



*the* **S**ecret  
O SEGREDO

Rhonda Byrne

# O Segredo

Há um ano minha vida ruiu.

Eu tinha que trabalhar até ficar exausto; meu pai morreu de repente; e meus relacionamentos estavam desgastados.

Mal sabia eu que do meu maior desespero viria o meu maior presente. Eu havia tido o vislumbre de um grande SEGREDO.

Comecei a rastrear O SEGREDO através da história.

"O SEGREDO FOI ENTERRADO".

"O SEGREDO FOI COBIÇADO".

"O SEGREDO FOI SUPRIMIDO".

Mal pude acreditar na quantidade de pessoas que sabiam disso. Eram as maiores personalidades da história.

"PLATÃO".

"SHAKESPEARE".

"NEWTON".

"BEETHOVEN".

"LINCOLN".

"EINSTEIN".

Tudo que eu queria fazer era compartilhar O SEGREDO com o mundo.

Passei a procurar por pessoas vivas que conhecessem O SEGREDO. Uma a uma, elas começaram a aparecer.

Seguem abaixo as transcrições dos depoimentos na ordem em que aparecem no filme. A cada troca de depoente há um parágrafo novo. Uma linha é pulada quando se muda o foco. Cada depoente aparece várias vezes.

Esse "SEGREDO" lhe dará qualquer coisa que você queira. Felicidade, riqueza e saúde.

Você pode ter, fazer ou ser qualquer coisa que queira.

Podemos ter qualquer coisa que escolhermos, não importa quão grande seja.

Em que tipo de casa você quer viver?

Você quer ser milionário?

Que tipo de negócio você quer ter?

Você quer mais sucesso?

O QUE VOCÊ REALMENTE QUER? ? ?

Vi muitos milagres acontecerem na vida das pessoas. Milagres financeiros, milagres relacionados à cura corporal, cura mental, curas em relacionamentos...

Tudo isso acontece por conta de saber como aplicar O SEGREDO.

***"O SEGREDO É A RESPOSTA PARA TUDO O QUE FOI,  
TUDO O QUE É E TUDO O QUE ALGUM DIA SERÁ".***

Você provavelmente já está se perguntando: "O que é O SEGREDO?". Vou dizer-lhe como cheguei ao entendimento do que é O SEGREDO. Todos nós trabalhamos com um poder infinito. Somos todos guiados exatamente pelas mesmas leis. As leis naturais do universo são tão precisas que não tivemos muita dificuldade em construir espaçonaves, mandamos pessoas à Lua e podemos precisar o momento de uma aterrissagem em fração de segundos. Não importa se você está na Índia, Austrália, Nova Zelândia, Estocolmo ou Londres ou Toronto ou Montreal ou Nova Iorque, todos nós trabalhamos com um só poder, uma lei: ATRAÇÃO. O SEGREDO é A LEI DA ATRAÇÃO. Tudo que vem até você é atraído por você mesmo. É atraído até você pelas imagens que você mantém em sua mente. É o que você está pensando. Tudo o que se passa na sua mente é atraído até você. Alguns povos sempre souberam disso. Os babilônios sempre souberam disso. São grupos privilegiados de pessoas. Porque você acha que 1% da população mundial ganha cerca de 96% do dinheiro que é gerado em todo o planeta? Você acha que isso é um acidente? Isso não é um acidente! É planejado dessa forma. Eles sabem de algo, entendem algo. Eles entendem O SEGREDO. E nesse exato momento, você está sendo apresentado ao SEGREDO.

O modo mais simples, a meu ver, de se encarar a LEI DA ATRAÇÃO é imaginar a si mesmo como um ímã. Um ímã atrai outro ímã.

Basicamente a LEI DA ATRAÇÃO diz que semelhantes se atraem, tendo em vista que essa é uma lei que trabalha no nível do pensamento.

Nosso trabalho, como seres humanos, é pensar no que queremos e deixar isso absolutamente claro nas nossas mentes. Desse ponto em diante passamos a invocar uma das leis mais poderosas do universo: A LEI DA ATRAÇÃO. Você se torna aquilo no que mais pensa, mas também atrai aquilo no qual mais pensa.

Se você visualizar aqui (depoente aponta para a cabeça), você irá segurar aqui (depoente mostra a mão fechada).

E esse princípio pode ser resumido em quatro palavras simples: PENSAMENTOS SE TORNAM COISAS.

Muitas pessoas não entendem que pensamentos têm uma frequência. Todo pensamento tem uma frequência. (São mostradas imagens de eletroencefalogramas no filme) Nós podemos medir um pensamento. Então se você pensa na mesma coisa por várias e várias vezes, se você mantém aquela imagem na cabeça: aquele carro novo, ter o dinheiro de que precisa, construir aquela empresa, encontrar sua cara metade. Se você imagina como seriam essas coisas, emite consistentemente determinada frequência.

Pensamentos emitem um sinal magnético que atrai um sinal semelhante de volta para você.

Imagine-se vivendo em abundância e atrairá isso. Sempre funciona. Funciona a qualquer momento, com qualquer pessoa.

Aqui temos um problema: muitas pessoas pensam naquilo que elas NÃO querem e se perguntam por que essas coisas aparecem repetidamente na vida delas.

A LEI DA ATRAÇÃO não quer saber se você busca algo que seja bom ou ruim ou se você quer ou não determinada coisa. Ela simplesmente responde aos seus pensamentos. Se você fica olhando para um monte de dívidas e se sentindo mal a respeito, este é o sinal que você está enviando para o universo. "Eu me sinto muito mal por conta desse monte de dívidas que eu tenho". Você está afirmando isso para você mesmo. Você sente essa situação ruim profundamente em todos os níveis do seu ser. Assim, você terá mais dívidas ainda.

Quando você olha para algo que você quer e diz SIM para esse algo, você está ativando o pensamento e a lei da atração responde a esse pensamento e lhe traz coisas que combinem com esse algo. Quando você olha para algo que você não quer e diz NÃO para esse algo, você, na verdade, não afasta esse algo. Você está ativando o pensamento relacionado ao que você não quer e a lei da atração trata de trazer mais desse algo para você. Este é um universo que se baseia em atração. TUDO está relacionado à atração.

A lei da atração trabalha o tempo todo, quer você acredite nela, entenda-a ou não.

Você pode estar pensando em algo relacionado ao passado, presente ou futuro. Quer você esteja lembrando, observando ou imaginando, ainda assim você ativa o processo de pensamento e a lei da atração, que é a lei mais poderosa do universo, responde ao seu pensamento.

Criação acontece o tempo todo. Toda vez que um indivíduo tem um pensamento, no processo de criação algo irá se manifestar.

A lei da atração diz: nós lhe daremos o que quer que você diga e no que quer que você se concentre. Então se você reclamar de quão é uma situação, criará mais dessa mesma situação.

Eu tive um aluno chamado Robert que era homossexual. Ele fazia um curso on-line que eu ministro no qual ele precisava me mandar e-mails. Ele descrevia todas as coisas horríveis da vida dele. No trabalho, todas as pessoas o importunavam. Era muito estressante por conta de quão perversos eles eram. Quando ele andava pela rua era atormentado por pessoas homofóbicas que queriam abusar dele de alguma forma. Ele queria se tornar um comediante solo, mas todas as vezes que subia ao palco para sua performance todos o rechaçavam por ele ser homossexual. Sua vida era uma sucessão de infelicidade e penúria. E era toda focada na idéia de ele ser atacado por ser homossexual. Passei então a alertá-lo para o fato de que ele se concentrava naquilo que não queria. Respondi aos e-mails que ele me mandava dizendo para ele reler os e-mails e me falar sobre as coisas que não queria. Eu posso dizer que ele era bastante passional a respeito. Quando você pensa em algo com muita paixão, faz com que isso aconteça com mais rapidez. Então ele passou a focalizar aquilo que queria. O que aconteceu nas seis ou oito semanas seguintes, foi absolutamente um milagre. Ele disse que todas as pessoas do trabalho que o importunavam foram transferidas para outro departamento, deixaram a empresa ou simplesmente passaram a deixá-lo em paz. Então ele passou a amar o trabalho. Percebeu que quando andava pela rua ninguém o atormentava mais. Passou a fazer suas apresentações como comediante e ninguém o aborrecia. Sua vida inteira mudou porque ele passou a focalizar aquilo que queria ao invés daquilo que não queria.

Podemos ser muito positivos na nossa orientação e assim tenderemos a atrair pessoas, eventos e circunstâncias positivas. Se formos negativos na nossa orientação, tenderemos a atrair pessoas, eventos e circunstâncias negativas.

Você acaba atraindo os pensamentos mais predominantes em sua mente. Quer eles sejam conscientes ou inconscientes.

Se você prestar atenção, quando se trata do SEGREDO, do poder da nossa mente, do poder das nossas intenções, das nossas vidas diárias, O SEGREDO estará por todos os lados! Tudo o que nós temos de fazer é abrir os olhos e ver!

Você vê a lei da atração evidente na nossa sociedade quando você percebe que aqueles que mais falam de doenças as têm, quando você percebe que aqueles que mais falam de prosperidade a têm. A lei da atração ficará evidente ao nosso redor se você entender o que ela é. Tem a ver com você ser um ímã atraindo pensamentos, atraindo pessoas, atraindo eventos, atraindo estilos de vida. De fato, tudo o que você traz à sua experiência de vida você traz por causa dessa poderosa lei de atração.

Não estou falando com você como se isso fosse apenas um pensamento desejoso ou uma loucura imaginária. Estou falando com você sobre um entendimento básico e mais profundo. A física quântica verdadeiramente começa a evidenciar essa descoberta. A física quântica diz que não se pode ter

um universo com a mente separada dele, a mente na verdade molda o tempo todo o que está sendo percebido por ela mesma.

Se você não entende a lei da atração não significa que deva rejeitá-la. Você não entende as propriedades da eletricidade. Primeiramente ninguém precisa sequer saber o que é eletricidade para fazer uso dos benefícios dela. Você sabe como ela funciona? Eu não sei, mas sei isso: você pode cozinhar o jantar de alguém com ela assim, como também pode cozinhar esse alguém com ela.

Geralmente, quando as pessoas começam a entender o grande SEGREDO, elas ficam com medo por conta da quantidade de pensamentos negativos que têm. Há duas coisas das quais você precisa estar ciente: a primeira é que já foi provado cientificamente que um pensamento positivo é centenas de vezes mais forte do que um pensamento negativo. Isso, por si só, já elimina um certo grau de preocupação.

Vivemos numa realidade onde temos um tempo de espera. E isso nos é útil. Você não gostaria de viver num ambiente onde os seus pensamentos se manifestassem imediatamente. As coisas vêm constantemente, mas dentro de certo prazo, o que é muito bom.

Você quer estar ciente dos seus pensamentos, quer escolher os seus pensamentos cuidadosamente e ainda quer divertir-se com isso. Porque você é a obra prima da sua própria vida. Você é o Michelangelo da sua própria vida. A obra que você está esculpindo é você! E você FAZ isso, com os seus pensamentos.

Os líderes do passado conheciam o SEGREDO e queriam manter o poder e não partilhá-lo. Eles mantinham as outras pessoas ignorantes quanto ao SEGREDO. As pessoas iam trabalhar, faziam o trabalho delas e voltavam para casa, continuando na mesma monotonia e rotina. Assim elas continuavam sem nenhum poder, pois o segredo era guardado por uns poucos.

Vivemos num universo no qual há leis. A lei da gravidade, por exemplo, diz que se você pular de um prédio, não importa se você é uma pessoa boa ou má, irá se chocar com o solo.

Tudo ao seu redor nesse momento da sua vida, incluindo as coisas das quais você reclama, você atraiu. Eu sei que à primeira vista isso é algo que você vai odiar ouvir. Você irá dizer imediatamente que não atraiu aquele acidente de carro, não atraiu aquele cliente específico, não atraiu aquela dívida, não atraiu qualquer que seja a coisa da qual você reclama. Mas eu tenho que ser um pouco ríspido com você e lhe dizer que sim, você atraiu. Esse é um dos conceitos mais difíceis de se absorver. Mas uma vez que você aceite isso, é transformador. Isso é parte do grande segredo.

Costumamos pensar que não temos nenhum controle sobre os pensamentos, que eles funcionam em piloto automático. Mas tudo é trazido até nós pelo pensamento.

Como essa é a primeira vez que você ouve isso, deve estar pensando que terá que monitorar os seus pensamentos e que isso dará muito trabalho. Essa será a sensação no começo, mas é aí que a diversão começa.

Nós não encorajamos ninguém a tentar monitorar os próprios pensamentos, isso poderia deixar a pessoa louca. Há uma infinidade de pensamentos vindo até você de inúmeras direções diferentes e relacionados com os mais diversos assuntos. É aí que o seu SISTEMA EMOCIONAL GUIA entra. As suas emoções, o seu Sistema Emocional Guia, é o que o ajuda a compreender sobre o que você tem pensado.

Os seus pensamentos são a causa das suas emoções.

As emoções são um dispositivo incrível que nós temos para nos informar sobre o que temos atraído.

Há apenas duas emoções, do nosso ponto de vista: uma é BOA e a outra é RUIM. Você as chama por vários nomes diferentes, mas, essencialmente, todas aquelas emoções negativas, quer você as chame de culpa, raiva ou frustração, todas elas carregam a mesma sensação: uma sensação ruim. E tais emoções mostram que o que você está pensando nesse exato momento não está alinhado com o que você realmente quer.

De um outro ponto de vista isso pode ser chamado de uma frequência ruim ou uma vibração ruim ou qualquer outro nome que você queira.

Aquelas emoções boas, aqueles sentimentos de ESPERANÇA ou FELICIDADE ou AMOR, aquelas emoções POSITIVAS, mostram que o que você está pensando nesse momento está alinhado com o que você realmente quer.

É muito simples. Como você se sente? Bem? Então, ótimo. Continue nesse caminho, você está alinhado com o que quer.

Nossos sentimentos ou emoções são como um termômetro que informa se estamos nos trilhos ou não.

Quanto melhor você se sentir, mais alinhado estará. Quanto pior você se sentir, mais desalinhado estará. O que você faz quando você passa pela variedade das experiências do seu dia-a-dia é oferecer pensamentos que, literalmente, dão forma às suas experiências futuras. Você pode saber pelo modo como você se sente se as coisas que está buscando serão de seu agrado quando você as conquistar. O que quer que você esteja sentindo é um reflexo perfeito do que está acontecendo no processo de criação.

Você atrai exatamente o que sente, não exatamente o que pensa. Se uma pessoa levantar da cama e já tropeçar em algo, tenderá a reclamar da má sorte e seguir assim o resto do dia. As pessoas não fazem idéia de que uma simples mudança na atitude e humor delas pode mudar um dia inteiro e até a vida. Se você começar o dia sentindo-se bem e se mantiver nesse estado, contanto que você não permita que algo mude o seu ânimo, passará o dia, continuamente, de acordo com a lei da atração, atraindo mais situações e pessoas que mantenham esse ânimo. Dia ruim, dia bom. Ricos ficam mais ricos, pobres ficam mais pobres. Isso tem a ver com como essas pessoas sentem-se predominantemente.

Você pode passar a se sentir saudável neste exato momento, ou próspero, ou mesmo sentir o amor que está ao seu redor. Mesmo que estas coisas ainda não estejam lá de verdade. O que acontece é que o universo irá corresponder ao ritmo da sua música, do seu sentimento interior e irá se manifestar simplesmente porque é assim que você se sente.

Então, basicamente, aquilo para o que você se volta com pensamento e sentimento é o que você atrai. Quer seja algo que você queira ou não.

O que você pensa, o que você sente e o que se manifesta estão sempre casados. Todas as vezes, sem exceções.

É duro de engolir, mas quando nós conseguimos aceitar isso as conseqüências são maravilhosas. Significa que o que quer que o pensamento já tenha feito na sua vida pode ser desfeito por uma mudança na sua consciência.

**"VOCÊ CRIA A SUA PRÓPRIA REALIDADE  
À MEDIDA QUE CAMINHA".**

É muito importante que você se sinta bem, porque esse sentimento é o que é disperso como um sinal para o universo e começa a atrair mais desse mesmo sentimento até você. Quanto mais você se sentir bem, mais irá atrair as coisas que o ajudarão a se sentir bem e continuarão elevando você cada vez mais.

Quando você se sente para baixo, já notou que é possível mudar isso num estalar de dedos? Coloque alguma música, comece a cantar, isso mudará o seu ânimo. Ou pense em algo lindo, pense em um bebê (cena de um bebê chorando), talvez um que você ame (cena de um bebê sorrindo). Apegue-se a isso, mantenha esse pensamento na sua cabeça, esqueça-se de tudo e focalize somente esse pensamento. Eu lhe garanto que você passará a se sentir bem.

Esse princípio se aplica aos seus animais de estimação, os quais eu acredito serem incríveis, pois eles conseguem nos colocar num estado de alegria. Quando você sente amor pelo seu animal de estimação, esse é um ótimo sentimento que traz bondade à sua vida. Essa é uma grande dádiva.

E quando você começa a pegar o jeito da coisa, quando começa a guiar os seus pensamentos baseados no modo como se sente e começa a perceber a relação entre o que você pensa e sente e o que volta até você, antes mesmo de dar-se conta, você saberá que É O CRIADOR DE SUA PRÓPRIA REALIDADE.

Então, outras pessoas, ao olharem para sua vida, ficarão pasmas com a vida perfeita que você vive.

Desde que aprendi o segredo e passei a aplicá-lo na minha vida, esta se tornou realmente mágica. Acredito que seja o tipo de vida com a qual todos sonham. Eu vivo em uma mansão de 4,5 milhões de dólares, tenho a esposa dos meus sonhos, tiro férias e viajo para os pontos turísticos mais incríveis do mundo, já escalei montanhas, fui a safáris e tudo isso aconteceu e continua a acontecer por conta de eu saber como aplicar o segredo.

A vida pode ser absolutamente fenomenal. Deverá ser e será, assim que você passar a usar o segredo.

Muitas pessoas me perguntam qual é a parte delas no processo de criação e qual é a parte do universo. Então vamos analisar isso por um momento.

Vamos usar uma metáfora. Vamos pensar em Aladim e a lâmpada mágica, com certeza você já ouviu a história: ele pega a lâmpada, esfrega-a e então o gênio aparece. O gênio sempre diz a mesma coisa: O SEU DESEJO É UMA ORDEM. Se você buscar a origem da lenda – hoje se diz que são apenas três desejos – você descobrirá que não há limite de desejos. Pense a respeito disso. Agora, vamos pegar essa metáfora e aplicá-la na sua vida. Esse gênio já foi rotulado de diversas formas nas mais variadas tradições: o seu anjo da guarda, o seu eu interior, etc. Nós podemos colocar qualquer nome nele e você escolhe o que funcionar melhor para você. Todas as tradições nos ensinaram que há algo maior do que nós.

O processo de criação é um processo que consiste em três passos: o primeiro passo é PEDIR o que você deseja. Você não precisa usar palavras para pedir, porque na verdade o universo não ouve palavras suas. O universo responde completamente aos seus pensamentos.

O que você realmente quer? Sente-se e escreva o que quer num pedaço de papel, no presente do indicativo. Você pode começar assim: "Eu estou muito feliz e grato agora que tenho..." e então explique como você deseja que seja sua vida em todas as áreas.

E isso é muito divertido. É como se você tivesse o universo como o seu catálogo, você o folheia e pensa: "Puxa, gostaria de ter esta experiência, este produto, uma pessoa assim, etc.". É você fazendo encomendas com o universo. É fácil assim!

O segundo passo é RESPONDER. Uma resposta ao que você está pedindo. Essa não é a sua parte, fisicamente falando. Essa é a parte do universo. Todas as forças do universo estarão respondendo ao pensamento que você enviou.

Então o universo passará a se rearranjar para fazer com que as coisas aconteçam para você.

Muitas pessoas nunca se permitem querer o que elas realmente querem porque não conseguem ver como isso poderia concretizar-se.

Se você fizer uma pequena pesquisa, verá como é evidente que todos que já conquistaram algo não sabiam como o fariam. Eles sabiam somente que IRIAM fazer.

Você não precisa saber como as coisas virão. Você não precisa saber como o universo vai se rearranjar.

Você não sabe como, mas será mostrado a você. Você atrairá o caminho.

Algumas pessoas irão dizer provavelmente que algo deve estar muito errado. Dirão que estão pedindo, mas que nada acontece. Então veremos: você está pedindo, está em dia com o passo um; o universo está respondendo, – sempre responde, sem exceção – mas há um terceiro passo que você deve compreender: o passo da RECEPÇÃO. Esse é o passo no qual você deve se alinhar com o que você está pedindo. Quando você está alinhado com o que você quer você se sente esplêndido. Isso é o que se conhece por ENTUSIASMO, ALEGRIA, GRATIDÃO, PAIXÃO. Mas quando você se sente desesperado, com medo ou com raiva, você demonstra indicadores fortíssimos de que você não está em alinhamento com o que está pedindo. Quando você passa a se dar conta de que o modo como você se sente é tudo e passa a direcionar os seus pensamentos baseados no modo como eles fazem você se sentir. Pouco a pouco você consegue encontrar o pensamento e o sentimento corretos e passa a fazer com que o que você pediu se manifeste em sua vida.

Quando você fizer dessa fantasia um fato estará em posição de construir fantasias ainda maiores e melhores. E isso é o PROCESSO DE CRIAÇÃO.

O estudo e prática da lei da atração consistem em descobrir o que pode ajudá-lo a gerar os sentimentos de já possuir o que deseja. Vá fazer o test-drive do carro que você deseja, visite a casa que você quer comprar, faça o que você puder para gerar o sentimento de já possuir o que você quer! E lembre dessas pequenas sensações, guarde-as e você irá atrair o que deseja. Pode ser que você acorde de manhã e o que você pediu já esteja lá ou você pode ter uma inspiração para alguma coisa que lhe levará até o que você deseja. Pode ser solicitada uma ação sua. Você poderá pensar nas providências que tenha que tomar e detestar ter que fazer tais coisas, talvez

porque você não goste de tais atividades. Se você não se sente bem com as providências que terá tomar, estará indo pelo caminho errado. Você não está alinhado com o que pediu. Ações serão solicitadas de sua parte e se você estiver em alinhamento com o que quer, essas ações serão prazerosas para você.

O universo gosta de velocidade. Não adie, não pense duas vezes, não duvide. Quando a oportunidade estiver lá, quando o impulso estiver lá, quando algo lhe cutucar por dentro, AJA! É esse o seu trabalho. E é tudo o que você tem de fazer.

Você irá atrair tudo o que solicitar. Quer seja dinheiro, pessoas ou um livro. Você deverá prestar atenção ao que está atraindo. Você será atraído a coisas e elas serão atraídas para você. Elas se movem na realidade física com e através de você. E isso acontece segundo uma lei.

Você pode começar do nada. E partindo do nada, partindo de alternativa nenhuma, um caminho será construído.

Pense nisso. Um carro sendo guiado no meio da noite. Só é possível se enxergar cerca de sessenta metros à frente. Mesmo assim, é possível que você vá da Califórnia até Nova Iorque dirigindo no escuro porque tudo o que você precisa ver são esses sessenta metros. É assim que a vida tende a se desenrolar para nós. Se você confiar que os próximos sessenta metros estarão lá, a vida continuará se desenrolando e você chegará ao destino, qualquer que seja ele, desde que realmente queira chegar lá. Você chegará lá, porque QUER.

***"SUBA O PRIMEIRO DEGRAU COM FÉ.  
VOCÊ NÃO PRECISA VER A ESCADARIA INTEIRA.  
APENAS DÊ O PRIMEIRO PASSO".***

Outra coisa sobre a qual as pessoas pensam é sobre quanto tempo isso irá levar. Quanto tempo até que se manifeste o carro, o relacionamento, etc. Não há uma regra que diga que irá levar três minutos, três semanas ou trinta dias. Acredito que seja mais uma questão de você estar em alinhamento com o universo.

Tamanhos não querem dizer nada para o universo. Não há dificuldade em atrair algo que nós achemos que seja grande para o universo. O universo faz tudo o que faz com ZERO de esforço. A grama, por exemplo, não faz o mínimo esforço para crescer, devido a seu incrível design. É tudo questão do que se passa na sua mente. É questão do que nós definimos como grande ou pequeno. "Isso é grande, vai levar algum tempo. Isso é pequeno, vou conseguir em uma hora". As regras são definidas por nós mesmos. Não há regras de acordo com o universo. Você provê os sentimentos de ter o que quer agora e o universo irá responder. Algumas pessoas têm facilidade para coisas pequenas. Alguns dizem "Vou começar com algo pequeno", uma xícara de café, por exemplo.

Imagine-se falando com um velho amigo que você não vê há muito tempo. Mais cedo ou mais tarde alguém irá falar a respeito dessa pessoa com você, essa pessoa irá lhe telefonar, você receberá uma carta dela ou algo do tipo.

Muitas pessoas se sentem estacionadas ou aprisionadas pelas circunstâncias atuais na vida delas. O que eu tento apontar é que quaisquer que sejam as suas circunstâncias nesse momento, isso tudo é apenas a sua realidade atual. A sua realidade atual começará a mudar como consequência de assistir a esse filme e passar a usar o segredo.

Às vezes parece que você está estacionado e você pensa nas mesmas coisas repetidas vezes. Assim você tende a obter sempre os mesmos resultados repetidas vezes. A razão disso é que muitas pessoas oferecem a maior parte dos pensamentos delas como resposta ao que elas estão observando. Se você está olhando para "a situação" então você está pensando sobre "a situação" e quando se pensa sobre "a situação" a lei da atração lhe dá mais de "a situação". E então se você observar "a situação" que veio em consequência dos seus pensamentos você passa, novamente, a pensar sobre "a situação" e a lei da atração lhe dá ainda mais de "a situação". E então se você observar de novo "a situação".... Acho que a gente já passou por essa parte. Você deve encontrar uma forma de olhar para "a situação" de um ponto de vista vantajoso.

Muitas pessoas olham para a vida delas e dizem: "Isto é o que eu sou". Isso não é o que você é! Isso é o que você era! Se você olhar para a sua vida nesse momento, vamos dizer, por exemplo, que você não tenha muito dinheiro no banco ou que você não tenha o relacionamento que você queira. Isso não é o que você é, isso é o resíduo dos seus pensamentos e ações. Vivemos constantemente nesse resíduo como consequência das ações e pensamentos do passado. Quando você olha para a sua vida e se mede dessa forma, condena-se a não ter nada mais do que isso no futuro.

***"TUDO O QUE NÓS SOMOS É O RESULTADO  
DAQUILO QUE NÓS PENSAMOS NO PASSADO".***

O que você pode fazer nesse exato momento para começar a mudar a sua vida? Vou lhe dizer duas ou três coisas. Comece fazendo uma lista das coisas pelas quais você deve ser grato. Comece com isso, porque isso muda a sua energia e começa a mudar o seu modo de pensar. Antes desse exercício você deveria estar focalizando o que não tem, suas reclamações, ou em seus problemas, quaisquer que sejam. Quando você faz esse exercício, você começa a se mover em direção diferente, passa a sentir-se grato por todas as coisas com relação às quais se sente bem.

GRATIDÃO é definitivamente o caminho para trazer mais para a sua vida.

Todo homem sabe que quando a sua mulher o admira pelas pequenas coisas que ele faz ele quer fazer mais! É tudo por conta de gratidão. Gratidão atrai as coisas, atrai apoio.

Tudo o que nós pensamos a respeito e agradecemos nós atraímos.

Esse é o sentimento que você precisa ter. Para mim tem sido um exercício muito poderoso, levantar da cama todos os dias e dizer obrigado. Todas as manhãs quando eu toco o chão digo: obrigado. E começo a repassar mentalmente as coisas pelas quais sou grato, enquanto escovo os dentes e todas as outras coisas que faço pela manhã. Eu não penso apenas a respeito como se estivesse fazendo uma tarefa rotineira, mas estou colocando para fora os sentimentos de gratidão.

Assim que você passar a se sentir bem com relação ao que já tem, você passará a atrair mais coisas boas, mais coisas pelas quais se sentir grato. Você pode olhar ao redor e dizer "não tenho o carro que eu quero", "não tenho a casa que eu quero", "não tenho a saúde que eu quero", "não tenho o cônjuge que eu quero". Opa! Pára tudo! Essas são coisas que você não quer! Volte-se para as coisas que você já tem e pelas quais é grato. Por exemplo, que você tem olhos para assistir àquele filme, ou para as roupas que você tem. Você pode até querer alguma outra coisa, e você terá outras coisas muito em breve, desde que passe a ser grato pelo que você já tem.

Acredito que a maioria das pessoas já passou por situações difíceis. Algumas coisas ruins estavam acontecendo na minha família e um dia eu encontrei uma pequena pedra - muitas pessoas já me viram a carregando de um lado para o outro - coloquei-a no bolso e disse para mim mesmo que toda vez que eu tocasse nessa pedra eu iria pensar em algo pelo qual sou grato. Então todas as manhãs quando eu levanto da cama eu a coloco no bolso e repasso as coisas pelas quais sou grato. À noite a mesma coisa. Eu tive grandes experiências com isso. Um conhecido da África do Sul me viu tocando a pedra e me perguntou sobre ela. Eu expliquei para ele e passei a chamá-la de pedra da gratidão. Duas semanas depois eu recebi um e-mail dele da África do Sul. Ele dizia que o seu filho estava morrendo de uma doença rara e me pedia para enviar-lhe três pedras da gratidão. Era apenas uma pedra que eu havia encontrado pela rua, mas eu disse para ele que claro, enviaria. Fiz questão de encontrar pedras muito especiais. Então fui até o riacho, procurei pelas pedras certas e as despachei para ele. Quatro ou cinco meses depois eu recebi um e-mail dele no qual ele dizia que o filho dele estava melhor e passando muito bem. E dizia ainda que eles se tivessem vendido mais de mil pedras da gratidão por dez dólares cada teriam levantado muito dinheiro para caridade. Então é muito importante manter essa atitude de gratidão.

Outra coisa que eu gostaria de lhe sugerir nesse momento para que você comece a mudar a vida ao seu redor, e isso é tão imenso que eu não consigo encontrar a palavra para descrever quão poderoso isso possa ser, é VISUALIZAR.

Eu peguei o processo de visualização do programa Apollo e o inseri durante os anos 80 e 90 no programa olímpico e o chamei de ENSAIO VISUAL MOTOR. Quando você visualiza você materializa. O que é interessante com relação à mente é que nós pegamos atletas olímpicos e os conectamos a equipamentos sofisticados e pedimos para que eles efetuassem suas provas somente em suas mentes. Incrivelmente, os mesmos músculos acionados, na mesma seqüência, quando eles faziam suas provas em suas mentes eram os mesmos quando as faziam de verdade. Como isso era possível? A mente não consegue distinguir se você está realmente correndo ou se é só imaginação. Acredito que se estiver na mente vai para o corpo.

Quando você está visualizando, quando você tem aquela imagem na sua mente, sempre e SOMENTE se atenha ao resultado final. Vou dar um exemplo: olhe para as costas das suas mãos nesse momento. Olhe de verdade para as costas das suas mãos. Grave todos os detalhes que você puder e então feche os olhos e as veja segurando o volante do seu carro zero, enquanto você posiciona as mãos como se realmente estivesse segurando o volante.

Essa é uma experiência de visualização, tão real nesse momento que você nem sequer sente que precisa do carro porque parece que você já o tem.

É o sentimento que cria a atração. Não apenas a imagem no pensamento. Muitos acham que se tiverem pensamento positivo ou se visualizarem o que querem já será o suficiente, mas se você estiver fazendo isso e ainda assim não estiver sentindo não criará o poder de atração.

É aqui que o segredo realmente entra em ação.

Você se coloca num sentimento de realmente estar naquele carro, não de desejar aquele carro ou achar que algum dia ainda terá aquele carro, pois essas situações estão no futuro, e se você continuar com essas sensações elas sempre terão relação com o futuro e o carro estará sempre no futuro e nunca no presente.

Sinta a alegria, o contentamento! Não importa quão idiota isso possa parecer no seu quarto escuro. Muitas pessoas dirão: "Eu tenho mesmo que fazer isso?". Então eu digo: você quer uma mudança grande ou não?

Então esse sentimento, essa visualização interna começará a se tornar uma porta aberta pela qual o poder do universo se expressará.

***"O QUE É ESSE PODER EU NÃO POSSO DIZER.  
TUDO O QUE SEI É QUE ELE EXISTE".***

Nossa parte não consiste em descobrir o "como". O "como" irá aparecer baseado no compromisso e na crença no "o quê".

O "como" é de domínio do universo. Ele sempre sabe o caminho mais rápido, mais curto ou mais acidentado entre você e o seu sonho.

Se você entregar na mão do universo, ficará surpreso e deslumbrado com o que lhe será entregue. É onde milagres mágicos acontecem. Eu acredito que você gostaria de fazer isso todo dia, mas o meu conselho é que isso nunca deverá se tornar uma tarefa. O que é mais importante quanto a todo o segredo é sentir-se bem. Você quer sentir-se bem com todo esse processo, quererá sentir-se alegre, quererá sentir-se sintonizado o máximo possível.

A única diferença entre pessoas que vivem e pessoas que vivem a mágica da vida é que as que vivem a mágica da vida se habituaram a essa vida, se habituaram a esse processo e a mágica acontece para elas onde quer que vão. Porque elas se lembram do segredo e o usam o tempo todo, não apenas como um evento único.

Algumas pessoas se agarram por um tempo a tudo que foi dito e dizem "Sabe de uma coisa? Estou muito empolgado com tudo isso! Assisti a esse filme e agora eu vou mudar minha situação". Elas seguem os passos, mas os resultados não aparecem. O resultado está prestes a aparecer, mas elas olham e não vêem nada e dizem: "Esse negócio não funciona!", então o universo responde: "O seu desejo é uma ordem" e adeus resultados.

Conhecendo a lei da atração, eu gostaria de ilustrar algo para você. Em 1995 eu comecei a criar um negócio que chamei de Quadro da Visão, onde colocava figuras de coisas que gostaria de conquistar ou atrair, como um carro ou um relógio ou a alma gêmea dos meus sonhos. E todos os dias eu ficava no meu escritório olhando para esse quadro e criava a sensação de que eu já tinha conquistado essas coisas. Algum tempo depois eu mudei e esse quadro ficou dentro de uma das caixas de mudança. Em cinco anos eu passei por três mudanças de endereço e acabei na Califórnia onde comprei uma casa que passou por um ano de reformas. Então eu trouxe todas as caixas de mudanças para minha nova casa, inclusive as de cinco anos antes. Um dia, às 7:30h da manhã, meu filho entrou no meu escritório e uma das caixas que havia ficado fechada por cinco anos estava ao lado da porta. Ele sentou-se na caixa e começou a bater com os pés nela. Então eu pedi para ele parar, pois estava tentando trabalhar. Ele me perguntou o que havia na caixa e eu lhe respondi que eram os meus Quadros de Visão e expliquei para que serviam. Ele não entendeu, pois tinha apenas cinco anos e meio de idade. Então eu decidi mostrá-los a ele para que ele entendesse melhor. Abri a caixa e retirei um dos quadros onde havia uma foto de uma casa que eu usava para visualizar cinco anos antes. Eu fiquei chocado, pois nós estávamos morando naquela casa. Não uma casa similar, mas a da foto. Eu havia comprado a casa dos meus sonhos e não sabia. Eu comecei a chorar, pois estava abismado. Meu filho me perguntou por que eu estava chorando e eu lhe disse que finalmente entendia a lei da atração, o poder da visualização, tudo que eu tinha lido e tudo o que tinha seguido a minha vida inteira. A forma como eu erigia companhias funcionou para a minha própria casa e eu nem mesmo sabia disso.

***"IMAGINAÇÃO É TUDO, É A PRÉVIA DAS ATRAÇÕES FUTURAS".***

Decida o que você quer. Acredite que pode ter, acredite que merece, acredite que seja possível para você, e então feche os olhos, todos os dias, por vários minutos e visualize o que você quer e sinta as emoções de já ter tal coisa. Depois focalize as coisas pelas quais você já é grato e realmente desfrute desse momento. Então siga o seu dia, disperse isso para o universo e confie nele, acredite que ele saberá como manifestar essa coisa na sua vida. O segredo foi definitivamente uma transformação para mim. Eu cresci numa família onde o meu pai era muito negativo, ele acreditava que pessoas ricas eram pessoas que exploravam outras pessoas ou que enganavam outras pessoas. Cresci em meio a uma crença de que ter dinheiro faz de você uma pessoa ruim, numa crença de que somente pessoas maldosas têm dinheiro. Ouvia o meu pai dizer que dinheiro não cresce em árvore, que ele não era banco, etc. Então eu cresci acreditando que a vida é difícil, que se tem que lutar muito e tal. Somente quando eu conheci W. Clement Stone que eu comecei a mudar a minha vida literalmente.

***"TUDO O QUE A MENTE DO HOMEM PODE CONCEBER  
ELA PODE ALCANÇAR".***

Quando trabalhei com Stone ele me disse para estabelecer uma meta que fosse tão grande que se eu a alcançasse ficaria pasmo. Ele me disse: "Assim, você saberá que foi por conta do que eu ensinei a você que você foi capaz de alcançar tamanha meta". Na época eu ganhava cerca de oito mil dólares por ano. Por alguma razão eu procurei estabelecer uma meta que fosse mensurável e estabeleci a meta de uma renda de cem mil dólares por ano. Eu não fazia idéia de como chegar aos cem mil dólares. Não conseguia ver estratégia e nem possibilidade, mas disse para mim mesmo que iria acreditar e agir como se isso fosse verdade. E foi o que fiz. Uma das coisas que ele me ensinou foi a fechar os olhos, todos os dias, e visualizar as metas como se elas já estivessem alcançadas. Eu peguei uma nota de um dólar, a transformei em uma nota de cem mil dólares com ajuda de uma caneta e a coleí no teto do meu quarto. Todos os dias quando eu acordava, lá estava a nota para me lembrar qual era a minha meta. Sempre que eu a via eu fechava os olhos e me imaginava tendo todo esse dinheiro e o estilo de vida equivalente. Nada aconteceu por cerca de trinta dias. Não tive nenhuma grande idéia. Ninguém me apareceu com uma oferta para ganhar mais dinheiro. Um belo dia, eu estava tomando banho e tive a idéia de cem mil dólares. Eu tinha um livro escrito. Então pensei: "Se eu conseguir vender 400 mil cópias do meu livro a 25 centavos cada eu terei cem mil dólares!". O livro sempre esteve ali, mas eu nunca tinha tido essa idéia. Acredito que um dos segredos é que quando você tiver a inspiração você deve confiar nela e agir de acordo com ela. Ainda assim eu não tinha idéia de como fazer isso, não sabia como eu iria vender 400 mil cópias do livro, pois eu nunca tinha feito isso. Foi então que eu vi o National Enquirer no supermercado. Eu já o tinha visto milhões de vezes, mas ele sempre estava em segundo plano para mim. Mas foi como se ele estivesse em primeiro plano dessa vez. Pensei: "Se os leitores do National Enquirer soubessem a respeito do meu livro, certamente 400 mil pessoas iriam comprá-lo". Cerca de seis semanas depois eu dei uma palestra para seiscentos professores em Nova York. Uma moça me procurou no fim

da palestra e me disse que tinha sido uma ótima palestra e que ela gostaria de me entrevistar. Então eu perguntei para quem ela escrevia e ela me disse: "Sou free-lancer, mas a maior parte do que escrevo vai para o National Enquirer". Então eu pensei: "Nossa! Esse negócio funciona mesmo!". Depois que a entrevista foi publicada as vendas do meu livro começaram a aumentar. O que eu estou tentando demonstrar é que eu fui atraindo na minha vida todos esses eventos diferentes, incluindo essa jornalista e para resumir, eu não consegui ganhar cem mil dólares naquele ano. Eu ganhei 92.227 dólares. Você acha que eu fiquei deprimido? Que achei que essa coisa não funcionava? Nada disso! Eu achei isso incrível! Minha esposa me disse: "Se isso funciona para cem mil dólares, você acha que isso funcionaria para um milhão?". E eu respondi: "Não sei. Acredito que sim. Vamos tentar!". Eu sei pela minha própria experiência, porque eu quis testar o segredo para ver se funcionava mesmo. Eu submeti a um teste e claramente funcionou. E agora é assim que eu vivo minha vida, todos os dias.

Eu posso imaginar que muitas pessoas que estão assistindo a isto estão pensando: "Como poderei atrair mais dinheiro?" ou "Como poderei ter mais riqueza e prosperidade?" ou "Como poderei, amando o meu trabalho, lidar com a dívida do cartão de crédito devido ao limite que tem o meu salário?" ou "Como eu posso atrair mais?". Pretensão! Voltamos a um ponto pelo qual já passamos: o seu trabalho é decidir o que você gostaria de ter do catálogo do universo! Se dinheiro é uma das coisas que você gostaria de ter, diga quanto você gostaria de ter! "Eu gostaria de ter 25 mil dólares, vindos de forma inesperada nos próximos trinta dias". Não importa o valor e nem o prazo. Eles devem apenas ser críveis para você.

Muitas pessoas estabelecem como meta sair das dívidas. Isso as manterá endividadas para sempre. O que quer a respeito do que esteja pensando irá atrair. Se você estiver pensando em sair das dívidas: não importa se você está pensando em sair ou entrar em dívidas, se você pensa em dívida é dívida que você vai atrair. Estabeleça um cronograma de pagamento de dívidas e passe a focalizar apenas prosperidade.

Muitas pessoas me dizem que gostariam de duplicar a renda no próximo ano. Mas quando você olha para as ações dessas pessoas, elas não fazem as coisas que podem levá-las a tal objetivo. Elas vivem pensando "Puxa, não tenho condições de comprar isso ou aquilo". Tudo bem. Adivinhe! "O seu desejo é uma ordem!".

Enquanto você estiver irritado por não ter dinheiro suficiente, enquanto você estiver, por exemplo, falando a um amigo sobre o fato de não ter dinheiro suficiente, enquanto você estiver sentindo-se triste por não ter dinheiro suficiente, estará ativando o sentimento proveniente do seu pensamento, o qual é muito diferente do desejo que você tem. Tudo isso se resume a isso: você não pode desejar ter mais dinheiro ao mesmo tempo em que focaliza não tê-lo em quantidade suficiente.

Na época em que eu entendi o segredo, recebia várias contas a pagar pelo correio. Então eu pensei: "Como eu posso mudar isso?". A lei da atração diz que aquilo que você focaliza, consegue. Então eu pegava o extrato

bancário, apagava o saldo e escrevia exatamente o valor que eu gostaria que estivesse na conta. Então pensei: "E se eu visualizasse cheques vindo pelo correio?". Em cerca de um mês as coisas começaram a mudar. É incrível, mas hoje eu recebo cheques pelo correio. Ainda recebo contas a pagar, mas recebo mais cheques do que contas.

Cresci numa mentalidade de que você precisa trabalhar duro para conseguir dinheiro. Então mudei isso para uma mentalidade de que o dinheiro vem frequentemente e facilmente. No começo, você sente que está mentindo para si mesmo. Parte do seu cérebro o chama de mentiroso. Haverá uma disputa na sua mente por um tempo.

No que diz respeito a criar riqueza, saiba que riqueza é parte de um jogo mental. É, sobretudo, como você pensa a respeito.

Acredito que 80% das consultorias que presto para pessoas é sobre psicologia e o modo como elas pensam. Eu sei que muitas pessoas que estão nos assistindo irão dizer: "Você consegue fazer isso, mas eu não". Todas as pessoas têm a capacidade de mudar o relacionamento delas com o dinheiro.

Eu encontro muitas pessoas que têm uma renda enorme, mas não se dão bem nos relacionamentos. Isso não é riqueza, de maneira alguma. Se você buscar o dinheiro você pode ficar rico, mas o dinheiro não garante que você terá riqueza. Eu não estou sugerindo que dinheiro não seja uma parte da riqueza, porque é. Mas é somente uma parte. Encontro também muitas pessoas que se dizem espiritualizadas, mas passam a maior parte do tempo doentes e sem dinheiro. Isso também não é riqueza. A vida deve ser abundante em todas as áreas.

Muitas pessoas na cultura ocidental buscam o sucesso. Elas querem que o negócio delas prospere. O que eu descobri na minha pesquisa é que ter esse sucesso não garante, com certeza, o que nós realmente queremos, que é felicidade. E é daí que todas as outras coisas vêm. Você não deve buscar riqueza e sucesso para conseguir a felicidade, muito pelo contrário. Você deve buscar o senso de alegria interior, paz interior, de visão interior primeiro e então todas as coisas exteriores irão aparecer.

O segredo, para mim, significa que nós somos criadores do universo e que todo desejo do que você quer criar irá se manifestar na sua vida. O que é muito importante é o que você deseja, quais são os seus pensamentos, quais são os seus sentimentos porque eles irão se manifestar. Um dia, eu fui à casa de uma certa pessoa. Essa pessoa era um diretor de arte de uma produtora de filmes muito famosa. Em todos os cantos ele tinha uma linda pintura de uma mulher, uma mulher nua enrolada em um tecido. Era como se a mulher esnobasse o observador. Era como se ela dissesse "Eu não olho para você, eu não o vejo". Então eu disse para ele: "Eu acho que você deve ter problemas nos seus relacionamentos". Ele me respondeu: "Você é vidente ou algo do

tipo?". "Não, mas vejo que em sete locais nesse ambiente você tem a mesma pintura, a mesma mulher". Ele me disse que adorava as pinturas e que ele mesmo as tinha pintado. Eu lhe disse que isso era ainda pior, porque ele colocava toda a sua criatividade nisso. Ele era um homem muito charmoso, vivendo cercado de atrizes por todos os lados, porque isso era parte do trabalho dele, e não conseguia namoradas. Então eu lhe perguntei: "O que você quer?". Ele respondeu que queria sair com três mulheres por semana. Então eu lhe disse para pintar a si mesmo com três mulheres e colocar a pintura em todos os cantos. Seis meses depois eu o vi de novo e perguntei como ele estava. Ele disse que estava ótimo e que as mulheres simplesmente ligavam para ele, todas queriam sair com ele. E eu lhe disse: "Porque esse é o seu desejo!". Então ele disse que gostaria de ter um relacionamento sério. Então eu lhe disse para pintar isso e ele o fez. Pouco tempo depois ele se casou e está muito feliz. Ele teve esses desejos durante muito tempo, mas eles não podiam se manifestar porque o nível exterior dele, a casa dele, o contradizia o tempo todo. Se você possui esse conhecimento, deve começar a trabalhá-lo.

Em um relacionamento, é preciso entender primeiro quem está entrando no relacionamento. Não falo do seu parceiro, falo de você. Como você pode esperar que outros gostem da sua companhia se você mesmo não gosta dela? Aqui está uma questão muito importante para entender a lei da atração e como você atrai as coisas. Você trata a si mesmo como espera que os outros o tratem?

Você se torna a solução para si mesmo. Não pense que os outros lhe devem e precisam lhe dar mais. Ao invés disso, dê mais a si mesmo. Separe mais tempo para se dedicar a si mesmo e levantar o seu próprio ânimo. Só então você pode passar a se doar aos outros.

Eu entrei em muitos relacionamentos esperando que a outra pessoa me mostrasse a minha beleza. Eu precisava ver a outra pessoa me mostrando a minha beleza, porque eu não me sentia bonita. Quando eu estava crescendo, as minhas heroínas eram As Panteras, mulheres maravilhosas. Embora elas fossem mulheres maravilhosas, nenhuma delas se parecia comigo. Até que eu parei e me apaixonei por mim mesma. Somente a partir daí que as outras pessoas passaram a se apaixonar por mim.

Há algo de magnífico a seu respeito. Eu já passei 44 anos me estudando e sinto vontade de me beijar. Você passará a se amar. Não estou falando de arrogância, mas de um respeito saudável por você mesmo. E quando você ama a si mesmo você ama a outros.

Algumas vezes certas pessoas irão dizer: "Aqueles pessoas no trabalho são tão negativas!" ou "Meu marido é tão nervoso!" ou "Meus filhos me dão tanta preocupação!". Você deve focalizar a melhor parte de cada pessoa que o cerca. Faça até mesmo uma lista dos pontos positivos das pessoas com as quais você passa muito tempo. Pode até ser uma pessoa com a qual você já teve uma experiência ruim, um relacionamento ruim. Na privacidade da sua

própria mente e com certo esforço você irá focalizar as coisas de que mais gosta nessas pessoas e elas irão apresentar esses pontos positivos mais fortemente para você. Mesmo que você não possa criar algo na realidade delas, quando elas estão num humor que não se encaixa com o seu humor, ou quando têm atitudes para com você que não se encaixam com as atitudes que você tem para com elas, vocês passarão a se desencontrar. A lei da atração passará a não colocar vocês no mesmo lugar ao mesmo tempo. Se você conhecesse o seu potencial para se sentir bem, não pediria a ninguém para ser diferente para que você se sintasse bem. Você se libertaria de toda essa necessidade de controlar o mundo, o seu parceiro ou os seus filhos. VOCÊ É O ÚNICO QUE CRIA A SUA REALIDADE, pois ninguém mais pode pensar por você. Ninguém pode, apenas VOCÊ.

É importante reconhecer que o nosso corpo é o produto dos nossos pensamentos. Nós chegamos ao entendimento de que os pensamentos e emoções realmente determinam o funcionamento do nosso corpo. Sabemos dos efeitos do placebo. Um placebo é algo que teoricamente não teria efeito algum no organismo, pois não possui medicamento verdadeiro na sua composição. Por exemplo, uma pílula feita apenas de açúcar. Você diz ao paciente para tomar e o que acontece é que o placebo tem os mesmos efeitos esperados do medicamento verdadeiro, às vezes até melhores. Descobriu-se, então, que a mente humana é o fator mais poderoso na arte da cura. Se alguém está doente e tem a possibilidade de explorar o potencial que têm na mente deixando de tomar os medicamentos normais, provavelmente irá piorar ou até morrer. Eles estão acostumados a pensar que seguir a medicina convencional é a coisa mais sábia a fazer, então não ousariam explorar o potencial da mente. Não estamos negando a medicina, todas as formas de cura têm seu espaço.

Há apenas um riacho de bem-estar que corre. É o riacho da energia positiva pura. E o universo, tudo que nós conhecemos, está provido abundantemente com essa energia. Esse é um mundo que se baseia no bem-estar. E quando você permite que esse riacho corra em sua totalidade, sente-se muito bem. E quando você não permite que esse riacho corra, sente-se mal. É o seu riacho de bem estar ou bondade que você está permitindo ou negando. Nossas emoções magníficas nos informam como está o balanço entre "permissão" e "negação".

Você sabe de pessoas que têm doenças terminais. Um corpo doente é um corpo que não está tranquilo. Existem milhares de diagnósticos e doenças diferentes, mas elas são apenas uma conexão fraca. Todas resultam de uma só coisa: estresse. Quando há estresse suficiente na corrente, uma das conexões se rompe.

Nossa fisiologia cria doenças para que saibamos que estamos fora de equilíbrio. Para que saibamos que não estamos amando, que não estamos firmes. Os sintomas do corpo não são coisas terríveis.

A pergunta freqüentemente feita é sobre se, quando uma pessoa tem uma doença manifesta, esta pode ser eliminada pelo poder do pensamento correto. A resposta é absolutamente SIM.

Em 23 de Novembro, fui diagnosticada com câncer de mama. Eu acreditei, verdadeiramente, dentro do meu coração, com a minha forte fé, que já estava curada. Durante todo o dia eu dizia: "Obrigada pela minha cura". Dizia isso o tempo todo. Eu acreditei no meu coração que estava curada. Eu me via como se o câncer jamais tivesse aparecido no meu corpo. Uma das coisas que eu fiz para me curar foi assistir a filmes muito engraçados. Tudo que eu fazia era rir o tempo todo. Não podíamos deixar haver nenhum estresse na minha vida, porque sabíamos que estresse era uma das piores coisas que podem existir enquanto você está tentando se curar. Do dia em que o câncer foi diagnosticado até o dia em que fui curada foram aproximadamente três meses, sem radiação ou quimioterapia.

Nós temos o programa básico que se chama AUTOCURA. Se você se cortar, a pele crescerá de novo. Se você tiver uma infecção bacteriana, o sistema imunológico entrará em ação e dará conta de tais bactérias. O sistema imunológico é feito para curar a si próprio.

Doenças não sobrevivem em um corpo que está emocionalmente saudável. O seu corpo elimina milhões de células a cada segundo e cria milhões de células novas.

Na verdade, literalmente, partes do nosso corpo são substituídas todos os dias. Outras partes levam alguns meses, outras levam alguns anos. Dentro de alguns anos, nós temos um corpo físico totalmente novo.

Se você tiver uma doença e concentrar-se nela, se você falar a outras pessoas a respeito, irá criar mais doença. Imagine-se vivendo num corpo perfeitamente saudável. Deixe que o médico cuide da doença.

Você consegue perceber a diferença entre ter uma dolorosa artrite no seu quadril e estar temeroso a respeito e estar esperançoso a respeito? A diferença entre temeroso e esperançoso é a diferença entre recuperar-se e não se recuperar. Pensamentos mais felizes levam a uma bioquímica mais feliz, um corpo mais feliz e mais saudável. Pensamentos negativos e estresse degeneram seriamente o corpo, e também o funcionamento do cérebro. Porque são nossos pensamentos e emoções que, continuamente, remontam, reorganizam e recriam o nosso corpo.

Remova o estresse fisiológico do corpo e ele fará o que ele foi projetado para fazer: ele irá curar a si mesmo. Eu vi rins serem regenerados, um câncer desaparecer, melhoras na visão.

Eu diria que "incurável" que dizer "curável internamente". Você pode mudar a sua vida e pode curar a si próprio.

A minha história começa em 10 de março de 1981, o dia que mudou a minha vida completamente e que eu jamais irei esquecer. Eu caí de avião e acabei no hospital completamente paralisado. Minha espinha dorsal foi

quebrada, perdi minha capacidade de engolir, não podia beber ou comer, não podia respirar sozinho, tudo o que eu podia fazer era piscar os olhos. Os médicos disseram que eu viveria como um vegetal pelo resto da vida, tudo o que eu poderia fazer seria piscar os olhos. Isso foi o que eles disseram, mas isso não importava. O que importava era o que eu pensava. Eu me imaginei sendo uma pessoa normal de novo e saindo andando daquele hospital. A única coisa com a qual eu tinha que trabalhar no hospital era a minha mente. Uma vez que você tenha a sua mente você pode colocar as coisas no lugar. Eu respirava através de um aparelho. Eles diziam que eu jamais respiraria de novo, pois o meu diafragma estava destruído. Quando eu voltei a respirar sozinho eles não conseguiram explicar como isso foi possível. Eu não podia deixar que nada na minha mente me distraísse da minha meta e da minha visão. Eu estabeleci uma meta de sair do hospital no Natal. Eu saí do hospital andando sobre as minhas próprias pernas. Eles diziam que isso não poderia ser feito. Esse é um dia que eu jamais esquecerei. Para as pessoas que estão assistindo a esse filme neste momento, se eu pudesse resumir a minha vida e resumir para as pessoas o que elas são capazes de fazer na vida, eu diria: "O homem se torna aquilo no qual ele pensa".

Nós sabemos que há muitas pessoas que vivem em grande condicionamento. Elas vêm coisas que acham maravilhosas e dizem: "Nós queremos mais disso, nós votaremos nisso, nós apoiaremos isso com o nosso tempo, energia e dinheiro". Quando elas vêm coisas que não querem, coisas terríveis com as quais não querem conviver, e com as quais não querem que outros tenham que conviver, dizem: "Nós precisamos fazer algo a respeito, precisamos livrar-nos disso". Mas não percebem que conforme rejeitam o indesejável, dão poder a ele. Nesse mundo há GUERRA CONTRA A POBREZA, GUERRA CONTRA O CÂNCER, GUERRA CONTRA A GRAVIDEZ ADOLESCENTE, GUERRA CONTRA O TERRORISMO, GUERRA CONTRA A VIOLÊNCIA. Tudo isso é um ato de rejeição a algo. Você não pode dizer "não" e simplesmente fazer essas coisas sumirem, porque quando você se foca em algo e diz "não" a lei da atração traz mais disso.

***"AQUILO A QUE VOCÊ RESISTE, PERSISTE".***

A razão pela qual aquilo a que você resiste persiste é que quando você resiste a algo e diz: "Não, eu não quero isso, porque me faz sentir de determinado modo, do modo como eu me sinto nesse momento", você está colocando para fora uma emoção muito forte em relação ao que está rejeitando, o que atrai mais do rejeitado.

Os movimentos anti-guerra criam mais guerra. Os movimentos anti-drogas, na verdade, criam mais drogas. Porque eles focalizam o que não se quer.

Pessoas dizem: "Nós devíamos focalizar as coisas que não queremos" e outras pessoas ouvindo isso acham que também devem fazê-lo.

Madre Tereza era brilhante. Ela dizia que nunca faria parte de uma passeata anti-guerra, apenas de passeatas a favor da paz. Ela sabia. Ela entendia o segredo. Veja o que ela manifestou no mundo.

Então, se você for contra a guerra, seja a favor da paz. Se você for contra a fome, seja a favor de que as pessoas tenham mais do que o suficiente para comer. Se você for contra um político específico, seja a favor do seu oponente. Muitas eleições são vencidas pelo candidato que é rejeitado pela maioria, porque ele recebe a maior parte da energia e do foco.

Você deve focalizar o QUE QUER e não o QUE NÃO QUER. Tudo bem, você deve saber o que não quer, porque assim saberá como focalizar o que quer. Mas o fato é que quanto mais nós falamos sobre o que não queremos ou sobre quão ruim essas coisas são, ou lemos sobre isso o tempo todo, criamos mais disso.

Muitas pessoas me dizem: "Mas eu tenho que me manter informado!". Talvez você tenha que se manter informado, mas não tem que afogar-se em informações.

Mantenha-se informado, mas tire sua atenção das coisas que não quer e todas as cargas emocionais em torno dessas coisas e focalize o que deseja vivenciar.

Eu diria que quando a voz e a visão de dentro se tornam mais profundas, mais claras e maiores do que as opiniões de fora, você se torna o mestre da sua vida.

Você não está aqui para tentar fazer com que o mundo seja tão justo quanto gostaria que fosse. Você está aqui para criar um mundo ao seu redor de sua escolha, ao mesmo tempo em que você permite que o mundo que outros escolheram também exista.

Uma das coisas que me perguntam sempre e acerca da qual inclusive você poderá estar se perguntando agora se refere à idéia de que se todos usarem o segredo e todos tratarem o universo como um catálogo, o universo não dará conta. Será que se todos "sacarem" do universo ao mesmo tempo ele não irá acabar "falindo"?

A beleza do ensinamento do grande segredo é que há mais do que o suficiente para todos. Há uma mentira que age como um vírus e que está cristalizada na mente da humanidade. E essa mentira é a de que não há prosperidade suficiente para todos, de que há falta e limitação e que simplesmente não há o bastante para todos. Essa mentira faz com que as pessoas vivam com medo, ganância e mesquinhez. Esses pensamentos de medo, ganância e mesquinhez e falta de prosperidade se tornam a realidade da vida das pessoas. A verdade é que há mais bondade do que o necessário para todos, há mais idéias criativas do que o necessário, há mais poder do que o necessário, há mais amor do que o necessário, há mais alegria do que o

necessário. Tudo isso vem através de uma mente que está consciente da sua própria natureza infinita.

Todo grande mentor que já passou pelo planeta nos disse que a vida foi feita para ser abundante. Quando nós achamos que os recursos estão ficando escassos, nós encontramos novos recursos para as mesmas necessidades.

Mesmo que nós digamos que algo está em falta é porque nós não abrimos nossos olhos para ver tudo o que está ao nosso redor. Mesmo que todos passem a viver com o coração e passem buscar o que querem, nem todos buscarão as mesmas coisas. Essa é a beleza do segredo. Nem todos querem uma BMW, nem todos querem a mesma pessoa, nem as mesmas experiências, nem as mesmas roupas. Há o suficiente para todos. Se você acreditar, se puder ver, se agir, isso lhe será mostrado. Essa é a verdade.

Deixe a variedade de sua realidade emocioná-lo ao escolher as coisas que quer. Quando vir algo que queira para sua vivência, pense sobre isso, encontre o sentimento relacionado, fale sobre isso, escreva sobre isso, faça uma redação a respeito, faça disso a sua realidade tornando-se o par desse algo. Quando você ver coisas que não quer na sua vivência, não fale sobre elas, não escreva sobre elas, não faça parte de grupos relacionados ou se preocupe a respeito, não seja contra elas. Faça o seu melhor para ignorá-las. Tire a sua atenção das coisas que você não quer ao mesmo tempo em que dando total atenção às coisas que quer.

Muitos dos líderes do passado se esqueceram de uma parte muito importante do segredo: compartilhá-lo com outros. Essa é a melhor época para se estar vivo. É uma época em que é possível ter o conhecimento facilmente à mão.

Quando olhamos ao redor, até mesmo para nosso próprio corpo, o que vemos é apenas a ponta do iceberg. Pense nisso por um momento: olhe para sua mão. Sua mão parece sólida, mas na verdade ela não é. Se você a visualizar em um microscópio específico, o que verá será uma massa de energia vibrando.

Tudo é feito da mesma matéria-prima, quer seja a sua mão, o mar, ou uma estrela. Tudo é energia. Deixe-me ajudá-lo a entender isso: há o universo, onde há a nossa galáxia, onde há o nosso planeta, onde há indivíduos, dentro de cada corpo há um sistema de órgãos, onde há células, onde há moléculas, onde há átomos, onde há energia. TUDO NO UNIVERSO É ENERGIA. Não importa em que cidade você viva, você tem energia no seu corpo suficiente para iluminar essa cidade por quase uma semana.

Muitas pessoas se definem pelo seu próprio corpo. Mas você não é só esse corpo, você é energia. Energia é isso: você pergunta para um físico quântico o que compõe o mundo e ele lhe dirá que é energia. Você pede para ele descrever o que é energia e ele lhe dirá que é algo que jamais pode ser

criado ou destruído, sempre foi e sempre será, é tudo que existe e tudo que já existiu. Então você pergunta para um teólogo sobre o que criou o universo e ele lhe dirá que foi Deus. Então você pede para ele descrever Deus e ele lhe dirá que é algo que sempre foi e sempre será, jamais pode ser criado ou destruído. É a mesma descrição com terminologias diferentes. Se você acha que é só um monte de carne andante, repense isso. Você é um ser espiritual, você é um campo de energia operando em um campo de energia ainda maior.

Nós estamos todos conectados, apenas não percebemos isso. Não existe um "lá fora" e um "aqui dentro". Tudo no universo está conectado, é apenas um campo de energia.

Você é a "energia fonte". As pessoas trabalham para se manter bem fisicamente, mas o corpo lhe distrai e lhe faz se esquecer do que você realmente é. Você é um ser eterno, você é a força de Deus, você é o que você chama de Deus.

Espiritualmente se diz que nós somos imagem e semelhança de Deus. Pode-se dizer que o universo toma consciência de si mesmo, revelando possibilidades. Somos um campo imenso de possibilidades. Tudo isso é verdade. Todas as grandes tradições dizem que você é criado à imagem e semelhança da fonte criadora. Isso significa que você tem poder e potencial divino para criar seu próprio mundo. E você está criando. Talvez você tenha criado coisas até aqui que foram maravilhosas e valiosas e talvez não tenha. A questão que peço que você considere é: os resultados que você tem na sua vida é o que você realmente quer? Eles são valiosos? Caso não sejam, agora seria o momento adequado para mudar isso, porque você tem o poder de fazê-lo.

***"TODO O PODER VEM DE DENTRO E ESTÁ, PORTANTO,  
SOBRE NOSSO PRÓPRIO CONTROLE".***

Muitas pessoas se sentem vítimas da vida. Muitas se prendem aos eventos do passado como, por exemplo, um abuso na infância, uma família desequilibrada. Muitos psicólogos acreditam que 85% das famílias são desequilibradas; assim sendo, você não é tão único. Meus pais eram alcoólatras, meu pai abusava de mim, meus pais se divorciaram quando eu tinha seis anos.

Quando eu tinha 13 anos, eu estava envolvido com gangues de rua. Passei por um acidente de moto muito sério. Já fui morador de rua em Dallas e vivi na pobreza por quinze anos em Houston. Quando eu era criança eu tinha dificuldades de aprendizagem e fui considerado incapaz de aprender. Foi dito que eu jamais chegaria a ler, escrever ou me comunicar ou chegar a algum lugar na vida.

Essa parece ser a história da vida de todo mundo. E daí? O que realmente importa é o que você vai fazer agora. O que você escolhe agora. Você pode manter o foco nas coisas ruins que já lhe aconteceram ou mudar o foco. Quando as pessoas mantêm o foco no que elas querem, o que elas não

querem perde a força, o que você quer se expande e o que você não quer desaparece.

Nós queremos que você vá a algum lugar onde possa oferecer os seus pensamentos deliberadamente, onde possa guiar os seus pensamentos de propósito. Você é o criador da sua própria experiência, você gerencia os seus próprios pensamentos.

A beleza da lei da atração é que você pode começar onde você está. Pode começar a pensar e gerar dentro de si mesmo um sentimento de harmonia, de felicidade e a lei passará a responder a isso. Você passará a acreditar em outras coisas como, por exemplo, que há mais do que o suficiente para todos no universo, que tudo dá certo para você e até mesmo que você não envelhece, rejuvenesce. Nós podemos criar da forma que quisermos usando a lei da atração.

E você pode libertar-se de padrões hereditários, códigos culturais, crenças sociais e provar, de uma vez por todas, que o poder dentro de você é maior do que o poder que está no mundo.

Alguns de vocês podem estar pensando: "Isso tudo parece muito bonito, mas eu não consigo fazer isso" ou "Ela não me deixará fazer isso" ou "Ele não me deixará fazer isso" ou "Eu não tenho dinheiro o suficiente para fazer isso" ou "Eu não sou forte o suficiente para fazer isso". "Eu não...", "Eu não...", "Eu não...". Todo "Eu não..." é um ato criador.

***"QUER VOCÊ PENSE QUE PODE OU QUE NÃO PODE,  
VOCÊ ESTÁ CERTO".***

Há algum limite para isso? Absolutamente não. Nós somos seres ilimitados. Nós não temos limites. As capacidades, os talentos, os dons e o poder que está dentro de cada indivíduo nesse planeta é ilimitado.

Não há um quadro negro no céu onde Deus tenha escrito o seu propósito, sua missão na vida. Não há um quadro negro no céu onde se possa ler, por exemplo: "Neale Donald Walsch, boa pinta, vive na primeira metade do século 21, vocação: ....." Na frente de vocação então teríamos um espaço em branco. Então tudo o que eu teria que fazer é entender o que eu estou fazendo aqui, porque estou aqui. Tudo o que eu teria que fazer é encontrar esse quadro negro e descobrir o que Deus tem em mente para mim. Mas o quadro negro não existe. Então o seu propósito de vida é o que você disser que ele é, sua missão é a missão que você der a si mesmo, sua vida será como você a criar e ninguém a condenará, nunca jamais.

Levou muitos anos para eu entender isso, porque eu cresci influenciado por essa idéia de que havia algo que eu devia fazer e se eu não estivesse fazendo, Deus não estaria feliz comigo. Quando eu entendi que a minha meta primária era preencher a minha vivência com alegria, eu passei a fazer

somente as coisas que me trouxessem alegria. Nós temos uma frase: "Se não é divertido, não faça".

Alegria, amor, liberdade, felicidade, riso. Se você sente alegria ao meditar por uma hora, então medite! Se você sente alegria com um sanduíche, então coma um!

Quando eu brinco com o meu gato eu estou em um estado de alegria, quando eu ando em meio à natureza eu estou em um estado de alegria. Eu quero me colocar constantemente nesse estado e quando eu faço isso, tudo o que eu tenho de fazer é ter a intenção do que quero e o que eu quero se manifesta.

Felicidade interior é o combustível do sucesso.

Tudo que lhe faça se sentir bem sempre lhe trará mais. Você está ouvindo a isso nesse momento. Foi VOCÊ que atraiu isso para a sua vida e é sua a escolha de agarrar e utilizar isso ou não. Se isso lhe faz se sentir bem, agarre. Se não faz, deixe ir embora. Encontre algo que lhe faça se sentir bem, designado pelo seu coração.

***"SIGA A SUA ALEGRIA E O UNIVERSO ABRIRÁ PORTAS PARA VOCÊ ONDE ANTES SÓ HAVIA PAREDES".***

Joseph Campbell disse: "Siga a sua alegria". Acreditamos que essas sejam as melhores palavras que já ouvimos da boca de um ser humano. E se alguém puder seguir a sua alegria, seguirá a trilha para a abundância e bem estar em todos os setores.

Aproveite a vida, porque a vida é fenomenal. É uma viagem magnífica.

Você viverá em uma realidade diferente, em uma vida diferente e as pessoas olharão para você e dirão: "O que você faz de diferente de mim?". A única coisa que é diferente é que você trabalha com o SEGREDO.

Então você poderá fazer e ter coisas que muitos dirão ser impossível.

Nós estamos entrando em uma nova era. É a era onde a última fronteira não é o espaço, como se diria em Star Trek, mas a fronteira pessoal.

Eu vejo um futuro de um potencial irrestrito, possibilidades irrestritas. Se lembre de que nós usamos no máximo 5% do potencial da mente humana. Usar 100% é resultado de uma educação apropriada. Imagine um mundo onde as pessoas usassem o potencial mental e emocional totalmente. Nós poderíamos chegar a qualquer lugar, poderíamos fazer qualquer coisa, alcançar qualquer coisa.

Imagine-se com o bem que você deseja. Toda religião, todo grande livro de filosofia, todo grande líder. Estude os grandes sábios, muitos deles foram apresentados a você durante esse filme. Sabe de uma coisa? Todos eles

entendiam uma só coisa, eles entendiam O SEGREDO. Agora você também o entende. Quanto mais você o usar, mais você irá entendê-lo.

Você pode imaginar que seria mais fácil ter ouvido essas coisas nos primeiros dias da sua existência na Terra. Se nós estivéssemos falando com você nos seus primeiros dias de vida, nós lhe diríamos: "Bem vindo ao planeta Terra! Não há nada que você não possa ser, fazer ou ter. Você é uma criatura magnífica e está aqui pela sua poderosa e deliberada vontade de estar aqui. Vá em frente, dando atenção para o que você quer, atraindo vivências para ajudá-lo a decidir o que você quer. Uma vez que você decida, dê atenção a isso. Muito do seu tempo será passado coletando dados que o ajudarão a decidir o que você irá querer. Mas o seu verdadeiro trabalho é decidir o que você quer e focalizar isso. Focalizar o que você quer é que decidirá o que você irá atrair. Esse é o processo de criação".

Eu acredito que você é grande. Há algo de magnífico a seu respeito. Não importa o que esteja acontecendo a você na sua vida, não importa quão jovem ou quão velho você ache que seja, quando você passar a pensar apropriadamente, esse poder interior começará a emergir e tomará conta da sua vida, alimentá-lo, vesti-lo, protegê-lo, direcioná-lo, sustentar sua existência, se você o permitir. Isso é o que eu sei e o que tenho certeza.

***FIQUE TRANQUÍLO COM RELAÇÃO A TUDO  
O QUE VOCÊ VIU AQUI. DIVIRTA-SE.  
NÃO HÁ NADA QUE VOCÊ TENHA QUE FAZER.  
APENAS O QUE VOCÊ QUER FAZER.***

Transcrição e tradução do documentário "The Secret".