com as nossas vidas. Formado no Brasil como esteticista e no Canadá em Letras (Inglês/Francês/Espanhol), estudei, também no Canadá, análise de minerais e metais preciosos, literaturas inglesa, francesa e canadense, estudei também filosofia e atualmente estudo Cinema e Escrita imaginária, tudo isso para poder continuar escrevendo e dando vida as minhas histórias e levando essa fonte de inspiração para pessoas que, assim como eu e você, buscam por um sopro de incentivo.

Eu consegui sair para fora da “caixinha”. Moro no Canadá desde 2010, sou poliglota, falo 5 idiomas, além dos citados acima, o nosso tão querido e velho português e também o idioma dos esquimós. Tenho uma vida razoavelmente confortável, uma casa simples, mas bem-acabada no norte de Ontário e um carro modelo esporte conversível na garagem. Viajo ao Brasil pelo menos uma vez por ano, para fazer eventos relacionados aos meus livros e faço pelo menos uma viagem de turismo por ano para alguma parte do mundo.

Mas é bom que você saiba que minha vida não só somente brilho e glamour não. Eu trabalho duro e trabalho muito para manter o meu padrão de vida. Acordo diariamente as 4:30 da manhã e começo a trabalhar às 6. Trabalho em média 10 horas por dia, às vezes 14, às vezes 18 e algumas vezes não paro enquanto for preciso.

É importante dizer isso, pois constantemente quando estou no Brasil com meus amigos, eu sempre ouço a famosa frase “nossa, como você deu sorte na vida”. Eu ainda não entendi muito bem o verdadeiro significado da palavra sorte, mas se sorte se resume a trabalhar duro para poder ter regalias, sim eu dei sorte, muita sorte e se trabalhar duro não te proporcionar ao menos ÓTIMOS momentos de lazer com sua família e amigos, de que vale ter “tanta sorte”?

Portanto deixo aqui para você, essa obra que eu considero inovadora, que vai trazer um pouco de conhecimento de uma técnica chamada Ressonância Harmônica. Essa técnica, embora muito simples, é uma técnica muito eficaz para a conquista e a realização de seus objetivos. Deve-se, porém, ficar atento aos detalhes embutidos em cada capítulo para o perfeito alcance dos objetivos.

Convido você católico, evangélico, espírita, budista, ateu e todas as outras religiões e filosofias de vida, a dar uma passada de olhos por essa mensagem e quem sabe, juntos, não possamos começar a colocar em prática tudo aquilo que já vêm se falando há mais de 2 mil anos em forma de parábolas.

Esse livro vai falar de alguns tópicos que podem fazer toda a diferença na sua vida tais como: o amor humano, o Banco da Vida, a lei da ação e reação, emaranhamento humano e reação em cadeia.

Esses assuntos são de extrema importância quando se está em busca da evolução pessoal, emocional e financeira. Precisamos saber o conceito de cada





um deles, como é na teoria e como funciona na prática. E ninguém, melhor que eu para poder relatar essa técnica. Pois a minha história começou exatamente assim, quando eu não tinha absolutamente nada e vivendo em meio a pobreza e a miséria, em uma época onde a única coisa que eu queria, era sair do meio em que eu vivia.

Vindo de família extremamente humilde hoje conto minha história de sucesso, minha vida mudou radicalmente e eu convido você, a se aprofundar nesse texto e contexto, deixando você a vontade para me enviar correções de frases mal escritas, para dar sua opinião sobre algum tema ou simplesmente para me escrever contando a sua história de superação.

Aqui no Canadá não falo mais o português e, portanto, algumas frases podem estar sem sentido, já que eu penso em inglês ou em francês e escrevo em português. Agradeço a compreensão.

Vou contar a minha história e em cada capítulo, vou contar de uma forma simples e clara o que eu fiz para alcançar meu objetivo. Uma das coisas que eu mais fiz, digo isso logo de cara, foi trabalhar, nada cai do céu. Tive muitos empregos, desde empacotador de supermercados no Brasil à analista de minerais preciosos no Canadá.

Meu primeiro emprego no Canadá foi como camareiro em um hotel 5 estrelas. Um hotel que fica de frente para um lago e extenso rio, mas não é um simples hotel, é um castelo e fica localizado na região mais linda de todo o território do Québec, lá em Charlevoix.

O emprego não era o melhor dos empregos, mas era o que dava para fazer com o pouco francês que eu tinha, eu aceitei sem saber onde era e nem como era o trabalho. Fui com a cara e a coragem.

Como camareiro eu tinha salário de médico, pois era emprego sazonal em zonas afastadas, tinha alojamento e alimentação distribuída pelo hotel e de quebra estava conhecendo aquele paraíso francês.

Logo em seguida consegui emprego como tradutor no Facebook. Fazia traduções de jogos online Inglês/Português. Ganhava mal e descobri que eu detestava aquilo.

Também trabalhei como esteticista para clientes latino americanos, quando não estava fazendo massagem, fazia pé e mão.

Com dois anos de Canadá decidi que precisava estudar para ganhar um salário decente fazendo algo em uma profissão promissora.

Foi então que me mudei para o norte do Québec, na cidade de Rouyn-Noranda, para estudar Mineralogia, mas disse para mim mesmo que quando eu





encontrasse um emprego bom na área, eu abandonaria o curso e assim o fiz 2 anos mais tarde, quando na província de Ontário eu encontrei um emprego no Departamento de Manutenção de Máquinas de Mineração e apenas alguns meses depois trabalhando na profissão, decidi que aquilo não era para mim, que o que eu queria mesmo era escrever.

Foi assim que eu escrevi meu primeiro livro, O CONDENADO, um maravilhoso romance que está fazendo o maior sucesso e acaba de ser traduzido para o inglês.

E agora, convido você para conhecer um pouco do meu mundo que alguns chamam de religioso, outros de espiritualista, Divindade, Energia e alguns falam que é besteira. Eu não me importo muito com o que dizem. Seja qual for o nome que dão, eu digo apenas que funciona.

Espero que você se aventure nessa obra e que você, assim como eu, possa se sentir pronto para mudar a sua realidade.

Boa leitura!

---

## Capítulo 1 - Berço de Ouro

---

Nem tudo o que reluz é ouro.

Para você entender um pouco mais o porquê de eu estar dizendo que ninguém melhor que eu para falar sobre isso, preciso contar um pouco da minha vida. Você precisa entender onde tudo isso começou e como mudei a sintonia para que tudo ao meu redor mudasse também.

Os meus amigos sabem, talvez não todos, mas pelo menos alguns, que eu venho de uma família extremamente humilde e quando eu digo humilde quero dizer literalmente “pé rapado”.

EU sou o quinto dos irmãos, antes de mim tem o Clodoaldo, antes dele a Elaine, antes dela o Elvis e antes dele o Everaldo que é o único filho do primeiro casamento da minha mãe e que nunca morou com a gente, minha avó o criou como filho e, portanto, sempre foi visto como meu tio. Entre todos nós existe uma frase que minha mãe costuma dizer no qual ela diz que eu fui o único filho que nasceu em berço de ouro.

Vou explicar melhor, quando eu nasci a minha família morava em uma casa de aluguel de 3 cômodos. Uma casa que deixou saudades, situada na Rua 19 de abril de número 19 na Vila Malva em Bragança Paulista, interior de São Paulo. Era um quarto, sala, cozinha e um banheiro que ficava do lado de fora da casa. O quarto, óbvio, era dos meus pais, e eu, assim como minha irmã e meus dois irmãos, dormíamos na sala que não tinha mais que 9 metros quadrados.





Minha mãe fazia doces para vender, chamados de canudinho e recheados com doce de leite (que saudades), vendidos pelos meus irmãos mais velhos Elvis e Elaine. Meu pai era bicheiro (profissional ilegal), eu e o Clodoaldo éramos os novos integrantes da família com diferença de apenas 2 anos de idade.

Era uma casa muito apertada para a quantidade de gente que a habitava e quando chovia, por estar localizada ao lado do Ribeirão Lavapés, enfrentávamos constantemente o problema das enchentes.

Acho que já deu para entender que, se você acha que a minha vida quando eu nasci era difícil, imaginem a vida dos meus irmãos quando eles nasceram, já que eu era o único que nascera em “berço de ouro”.

Para quem não entendeu ainda, o berço de ouro nada tem a ver com status ou com dinheiro no banco. A minha mãe dizia que eu nasci em berço de ouro por que eu fui o único de todos os meus irmãos que não passou fome e que nasceu e já foi morar em uma casa “decente”. Embora hoje eu olhe para essa estrutura toda e pense o quão indecente era aquilo.

Por isso eu era de fato privilegiado. Minha mãe costumava dizer que teve uma época na vida dela em que ela não tinha absolutamente nada para comer e que para não deixar o Elvis e a Elaine com fome, ela fazia faxina a troco de pipocas e enquanto meus irmãos mais velhos comiam a pipoca, ela passava fome e rezava para ter faxina no dia seguinte.

A história da minha família realmente não é das melhores, essa entre tantas outras pequenas histórias que eu passei a infância ouvindo, não me tiravam do sério, muito pelo contrário, me faziam refletir desde cedo. Eu queria muito mudar essa situação. Definitivamente eu não queria continuar nesse ciclo de pobreza.

Meu pai não era um homem saudável, ele veio de uma família completamente desequilibrada.

A mãe dele era alcoólatra, vivia internada em clínicas de reabilitação. Bebia tanto que certa vez estava tão bêbada que caiu em cima de seu filhinho de 2 anos e o matou esmagado. Essa minha avó não teve uma vida feliz. Ficou cega de um olho por erro médico e quando morreu deixou com meu avô, militar, 4 filhos. Meus tios Ronaldo, Reinaldo, Hélio e meu pai Daniel. Meu tio Reinaldo morreu logo depois, mas meu pai e meus outros 2 tios comeram o pão que o diabo amassou nas mãos do meu avô.

Meu avô Hélio, sargento, batia constantemente nos filhos até que eles fugiram de casa e passaram a viver nas ruas, passando frio e fome, com o tempo todos desenvolveram pequenas doenças. De longe dá para notar as dificuldades que cada família viveu.

Meu pai fazia aquilo que as pessoas mais abominam em São Paulo, vender balas no metrô. Sabe aqueles meninos que quando entram no metrô gritando que poderiam estar roubando e matando, mas estão lá apenas vendendo bala e irritam







até a sua alma?

Meu pai nunca me contou essas histórias. Quem me contou isso tudo foi minha mãe, depois que ele faleceu claro.

Falando em mãe, eu não poderia deixar de contar a história dela também.

Minha mãe veio de família italiana. Meus avós sempre muito preconceituosos com relação à dinheiro, não permitiam que ninguém da família tivesse relação com alguém que fosse do dinheiro. Dito isso, meu pai, um pobre pé rapado, foi muito bem-vindo na casa da minha avó. Minha avó pegou eles (ele e seus irmãos) quando ainda eram crianças para tomar conta, acredito que ficou tocada com a história da família e para não deixar aquelas crianças às mercês da vida, os acolheu. E foi assim que minha mãe e meu pai se conheceram. Minha mãe é a oitava filha de uma irmandade de 14. Sim, minha avó era gente que fazia. É isso mesmo, gente da roça, sem TV, quer mais o quê?

Todos os irmãos mais velhos que a minha mãe já haviam morrido quando ela atingiu os 13 anos de idade e foi nessa mesma época meu avô paterno também faleceu, deixando não somente minha mãe e seus outros 5 filhos, como também minha avó grávida da mais nova Sara.

Minha mãe sendo a mais velha dos irmãos saiu para trabalhar e ajudar minha avó a cuidar dos outros 6 filhos. Minha mãe se tornou o homem da casa aos 13 anos de idade. Como uma LEOA, saía cedo todos os dias para conquistar um dinheirinho no final do mês e fazia, todo santo dia, uma hora de hora extra para poder comprar os pães e o leite dos irmãos. Mamãe conseguiu um emprego na antiga produtora de leite de Bragança Paulista chamada Leite Sol.

Lá ela conquistou seu primeiro ofício como metalúrgica, ela era uma, dos tantos funcionários que faziam as latas de leite. E assim foi sua vida até que se casou com o seu primeiro marido, teve dois filhos como fruto desse casamento, o Everaldo, meu irmão mais velho e a Izabel que infelizmente faleceu quando ainda era pequena por problemas cardíacos. Se separou 2 anos depois, pois o marido era possessivo e a violentava com frequência. Ficando então com meu pai. Um “pé rapado”, mas que ao menos não a violentava (ou assim dizem).

Se casaram, e com o pouco que eu contei já dá para saber quem é que realmente mantinha a casa em pé não é mesmo?

Minha mãe sempre fora a Leoa da casa.

Quando eu nasci todos na minha casa começaram a trabalhar como loucos para comprar um terreno e construir a tão sonhada casa própria. Foi assim, que quando eu tinha quatro anos, estávamos mudando para a nossa casa de 4 cômodos com o banheiro dentro.

Quanta mudança. Para uma família com todo esse histórico, conseguir se mudar para a casa própria ainda que fosse de 4 cômodos e sem acabamento, era







algo quase inimaginável naquela época (isso se passa por volta de 1987) quando na época eu tinha apenas 4 anos, mas já tinha muita memória desde cedo.

A casa não era nenhuma casa fenomenal, não tinha sequer o reboco nas paredes, o quintal era medonho só tinha terra, não havia nenhum pedaço cimentado para caminhar, quando chovia era uma alegria #SQN.

E foi assim que meu título de único da família a ser proprietário do Berço de Ouro foi conquistado com muito orgulho.

## Pequenos Gestos que Mudam Vidas

---

Faça uma caridade, mesmo que a princípio o ato pareça pequeno.

Estamos falando ainda de uma época onde eu não sabia nada sobre a vida. Não sabia direito o que era viver, só sabia que queria isso para mim com toda intensidade.

Era 1990, nessa época eu estava começando a ir para a escola, eu tinha 7 anos de idade e estava na primeira série do ensino fundamental.

Era o momento mais excitante da minha vida. Afinal de contas já fazia quase dois anos que, enquanto meu irmão chorava que não queria ir para escola, eu chorava todos os dias porque queria ir. Eu achava injusto ele ter esse privilégio e eu não.

Cheguei na escola todo imponente, de calça, camiseta e chinelos nos pés, roupas ganhadas de amigos da minha mãe. Como se fosse um convidado para uma festa no tapete vermelho, eu com meu caderno, lápis e borracha dentro de um saco plástico de arroz, que era o que eu usava como mochila na época fiz minha entrada imponente no Grupo Escolar Jorge Tibiriçá.

Assim foi todo o ano, conheci minhas amigadas mais preciosas, algumas delas, duram até hoje, como a Adriana Miyazaki e as irmãs gêmeas Fabíola e Fabiana Coutinho. Me lembro que não conseguia entender muito bem como elas poderiam ser gêmeas se eram tão diferentes fisicamente, crianças e suas inocências.

Foi um ano incrível, conheci meus primeiros professores, tive meu primeiro contato com o mundo social. Minha vida já era melhor do que eu esperava.

Aquele ano passou tão depressa que nas férias eu sonhava quase todos os dias que estava na escola com minhas amiguinhas.





Passado a época das férias, chegou então o primeiro dia de aula do segundo ano do ensino fundamental. Eu estava eufórico, me lembro que foi até difícil para dormir naquela noite. Hoje, muitos anos depois, eu ainda me lembro de todos esses detalhes, tamanha foi a marca que essa época deixou em minha alma.

Lá estava eu novamente, todo imponente com meu “uniforme” de roupas ganhadas, chinelo nos pés, pronto para entrar na escola. Disse tchau para o meu pai e fui entrando, quando de repente sinto uma mão tocando meu ombro e uma doce voz que me chamava “Roberto?!”.

Era a Dona Nilsa, mãe da Fabíola e da Fabiana, as tão diferentes irmãs gêmeas.

Dona Nilsa, percebendo (nitidamente) que eu tinha problemas financeiros dentro de casa, vendo o estado que eu me vestia para ir na escola e a “mochila” que eu guardava o meu material de saco de arroz vazio, se sentiu tocada e fez um ato de bondade que eu jamais vou me esquecer em toda minha vida.

Me entregou antes que eu pudesse entrar na escola, uma mochila vermelha que trazia o nome FABÍOLA, em letras garrafais e escrito em pelicã (canetinha hidrocolor). Dentro da mochila, para minha surpresa, havia uma caixa de lápis de cor e um par de tênis que eu usei o resto do ano para ir para escola.

Talvez você deva estar se perguntando, mas o que isso têm a ver com o livro. Eu te respondo, tem tudo a ver. Por que esse, foi o primeiro momento da minha vida, que eu me lembro de ter sido VERDADEIRAMENTE GRATO por alguma coisa. Foi uma coisa simples, pequena aos olhos de muita gente, mas enorme dentro do meu coração. Isso mudou a minha vida. Eu me senti grato naquele momento e o sentimento de gratidão me trouxe inúmeros benefícios que eu explicarei nos próximos capítulos.

Dona Nilsa, que Deus continue te abençoando por esse pequeno GRANDE gesto que tocou a minha vida e que ainda hoje me faz sentir grato.

## **Capítulo 2**

### **Natal de 1994-Festa de Arromba.**

---

Não há nada tão ruim que não possa piorar.

Como você pode ter notado, eu nunca fui de fato proprietário de nenhum berço de ouro, mas decidi pegar esse título e fazer uso dele no sentido figurado da palavra. O importante a notar aqui é que essas foram importantes ferramentas para eu sair de onde estava e chegar onde estou, sem esquecer também para onde





eu ainda vou, pois, minha caminhada é uma constante evolução pessoal, profissional, emocional e espiritual e eu estou apenas começando.

Como podemos mudar algo que está enraizado dentro de nossa cultura e das nossas crenças?

Eu fui criado na velha e ridícula cultura de que dinheiro era extremamente difícil de se conquistar e aparentemente era mesmo. Eu por exemplo tive uma infância muito feliz, mas sem ter acesso a quase nada, até o básico nos faltava. Eu tinha sequer um bom tênis para ir para a escola, muitas vezes nem tênis eu tinha, íamos de chinelos mesmo. Às vezes eu ia ou com o tênis rasgado e o dedo de fora ou de chinelos havaianas nos pés (naquela época chinelo havaiana ainda era coisa de pobre, hoje eles são caríssimos).

Eu era criança e não tinha muito conhecimento da vida, mas alguma coisa dentro de mim me dizia que eu podia mudar aquela situação.

Os problemas de saúde de meu pai pioraram, com agravante no coração e, como desde que os brasileiros se entendem por gente, a saúde pública no Brasil tem sido uma calamidade, meu pai precisou vender a casa e o carro para pagar a cirurgia de desentupimento das artérias das pernas.

Estávamos todos muito felizes, sem dinheiro, sem casa, sem carro, mas felizes por que meu pai estava, graças à Deus, realizando algo que mudaria nossas vidas de forma radical.

Meu pai naquele ano (1994) disse que queria reunir toda a família como há muito tempo não fazia, disse que queria gente que a gente nem conhecia ali, reunidos, para passar o natal em família e assim o foi. Era véspera de natal de 1994, uma semana depois da segunda cirurgia das pernas de meu pai. O telefone tocou era 7:10 da noite. Era o hospital avisando que meu pai morrera.

Meu pai morreu deixando toda a família em estado de pobreza ainda pior do que era antes. Eu tinha apenas 11 anos de idade, conosco moravam além de todos os meus irmãos, mais dois primos que os pais estavam em dificuldades financeiras, eles tinham mais ou menos a nossa idade (11 e 13 anos). Foi terrível. Nós nos vimos ali sem saída, não havia para onde correr, não havia o que fazer. No velório, veio gente de toda a família, exatamente como meu pai queria. Gente que eu sequer sabia que existia, querendo me abraçar e eu querendo apenas ficar ali, triste no meu canto, dando o último adeus ao meu querido pai.

Com o passar dos dias minha mãe contatou o juiz da cidade e conseguiu uma autorização para que eu e meu primo de 11 anos passássemos a trabalhar legalmente ajudando em casa com as despesas, e assim foi feito. Nos tornamos assim os primeiros Guarda-Mirins da cidade de Bragança Paulista menores de 12 anos de idade.

Eu estudava então até meio dia e trabalhava das 13 às 18 horas todos os dias, de segunda a sexta-feira. Junto com meu pai, perdi minha mãe também que





desapareceu de casa para fazer o papel de homem da casa. Ela trabalhava dia e noite para pagar as contas que meu pai deixou.

De dia minha mãe fazia faxina de segunda à sexta-feira e nos finais de semana ela carpia terreno e fazia garçonete nos bufetes da cidade nas festas de formatura, isso quando tinha festa, quando não tinha ela sempre achava alguma coisa para fazer. Se mantinha em ação constante. Minha mãe continuou a ser a Leoa da casa, mas desta vez sozinha, sem ninguém para impedir seu crescimento. Eu, com 11 anos de idade, passei a fazer também, profissionalmente, aquilo que eu amava fazer e que meu pai detestava: dançar.

Estimulado por minhas amigas queridas e professoras do ginásio dona Martinha e Bete eu passei a participar de concursos de dança e teatro na escola, ganhando 3 anos consecutivos decidi fazer isso profissionalmente. Unir o útil ao agradável.

Meu primeiro emprego como Guarda-mirim foi na prefeitura municipal da cidade. No gabinete do prefeito, na época o Dr. Jesus Abi Chedid. Eu era uma espécie de auxiliar de escritório do próprio prefeito. Foi a experiência profissional mais incrível da minha vida. Eu ganhava 84 reais por mês trabalhando como auxiliar do gabinete do prefeito meio período por dia. Naquela época era um dinheirão. E lá na prefeitura mesmo eu consegui um contrato como dançarino e assim eu fazia um show por semana ganhando um salário mínimo por show que era dividido em dois, eu e minha parceira de dança Mônica Paula.

A gente não via na verdade a cara do dinheiro, no meu caso minha mãe ficava com o dinheiro para ajudar em casa. Nessa época eu me lembro que muita coisa não havia mudado. Embora meu pai não estivesse mais lá, a única coisa que mudou mesmo foi nossa alimentação pois ela praticamente não existia mais. O que já era ruim ficou ainda pior.

Nós comíamos arroz e feijão todos os dias, não havia mais nada para acompanhar. Muito de vez em quando uma salada e muito raramente tinha carne na mesa.

Passamos a morar em uma casa (se é que se pode chamar aquilo de casa) que era uma verdadeira tapera. Assim como nos velhos tempos, a casa tinha apenas 3 cômodos e o banheiro claro, do lado de fora. A sala da minha casa tinha no máximo 2 metros e meio por 3 metros mal cabia um sofá de 2 lugares e a televisão. A casa era germinada e a parede que nos separava dos vizinhos era apenas uma parede de tijolinhos (bem malfeita por sinal). A casa não tinha forro, olhando para cima se via o telhado de barro vermelho. Os cômodos eram todos entreabertos na parte de cima, pois não dá para fazer uma casa pequena e germinada com tijolinho sem forro se ela não for malfeita não é mesmo?

Durante as noites era possível ouvir uma quantidade assustadora de ratos andando por entre os muros e não eram ratos pequenos não, eram verdadeiras





ratazanas.

Por mais incrível que possa parecer, eu me lembro que nessa época eu não nos via como pessoas pobres. Por alguma razão eu me sentia próspero e sabia que aquilo era apenas uma fase. Todos os dias enquanto eu caminhava para a escola eu ia orando no meio do caminho agradecendo à Deus pela Vida e por ter a oportunidade de poder ir para escola, aprender, ir para o trabalho e poder assim ajudar a minha mãe a ficar cada vez mais rica.

Enquanto eu orava eu sempre pedia para Deus abençoar as pessoas que não tinham a oportunidade de ter tudo aquilo que eu tinha (como se fosse muito) e para que Ele as abençoasse para que eles pudessem chegar, um dia, a ter acesso a tudo aquilo, não sei se era muita inocência ou muita riqueza espiritual. Prefiro ficar com a segunda parte.

Eu agradecia porque eu me achava rico, eu sempre achei que ter um teto e alguma coisa para colocar na barriga era o suficiente e eu era grato por ter isso. Não enxergava outras necessidades e nem enxergava que a vida poderia ser melhor que aquilo. Não tinha brinquedos, não tinha nenhuma regalia, não tinha absolutamente nenhum luxo, mas não me fazia falta e eu sequer sabia da existência disso tudo. Era pobre de dinheiro, mas imensamente feliz e rico espiritualmente. Hoje quando olho para trás, eu acho que eu era de fato um lindinho. Inocente, puro, mas imensamente rico.

### Capítulo 3 - Saindo para o Mundão

---

Você não pode mudar o vento,  
mas pode ajustar as velas.

Já se passaram 2 anos desde que meu pai falecera e nós estávamos nos mudando para nossa casa. Construída com todo o esforço de toda a família. Foi lindo. A casa já estava de pé e coberta. Não tinha água encanada, não tinha asfalto no bairro, não tinha pisos instalados e não tinha sequer energia elétrica, nem na casa nem no bairro. A gente caminhava 1 quilômetro com baldes nas mãos para ter água para tomar banho, cozinhar, lavar roupas e inclusive para fazer as necessidades.

Era uma vida bem fácil #SQN, mas não pagávamos aluguel e já tínhamos salada e carne na mesa a semana toda. Embora a falta do saneamento básico no bairro, uma melhoria na qualidade de vida era visível.

À noite ligávamos o lampião para conversar enquanto jantávamos. E por volta das 9 horas todos já estavam dormindo pois não havia muita coisa para se fazer sem energia elétrica. Não dava sequer para ler os livros que ficavam dentro da minha cabeça me chamando até cair no sono.

Eu estava completando 14 anos e no início da história eu disse que a minha





mãe teve um marido que a violentava e por isso ela se separou dele e ficou com meu pai. Quando eu completei meus 14 anos eles se reencontraram e resolveram juntar os trapos novamente e é claro que ele veio morar na minha casa.

Hoje quando eu analiso o passado vejo que minha mãe tinha a incrível capacidade de atrair para ela todo homem que não prestava. Acredito mais uma vez que isso seja reflexo da sociedade em que vivia, consequência de uma família com valores quebrados.

Bom, pelo menos agora ele não a violentava mais, mas ao invés disso, me batia de vez em quando por eu ser afeminado demais. Isso aconteceu duas vezes, mas me machucou muito. Acredito que o fato de eu ter uma personalidade energética, desafiadora e intelectual, o fazia se sentir ameaçado dentro de casa.

Fato é que, graças à Deus, a relação não durou muito tempo. Depois de 3 anos eles se separaram e eu encontrei a paz dentro da minha própria casa.

A essa altura do campeonato, já havia água, energia elétrica e esgoto instalado na casa. Minha mãe, como sempre, se mantinha em ação constante. Continuava trabalhando muito. Foi dessa forma que ela conseguiu comprar novamente aquela nossa primeira casa de volta. Aquela mesma que precisou ser vendida para pagar a cirurgia do meu pai.

Quando eu completei 22 anos eu saí de casa. Fui para a cidade grande, São Paulo. Capital. Queria ter novas aventuras, novas oportunidades, aprender a sobreviver, estudar, ser alguém na vida, conhecer a Vida.

Lá, aluguei um quarto minúsculo em uma garagem que tinha apenas um banheiro e uma cozinha que só cabia o fogão e eu. Era decente, mas extremamente pequeno. Não passei fome, mas passei apertado.

Para sair da casa de minha mãe, eu disse a ela que havia conseguido um emprego que me daria cursos na área financeira e por isso foi mais fácil para ela aceitar essa mudança.

Para mim não foi tão fácil assim. A minha sorte é que eu não estava sozinho, tive apoio moral e financeiro quando precisei. Meu parceiro que morava em outra cidade vinha me visitar nos finais de semana e passou a me ajudar com o que precisasse, caso precisasse. É claro que eu precisei várias vezes, ele foi não somente um anjo na minha vida, mas alguém que devo muito respeito e me emociono cada vez que falo dele.

Eu mandava currículos para todas as empresas que estivessem precisando de qualquer coisa. Eu precisava trabalhar e como tive uma boa professora, minha mãe, que me ensinou que trabalho é trabalho, não importa qual trabalho, eu passei a procurar tudo o que eu aguentava e podia fisicamente.

Não sei se foi pura sorte ou se o Universo já estava realizando meus desejos, mas em dois meses eu consegui um emprego promissor. Daqueles que ninguém quer nem de graça. Operador de telemarketing.

Eu nunca ouvira falar disso antes, nem sabia o que era um operador de telemarketing. Percebi que no meio daquela multidão algumas pessoas eram







estudadas com nível universitário e tudo mais, eu não tinha a menor chance, mas consegui.

O salário não era bom, mas também não era tão ruim assim. Um emprego que você trabalha apenas 6 horas por dia para ganhar um salário e meio, 6 dias na semana e benefícios, achei viável na época. Não achei que fosse passar na entrevista, afinal eles tinham apenas 15 vagas e eu estava disputando com mais de 500 pessoas. Não achei que passasse, mas passei.

Consegui uma vaga para ser operador do banco Santander Banespa. Lá conheci uma das minhas amigas mais especiais, Mariana Bidoia que mantenho amizade até hoje. Fato é que eu e a Mari nos conectamos imediatamente. Nossa amizade era incrível, a gente morava relativamente perto, ambos na zona leste de São Paulo, eu na Penha e ela na Vila Matilde e a gente virou unha e carne imediatamente.

La na central a gente chegava todos os dias meia hora antes para poder estudar todas as mudanças do banco que vira e mexe mudavam-se as regras. E a gente acabou meio que virando superespecialistas da central de atendimento, tinha algumas coisas que a gente sabia até mais que os próprios supervisores. Foi exatamente por isso que antes de completarmos 3 meses de experiência fomos convidados a nos tornar Sênior de atendimento e ao completarmos os 3 meses de experiências já trabalhávamos como supervisores de uma equipe de 20 atendentes cada. Conseguimos mudar de posição dentro da empresa muito rápido o que gerou uma série de descontentamento e picuinha na companhia por parte de pessoas que trabalhavam lá há anos e jamais conseguiram mudar de posição.

O problema é que ninguém queria de fato fazer o que era necessário ser feito para ter o que conquistamos, como por exemplo chegar na empresa 30 minutos antes do horário, todos os dias, para estudar e nem se dispunham a trabalhar nos finais de semana ou fazer hora extra, também não se dispunham a fazer os cursos de atualização que a empresa oferecia gratuitamente e eles atendiam os clientes com tanta prontidão que as vezes dava até a impressão que era o cliente que ia tirar a dúvida deles.

Trabalhei lá por 2 anos, nesse tempo eu me formei em Estética e Cosmetologia pelo Senac. Assim que eu completei 2 anos eu fui convidado para trabalhar em um departamento de maior competência no banco e aceitei, pois, o salário com isso subia mais que metade e conhecimento eu já tinha, então era colocar as mãos na obra. Trabalhei no novo departamento do banco apenas 2 meses e ao lado de meu parceiro resolvemos abrir mão de tudo para tocar nosso próprio negócio.

Montamos então um restaurante de comida chinesa na Vila Mascote, região nobre da Zona Sul de São Paulo.

Mister Ling comida chinesa, tinha tudo para ser a realização de um sonho, mas no final das contas foi um verdadeiro pesadelo.







Para quem leu o romance O CONDENADO, lá tem a explicação, nos mínimos detalhes, de como foi essa terrível experiência. Para quem não leu, só posso dizer uma coisa, não valeu a pena.

Eu e meu parceiro investimos todas as nossas fichas nesse negócio que mingou nossas vidas ao máximo. Falando por mim, perdi minha saúde mental, emocional e financeira por conta dos assaltos, roubos e desonestidade de algumas pessoas que estavam ao nosso redor.

Foi então que eu resolvi usar a Ressonância Harmônica para mudar o jogo. Eu estava à beira de um colapso humano e foi nessa época que eu fui apresentado a esse tema, que eu até já usava, mas que, só a partir de então eu passei a usar com unhas e dentes para valer conscientemente, e foi assim que a minha vida mudou completamente.

## Capítulo 4 Ressonância Harmônica

---

A meditação é como a oração,  
ela muda sua vibração e abre as portas do seu coração.

Eu estava passando por tantos problemas que resolvi desabafar com uma amiga. A Liliane Pereira, ela foi um anjo na minha vida. Ela me ouviu atentamente, me deixou desabafar e quando eu disse que não aguentava mais e finalmente terminei de desabafar ela pacientemente me disse para eu fazer meditações.

"Mas que P#%\$ é essa de fazer meditação, com tantas coisas para fazer eu nem tinha tempo para isso" Pensei comigo mesmo.

Mas decidi arriscar e perguntar por onde começar e ela me disse que eu deveria baixar um áudio da internet que se chamava “exercício da bolha cor de rosa”. Meio que a contragosto, assim o fiz e para minha surpresa achei aquele áudio maravilhoso e fiquei muito curioso sobre o restante daquele Cd. Com certeza ele teria coisas incríveis para me oferecer como exercícios de meditação, não somente para mim mas para todos aqueles que estão iniciando nesse processo de evolução espiritual.

Nesse cd que eu baixei, você é guiado passo a passo. O que fazer no momento da meditação, como se comportar, qual o melhor horário e postura, e a voz da pessoa que narra junto com a música de fundo é simplesmente de uma HARMONIA incrível para se concentrar na meditação.

Só para se ter uma ideia, hoje, anos depois, eu já aprendi a meditar como gente grande, mas ainda ouço esse CD diariamente, por achar que o cd é de ótima qualidade. Tenho tanto no meu computador, quanto no meu celular os áudios.

Eu os ouço sempre, seja quando estou fazendo caminhadas, quando estou





esperando ser atendido em algum local público ou ainda na esteira da academia. Quaisquer cinco minutos eu aproveito e coloco os fones de ouvido.

Eu baixei então o cd todo da internet, que inclusive só recentemente, eu descobri ser da Louise Hay, uma maravilhosa propagadora das boas energias do Universo. Depois disso eu simplesmente não conseguia mais parar de ouvir o cd. Mesmo sendo adepto de ouvir músicas o dia todo, parei com as músicas e passei a ouvir somente o cd, que era tudo o que eu precisava para sair do "inferno astral" que eu estava vivendo.

No começo, quando eu comecei a ouvir o cd, eu até achei maravilhoso, mas não acreditava muito que aquilo poderia mudar minha vida. É um pouco surreal acreditar que alguma coisa vai mudar, até por que geralmente quando a gente chega nesse estágio de meditar por obrigação, a nossa vida já está muito "errada" e, como tudo na vida, é difícil consertar um problema apenas "por obrigação". Mas eu resolvi tentar.

Eu estava passando a fase mais difícil da minha vida. Havia perdido tudo, ou pelo menos assim eu acreditava.

Além de que todas as nossas finanças já tivessem ido pelo ralo, eu briguei com minha família, minha relação estava praticamente acabando por conta de todo o stress que passamos na época e foi por esses motivos que eu comecei a meditar.

Quando eu meditava a única coisa que eu mentalizava era uma vida feliz, eu rindo, realizado, me divertindo, viajando, vivendo em um local mais seguro, cenas de final feliz de filme de sessão da tarde.

Eu não pensava nos problemas, na hora da meditação era só felicidade, era meu momento de curar as minhas células, fazer a minha parte para que meu corpo continuasse íntegro, já que a mente estava danificada. Eu não acreditava muito, mas já que era para fazer, fazia de corpo e alma.

Então, na hora da meditação, nada de pensamentos negativos, nem sequer pensava na solução de problemas pois só de pensar na solução, você já é obrigado a pensar no problema e eu queria evitar ter qualquer tipo de contato com essa frequência dos problemas.

Sim, deu vontade de desistir na primeira semana. Pois geralmente a gente começa a meditar numa fase turbulenta e como o ser humano é imediatista, quer resultados da noite para o dia, você sabe como é não é mesmo? Acreditar nisso é enfiar goela abaixo mais uma crença fantasiosa e impossível de acontecer. Ninguém muda da noite para o dia e nenhuma situação se resolve sem tempo e dedicação.

Muitas pessoas acreditam que a meditação serve para que seus problemas se resolvam sozinhos, e elas estão certas. Eles se resolvem sozinhos desde que você saiba meditar na frequência certa e usar a ressonância harmônica a seu favor.





Eu sei que no começo eu não sabia muito bem como usar esse tal segredo de que todos falavam tanto. Eu também não acreditava muito, pois a maioria das pessoas que falavam do tal segredo, estavam até em situações piores que a minha e alguns deles continuam naquela mesma situação hoje, anos depois.

Mas com insistência eu aprendi a usar e estou aqui para te ensinar como fazer isso.

Agora que você já conhece um pouco da minha história, já fica mais fácil entender que é possível sim mudar a frequência e ter uma mudança de vida a partir de então certo? Pois não é fácil de imaginar que uma criança que passou a infância na pobreza, da maneira como eu passei, conquistasse o sucesso em diferentes setores da vida como conquistei e continuo conquistando.

Para alguns pode até não parecer tão difícil assim, mas pelo menos para mim, isso era algo que nem passava pela minha cabeça quando eu era criança. As necessidades não me permitiam pensar além de trabalho/escola/casa. E mesmo assim hoje, estou eu aqui, no Canadá, estudando, ainda e de novo, em uma das melhores universidades do mundo, trabalhando no conforto da minha casa recém comprada, com meu carro na garagem, tenho uma qualidade de vida que jamais pensei ter antes, posso ir para o Brasil sempre e quando quiser, tudo isso por que aprendi a usar esse tal segredo. Até minha atual relação eu encontrei “usando” o segredo. A ressonância é mesmo incrível e faz milagres se você souber como utilizá-la. Basta querer e acreditar.

Não faz muito tempo, uma grande amiga minha, Dra. Stela Sonoda, me convidou para fazer parte de um grupo na internet. É um grupo de Ressonância Harmônica. Foi só então que eu descobri, que tudo isso que eu faço inconscientemente desde 2008, é explicado pela ciência em forma de física quântica, mecânica quântica e alguns mais espiritualistas gostam de dar o nome de ressonância harmônica, Reiki, o segredo, a lei da atração e por aí vai, existe uma infinidade de nomes, mas não importa como você chama isso, o importante é que funciona.

Andei pesquisando e, acredite ou não, esse tema tem nome que confunde até o capeta. Que bom né? Afinal de contas, a única coisa que a gente não precisa quando quer meditar é o capeta por perto atrapalhando nosso processo evolutivo espiritual, mental e emocional.

Dê o nome que você quiser dar, saiba que espiritual ou científico, a coisa funciona mesmo. Funciona tanto que nos últimos anos eu fiz coisas que eu jamais imaginei fazer e não é apenas por falta de dinheiro, algumas das coisas que fiz não basta ter dinheiro precisa ter conhecimento das pessoas certas para ter certo acesso e eu jamais imaginei conhecer as pessoas certas para tal fato que explicarei a seguir.

Antigamente não dava para se imaginar contar uma história começando pelo final, mas hoje já virou clichê de Hollywood por isso vou fazer diferente,





começarei pelo princípio.

A primeira coisa que eu mentalizei nas minhas meditações, como dito acima, foi ser feliz. Essa era a única mudança que eu queria em minha vida. Queria mudar mesmo. Embora aquele estágio de assaltos e desarmonia total estivesse presente na minha vida, eu meditava para alcançar a felicidade. Não demorou tanto assim, acredito que eu tenha emanado a boa frequência nos meus pensamentos e embora na época minha relação estava um caco, acredito que tanto eu quanto ele, queríamos resolver o problema, queríamos dar uma chance para nossa relação.

Eis que algumas semanas depois de começar a meditar uma solução para resolver os nossos problemas apareceu. Mudar se do Brasil.

E desde quando fugir dos problemas é a solução?

Verdade, não é a solução fugir dos problemas, mas muitas vezes tudo o que a gente precisa é mudar completamente o foco das coisas, a direção que o barco anda, mudar o cenário para poder chegar a algum lugar. Às vezes, a gente precisa abandonar absolutamente tudo para conquistar tudo de novo, afinal de contas se você tem as mãos ocupadas, como fazer para pegar novas coisas? A única solução possível é largar o que já está em suas mãos e agarrar algo novo.

Muitas vezes a escolha não é das melhores, mas se eu aprendi algo com a vida é que, ou você faz as escolhas ou as escolhas fazem você. Não tem muito como fugir disso. E quando você faz a escolha, a escolha certamente te fará também.

Na época, a ideia de se mudar do Brasil soou como falsa, pois não tínhamos mais dinheiro para absolutamente nada. E sabe-se perfeitamente que um processo de imigração é caro por si só, isso sem contar o preço final do Green-card, a passagem de avião e a hospedagem dos primeiros meses. Hospedagem que a gente nem sabe como será, e pior, o Canadá não te dá nenhuma garantia de que você vai conseguir sobreviver. Mas embora sem dinheiro e garantias, escolhemos o Canadá para recomeçar nossas vidas.

Não sabíamos, nessa altura do campeonato, se conseguiríamos finalizar o processo, pois além de caro é um tanto quanto demorado, na época demorava 2 anos da data que você dava entrada até pegar o visto em mãos, hoje não sei.

Nós estávamos cientes de que a maioria das pessoas, que começam o processo de imigração, muitas vezes nem saem do Brasil, pois o processo é tão demorado que quando você finalmente consegue o visto sua vida já mudou tanto que você desiste de sair do Brasil.

Bom, existe uma explicação espiritualista para isso. Quando a gente faz o processo de imigração a gente entra em uma sintonia muito maior e melhor, pois queremos ter uma vida melhor e é tão somente por isso que fazemos o processo caro, longo, mas compensador e no final do processo você tem, não somente o visto em mãos, mas uma melhor qualidade de vida por conta da vibração que você estava emitindo nos meses de processo.





No meio do processo a gente vive tão intensamente essa energia da mudança que antes mesmo de nos mudarmos para o país de destino, já mudamos dentro de nós tanta coisa, que a vida da gente, esteja onde estiver, também muda pra melhor. A gente acaba imaginando nossa vida no país de destino muito melhor do que é no país de origem. E a gente vive essa imaginação com tanta vibração, emoção e alegria, que aquilo acaba virando realidade antes mesmo de você sair do Brasil. Ou seja, você mentaliza sua vida no outro país e acaba concretizando isso antes mesmo de chegar lá.

Quando a gente se sintoniza para algo melhor não tem como não melhorar. É simplesmente impossível. E essa é uma das razões pelas quais algumas pessoas que fazem o processo de imigração, acabam finalmente não saindo do Brasil, elas começam o processo, mas quando recebem o visto já conseguiram uma vaga muito melhor de emprego ou conseguiram uma bolsa de estudos que estavam tentando há anos, ou entraram em uma nova e maravilhosa relação amorosa ou ainda resolveram montar uma empresa que acabou dando tão certo, que a pessoa simplesmente desiste de partir. E é aqui que eu conto como e o que mudou na minha vida na época em que eu fazia o meu processo.

Depois que a gente decidiu que faríamos o processo, como eu já disse, não tínhamos certeza de mais nada. A gente só sabia qual era o próximo passo, mas nunca se o próximo do próximo daria certo. Fomos fazendo uma etapa de cada vez, sem medo de sermos felizes. Até porque, pior do que estava não dava para ficar.

Estava tão ruim que a única coisa que a gente poderia fazer era orar para que tudo desse certo. Orar e entrar em ação, que é o que eu vou explicar um pouco melhor no próximo capítulo.

## Capítulo 5 - Ação Constante

---

Para refletir: Tinha 5 peixes em um aquário na beira de um rio.  
2 deles resolveram pular do aquário para o rio e nadar para o infinito.  
Quantos peixes ficaram?

AÇÃO é o que determina o seu sucesso. De nada adianta orar, meditar, suplicar a Deus por um milagre se você não fizer sua parte e se manter em constante ação. A falta de ação gera depressão. E para não cair na depressão foi a ação que a gente escolheu.

Eu, que sempre fui muito espiritualista, passei a meditar mais, mas além disso, eu me levantava todos os dias pela manhã e saía para o trabalho, que por sinal era no meu próprio restaurante e eu passara a detestar aquele emprego, tanto que até hoje só de ouvir falar a palavra yakissoba eu passo mal.





Além de me levantar todos os dias para trabalhar, no período da noite nas segundas, quartas e sextas-feiras, eu deixava o restaurante nas mãos do meu melhor amigo Rodrigo Hanaoka e fugia para a escola de idiomas para aprender francês, pois meu processo de imigração era para a província do Québec onde só se fala o francês no Canadá. Portanto, está aí uma outra coisa que eu jamais imaginei aprender. Nunca pensei que fosse necessário o francês na América. Minha ignorância passou por cima de mim como um trator, pois não é só no Canadá que se fala francês nas Américas.

Um ano se passou e depois de todas as taxas pagas, entrevistas feitas e uma pasta de um quilo e meio de documentos enviados para o Escritório de Imigração do Québec, chegava nosso Green-card. Meu Deus, era muita emoção para uma pessoa só. Eu mal podia acreditar que aquilo estava de fato acontecendo. Eu que jamais havia saído do Brasil antes, agora estava para sair definitivamente e para um dos melhores e mais desenvolvidos países do mundo.

Nesse meio tempo entre vender o restaurante, receber o Green-card e se mudar para o Canadá, eu decidi que não ficaria de braços cruzados, queria fazer algo para ganhar "um extra" e ocupar minha mente que estava um bagaço.

Voltei então para a casa da minha mãe em Bragança Paulista e montei um pequeno espaço de estética na própria garagem de casa. E minha frequência com o Universo estava tão alta por conta da mudança para o Canadá que tudo o que eu fiz foi mandar um e-mail para uma meia dúzia de amigas dizendo que estava atendendo em casa e pronto, uma semana depois eu já tinha a agenda cheia e meu negócio deu tão certo, que no primeiro mês eu consegui faturar R\$ 2500,00.

Bom, R\$ 2500,00 não é um mundo de dinheiro, mas para um negócio que começou do nada é muita coisa SIM. Sobre tudo, por ser um negócio montado às pressas, em uma garagem de um bairro de classe baixa e, não se esqueça, estamos falando de uma época onde o salário mínimo era de R\$ 640,00.

Achei que valia a pena compartilhar essa experiência para mostrar o que eu quis dizer com ação constante e com o fato de vibrar positivamente no processo de imigração. Pois, quer queira ou não, isso foi uma resposta do Universo para comigo que estava vibrando tudo na minha mais alta potência em relação à minha vida futura no Canadá. Fizesse o que eu fizesse, tudo daria certo, tudo seria retribuído grandemente, pois eu estava vibrando apenas felicidade.

Dito isso, ao passar de mais 1 ano foi tudo vendido e eu estava de mudança para o Canadá.

O que eu quero que você entenda nesse capítulo é que o que me permitiu tudo isso não foi o fato de eu querer. Querer todo mundo quer. Eu fiz algo diferente do que todos os outros, eu fiz acontecer, mantive a ação constante e claro, vibrei.

No começo desse capítulo eu deixei uma questão para reflexão. Havia 5 peixes em um aquário na beira de um rio. 2 desses peixes resolveram pular do aquário para o rio e nadar para o infinito. Quantos peixes ficaram?







É claro que ficaram os 5. Os peixes apenas resolveram, decidiram, queriam. Nenhum pulou de fato. Essa estorinha serve apenas para dizer que assim como os peixes, nós nos levantamos todos os dias com milhares de ideias, desejos, vontades, sonho e querer. Muitos deles, talvez nenhum deles de fato serão concluídos nem com o passar de toda uma vida, pois se você não se levantar agora e se mexer, partir para a luta e se colocar em ação constante nada vai mudar.

Quantos não querem se formar em um curso legal, em uma faculdade, ou enviar o curriculum para aquela empresa maravilhosa? Quantas pessoas não querem tentar uma oportunidade em um novo negócio, fazer um investimento, ter filhos, comprar um carro? A história é a mesma só muda o contexto. Todos querem, mas ninguém toma nenhuma decisão. Conheço muitas pessoas que todos os anos no Réveillon fazem listas de metas. Listas maravilhosas com desejos desde a começar uma nova dieta até adquirir um apartamento na praia onde a maioria, se não todas as metas, não são alcançadas e não é por falta de possibilidades e sim por falta de ação.

Portanto, se você tem algo que você deseja, que você quer muito, não espere o tempo passar para você se sentir arrependido. Corra atrás, tente agora mesmo. Tentar e fracassar não é feio, feio é ficar se lamentando a vida toda perguntando-se "E SE EU TIVESSE FEITO ...". Já vi muita gente com grande potencial morrendo no "e se eu tivesse feito, comprado, agido, pedido, ligado, amado, me declarado..." e uma série de outros "E SE" que não permitem a pessoa de evoluir. Esse "e se" é um grande destruidor de sonhos. Não deixe isso acontecer com você. Se você resolveu que precisa fazer algo, faça agora mesmo. São as ações que vão fazer seus objetivos alcançáveis e não o querer.

E não venha me dizer que você está muito velho para fazer alguma coisa pois a internet está repleta de estórias de pessoas que se formaram na Universidade depois dos 70 e 80 anos de idade. Sempre é tempo para a realização de um sonho. Eu mesmo agora nesse momento enquanto reviso esse texto já estou me preparando para ir para a minha próxima faculdade, e eu já estou com 33 anos. Como diz uma amiga minha "Tem que mexer o doce se não queima".

A primeira coisa a fazer para mudar sua sintonia é traçar metas, planos e objetivos. Esquece que você precisa de dinheiro, pois o dinheiro seria um limitador de coisas. Faz de conta que você tem todo o dinheiro do mundo. Mas esse dinheiro não deve ser gasto e sim investido com sabedoria nos seus planos. Quando você entende que mesmo quem tem muito dinheiro não gasta dinheiro, apenas investe, você passa a entender o porquê que essa gente continua tendo dinheiro mesmo depois de ter "gasto" tanto dinheiro.

Primeiro, por que eles não gastam, eles investem. Depois que eles sabem que ter dinheiro é motivo de luta, é resultado de uma vida de trabalho, de fazer algo, de se manter em ação constante e eles não vão querer jogar isso fora gastando com coisas inúteis ou desperdiçando essa riqueza que não é tão fácil







assim de se conquistar.

Quando a gente entende isso a gente descobre que não precisa de muito dinheiro para fazer as coisas acontecerem. A gente só precisa de ação. Da nossa ação. Ainda que vivamos em um mundo capitalista, onde tudo gira em torno do dinheiro, sabemos que as melhores coisas da vida não se gasta nenhum centavo para tê-las muito menos para dá-las, até porque as melhores coisas da vida não são coisas.

Escrever uma carta, aparecer de surpresa para simplesmente dar um abraço, jogar conversa fora sentado na calçada nas noites de verão olhando o pôr do sol ou as estrelas, são coisas que a humanidade parece ter esquecido completamente com o aparecimento dessa nova tecnologia chamada internet. Só que para usar a internet precisa de dinheiro, mas para admirar a vida não.

Isso também faz parte da ação e também é um investimento emocional, espiritual, mental e social. Além de que, esse tipo de investimento gera lucro, pois permite você de manter relações interpessoais para uma futura rede de contatos profissionais, que vai lhe render não só amizades como também dinheiro no futuro. Se você fizer esses encontros por amor certamente gerará dinheiro no futuro, as vezes nem precisa esperar tanto.

Uma vez que você decidiu que precisa mudar, faça uma lista de coisas que você quer mudar, coisas que você quer que aconteçam, pequenas coisas que dependem mais de você do que dos outros para se concretizarem ou para serem realizadas.

Então, aqui, eu te convido para fazer um exercício rápido, simples e objetivo. Pegue uma caneta e um papel agora e escreva nele pequenas coisas que você tem para fazer. Exemplos: dar um telefonema, mandar um cartão de aniversário ou de felicidades não importa o motivo, encontre uma razão para enviar um cartão para alguém, mandar uma mensagem de texto mesmo que seja por WhatsApp, enviar o curriculum para aquela empresa que você quer tanto trabalhar, se inscrever em um cursinho livre para aprender algo novo, se matricular em cursos de idiomas gratuitos online, etc.

A lista não necessariamente tem fim, você pode colocar nela tudo o que você quiser, coisas simples, mas que fazem com que você dê, ainda que pequeno, um passo em direção ao seu objetivo final. Um passo a mais para que você pegue todas essas metas e arraste-as para o seu presente, verifique qual delas precisa ser feita com maior prioridade e que vai permitir você estar cada vez mais próximo do seu sonho.

Comece pequeno, comece fazendo aquelas metas mais banais, aquelas que você já nem anota mais de tão bobinhas que elas parecem ser, mas que não são. Comece fazendo o simples, logo estará fazendo o necessário e não muito tempo depois estará fazendo o impossível e provavelmente ouvindo a famosa frase “esse deu sorte na vida”.





O que você precisa aprender aqui é que o importante é manter-se em constante ação ainda que fazendo pequenas coisas. Faça algo todos os dias, saia de casa, se você acha que naquele dia não há nada de importante para fazer, vai dar uma volta no quarteirão, na pracinha, na beira do lago, vai visitar um amigo que faz tempo que você não vê, leve um pacote de biscoitos para comerem enquanto tomam café, mas faça alguma coisa. Não há nada de mais prazeroso que receber a visita de um amigo, sobretudo se for um amigo que você não vê faz tempo.

Pequenos milagres estão por aí, pela vida, a todo momento, em todo lugar. Ainda que hoje exista a internet e você possa “visitar” um amigo que está do outro lado do mundo, nada se compara com a riqueza do toque, do abraço, do perfume e da sensação de estar presente na vida de alguém de corpo e alma. E quando você visitar alguém, por favor, seja educado e desligue o celular, não há nada pior do que receber uma visita e a pessoa estar lá apenas fisicamente. A mente viaja no espaço virtual do celular, além do mais, é uma verdadeira falta de educação e deselegância.

Chega a ser contraditório, não é mesmo? Quando falamos virtualmente com alguém, dizemos que estamos com saudades e que não vemos a hora de nos encontrar, mas quando nos encontramos, são apenas nossos corpos que estão lá, pois estamos tão ocupados falando com alguém pelo celular nas mensagens de texto e sites de relacionamentos, que não nos damos conta de que poderíamos estar tendo uma relação real ali de gentileza, de amizade, de carinho, de amor, de verdade. Uma falta de respeito muito grande com seus amigos que estão te recebendo.

Faça o que tiver que ser feito, mas não deixe seu corpo estacionar no sofá na frente da tv. Não há nada de errado em assistir à novela das 9 para descontraí-lo um pouco depois de um longo dia de trabalho, mas mantenha a ação na sua vida para que as coisas aconteçam de forma natural.

Uma vez que você tenha feito a sua lista de metas e partido para a ação de realizar, ainda que as mais pequenas das ações, acredite, tudo ao seu redor começa a mudar como num passe de mágica, exceto que de mágica não tem nada. É apenas seu sistema vibracional que mudou e com ele automaticamente muda tudo.

## Capítulo 6 - SIM.

---

“Eu disse sim pro mundo / Eu disse sim pros sonhos  
E pra tudo o quê eu não previa / Sim pro inexplicável  
Eu disse, sim, eu caso / Eu disse sim pra tudo o que eu podia  
E eu podia mais do que eu sabia” **Sandy**





Cheguei no Canadá em maio de 2010, desembarquei em Montreal. Fazia um friozinho considerável para alguém que estava acostumado com o calor do Brasil. Eu saí de São Paulo em torno de 27 graus centígrados e cheguei no Canadá em torno de 10 graus centígrados.

Observação: Quando cheguei no Canadá minha relação com meu parceiro já havia se acabado. Mas continuamos a dividir casa e aluguel por alguns anos, ele continuou me ajudando muito, ficou do meu lado quando eu mais precisei, me aceitou. Digo isso apenas para enfatizar que devemos dar valor a quem nos acolhe, nos incentiva, é o amor incondicional do universo.

Cheguei no Canadá me sentindo turista, assim como muitos imigrantes, saía para fazer turismo quase todos os dias nos 3 primeiros meses. Esse é o tempo que se leva para receber a documentação canadense (tipo CPF brasileiro).

Assim que eu recebi minha documentação canadense, eu já tinha feito amizade com uma outra brasileira, e assim como eu, ela é também bragantina, que também morava em Montreal, a gente não acha bragantino nem em Bragança Paulista mas acha no Canadá, (eita mundo pequeno!). Ela me disse que conhecia uma agência de empregos que estava recrutando para ir trabalhar em um hotel como camareiro no norte do Québec e que não era necessário falar francês.

A princípio eu não gostei muito da ideia pois nunca havia trabalhado como camareiro, mas quando eu vi o salário (33 dólares por hora em 2010) eu aceitei imediatamente.

Quando a gente chega no país de destino a gente não se pode dar o luxo de recusar esse tipo de oferta.

Na descrição da oferta eles deixaram bem claro que o local era afastado e que a condução de ida e volta era por nossa conta, mas como essa minha amiga tinha carro, a gente resolveu encarar. Sem contar que seria uma experiência maravilhosa viajar para o outro extremo do Québec e conhecer aquela região, que embora eu não sabia na época, é uma das regiões mais lindas de todo o Québec. Chegamos e nos hospedamos em uma casa de frente para um lago.

Achei aquilo pegadinha da Faustão. Como que um simples camareiro tinha aquele privilégio? Meu Deus, quanta emoção.

Foi mais um passeio do que um trabalho para mim. Aquilo, pelo menos para mim, foi um presente da Vida. O hotel que a gente trabalhou chama-se Fairmont e é nada mais nada menos do que um castelo de frente para um rio que se perde de vista, parece o mar, mas não é. Caso você se interesse basta dar uma pesquisada no Google escrevendo “Fairmont La Malbaie”. Não ganho nada fazendo propaganda do lugar, mas quero que vocês possam ter uma noção do que eu estou falando.





Eu tive o prazer de fazer um tour no hotel e conhecer todo o castelo. Fiquei maravilhado com aquela oportunidade. E embora o emprego fosse puxado, nos deu uma excelente oportunidade de descobrir novas pessoas, culturas e partes de um planeta que pouquíssimas pessoas tiveram a oportunidade de conhecer, inclusive eu moro aqui no Canadá há anos e ainda não encontrei nenhum Canadense que tenha se hospedado naquele hotel ou que conheça aquela região, por isso me considero uma pessoa de muita sorte.

Depois que voltamos de lá, eu me sentia recarregado. Pilhas novas e pronto para a vida. Me matriculei no curso de francês que o Governo do Canadá me deu e eu abri as mãos para pegar aquele presente sem pensar duas vezes.

Com fome de aprender em 1 ano eu já estava falando fluentemente o francês e o inglês. Nesse meio tempo eu não tinha tempo de fazer absolutamente nada. A única coisa que eu fazia era manter a cabeça ocupada e durante 40 minutos de ida e 40 minutos de volta para a escola, eu ouvia os áudios do cd da visualização criativa. Quando eu não estava ouvindo os áudios, ou por que a bateria estava acabando ou por que eu tinha esquecido os fones de ouvidos, eu sempre tinha em mãos um livro relacionado a assuntos de finanças pessoais, meditação e visualização.

Minha mente estava em constante ação mesmo quando meu corpo estava parado. Tempo é sagrado.

Nesses cursos de idiomas eu conheci excelentes pessoas que falavam somente espanhol e foi com eles que eu passei a praticar meu espanhol que estava enferrujado, ou seja, nas horas vagas onde eu tinha a oportunidade de falar com eles, eu usava sempre meu pobre espanhol e pedia gentilmente que eles me corrigissem e assim o faziam, foi assim que eu voltei a usar o meu bom e velho espanhol.

Recentemente eu me formei oficialmente em espanhol pela universidade em que estudo atualmente e foi dessa maneira que eu me tornei oficialmente poliglota, hoje nas horas livres eu estudo o idioma dos esquimós, a primeira nação canadense que já existiu. Ou seja, mantenho minha mente sempre ocupada, sempre ativa, sempre correndo atrás de alguma coisa que me interessa.

Enquanto eu fazia inglês e francês que o governo canadense (leia-se Universo) gentilmente me cedeu, eu pesquisava quais cursos e quais profissões eram mais bem pagas no Canadá. Pois óbvio que eu precisava estudar para chegar a algum lugar e eu queria ganhar bem, ter qualidade de vida e salário para poder aproveitar tudo isso. Descobri que algumas das profissões mais bem pagas do Canadá, são as profissões na área de mineração e eu muito ingênuo me matriculei em um colégio que fica no norte do Québec, em uma cidade que se chama Rouyn-Noranda, para o curso Técnico em Mineralogia com especialização em Análise de Metais e Minerais Preciosos. Me mudei de mala e cuia sem pensar duas vezes.

Quando cheguei era verão, final de julho, as aulas começavam em agosto, portanto eu tinha alguns dias para conhecer a cidade. Pois aqui no Canadá é assim,





você se matricula, se inscreve, paga, faz e acontece, tudo virtualmente e só então quando chega a hora do "vamu vê" é que você realmente vai ver onde foi que se meteu.

Mas logo de cara eu amei a cidade. É cidadezinha de interior, todo mundo conhece todo mundo, mas por outro lado, embora tenha apenas 44 mil habitantes, é muito bem desenvolvida, tem até aeroporto.

A cidade é tipo uma Bragança Paulista, mas bem melhorada. Não tem buracos e muito menos lixo nas ruas, as pessoas são gentis umas com as outras e eles não se importam se você gosta de usar azul ou rosa, é literalmente cada um cuidando da sua vida.

Quando neva (e neva muito), o trator que limpa a cidade passa super cedo, quando você acorda já está tudo impecável para que você não tenha problema nenhum de chegar onde quer que seja, seja trabalho ou escola.

Nisso, o Québec dá show, é a província da América do Norte mais bem preparada para os invernos congelantes. A cidade, assim como Bragança Paulista, é uma cidade universitária com colégios de cursos técnicos, profissionalizantes e também conta com a presença de uma das melhores universidades do Canadá.

Chegando lá eu não conhecia ninguém, sem amigos e sem família, dividindo apartamento apenas com um amigo, continuei minhas sessões de meditação, aproveitando que o lugar é simplesmente ideal para meditar.

Passava minhas tardes em um lago no centro da cidade, ele tem várias pracinhas e uma pequena ilha no meu dele, inacessível ou acessível apenas de barco. Lá eu facilmente conseguia fazer exercícios de visualização criativa (como indicam os áudios do cd que eu baixei), mas eu não visualizava nada demais, a única coisa que eu mentalizava sempre era eu feliz e grato por tudo.

Nessa época, a cantora brasileira Sandy estava lançando seu segundo cd solo que se chama SIM e a música SIM, do cd, acabou se tornando para mim um hino da ressonância harmônica.

A letra da música nos inspira a dizer SIM para as oportunidades da vida e eu gostei tanto, mas tanto da possibilidade de dizer SIM para a vida que no ano novo daquele ano, quando eu estive no Brasil, eu e uma de minhas melhores amigas, Telma Citrini, fomos na casa de uma outra amiga, a Rosana Martinez em São Bernardo do Campo, para fazer um ritual que a gente faz todos os anos, ou pelo menos tenta fazer, que é a reunião das metas de final de ano. Nessa reunião a gente abre as metas do ano passado e vê o que foi feito, o que foi realizado e claro comemora e coloca em destaque o que não foi feito, pois entra como meta do ano seguinte e em seguida fazemos as novas metas para o próximo ano.

A primeira das minhas metas foi exatamente essa, eu queria dizer SIM para tudo que fosse possível. Então, naquele dia eu jurei para mim mesmo que a partir daquele momento qualquer pessoa que me convidasse para qualquer coisa que eu





não precisasse gastar dinheiro e nem fosse interferir nas minhas atividades, eu aceitaria o convite apenas dizendo SIM, e acreditem se quiser, isso mudou a minha vida.

Nos primeiros dias nada mudou, até por que eu estava de férias e todo mundo me convidava para uma coisa aqui, outra ali e óbvio eu dizia sim. Mas com o passar dos dias eu voltei para o Canadá para continuar minhas aulas e acabei conhecendo um pretendente. Ele é um professor universitário, faz parte do grupo médico do Médicos Sem Fronteiras e da Cruz Vermelha. É uma pessoa excepcional, tinha acabado de terminar um relacionamento conturbado e a gente começou a se conhecer. Eu já gostava dele pelo simples fato dele ser inteligente, afinal de contas não existe nada mais atraente do que uma pessoa que usa as curvas do cérebro em um mundo onde pensar é considerado um ato de rebeldia.

Uma pessoa bonita atrai os olhos, mas uma pessoa inteligente atrai o corpo todo. E ele era simplesmente encantador, simpático e extremamente comunicativo.

Estava chegando a semana de saco cheio na faculdade, aquela semana em que os alunos têm uma semana de folga na faculdade, e ele me convidou para ir dar uma volta em Montreal, para nos conhecermos melhor e dar uma pausa naquela vida de interior. Eu aceitei, já que ele havia deixado claro que eu não precisava me incomodar com nada, ele pagaria a passagem e nós ficaríamos em um apartamento que o melhor amigo dele cedeu gentilmente.

Fiz as malas mais que depressa e partimos rumo ao nosso final de semana na cidade grande.

Chegamos em Montreal e percebi que ele entrava em uma parte da cidade extremamente chique. daquelas que a polícia aborda qualquer pessoa que esteja andando por ali a pé. Fiquei um pouco surpreso quando entramos nos portões do condomínio onde só se reúnem artistas de Hollywood, cantores e magnatas da alta sociedade. Mas não falei nada pois tinha certeza que não ficaríamos hospedados ali, afinal de contas aquilo não era para gente do nosso nível, ou pelo menos do meu.

Para minha surpresa, o melhor amigo dele que cedeu o apartamento para ficarmos, nada mais é do que o primo da Celine Dion e também um dos integrantes do Médicos sem Fronteiras, e aquele mega apartamento de frente para o Rio São Lourenço com direito a praia artificial e lanchas estacionadas do lado de fora pertencia nada mais nada menos que à própria Celine Dion, e esse meu "pretendente" era amigo íntimo da família. Imagine a minha cara de incrédulo quando ele me disse "a Celine Dion é dona disso aqui". EU "Oi!?"

Para quem me conhece, não é novidade nenhuma que eu sou fã número um da Celine Dion.

Era muita emoção no meu pequeno coração, eu nunca imaginei em







primeiro lugar ficar hospedado em um lugar como aquele, era tudo simplesmente Divino. Os móveis, o tamanho dos cômodos, a delicadeza e o gosto refinado de tudo aquilo, parecia coisa de filme. Eu fiquei tão impressionado que eu liguei para minha mãe no dia seguinte só para mostrar para ela onde é que eu estava, coisa de pobre confesso.

Meu?! Tu não tá entendendo. A minha mãe é diarista cara, faxineira. Se alguém falar para você que uma diarista tem um filho que frequenta uma das casas de uma das artistas mais conhecidas do mundo você iria acreditar? É uma pergunta séria, você acreditaria?

Antes disso, eu mesmo não teria acreditado. Ah! Para vai, um filho de faxineira na casa da Celine Dion, só se for para trabalhar como garçom. Não teria acreditado, mas pasmem, eu fui e não uma, mas duas vezes. Fiquei hospedado naquele apartamento maravilhoso, high tech, com uma das vistas mais lindas de Montreal e sem gastar nenhum centavo. Meu Deus, eu estava tão feliz, mas tão feliz que a única coisa que eu conseguia fazer era SER FELIZ e SER GRATO à Vida, ao Universo por tudo aquilo que ele estava me dando, pelos momentos maravilhosos que ele estava me proporcionando e por estar vivenciando coisas que eu jamais imaginei em toda a minha vida. Até hoje eu sou grato por isso. Me desculpem os incrédulos, mas eu já fui na casa da Celine Dion ok? Ou pelo menos em uma delas. Isso tudo apenas porque eu fui capaz de dizer SIM.

A proibição de tirar fotos nas áreas comuns do condomínio não me impossibilita de convidar, quem tiver interesse, em pesquisar. Para quem ficou curioso sobre o local, é fácil encontrar as fotos na internet, quem quiser dar uma pesquisada no Google o nome do local é Heritage e fica no bairro Vieux Port Montréal. Eu particularmente acho o prédio horroroso por fora, mas sensacional por dentro. O interior do prédio é simplesmente maravilhoso e as fotos, só são possíveis em busca pela internet e você vai notar que o local está completamente vazio, justamente para evitar a imagem das celebridades que moram ou frequentam no local seja preservada. (Fala sério, chique hein?)

Esse acontecimento foi apenas um entre muitos outros que me aconteceram que me deixaram de boca aberta. Depois que eu comecei a dizer SIM para a vida, a fazer meditação e usar o processo vibracional da Visualização Criativa e Ressonância Harmônica.

Resumindo e para não fugir do assunto, esse relacionamento com esse "pretendente" acabou não indo para frente porque, embora ele tivesse já uma certa idade, de maduro mesmo ele não tinha nada, queria mesmo era curtição. E acabamos por não nos ver mais com o tempo.

Certa feita, conheci outra pessoa na internet, paquera daqui, paquera dali, ele morava em Montreal e eu a apenas 800 km de distância ao norte. Ou seja, relação impossível, eu nem entendia o porquê que alguém de tão longe estar tão interessado assim em mim, principalmente alguém que more em Montreal, que é a







capital gay do Canadá.

Lá os gays saem pelo bueiro, vai brotando. É simplesmente incrível. Mas ele estava super interessado em me conhecer. Fato é que eu, um mero estudante, não tinha tempo nem dinheiro para namorar alguém à distância. Um estudante no Canadá, não é igual no Brasil, aqui as aulas começam as 8 da manhã e quando você está no primeiro período de três, as aulas acabam as 18 horas e no terceiro ano tem aulas até as 9 da noite. Então não dá para trabalhar e fazer um extra para poder viajar e namorar. Ou você trabalha ou você estuda.

Acontece que quando eu dei essa desculpa de que eu não tinha dinheiro e nem poderia viajar, a primeira coisa que me ele perguntou foi quando eu teria folgas na faculdade e quando poderia receber visitas, que ele estava disposto a me conhecer e ver até onde poderia levar a situação. Então eu disse que dentro de 3 semanas eu tinha uma semana inteira para recebê-lo e que ele seria bem-vindo. E, pasmem, no mesmo dia ele me enviou os bilhetes pagos para eu ir conhecê-lo pessoalmente em Montreal. Isso mesmo, de avião, tudo pago. Fiquei passado.

Como que alguém que não te conhece te compra um bilhete de avião ida e volta e te manda assim sem mais nem menos?! E seu eu não for? Ele perderia não é mesmo? Óbvio. Mas, fazia parte do meu juramento, se não tocasse no meu bolso e nem interferisse no meu desenvolvimento profissional eu diria SIM e assim o fiz e fui.

Dentro de 3 semanas estava eu lá chegando no aeroporto de Montreal. Quando desembarquei já recebi uma mensagem no celular dizendo que ele estava me esperando do lado de fora. Saí ali fora para esperá-lo, enquanto o esperava um Audi A6 daqueles que acabou de sair da concessionária começou a buzinar. Claro que eu não dei a mínima. Então ele deu ré, abriu a janela e sorriu dizendo "entra Roberto".

Não, não é possível. O universo só pode estar de gozação com a minha cara ou tem uma câmera escondida por aqui pensei eu.

Enquanto ia entrando no carro e ele se apresentava formalmente com um beijo no rosto eu pude notar que ele além de lindo, como era nas fotos, era também um homem extremamente cavalheiro. Na forma de falar já dava para notar que ele vinha de uma família extremamente rica, o que de fato já me incomodou um pouco.

Quando chegamos na casa dele, se é que se pode chamar aquela mansão de casa, eu me senti como um peixe completamente fora d'água. Primeiro que, assim como o apartamento da Celine Dion, que eu havia me hospedado meses atrás, aquilo ali não parecia em nada com uma casa, estava mais para um departamento da Rainha da Inglaterra. Fiquei chocado com os móveis da casa e claro, como qualquer proprietário de uma casa como aquela, ele queria me contar a história da casa e eu, mais do que depressa, me sentei para ouvi-la.

A casa é um triplex, situado no centro de Montreal, ali perto daquele mesmo bairro onde fica o apartamento da Celine Dion. Ele muda a decoração da





casa uma vez a cada 2 anos. Muda tudo, dos móveis até as cores, absolutamente tudo do chão ao teto. Os 3 imensos lustres dourados que ficavam espalhados pelo imenso salão, eram de ouro italiano, presentes de uma duquesa sei lá de onde e na sala da casa dele, ele fazia questão de deixar bem amostra um painel de fotos onde ele estava em coquetéis com pessoas nada mais nada menos que James Cameron, Domenico Dolce e Stefano Gabbana, Shania Twain, os irmãos Hansons e um monte de outras celebridades que eu nem conhecia como produtores de cinema, diretores, estilistas, etc. Eu estava impressionado pela influência dele na sociedade artística e admirado é claro.

Jantamos na casa dele mesmo, ele quem preparou o jantar. Fora a primeira vez em minha vida que eu comi lagosta em uma mesa preparada como se fosse para a princesa Diana, detalhe: jantar à luz de velas.

Amigos, estou falando sério e juro que não estou exagerando, não dá para ficar à vontade em um lugar desses, não era meu mundo e nem minha realidade.

Eu sou o tipo de pessoas que mesmo que eu tivesse muito dinheiro, eu jamais vou me comportar daquele jeito.

O que eu quero dizer é que eu realmente havia colocado o Universo para trabalhar para mim e ele estava me surpreendendo da melhor forma possível indo muito além até do que eu gostaria, me tratando como um rei, eu estava literalmente ganhando tudo o que é de bom e de melhor que há no mundo.

Sim, eu estava amando ser tratado como rei, mas já deu para saber que fim que deu essa relação não é mesmo?

A gente passou o final de semana juntos, foi muito gostoso quando estávamos passeando pela cidade, mas quando chegávamos na casa dele eu me sentia fora do meu habitat natural e por mais que ele fosse um cara cavalheiro, gentil e educado, eu simplesmente não conseguia me sentir à vontade.

Naquele final de semana, muitas pessoas se estivessem no meu lugar teriam feito o tão falado “pé de meia”, ele me convidou para me mudar para lá, disse que pagaria o meu empréstimo que eu fiz para os estudos e que eu nem precisava dar a resposta naquela hora, disse que eu poderia pensar e que quando voltássemos de uma viagem que faríamos dali alguns dias para a casa de praia dele, lá na Espanha em Barcelona, a gente se sentaria, conversaria e chegaria a uma solução juntos.

Eu poupei ele do tempo e dei a resposta ali mesmo, não faria sentido eu continuar uma relação à qual eu não pertencia, não me sentia encaixado a ela, ele, claro, concordou embora passou os próximos dias me mandando mensagens de texto e perguntando se eu tinha certeza da minha decisão.

Contei essa história para vocês apenas para que entendam uma coisa, muitas vezes você vai receber do Universo coisas maiores e melhores do que as que pediu, e nem sempre significa que você vai querê-las, porque muitas vezes o melhor nem sempre é o que você quer ou almeja, acaba sendo excesso. Claro que isso depende da moral e dos valores de cada um. Não era isso que eu buscava e por isso eu disse não. Mas cada caso é um caso.





E só para finalizar esse capítulo, queria dizer que depois que eu aderi a regra do SIM muita coisa mudou na minha vida. Eu abandonei a faculdade por que eu me apaixonei por um cara que mora em Ontário, província vizinha do Québec. Me mudei para uma cidade chamada Timmins. E olha como a vida é engraçada, aqui a cidade não é bonita, é a maior cidade canadense geograficamente falando e, portanto, é a cidade com os impostos mais caros do Canadá. E mesmo assim aqui estou eu por que para mim valia mais a pena estar em uma cidade que não seja tão bonita e que tenha os impostos caros, mas que eu me sinta extremamente feliz.

Aqui consegui um emprego muito bom na área de mineração, como eu já expliquei antes, no departamento de manutenção de máquinas, o qual eu fiquei apenas 2 meses. Nesse emprego o trato era o seguinte, 17 dólares por hora quando não tinha nada para fazer e 35 dólares por hora quando alguma empresa chamasse para trabalhar. Salário maravilhoso, condições péssimas. Às vezes a empresa chamava no meio da noite e a gente trabalhava 36 horas seguidas, com descanso de apenas 3 horas por noite em revezamento. Comia quando dava tempo e ia no banheiro somente quando não tinha mais opção, afinal de contas, as empresas de exploração mineral não param, você nunca sabe se elas estão explorando o mineral ou você.

Percebi que a minha saúde estava começando a se esvaír e ainda que eu fizesse meditação não estava resolvendo, me bateu um desejo louco de terminar de escrever um livro que eu já havia começado em 2013, foi quando eu escrevi O CONDENADO, e foi assim que eu pedi as contas e decidi trabalhar por conta.

Uma outra coisa muito legal que me aconteceu foi que morando aqui eu me sinto tão bem, tão feliz e realizado que eu vibro somente coisas boas o tempo todo. Nessa época eu tinha conseguido juntar 8 mil dólares nos 2 meses de emprego nessa empresa que eu citei acima... e nas minhas meditações eu pedia sempre ao Universo que eu conseguisse finalizar meu livro e publicá-lo sem gastar nenhum centavo. Com a condição de que se eu gastasse eu seria retribuído com muito mais dinheiro do que eu gastei.

Então, o Universo mais uma vez, começou a trabalhar para mim. Eu pedi as contas na véspera do Natal de 2014 e no dia 15 de janeiro de 2015 eu já havia terminado de escrever o livro. Naquela semana comentei com um grande amigo meu, o Marcio Taky que eu estava terminando o livro e que não queria gastar com o livro, que provavelmente eu iria simplesmente colocar para vender online e ver no que dava.

Para minha surpresa, imediatamente, ele se propôs a fazer a correção do livro, me deu gratuitamente a capa do livro e a hospedagem do meu site oficial que você pode conferir no endereço abaixo  
[www.robertodefarias.com.br](http://www.robertodefarias.com.br)

Juro que não gastei nenhum centavo. Ele foi um anjo na minha vida. Só aí eu economizei aproximadamente R\$ 1500. Dinheiro que eu vou ter a mais para





pode investir na publicação impressa do livro. Você está conseguindo acompanhar como que o Universo funciona? Percebe o que é que eu fiz para conseguir isso tudo? Eu simplesmente vibrei felicidade e gratidão. Não teve nada demais. Não teve feitiçaria, não fiz promessa, não paguei promessa e nem pretendo pagar, afinal de contas o Universo não quer esse tipo de sacrifício da gente, o sacrifício que ele quer é mais simples e fácil de fazer do que a gente imagina, mas ninguém faz, que é o sacrifício do amor.

## **Capítulo 7 – Preconceitos**

Odamos aquilo que desconhecemos,  
respeitamos aquilo que entendemos.

Antes que você saia por aí gritante aos quatro cantos o que é que você deseja, achando que seus desejos vão começar a cair do céu, é preciso que você saiba a primeira regra fundamental da Ressonância Harmônica. Como o próprio nome diz ela deve ser harmoniosa em sua vida. Você não pode de jeito nenhum estar em dissintonia, não sintonizado, você não pode ter a vibração com alguma coisa.

A vibração negativa é tudo aquilo que liga o “credo” em você, seja preconceito, cultura, credos, religião. Quando você se prende a esses valores você fecha as portas do Universo rico e abundante em sua vida.

Você precisa passar por cima de qualquer preconceito para começar a conquistar.

A maneira mais fácil disso acontecer é você fingir que você é cego, o fato de você ser cego faria com que você julgasse as pessoas apenas pela maneira como elas te tratam e não pela cor, sexo, raça, religião, origem ou qualquer que seja a forma de preconceito que exista dentro do ser humano.

Se você quer alcançar algo a regra é básica, você precisa deixar todos os seus preconceitos de lado e ponto final.

É muito fácil falar que vai seguir a doutrina cristã, mas é muito difícil se segui-la verdadeiramente.

Como todos nós sabemos, o Brasil tem metade de sua população como sendo cristã evangélica. Sabendo isso eu lhes pergunto, se o Brasil tem metade da população que segue a doutrina de Cristo protestante a outra metade que segue a doutrina de Cristo católica, sabendo que Jesus foi um dos homens mais bondosos da terra, por que é que o Brasil não vai para frente? Por que é que o Brasil está em meio a tantas crises políticas, financeiras, guerra civil e por aí vai? Alguém arrisca responder essa questão?





Supostamente, a doutrina Cristã foi feita para nos ensinar valores.

A resposta é bem simples, isso se dá porque a maioria dessas pessoas não seguem verdadeiramente a doutrina, elas se apoiam na bíblia apenas para ter seus preconceitos fundamentados religiosamente, mas não amam uns aos outros como Jesus nos amou e é aí que está o problema.

São pseudo cristãos que usam a bíblia para falar que é errado ter relações homossexuais, assunto batido que todo mundo já deveria estar cansado de saber que é pura questão química, não se muda isso, é biológico. É a mesma coisa de você querer mudar um heterossexual. Não dá, faz parte dele, está dentro dele, é ele, ele é assim e ponto final.

Qual o problema em respeitar algo que não vai interferir em nada na sua vida? Não importa se você concorda ou não, se você acha legal ou não, se você faz ou não, o que importa é que não é a sua vida, pare de querer ser o dono da vida alheia e de se intrometer onde não foi chamado. Deus te deu uma vida, literalmente de presente, justamente para você viver a sua vida em sua plenitude.

Nós estamos vivendo em um momento de guerra de informação. Não dá mais para ser ignorante, simplesmente não dá. A internet é um veículo liberado no Brasil, onde a gente pode fazer pesquisas, correr atrás, verificar diversas fontes ao mesmo tempo e ver se é verdadeiro ou não.

Hoje viver na ignorância é uma escolha.

Eu usei como exemplo o meu caso, eu sou gay e já cansei de ver gente se afastando de mim pelo simples fato de eu ser gay. A maioria das pessoas que se afastam são homens, eles acham que por sermos gays, vamos dar em cima deles. Isso é no mínimo ridículo, achar que a gente não tem amor próprio e que não somos seletivos, que a gente sai por aí pegando todo mundo que mijá em pé.

Eu por exemplo tive pouquíssimas relações sexuais na minha vida, sempre fui muito seletivo, não vou para cama com qualquer um. Portanto tenha em mente que esse medo nada mais é do que um preconceito ou medo de gostar. Além do mais, essa é uma questão bem simples de resolver, se você não gosta, não coma.

Se formos pensar no lado sexual da coisa, tanto no mundo dos gays quanto dos heteros, existem promíscuos, se você não acredita, visite um baile funk e vai me entender. Assim como qualquer outra regra quando se aplica ao ser humano, simplesmente não dá para generalizar. Então, corta essa de preconceito para o seu maior bem evolutivo.

A primeira coisa que você precisa entender para alcançar seus objetivos através da Ressonância Harmônica é que seja qual for seu preconceito, você precisa trabalhar ele agora mesmo. E eu sei que você deve estar se perguntando o porquê? E eu te respondo imediatamente.

Vou continuar usando meu exemplo por que é o que eu conheço e dá para encaixar aqui perfeitamente.

Admitamos que você seja um cara, ou uma mulher, extremamente homofóbico, que detesta os gays. Daí, na sua meditação você solicita ao Universo





uma vaga de emprego em uma instituição financeira onde quem vai te contratar sou eu, Roberto de Farias, assumidamente gay. Ou seja, a sua vaga de emprego que você tanto quer, depende de mim. Sou eu quem tenho o poder de dizer se você fica trabalhando para mim ou não. Acho que aqui já dá para sacar como sua vida vai ser miserável e a quantidade de problemas que o preconceito pode lhe trazer.

Se você sabe que aquela vaga que você tanto quer depende de um GAY para que você seja aprovado e você sendo homofóbico, podem acontecer três coisas:

- 1) você engole seu preconceito por que quer ou precisa muito daquela vaga,
- 2) você simplesmente se recusa a trabalhar para um gay e, portanto, não leva a entrevista para frente, ou
- 3) Eu não vou com a sua cara e não te contrato ainda que você engula o seu preconceito e se sujeite a trabalhar para mim.

Posso garantir para você que acontece muito frequentemente a terceira opção e não é por que eu seja uma pessoa rancorosa e queira te punir pelo fato de você ser homofóbico, é simplesmente por uma questão energética.

Por mais que as pessoas engulam o preconceito e passem por cima dele, alguma coisa acontece com os preconceituosos que fazem com que a vibração deles simplesmente não bata com a nossa e nesse caso, mesmo que a gente ache o currículo do fulano ou da fulana impecável, alguma coisa nos diz "NÃO CONTRATE ESSE AÍ".

Esse "alguma coisa" nada mais é do que nossas vibrações. Somos seres num universo de vibrações, nós vibramos e cada pessoa vibra em uma determinada potência, se as vibrações são diferentes, seria impossível estar em HARMONIA e se esse "alguma coisa" nos diz "não contrate", como todo e qualquer místico, religioso e fanático por seus instintos espirituais, a gente não pensa duas vezes para dispensar os candidatos cuja vibração não bateu com a nossa.

Podemos também inverter o processo, para aquelas pessoas que estão aí falando para si mesma que isso jamais aconteceria por que afinal de contas você não precisa procurar emprego, tem sua própria empresa.

Ok. Fico feliz por você que esteja progredindo na vida, mas vamos ao que interessa. Na prática funcionaria assim. Como todo e qualquer empresário, você quer que a sua empresa cresça, se multiplique e se transforme em uma das maiores companhias do ramo, acredito eu que esse é o sonho de todo empresário. Sendo assim você começa a contratar os melhores profissionais que o mercado possa te oferecer. Abrindo a seleção, você começa as entrevistas e percebe que existe um candidato com o currículo impecável e o chama para a entrevista.

Sendo você homofóbico e o candidato gay podem acontecer exatamente as mesmas coisas citadas anteriormente:

- 1) Você engole seu preconceito por que quer ou precisa muito daquele







funcionário,

2) Você simplesmente deixa seu preconceito falar mais alto e se recusa a oferecer a vaga para ele e contrata outro com um currículo não tão bom assim, ou

3) O próprio candidato, que tem uma vibração diferente da sua, percebe de alguma forma vibracional, que aquele emprego vai lhe trazer problemas e prefere continuar procurando emprego, até por que ele sabe que com o currículo dele, não terá dificuldades de encontrar outra vaga.

Será que ficou claro o porquê que o preconceito precisa ser eliminado? E digo isso não apenas dos gays, mas qualquer tipo de preconceito. Com negros, pobres, diferentes raças, cores, religiões, etc. A lista de preconceitos é enorme quando se trata de ser humano.

Quebre os seus preconceitos, trabalhe neles aos poucos. Não olhe para as pessoas com os olhos físicos e sim com os olhos da alma. Quando você enxergar as pessoas com amor e não com interesse, vai notar uma mudança radical no seu mundo, no seu dia a dia, na sua vida, com as pessoas que ama, com as pessoas que te amam, enfim, tudo vai mudar e para muito melhor, pois acredite, o preconceito nos obriga a ficar estagnado sem podermos movimentar a nossa "roda da fortuna". Portanto pense nisso antes de sair por aí fazendo visualizações criativas, achando que todos seus problemas estão resolvidos antes de se limpar de seus preconceitos.

## Capítulo 8 - Pendências com o Passado.

---

O perdão é a porta da evolução.

Outra coisa muito importante que precisa ser levada em conta antes de começar sua Terapia da Visualização Criativa, é que você precisa estar em harmonia com o seu passado. Se algo te feriu, se algo ficou entalado na garganta, se você não consegue deixar uma mágoa partir, se algo te incomoda lá no fundo do seu ser, mesmo que você jamais demonstre isso para as pessoas ao seu redor, seja lá o que for, você precisa resolver isso.

Essas marcas quando não são resolvidas desenvolvem problemas mais comumente chamados de doenças psicossomáticas. Essas doenças não têm cura pela ciência tradicional e os médicos nunca vão poder te dizer com certeza o que foi que as causou. Até por que nós sabemos que foi você mesmo quem as desenvolveu justamente por que engoliu palavras quando deveria deixá-las sair.

Quando você não fala de seus problemas, não colocando isso para fora, de uma forma ou de outra o seu corpo vai fazer isso por você, quer você queira ou não. Seja através de uma psoríase, uma dermatite, uma bronquite, todas as "ITES" da vida que nada mais são do que inflamações.







Essas inflamações são apenas a parte mais simples do problema e acreditem, elas já nos dão trabalho demais, digo por experiência própria.

Eu desenvolvi a psoríase depois de passar por um stress na infância e eu sofro com isso até hoje, embora, atualmente, ela já esteja controlada mas sei que ainda vou curá-la, pois as doenças não nos pertencem. A doença não é do nosso corpo físico e sim uma consequência de traumas da nossa alma, e nós precisamos encontrar a origem para regrad o problema.

Se a doença começar com pequenas inflamações pelo corpo e você as ignorar, você estará dando forças para que ela se manifeste em um grau ainda mais forte e, portanto, mais destruidor, como por exemplo o câncer.

Quem nunca ouviu falar um caso de câncer que apareceu em pessoas que sofriam de timidez extrema ou de uma pessoa que jamais falava dos sentimentos ou de uma pessoa que tinha muita mágoa e raiva na vida? Quem nunca viu um caso de câncer que apareceu e devorou a pessoa em pouco tempo depois de um trauma emocional? São casos comuns e cada vez mais frequentes nesse tempo onde as pessoas se consomem por sentimentos de inveja, falsa amizade, ódio, ingratidão, ressentimento e por aí vai. Portanto, o câncer muitas vezes é uma consequência daquilo que deveria ser posto para fora, mas fora guardado lá dentro.

Se for preciso chorar, chore, se for preciso gritar, grite, se for preciso brigar com alguém e depois pedir perdão, faça-o, mas não engula suas palavras de jeito nenhum. Ninguém é culpado pelas suas doenças psicossomáticas a não ser você mesmo.

Mexer no passado geralmente dói e dói bastante. Por mais que a gente finja que tudo está bem e não queiramos tocar nesse pedaço da história que já está quase esquecida, cada vez que alguém pronuncia aquele bendito nome, ou você sente determinado perfume no ar, ou você encontra alguém que te lembra alguém, ou ouve uma música que te faz relembrar e remexer e remoer o passado, tudo isso são pequenas coisas que bloqueiam sua evolução espiritual.

Portanto, nesse capítulo o que eu quero sugerir é para você resolver sua pendência com o passado, faça as pazes com ele, sintonize-se e harmonize-se com tudo e todos que já te provocaram algum dano.

Muitas vezes o passado não pode ser resolvido pessoalmente pois parte do passado já não existe mais fisicamente. Muitas vezes esses problemas que são causados por convivência, não podem ser resolvidos com a pessoa por questões de morte, pois o outro lado do problema, a outra pessoa que nos machucou ou que machucamos, já morreu, mas isso não significa que você não possa resolver de fato o problema. Você pode e deve fazer as pazes dentro de você consigo mesmo, pois geralmente os nossos problemas estão atrelados, não aos sentimentos dos outros, mas aos nossos conosco mesmo. Muitas vezes a pessoa que você machucou já até esqueceu, nem lembra da briga que vocês tiveram e, caso se lembra, provavelmente usa isso a favor dela, enquanto você, mesmo com





o passar dos anos, muitas vezes continua se remoendo e se alimentando dessa energia negativa.

Quem nunca ouviu falar de um amigo que brigou e depois de muito tempo se reencontrou e nem lembrava mais que havia brigado e do outro lado, o outro amigo, ainda está com raiva e fico surpreso com o velho amigo que chega conversando como se nada tivesse acontecido?

Isso não é ser cara de pau, a razão disso é que o outro foi mais rápido que você em esquecer o problema. Para ele doeu tanto quanto doeu para você, mas com o passar do tempo ele achou melhor que a amizade de vocês era mais importante do que uma briga pelo que quer que seja. O primeiro a pedir desculpas talvez seja o mais corajoso, o primeiro a perdoar talvez seja o mais forte, mas o primeiro a esquecer é sempre o mais feliz.

Faça uma reflexão, uma meditação, não para pedir mas para analisar. Analise sua vida passada, certo de que isso pode te incomodar bastante, portanto, prepare-se psicologicamente para estar forte e não agredir as pessoas ao seu redor depois da meditação. Não deixe que a meditação te controle. Você é o Big Boss, controle ela.

Geralmente, quando fazemos esse tipo de exercício, voltamos da meditação com a cabeça quente, pois mexemos em um pedaço de nós onde não gostamos de mexer. Tocamos e reabrimos uma ferida que já estava cicatrizada, isso faz parte da meditação. Machucar-se. E como parte das leis da física, existe a lei da ação e reação, que também pode ser aplicada nesse caso, quando você encosta seu dedo sem querer em uma panela ou na chapa do fogão que está fervendo, não é automático que você tire o dedo correndo e geralmente acompanhado de um ou mais palavrões?

Use isso como metáfora para entender que quando você medita e toca em uma ferida que estava fechada, você vai reagir como quando toca na panela ou na boca do fogão. Você volta da meditação um pouco mais estressado do que quando a iniciou e tende a descontar em quem está perto de você a dor da "queimadura". Portanto, cuidado para não querer resolver um problema do seu passado e acabar criando outro no seu presente.

Faça a meditação das pazes com cuidado, ciente do que pode acontecer ao mexer nessas feridas, mas acima de tudo ciente também de que as pessoas não têm culpa se você não soube regravar um problema no passado e agora ele está te impedindo de evoluir. Ao invés de brigar com as pessoas do seu presente, use-as a seu favor nesse caminho da evolução espiritual. Peça conselhos, converse, abra-se com elas, nada melhor do que ter um amigo para desabafar e chorar quando necessário.

## Capítulo 9 – O valor de nossos erros

---





"Eu fico triste quando alguém me ofende e me magoa, mas eu ficaria ainda mais triste se o ofensor fosse eu". Chico Xavier

A culpa é um sentimento altamente destrutivo em nossas vidas. Não existe maneira de fugir da culpa se não através da oração e do conhecimento. Para resolver esse problema precisamos entrar em contato com uma verdade que nos liberte dessa culpa e essa verdade é o amor. O amor próprio, o amor humano, o amor de Cristo. O problema é que nos falta conhecimento e sabedoria para levarmos a vida adiante e termos contato direto com essa verdade.

O pecado tem uma missão em nossa vida e sua missão é exatamente nos humanizar, enquanto que o arrependimento em nossa vida vem para ser o libertador de nossos pecados que nos humanizam.

Quando você se culpa por alguma coisa que fez e se arrepende conseguindo olhar para trás e ver que naquele momento o pecado era a única opção que você tinha e era tudo o que você poderia ter feito, esse é o momento em que Deus está visitando seu coração.

Não tenha medo de que isso não tenha sido suficiente para que Deus te visitasse e te perdoasse, pois, sem Deus tocar em seu coração você não poderia ter se arrependido. A profecia diz que para que você se arrependa de algo Deus tem que tocar seu coração, ele precisa ter te visitado.

Não existe maneira de o arrependimento acontecer se isso não aconteceu, pois sozinho não somos capazes nem de nos arrependermos de nossos próprios pecados e, portanto, se você se arrependeu é por que a presença de Deus já está em você, te esclarecendo e te dando condições de reconhecer o mal cometido.

Porém, se você se sente culpado por algo isso não significa necessariamente que você esteja arrependido. Sentir apenas culpa e não se arrepender é um problema.

A Culpa sempre vem antes do arrependimento, não existe uma maneira de você se sentir arrependido sem se sentir culpado. E enquanto você estiver sentindo a culpa certamente você não conseguirá se libertar, fazendo com que seu processo evolutivo não aconteça e assim, não existe uma forma de você criar nenhuma nova realidade e nem de alcançar seus objetivos. Por mais que você se esforce, você nunca chegará lá.

Então passe para o seguinte passo e para alcançar o próximo degrau basta que você se liberte por si só de seus julgamentos, pois Deus quando te dá o perdão dos teus pecados, Ele não só quer que você não cometa mais aquele pecado, pois entende-se que você já aprendeu com seus erros, como também Ele quer que você se liberte de seus próprios pensamentos e julgamentos pessoais. A Culpa dentro de você é como se fosse o último lixo que você precisa jogar fora, é aquele restinho de comida que fica no ralo depois que você lava a louça. A louça já está lavada e limpa, mas você ainda precisa tirar o vestígio que ela deixou na pia. Isso é essencial para que aquele restinho do pecado não cutuque sua paz.





É só a partir do momento que você deixar o arrependimento entrar em seu coração é que as coisas vão mudar. Não existe pecado que Deus não possa perdoar, desde que você esteja arrependido de tê-lo cometido, tenha aprendido a lição e queira de fato se libertar desse passado que te persegue dentro de você, onde quer que você vá.

É somente nesse momento que Deus vai trabalhar em sua vida te proporcionando paz no coração e assim você poderá fazer suas meditações e jogar para o Universo aquilo que você tanto almeja nas visualizações criativas.

O problema é que existem pessoas que são tão vaidosas que acham que o pecado que elas carregam é tão grande, mas tão grande que nem Deus vai perdô-las. Mas isso não é verdadeiro.

O remorso e a culpa são culpados por você não conseguir atingir seus objetivos, não é à toa que muitas pessoas se tornam viciadas, seja em álcool, sexo, drogas, coisas, etc. Essas pessoas geralmente usam o vício como fonte de escape.

Resumindo, se você cometeu algum erro no passado existem 4 passos que você precisa seguir para poder chegar a absolvição.

- 1) Dar-se conta de que errou - Você precisa reconhecer o seu pecado, entender que errou, saber que aquilo que foi feito é errado e reconhecer isso sem medo de ser feliz, em seguida, você precisa
- 2) Sofrer por isso - Quando eu digo sofrer eu quero dizer sentir-se culpado mesmo com peso na consciência e tudo mais, pois a culpabilidade é um sofrimento. Só quem já se sentiu culpado verdadeiramente de algo é que sabe do que estou falando. Portanto sofrer por ter cometido o erro é sim uma coisa boa e então
- 3) Arrepende-se - Depois de passar pelo estágio do sofrimento ou melhor, durante o estado do sofrimento e algumas vezes depois, para que você se liberte desses "demônios" você precisa se sentir também arrependido. O Arrependimento faz parte da evolução e sem ele não existe meio de chegar ao destino final e
- 4) finalmente pagar a dívida da culpa e apagar os danos causados - Se você praticou um ato que não corresponde ao processo evolutivo, você precisa reparar o erro para que você seja elevado espiritualmente.

Não basta se arrepender, você precisa fazer algo para equiparar a sua pendência. Esse é o banco da vida. Vou dar um exemplo que gosto muito e que facilitará o entendimento:

Você está com o limite do seu cartão de crédito estourado e então você se dirige até o banco para fazer um empréstimo e pagar o cartão. Você explica a situação para o gerente e ele gentilmente te cede o empréstimo. Você paga a fatura do seu cartão, mas não consegue pagar o empréstimo. Você volta ao banco explica para o gerente que está com dificuldades financeiras e que não pôde pagar o empréstimo e lhe pede perdão. Ele te perdoa e diz "não há problemas meu caro, você está perdoado". Você sai do banco perdoado, mas a sua dívida foi eliminada? É claro que não.

Isso é uma metáfora para que você entenda que na vida é igual. Nem mais





nem menos. Para quem viu o filme Gandhi, que conta a história de Mahatma Gandhi, tem um pedaço do filme que mostra um homem chegando para Gandhi e dizendo que cometeu um pecado, que ele matou algumas pessoas de uma outra tribo, de uma outra religião e que ele gostaria muito de se redimir e pede perdão para Gandhi. Gandhi lhe perdoa e diz que para que o processo de perdão seja completo ele precisa equiparar o problema criado e para isso, ele pede para o homem criar uma criança órfã dessa tribo rival como se fosse dele. Esse é um exemplo verídico de como funciona o Banco da Vida e como fazer para equiparar seus erros, para balancear a vida e colocar tudo em plena HARMONIA.

Portanto, lembre-se que nós somos nossa mente e a nossa mente é quem somos, precisamos fazer uma análise do que pensamos para saber o que estamos enviando a quem somos, o que estamos enviando à nós mesmos, do que estamos nos alimentando.

Se você pensa em culpa e remorso o tempo todo, você está alimentando todas as suas células com esse pensamento, com essa vibração e isso está fazendo seu corpo entrar em harmonia com algo que não deveria.

Eu peço que você se recorde o que se passava com você quando seus pais, tios ou avós lhe puniam por algo que você havia feito. Recorde-se de seus sentimentos e de como você agia quando estava ali no cantinho do castigo, refletindo ou pelo menos fingindo, quando na verdade estava apenas passando raiva.

Se isso nunca lhes aconteceu, repare uma criança quando punida como ela se comporta. Ela se fecha, se retrai, se retém e não permite ser feliz pelo resto do dia ou até que se esqueça da punição e isso, acredite, é péssimo para a saúde de suas células.

O mesmo se passa com nossas células, quando estamos nos sentindo culpados, com raiva, com remorso por algo que fizemos. Elas se retraem, se fecham e a harmonia necessária para sermos felizes não acontece. Mesmo que a gente tente se divertir, quando algo nos incomoda a gente simplesmente não consegue, por mais que nos esforcemos, por mais que nossos amigos contem piadas, a felicidade simplesmente não está lá, justamente por que nossas células estão alimentadas de uma energia que é contrária à felicidade. Enquanto suas células não "digerirem" essa energia não tem como alimentá-las com o novo alimento. Portanto pensem bem antes de começar a fazer a auto penitência.

É necessário que retiremos de dentro de nós todo e qualquer vestígio de mágoa. Chico Xavier já dizia "Eu fico triste quando alguém me ofende e me magoa, mas eu ficaria ainda mais triste se o ofensor fosse eu". E é assim que devemos pensar para podermos nos livrar do mal que fizemos ou que nos fizeram.

Se alguém te feriu no passado e você pensa em vingança, deixe esse pensamento de lado, lembre-se que a lei mais básica do Universo Físico-Químico é a lei da ação e reação. Nós não precisamos fazer absolutamente nada para que alguém pague pelos seus erros, pois o simples fato de jogar uma energia no





universo faz com que essa energia volte para a pessoa que a jogou/causou mais cedo ou mais tarde. Perdoe e siga seu caminho. E acima de tudo, perdoa-te a ti mesmo para que seu processo evolutivo seja mais fácil e menos doloroso.







## Capítulo 10 - O Teste de Uma Semana e a Importância da Meditação.

---

Feche os olhos para enxergar melhor.

Meditar não é ficar com a mente vazia, sem pensar em nada, mas familiarizar a mente, de maneira constante e profunda. Ela supera problemas interiores, como aqueles criados pela raiva, inveja, apego e ignorância; controla nossa mente trazendo paz interior e habilita-nos a cultivar intenções virtuosas. Praticando meditação evoluímos para estados cada vez melhores, até que alcancemos o estado mais elevado, melhorando assim a saúde física e psicológica.

Uma vez que você tenha entendido que sua mente não pode estar ligada a nenhum tipo de preconceitos e nem atrelada a nenhum tipo de pendências do passado, é então que você começa a fazer a visualização criativa.

Eu aprendi que por mais que a vida seja corrida, nós precisamos de um momento no dia, todos os dias, para meditar. Ainda que seja apenas 10 minutos do seu dia não deixe de fazê-lo. Lembrando que 10 minutos de meditação é o suficiente para reestabelecer toda a HARMONIA de suas células para um dia inteiro de atividades.

Sem meditação também é possível prosperar, mas acredito que se torna um pouco mais difícil pois a meditação te ajuda não somente a reequilibrar as energias biológicas, físicas e espirituais, mas ajuda também a se autoconhecer, se descobrir e saber para onde você quer ir.

A direção é muito importante, ela é mais importante inclusive do que a velocidade.

Muito pelo contrário do que tem se propagado pela internet, se você não sabe para onde quer ir, todos os caminhos te levam para o local errado. Não se inicia uma jornada sem saber para onde se deseja ir, a menos que você seja um andarilho que não tem casa fixa e todo lugar é seu lugar, mas que não pertence à lugar nenhum.

Essa é uma das importâncias da meditação, se conhecer e descobrir assim onde é o porto de sua alma.

Existem benefícios e benefícios para a prática da meditação, entre eles muitos relacionados à saúde.

Dois de seus melhores benefícios são que a meditação previne o stress futuro e libera o stress já acumulado em seu sistema. Esses dois benefícios acontecem simultaneamente, dando-lhe renovação celular e liberando por todo seu corpo o hormônio da alegria. O que já são motivos mais que suficientes para meditarmos todos os dias.

Fora isso temos benefícios físicos que a meditação nos proporciona, como por exemplo a Energia Prana que nosso corpo recebe com a meditação. Quando o nível dessa energia aumenta no nosso corpo, sentimos também mais alegria, a





sensação de paz e entusiasmo. Isso tudo contribui para regular a pressão sanguínea, reduz a ansiedade regulando os níveis de lactato sanguíneo, diminui toda e qualquer tensão relacionada à dor (como dores de cabeça, úlcera, dores musculares, problemas de articulação e até insônia), aumenta também a produção de serotonina melhorando assim seu humor e seu comportamento, e permitindo com isso tudo uma melhora significativa no sistema imunológico.

Quer mais motivos para meditar? Acredite, existe.

A meditação traz também, para quem medita (óbvio), benefícios mentais. Você sabia que existe um estado chamado estado Alpha que produz a cura? Pois é! Ele é ativado pelas ondas cerebrais cada vez que meditamos.

Meditando diariamente você tem apenas benefícios. Diminui a ansiedade, aumenta a estabilidade emocional, aumenta a criatividade, aumenta a alegria, desenvolve a intuição, ganha mais clareza e paz na mente, os problemas se tornam pequenos, aguça a mente através do ganho de foco e a expande através do relaxamento. Resumindo, após meditar você vai sentir o que significa na prática a palavra HARMONIA, pois você vai colocar todo o seu corpo vibrando na mesma sintonia harmoniosamente.

Quando a gente medita a gente também se sente muito mais próximo do Criador. Fazendo com que queiramos conhecer mais e mais assuntos relacionados à Vida, ao Criador, à paz e afins. É muito comum você encontrar pessoas que meditam e que são extremamente inteligentes e cultas. Não por que elas nasceram assim, mas por que passaram a meditar e a querer conhecer mais levando automaticamente uma coisa à outra.

A meditação faz com que você desenvolva, sem querer, partes psicológicas que vão permitir você entrar em contato com o TODO de uma maneira mais fácil e rápida. Sem precisar fazer longas orações e nenhum ritual que duram horas, dias, semanas, meses ou até anos. Quando você aprender a meditar, entrar em contato com Deus vai ser apenas uma questão de escolha. Vai ser como piscar os olhos, rápido assim, simples assim.

Com a meditação ocorre uma mudança pessoal muito grande, todas as pessoas ao seu redor vão notar isso.

Vamos fazer um teste prático.

Eu convido você, aqui, a fazer uma série de meditações. 10 minutos por dia, por 7 dias e nada mais. Comece a sua primeira meditação agora, pegue aí seu relógio e medite dez minutos. Se você não souber como meditar, apenas feche os olhos e imagine uma cachoeira de águas cristalinas caindo e lavando a rocha. Imagine pássaros que voam nessa região e imagine que a água, ao bater na rocha, escorre e toca seus pés e então você se deita na água e deixa a água lavar o seu corpo e a sua alma. Faça isso dez minutinhos, coloque o despertador para dez minutos e depois continue a ler o livro.

Se você fez essa pequena meditação posso garantir que, ainda que você não





admita, você já está se sentindo diferente.

Não conte para ninguém que você começou a meditar. Comece fazendo 10 minutos, eu garanto que pelo menos uma pessoa vai notar que você está diferente até o oitavo dia, dia seguinte à última meditação. Seus amigos certamente vão te falar que você está diferente, mais bonito, mais agradável, mais "sei lá", diferente de alguma maneira. Sem coragem de dizer que você está mais atraente, mais enigmático e mais poderoso.

Eu te convido a dar o depoimento no meu site se alguma coisa mudou na sua vida nesse meio tempo e eu garanto que vai ter mudado.

Conte-me como foi sua experiência com a meditação nessa primeira semana e me escreva dizendo se você tem interesse em montar um grupo de discussões sobre o assunto ou ainda de receber áudios de visualização criativa.

## Capítulo 11 – A DEPRESSÃO O câncer da alma.

---

“Nunca despreze uma pessoa deprimida.  
A depressão é o último estágio da dor humana.”

Augusto Cury

A palavra depressão deriva do latim “depremeri” que significa puxar para baixo.

A depressão é um dos tormentos da atual sociedade e como se não bastasse é também epidêmica. Está em toda a terra.

A organização Mundial da Saúde já considerou que existe no mundo mais de 360 milhões de depressivos, isso sem contar aqueles que não estão diagnosticados ainda. Se esse número chega a ser assustador sem essa consideração, imagine como seria se todos os depressivos fossem diagnosticados.

Me pergunto qual a razão de tanta grandeza, júbilo, mas também de dores. Essa doença que vem como um fantasma e pega quase que 100 % da população mundial em um momento ou outro de nossas vidas.

Uma doença que sempre existiu, no passado chamada de melancolia.

O indivíduo que sofre dessa doença, muitas vezes conhecido como pessimista, que perdeu o sentido da vida e tem uma vida vazia, não encontra um significado psicológico e por isso tem um comportamento muito especial. Alguns são chamados de preguiçosos e antissociais, pois perdem o desejo de contato e a afetividade com os seres mais queridos.





O processo é neuronal, há uma mudança nesses neurônios que são fundamentais para nosso bem-estar, como a dopamina por exemplo, que é fundamental para nossa alegria.

Já se sabe que a depressão pode ser desencadeada por fatores endógenos, de natureza interna, hereditariedade, as enfermidades infecto-contagiosas, as sequelas das enfermidades infecto-contagiosas, mas também a solidão, a ansiedade, o medo e sem dúvida nenhuma a quebra da rotina. Por exemplo, os aposentados quando quebram sua rotina e passam a ficar em casa, caem em profunda depressão por que se encontram na solidão.

Existem também momentos específicos que o indivíduo faz depressão, como data de aniversário, festas religiosas como o Natal ou ainda no dia de Ano Novo. Fazemos depressão nesses dias entrando em um estado de apatia.

Eu também tive meu momento de depressão. Foi no ano que antecedeu minha mudança para o Canadá. Naquela fase turbulenta e triste de minha vida, onde eu morava em São Paulo e era proprietário de um restaurante de comida chinesa.

No meu caso, foi desencadeado por uma série de problemas que eu estava vivendo. Emocionais e financeiros. Um problema atrás do outro e sem tempo ou condições de procurar ajuda a depressão se fez presente.

Existem maneiras e maneiras de se livrar dessa doença que impede nosso crescimento, mas como?

Se conseguirmos desviar nossa mente daquele transtorno momentâneo fixado, da perda de sentido existencial, mudamos de paisagem e logo os neurônios começam a reagir favoravelmente.

Dois físicos quânticos de Harvard, por exemplo, que não eram religiosos, fizeram uma análise do cérebro e concluíram que nossos neurônios cerebrais quando são estimulados por pensamentos saudáveis como o amor, perdão e solidariedade, eles emitem ondas que podem estar carregadas de fótons.

Os fótons são aglutinadores de moléculas e por isso você acaba desfrutando de bem-estar e saúde. A tese seria o seu pensamento, a vida que você leva.

É fato que quando temos sentimentos negativos, pensamentos deploráveis, perturbações do ciúme, ódio, vingança, os neurônios produzem ondas semelhantes dos elétrons. O elétron, contrário do fóton, é desagregador de partículas, naturalmente ocorrerá um transtorno na produção das neuro-comunicações, distúrbios cerebrais, emocionais e somatizações orgânicas.





É científico. É comprovado.

O que eles conseguiram comprovar com seus estudos, é que você precisa fazer coisas que te dão prazer para curar sua alma.

Para dar um excelente exemplo disso, eu vou contar uma história que eu ouvi o Divaldo Franco contando e que me esclareceu da forma mais simples possível e sempre que começo a ter aquele tipo de pensamento que te arrasta para uma onda negativa, eu procurar lembrar dessa história, que é por sinal, verdadeira.

Era uma vez uma senhora viúva que fazia uma depressão muito grave.

Um psicanalista muito respeitado na época foi convidado pela família dela, para ir fazer uma análise, mas que ele não deveria se apresentar como psicanalista pois para ela, os psicanalistas tratavam apenas os dementes e psicopatas.

Esse doutor imediatamente reagiu dizendo que não poderia se passar por um farsante. Que se fosse visita-la, ele se apresentaria como psicanalista e ponto.

A família acabou cedendo pois queriam muito que ele a visitasse, já que ele era muito reconhecido por resolver problemas como aquele que essa senhora vivia.

Ele o foi e ela o recebeu, com todas aquelas características da depressão como desânimo, desencantamento, falando pouco, em um mal estar, etc.

Ele explicou que a estava visitando a convite da família, pois eles estavam preocupados com a depressão que ela fazia e que ele tinha condições de cuidar dela e fazer com ela melhorasse.

Logo de início ele pediu a permissão de conhecer a casa que ela habitava, para ter uma ideia de como era a vida que ela levava. Ela consentiu e ele saiu com os funcionários para conhecer então a residência.

A primeira coisa que ele notou, foi que a casa era toda pintada de cinza, pintada com cores muito tristes, que é claro, demonstrava o estado emocional da própria paciente.

Percorreu vários cômodos e quando passou pela sala das refeições ele percebeu que haviam sobre a mesa muitos telegramas e cartas ainda fechadas. Ele questionou imediatamente o que era aquilo e a funcionária respondeu dizendo que a senhora não fazia questão nenhuma de abrir nenhuma correspondência que ela recebia, pois não tinha ânimo e nem se interessava.

Ele fez que sim com a cabeça e continuou a visita pela casa. Andou mais um pouco e mais adiante avistou um lindo jardim de inverno repleto de Violetas. Aquela senhora era uma colecionadora de Violeta dos Alpes.





“E isso?” perguntou ele.

“Essa é a única coisa que ela cuida. Ela se levanta para molhar as flores, ou fazer uma muda e em seguida já volta para o quarto” disse a funcionária.

Ele consentiu com a cabeça e retornou falar com a senhora.

Ela o olhou e a primeira coisa que ela perguntou era qual o remédio que ele iria passar para ela se curar. Ele a olhou nos olhos sorrindo e disse “nenhum, a senhora não precisa de medicamento nenhum, foi um grande prazer conhece-la e espero que a senhora se recupere o mais rápido possível.” E saiu.

Em seguida ele se direcionou aos familiares e disse que ele voltaria para ter uma segunda conversa com a senhora, que aconteceu alguns dias depois.

Ele chegou, entrou, se sentou e perguntou como ela estava e ela naquele desânimo depressivo foi dizendo que estava tudo na mesma.

“Eu venho aqui para dar-lhe um conselho, apenas isso. A senhora é uma mulher de muita importância na sociedade. Recebe muitos convites e eu notei que a senhora não os abre. É de uma deselegância muito grande sequer abrir os convites que as pessoas que te admiram e te respeitam te enviam. Você é uma dama, tem compromissos sociais e humanos. O mínimo que você poderia fazer é retribuí-los enviando-lhes como agradecimento, um de seus muitos vasos de Violeta dos Alpes. Você gosta tanto delas, essas pessoas vão ficar muito gratificadas e não lhe custará nada”. Disse o doutor.

Ela consentiu com a cabeça e disse que ele tinha razão e que ela iria começar a fazer isso.

Sendo assim, ele se dirigiu para a família e pediu que eles mandassem todos os convites possíveis. Pediu para que pedissem para todos os amigos lhe enviar convite de qualquer coisa, de aniversários, bodas, casamentos, enfim.

E assim foi feito. Ela recebeu muitos convites e à medida que ela recebia os convites, ela enviava um vasinho de Violeta dos Alpes como agradecimento e dessa forma o tempo foi passando e o jardim foi, claro, desaparecendo.

Assim, ela se viu obrigada a sair de casa, ir na floricultura para comprar mais terra, xaxim, adubos químicos e então se levantava mais de uma vez da cama e assim foi que se libertou-se da depressão. Saindo da cama para cuidar do jardim, depois para mandar os vasos e depois para comprar vasos novos.

Ela morreu dez anos depois, e quando ela morreu, o jornal colocou o necrológico







“A Dama das Violetas deixa um grande legado para todos nós.  
É possível que na maioria das casas da nossa cidade,  
ela esteja presente através de um de seus lindos vasos de Violetas”.

Uma pratica modesta e simples de encontrar razão para a vida e a cura de uma vez por todas para o mal do século que é a depressão.

Liberte-se, faça algo que te dê prazer. Comece hoje mesmo a enviar “suas Violetas”.

## Capítulo 12 Gratidão

---

A atitude correta em relação ao que temos  
é a gratidão e não a possessão em si.

Por último e não menos importante, esse tema que é, sem sombra de dúvidas, o maior responsável pela abertura de portas na vida: a gratidão.

É impressionante como algumas pessoas tem a capacidade de transformar suas vidas da água para o vinho, assim, sem mais nem menos. Hoje elas estão no buraco, amanhã não estão mais e geralmente quando elas estão no buraco é sempre algo temporário.

É um assunto que tem intrigado pessoas ao redor de todo o mundo e a gratidão é algo que faz isso por você.

O inventor da lâmpada Thomas Edson, teve contato direto com Napoleão Hill, o escritor do livro “A lei do triunfo”, que é um livro baseado em um estudo feito por eles que durou cerca de 20 anos, para quem ainda não leu, eu recomendo.

Muita gente sabe, por exemplo, que Thomas Edson inventou a lâmpada por que descobriu a eletricidade. O que poucas pessoas sabem é que ele descobriu a eletricidade não por que ele estava em busca de energia elétrica, mas sim por que ele estudava energias. Todo tipo de energia.

Para chegar à lâmpada ele entendeu que precisava de som, calor e luz, que é a mesma oscilação da energia cósmica que ele estudava tanto. Sim, Thomas Edson era um místico e por isso ele descobriu a energia elétrica e inventou a lâmpada.

Ele também descobriu que existe algo que pode oscilar energia cósmica em uma frequência muito maior do que a barra metálica e todos os produtos que ele já havia estudado. Acredite se quiser, ele descobriu que a força do pensamento se aplicada sobre qualquer coisa, com uma ideia bem projetada, de forma clara,





visível e concisa, pode fazer com que a energia se module em uma frequência acima da luz, mas só o pensamento pode fazer isso.

É importante saber aqui que quando você pensa e sente alguma coisa você gera ondas e quando você gera ondas, você acaba gerando frequência, mas é aqui que é a porca torce o rabo, pois a religião se casa com a ciência de uma forma linda. Todo cristão que se preze sabe que, segundo a bíblia, semelhante atrai semelhante e todo ser humano que já foi um bom estudante de física e química sabe que em uma das três leis de Nilton, diz-se que para cada uma ação, há uma reação com a mesma intensidade no sentido contrário.

Agora vamos raciocinar juntos um resumo:

- Tudo o que você pensa e sente produz uma vibração;
- Toda vibração produz um campo de energia;
- Segundo a lei de Newton toda ação gera uma reação com mesma intensidade no efeito contrário, ou seja, tudo o que vai, volta;

Portanto, não há mais o que discutir. Você, ser humano, é criador de sua realidade (centelha divina), onde você cria o seu mundo com o seu livre arbítrio, criando um campo de energia relacionado ao que você sente e o Universo por sua vez devolve ainda mais para você daquilo que você mandou e esse é o ponto aqui que precisamos entender. Seja lá o que for que você estiver sentindo (vibrando), é isso que o Universo vai te mandar de volta.

Portanto, comece agora mesmo a ser grato, pois quanto mais enviada ao Universo a gratidão for, mais você vai atrair e automaticamente você só pode se sentir grato se estiver recebendo algo por isso, ou seja, o Universo vai fazer questão de te surpreender sempre mais e cada vez mais com coisas que você só pode ser grato.

Mude sua frequência agora mesmo.

Agradeça por pequenas coisas, faça uma lista de coisas que você tem, se você acha que você não tem nada para ser grato hoje, comece agradecendo por ter acordado, por estar vivo, agradecer por poder se alimentar, se vestir, pela água que bebe, por qualquer coisa. Você pode agradecer por qualquer coisa que seja. O importante é que você entenda de uma vez por todas que seja lá o que for que você enviar ao Universo, isso vai vibrar, vai produzir uma onda de calor e voltar para você na mesma intensidade que foi.

Se você for capaz de entender isso vai ver que é capaz de mudar sua realidade seja ela qual for, se você for capaz de reconhecer que você é o criador, agradecendo por qualquer coisa que tenha, você vai sentir a abundância entrando em sua vida e estimular a alegria em sua vida, afinal de contas ninguém nunca viu alguém abundante triste.





Mas infelizmente, nem tudo é alegria quando se fala em abundância. Existem dois fatores que acabam impedindo o ser humano de ser grato e consequentemente de obter abundância positiva.

O primeiro deles, é que você, ao reconhecer o que já recebeu, pode se sentir um pouco diminuído. Diminuído pelo fato de estar recebendo tanto e achar que não tem nada a oferecer, nada para “trocar”.

Existe aquela história de que se você recebe, você tem que retribuir e tem gente que acaba ficando com medo de receber pois uma hora ou outra vai ter que retribuir.

Muitas vezes a pessoa é tão mesquinha que ela prefere até não receber para não ficar presa nessa psicologia de retribuição, nessa dívida.

Enquanto que quando você recebe, é sempre algo gratuito, você apenas saboreia e naturalmente, mesmo sem querer, você vai acabar contribuindo.

Portanto não fique com essa “preguicinha” em ter que retribuir, isso vai acontecer de forma natural e a única coisa que você vai perceber em sua vida é a felicidade por ter deixado aquilo acontecer.

O segundo fator que pode minar sua abundância é a insatisfação.

Muito provavelmente você conhece alguém que é avarento, que quanto mais tem, mais quer e mesmo assim nunca está satisfeito ou feliz. Parece criança mimadas, completamente insatisfeita.

Esse comportamento leva o ser humano a escassez, pois infelizmente, a pessoa olha apenas o que falta e nunca o que já tem, cortando dessa forma aquela energia gratificante de gratidão que atrai a abundância na vida dela.

Como a lei de Newton não nos deixa mentir, se você mandar a vibração de falta, de miséria, ela vai voltar e quando ela voltar, sua mente vai começar a buscar momentos de escassez e vai acabar comprovando que já faltou algo em sua vida antes, tornando essa vibração um processo vicioso.

Fuja desse comportamento que mina não somente sua felicidade física, como também sua vida emocional e psicológica.

Lembre-se dos capítulos em que eu estava narrando minha história de vida, o que eu mais fiz e ainda faço para mudar minha realidade é agradecer sempre.

E eu agradeço aqui pela sua leitura, pelo seu carinho, pelo seu tempo em ler meu material e agradeço de antemão pelo feedback em meu site:

[www.robertodefarias.com.br](http://www.robertodefarias.com.br)





Espero que tenha gostado e deixo você com algumas técnicas de meditação. Para aqueles que já sabem como meditar, deixo apenas minha gratidão sem fim. Muito obrigado.

## Capítulo 13 Técnicas de Meditação

---

Se você chegou até aqui é sinal de que você está disposto a passar por cima de seus preconceitos, resolver os problemas e pendências com seu passado, aceita dizer SIM para tudo, está trabalhando ou vai trabalhar para acabar com possíveis culpas e remorsos, aprendeu a ser grato pelo simples fato de estar vivo e, portanto, está pronto para entrar no maravilhoso ciclo da reação em cadeia.

Te desejo uma meditação serena cheia de luz, paz e amor.  
Vamos lá então à primeiras dicas:

Antes de iniciar os exercícios, deve definir muito bem o objetivo que deseja atingir, para assim, saber o que vai visualizar. Se não tem ainda nenhum objetivo, defina agora os seus objetivos.

Limpe sempre o seu espaço e a sua mente primeiro.

Desligue os seus aparelhos eletrônicos para que não causem distrações.

Adote uma posição sentado ou deitado onde se sinta muito confortável por 15 minutos, mas onde não adormeça.

Tente memorizar pormenores sempre que visualiza.

Pronto a iniciar as técnicas de visualização para iniciantes?

### Primeira Técnica de Visualização Criativa para iniciantes

Pegue um pequeno objeto qualquer, pequeno de preferência, como uma caneta ou um chaveiro, coloque na sua frente e observe por alguns momentos. Feche seus olhos e tente ficar com a visão do objeto na sua mente. Tente fixar a imagem pelo máximo tempo possível. Quando a imagem desfocar ou desaparecer, abra seus olhos e observe novamente o objeto por mais algum tempo. Repita o exercício as vezes que forem necessárias até conseguir ficar com a imagem nítida do objeto na sua mente por pelo menos 2 minutos. Daí, imagine-se pegando no objeto. Sinta o objeto na sua mão, através da sua imaginação.

### Segunda Técnica de Visualização Criativa para iniciantes

---

Pegue uma foto sua com amigos ou familiares e coloque a foto na sua frente. Observe a foto por cerca de 1 minuto, e absorva todos os pormenores.

Agora feche os olhos e visualize-se dentro do cenário, com uma história completamente diferente daquela que você já viveu. Você vai construir uma história nova. Veja as pessoas mexendo os lábios e tente interagir com elas. Se





ainda não consegue interagir com a sua visualização ou se ela aparece desfocada, abra os olhos e absorva mais pormenores da foto. Tente várias vezes até conseguir interagir com a visualização durante pelo menos 5 minutos.

Se você conseguiu materializar a caneta, o chaveiro, ou que quer que seja da primeira técnica e conseguiu interagir com as pessoas da foto da segunda técnica você está pronto para fundir a visualização com a realidade. Que é nossa terceira técnica.

### Terceira Técnica de Visualização Criativa para iniciantes

---

É extremamente importante que você esteja preparado para um período de visualização de pelo menos 15 minutos, pois esse tempo permite que a visualização seja feita numa frequência em que o seu cérebro está mais receptivo a novas informações e ao condicionamento para a materialização de sua visualização.

A visualização criativa misturada com a realidade vai alterar seus padrões de pensamentos. Interferindo diferentemente em como vibrar mais rápido pelo que quer que seja. Esses novos padrões vão colocar você numa frequência que é captada pelo Universo, que vai ajudar a manifestar o que deseja através da Ressonância Harmônica. Consiste em fundir o sistema sensorial com a visualização criativa, com a finalidade de substituir a sua noção de realidade por outra diferente criada na sua mente, onde você sente tudo como se fosse real. Cuidado com os seus sentimentos nessa fase da meditação. Pois tudo o que você vibrar será elevado numa frequência sempre multiplicada quando retornar para você.

É importante ressaltar que o local da meditação não deve ter nenhuma interferência eletrônica como celulares, notebooks, ou qualquer eletrônico que seja. Quanto mais limpo de frequências que não seja a sua, melhor.

A melhor maneira de começar é pensando um pouco naquilo que se quer alcançar, um objetivo, uma meta, o que quer que seja. Sua mente necessita se concentrar no objetivo. Se você tem vários objetivos o ideal é que você faça uma sessão para cada objetivo. Não adianta nada fazer todos os objetivos em uma única sessão. Se os mestres budistas, monges tibetanos não conseguem, você como aprendiz não conseguirá.

O importante é não questionar nem como e nem o porquê de nada. Apenas visualize e sempre no presente, vivendo sua visualização como se ela fosse real, mergulhe nos seus pensamentos de forma que você se perca neles. Sinta a situação, tente trazer para dentro de você as mesmas emoções que você sentiria se aquela situação lhe ocorresse de verdade, sinta a adrenalina, sinta o coração que pulsa, sinta cada sensação, sem medo de ser feliz. Lembrando que a visualização sem o sentimento de realidade também não serve para nada. Pois é o sentimento de tornar aquilo real que faz com que a energia vibre mais forte para que aquilo





volt para você.

Se o seu objetivo é ter um carro novo, veja-se dirigindo e se sinta como se o carro fosse seu. Sinta a textura dos estofos, o cheiro do interior. Veja o símbolo da marca no volante, as luzes do painel, olhe pela janela e veja as pessoas pagando um pau para você que dirige a sua mais nova aquisição pela cidade. Se você pudesse comprar um carro que marca seria? Qual o modelo, qual o ano, qual a cor? E se você fosse dar a primeira volta na cidade com quem seria? Qual a música que você estaria ouvindo? Tente sentir isso tudo ao máximo e traga a felicidade para dentro do seu coração enquanto pensa nesses detalhes. Chore de felicidade e de gratidão, sinta esses sentimentos se possível for. É justamente o sentimento de ser feliz e de ser grato com a conquista que aumentará o seu nível vibracional.

Então, só para recapitular, se você imaginar tudo isso, mas não se sentir feliz ou grato na sua visualização, de nada adianta a meditação pois a vibração não acontecerá. Mas não desista, por que a insistência te faz alcançar os objetivos e a prática que te leva à perfeição.

Antes de finalizar o exercício imagine toda a cena envolta por uma bolha cor de rosa e em seguida você jogando aquela bolha cor de rosa ao Universo.

Repita esse exercício com muita frequência e com muita fé em como se aquilo que vive na visualização já sendo uma realidade. Quando menos esperar o Universo vai te ajudar a atingir o objetivo mentalizado, colocando no seu caminho vários eventos e circunstâncias para a realização de tal.

Duas dúvidas muito comuns:

1) Qual o melhor horário para meditar?

Você pode meditar quando quiser, apenas lembrando que deveria se evitar meditar quando se acorda e antes de dormir pois são nessas horas que tendemos a pegar no sono e esse não é o objetivo.

Eu gosto de meditar uma vez no meio do dia e antes de dormir todos os dias. Se cair no sono, não tem problema pois eu já fiz uma meditação no decorrer do dia completa.

2) Qual a melhor posição para meditar?

A melhor posição é aquela que você se sente confortável e não muito relaxado a ponto de cair no sono toda vez que faz meditação. Não há problema nenhuma dormir de vez em quando no meio da meditação, mas se você pega no sono toda vez que medita, mude a postura que está relaxada demais.







Roberto de Farias – Marketing e Reconexão  
Quântica  
[www.robortodefarias.com.br](http://www.robortodefarias.com.br)

Já a venda pelo site oficial do Autor, o livro **O CONDENADO**. Um romance realista escrito por Roberto de Farias. Que conta a história de Rosângela e Lúcio, dois jovens que precisam viver o grande drama de amar à distância. Não se trata apenas de mais uma história de amor, mas também das dificuldades em viver meio à fraqueza e o egoísmo do ser humano. Juntos eles precisam tomar uma decisão importante e aprender a conviver com seus piores inimigos para então serem felizes. Será que ambos vão quebrar as barreiras, enfrentar as dificuldades e finalmente encontrar a felicidade? Convido você para descobrir esta romântica aventura que certamente mudará os rumos da sua história.

---

