

Chegou a hora da gente dar mais um passo no nosso modelo prático para alcançar objetivos.

- Eu sou o Cadu Tinoco.
- E eu sou a Mandi Tomaz.

Oi, gente! Como vocês estão? Mais um passo em direção ao nosso objetivo. Coisa boa!

Aprenda a neutralizar o ritmo. A gente falou de polaridade no passo anterior, ou seja, a gente falou que o mundo foi manifestado em dois pólos. A gente começou a ver a perfeição do mundo. E a gente começou a ver que existem duas coisas que parecem ser opostas, mas no fim tem uma mesma natureza.

Às vezes a gente fala, e é um exemplo bom disso para as pessoas entenderem, é que todo defeito é uma qualidade em excesso. Por exemplo, eu tenho uma qualidade, eu gosto das coisas bem feitas. Quando isso passa do ponto, passa a ser uma coisa que a gente chama de uma coisa ruim: “nossa, como você é perfeccionista”, é esse grau que a gente vai trabalhar. Sabe aquela pessoa calma, que às vezes fica tranquila demais? Exatamente. A gente está falando disso.

Tem dois pólos de uma mesma coisa e a gente precisa saber trabalhar os graus entre essas coisas. Essa primeira divisão, quer dizer, a dualidade você vem da unidade que é o todo e você vê que o todo manifestou a nossa vida em dois pólos. Tudo, plano físico, plano mental e plano espiritual. Isso já traz uma certa perfeição, porque a gente falou aqui no último passo que essa polaridade, por a gente enxergar de forma oposta, é o contraste.

O contraste possibilita você desenvolver consciência de você e do oposto. Eu vou dar um exemplo disso aí, da cor. Eu já dei esse exemplo em outro momento no podcast, mas eu não sei se você já ouviu o podcast que eu dei esse exemplo, então eu vou dar esse exemplo de novo, que é um exemplo idiota, mas reforça esse entendimento do que o Cadu está dizendo.

Imagina se tudo fosse branco. Você não saberia falar sobre cor, porque não teria nem porque você falar desse tema, você nem teria consciência disso, você não tem consciência que existe. Imagina que toca um som desde que você nasceu. Você nunca deixou de ouvir esse som. Você não sabe o que é ficar sem esse som. Você não tem consciência. Quando aparece outra cor, o preto, o azul, o amarelo, o roxo, você entende que isso é sobre cor, você entende aquela cor e a outra original.

Quando eu vejo uma mulher, eu entendo que existe uma mulher e que eu sou homem. Então eu ganho consciência do outro e eu ganho consciência de mim. E eu ganho consciência, quando a gente está falando de plano emocional, do grau correto que preciso trabalhar aquela emoção, porque eu tenho uma emoção que é de um jeito e tem uma emoção que é de outro.

Agora me passou um negócio muito louco aqui. Eu fico pensando aqui na Mel, por exemplo. Imagina que você tem um cachorro que seja sozinho e que você nunca leva para lugar nenhum. A Mel, se a gente botar na frente do espelho, vira a cara, ela não quer olhar. Ela nunca ia olhar para outro cachorro, ela nunca ia desenvolver consciência dela mesma, a não ser que ela tenha consciência dela.

No nosso caso, quando a gente observa o oposto, isso é muito representativo. E pode ser que a gente demore para aprender, mas uma hora a gente aprende, porque tem uma perfeição. O primeiro ponto que mostra a perfeição é essa dualidade. As coisas são duais e são opostas.

Dúvida e convicção, são coisas completamente opostas.

Uma coisa que a gente precisa entender quando vai trabalhar a relação humana, e a gente está falando de homem e mulher, é a gente entender que o homem tem uma predominância normalmente de uma energia masculina, apesar dele também ter energia feminina, e aí eu estou falando de tudo, de tudo que um homem faz, das atitudes dele, da forma como ele age, da forma como ele se porta. E a gente tem uma predominância de energia feminina.

Quando a gente não entende isso, é muito difícil a gente se relacionar porque a gente acha que o outro tem que ter o mesmo padrão de pensamento, a mesma forma de agir e eu estava falando isso até hoje. Eu falei “a gente precisa compreender que um homem não é tão ligado, muitas vezes ou na maioria dos casos, a coisa da louça e da pia está muito limpa e perfeita e branca e coisa e o cabelo”, porque a gente tem uma diferença. O homem se move de forma diferente da mulher, a mulher tem uma outra movimentação, é um pouco mais delicada.

Então, tem todo esse ponto que a gente precisa saber equilibrar e precisa entender, ou seja, se tem o outro, é para eu compreender que tem uma coisa diferente no outro, para você olhar. Você vê que é tão perfeito que tudo tem o oposto. O homem, na hora do sexo, age de forma diferente, a mulher age de forma diferente. Se eu não conheço isso, eu quero que você aja que nem eu. Não vai dar certo, nem na cama e nem em lugar nenhum, nem no seu dia-a-dia.

Nas atividades, vocês precisam conseguir entender essa questão do contraste. Isso eu estou falando de uma forma bem prática da gente aplicar e às vezes eu querer tomar também uma atitude que é muito masculina, que tem muita energia masculina, vai me prejudicar de repente dentro de uma relação, então eu preciso adotar uma postura mais feminina, e aí entra aquela questão: “ai meu Deus, mas o feminismo, etc”. É que não tem feminismo e machismo, é uma combinação.

O homem olha mais a aparência da mulher, então muitas vezes a mulher passa, ele vai, chama a atenção dele, isso é mais “instintivo” do homem do que da mulher. O homem geralmente toma atitude, tomando iniciativa de chegar na mulher, essa ida até a mulher. É só compreender. Porque quando a gente compreende, a gente não discute mais tanta coisa que a pessoa faz dentro de casa.

Eu sempre gosto daquele exemplo, duas crianças brigando por um pacote de batata frita e você tem dez pacotes de batata frita lá dentro, elas não sabem e ficam brigando pelo pacote de batata frita. Você fica olhando e fala “cara, tem dez pacotes lá dentro”.

É mais ou menos isso. Quando você começa a compreender algumas coisas, você fala “não faz nem sentido brigar por causa disso”. Você vai brigar por quê? Porque ele está agindo como homem? Falta de consciência, falta de compreensão. “Tem que arrumar a cozinha igual eu arrumo, é um absurdo ele não limpar com o meu paninho do perfex”, minha filha, ele não pensa assim.

Quando você não entende isso, você não sabe como lidar. Quando você entende, você começa a ter estratégias e a coisa começa a dar certo. Às vezes ele está pensando em como sustentar o filho, como botar uma parada em casa, ele está com outro foco, ele está com foco na segurança da família, em proteger a família, na segurança da casa. É uma distinção de energia, a gente precisa compreender isso de forma prática.

Essa polaridade veio para a gente ganhar essa consciência. E a mulher não pode ser

extremamente feminina e o homem não pode ser extremamente masculino, tem que ter essa mistura. Por isso que, quando eles se juntam, a tendência é que dê certo, que equilibre.

Olhamos essa perfeição do pólo, e aí nada podia deixar a história mais perfeita do que você ter o ritmo, porque o ritmo te obriga a conhecer o outro pólo. Você não consegue ter sempre o mesmo sentimento todos os dias, estar sempre com a mesma disposição, você não consegue.

Você só conhece o fato de estar disposto hoje porque às vezes você está cansado, às vezes você está meio para baixo. Essas oscilações que acontecem em tudo na nossa vida são o ritmo. Elas mostram para a gente que a vida sempre vai oscilar. Você oscila no plano físico e no plano mental também.

Você olha para o seu coração, ele bate e expande. A sua respiração, você inspira e expira. Você pega o mar, a maré sobe e desce. É o tempo todo esse movimento. Tudo se move. Existem dois pólos em tudo e tudo oscila, vai e vem de um lado para o outro. Um movimento de um pêndulo. Um lado é energia masculina, o outro lado é energia feminina, que se atraem.

Quando a gente está falando de energia masculina, a gente está falando de semente, de atividade, de implantar desejos, colocar ideia, iniciar processos. E quando a gente está falando de energia feminina, está falando mais de amadurecer, transformar, dar vida, é um processo mais lento, que dá vida àquela criação, ou seja, ela dá vida à semente e acaba tendo como consequência uma criação. Não dá para você fazer a criação se você não combinar os dois.

E é muito por isso que o homem e a mulher se atraem no plano físico quando a gente está olhando o que os nossos olhos conseguem ver de representação dessa união de energia masculina e feminina, de dois pólos, é o ser humano.

A correspondência é muito rica porque ela permite que essas coisas óbvias que a gente consegue enxergar possam ser transpostas para coisas que a gente não consegue enxergar. E aí já vem, por exemplo, para o nosso plano de cima, o plano mental, um plano que está acima. E a gente já olha e fala “opa, existem pensamentos e sentimentos”. O pensamento como uma energia masculina predominantemente e o sentimento como uma energia feminina. Mas antes disso, quando eu olho para o pensamento, eu tenho uma energia feminina e um tipo de pensamento com energia masculina. Então, a gente vai subdividindo e vai percebendo que o gênero está em tudo e que tem dois pólos em tudo, um polo feminino e um masculino dando origem a alguma criação. Essa perfeição é muito legal de se ver.

O ritmo garante, em um movimento de pêndulo, que a gente vá para um lado e para o outro. Ele nos obriga. Você não consegue não ir de um lado para o outro. Você não consegue, e é aí que você conhece o que eles falam que são os movimentos constrangedores que a gente passa ao longo da nossa vida.

Se você precisa, se você está aqui para evoluir, e evoluir significa adquirir consciência do que existe, então você precisa adquirir consciência de todos esses sentimentos, esses pensamentos e etc. Nada mais perfeito do que você ter o contraste para conseguir perceber e do que ter que ir de um lado para o outro.

Se as coisas estão manifestadas em dois pólos mas você pode ficar em um pólo só, talvez você ficasse eternamente em um pólo, sei lá. Você não ia conhecer o outro. Para quê eu vou no outro? Vou ficar só nesse pólo aqui. Eu vou nutrir só medo, vou nutrir só procrastinação. Você nunca conhece o outro.

O fato de você ter que ir do outro lado é perfeito e você vai, mas vai com perfeição, porque a medida para o ritmo para a direita é igual a medida para a esquerda. Então, se você for demais para um lado, você vai demais para o outro, que é para você perceber o quanto são opostos. Isso é muito perfeito. É muito bizarro.

E aí a gente lembra sempre do nosso triângulo, que a gente sempre faz esse triângulo colocando um pêndulo no meio. Quem já viu um relógio de um pêndulo vai perceber isso. Se ele está oscilando muito para a esquerda, ele vai oscilar muito para a direita. Na mesma medida, na mesma amplitude. E se ele está oscilando pouquinho, ele vai balançar devagar. Mais ou menos como um sino também, a gente pode dar o exemplo. Bate o sino e ele vai de um lado e vai para o outro na mesma intensidade.

Agora, como a gente traz isso para a prática? Como a gente faz com que isso seja aplicado na nossa vida e ajude a gente a alcançar os nossos objetivos? A gente já entendeu que os nossos pensamentos e os nossos sentimentos são fundamentais para definir a vibração do nosso corpo e, portanto, definir o que a gente atrai. Se você começar a perceber, você vai notar que quando você vai demais no pólo, você sofre.

Quando eu estou muito no pólo masculino, eu vou vibrar ansiedade. Quando eu estou muito no pólo feminino, eu vou vibrar apatia. E eu não quero nenhuma dessas duas vibrações porque elas não vão fazer com que eu atraia nada de nada. Eu quero a vibração do pedido, eu quero a vibração do acreditar, eu quero a vibração do receber, eu quero a vibração do bem-estar, dos bons sentimentos. E a vibração do bem-estar está no centro, no centro que eu digo assim, não no centro exato, ela está sempre em um range mais central. Então, se você tem um triângulo, se você vai lá nos pólos, na base deles, você está nas vibrações que a gente não quer: ansiedade e apatia. Tem muita amplitude na base.

Qual é o segredo? É você diminuir a amplitude, diminuir a variação. E você diminui a amplitude de um triângulo como? Subindo. Porque na parte de baixo o triângulo é muito aberto. Quanto mais você vai subindo, mais ele vai se fechando até chegar na unidade. Então, o triângulo representa a vida, porque lá embaixo tem dois pólos e aqui em cima é uma unidade. É exatamente o nosso processo de evolução.

Ou seja, eu busco todas as vezes me elevar. Eu busco elevar a minha vibração. E como eu faço isso na prática? Eu gosto de usar duas estratégias. Uma que eu pratiquei várias vezes, eu acho que você também já praticou e viu que tem muito sucesso, que está combinada com a frase de que todo defeito é uma qualidade em excesso, então se eu estou sentindo que está indo demais, eu dou um freio. Como assim? Eu tô sentindo medo, mas eu sou uma pessoa que sei que toda emoção tem uma coisa boa e uma coisa ruim, se eu estou sentindo muito dela, vai começar a ser ruim. Mas se eu sentir com menos intensidade, eu vou usufruir dela. Se eu estou sentindo muito medo, eu falo “eu preciso botar um freio nesse medo, eu não posso ser tão medroso assim”. E se eu consigo desenvolver um pouco mais a minha consciência e perceber o que tem de bom dentro de cada emoção, eu vou virar e vou falar “o medo é muito bom”, por quê? O medo faz com que eu preste atenção nos obstáculos. As preocupações, que são os pensamentos que geram medo, são muito boas. Por quê? Elas fazem com que a gente esteja atento a todas as coisas que são importantes na nossa jornada.

Se você define um objetivo, é importante você reconhecer os obstáculos, é importante reconhecer os pontos de atenção. Se passar demais, ao invés de ser uma coisa que te ajuda, passa a ser uma coisa que te atrapalha, porque o medo te paralisa. Então, o que eu vou fazer?

Eu vou controlar um pouco. Isso significa dizer que se hoje eu estou para baixo, eu vou falar “espera aí, cara, não estou tão para baixo assim não, deixa eu botar uma música aqui, deixa eu melhorar, deixa eu descer”. Se eu hoje estou sentindo muito medo, eu vou dar uma dosezinha ali, essa dose do otimismo, eu vou falar “eu não preciso sentir muito medo”, se está procrastinando, para de procrastinar um pouco. Você simplesmente segura um pouco o pêndulo.

Se eu estou muito feliz, se eu estou muito eufórico, “nossa, eu vou fazer essa coisa e essa coisa vai mudar minha vida”, segura um pouco, fala assim “cara, deixa eu curtir um pouco aqui, mas sem querer mudar a vida hoje”. Legal, mas eu vou segurar um pouco. Eu estou feliz, mas está tudo bem. Essa é a primeira forma. E como você faz essa forma? Desenvolvendo.

Quanto mais você desenvolver compreensão de cada emoção, de cada pensamento, mais fácil. Como eu seguro o medo virando e falando assim “ué, medo é uma coisa que me dá atenção com relação ao meu status”, então o que eu vou fazer? Eu vou adquirir conhecimento, vou sentar aqui e vou ver como eu supero esses obstáculos.

Como que eu consigo transpor os pensamentos de dúvidas, os sentimentos de procrastinação? Amadurecendo, então eu sento horas e eu vou amadurecer aquelas dúvidas que eu tenho, eu vou amadurecer aquelas alternativas que eu tenho. Então eu freio. É bom ter alternativas. Eu uso o lado bom, eu falo “o medo é bom, a dúvida é boa, a preocupação é boa. Se eu souber usar”.

Da mesma forma, o sentimento de incapacidade e o pensamento de escassez são bons se eu souber usar no grau correto. Isso é um freio. É um freio no pêndulo. Essa é a primeira forma. Acho que ficou claro.

A segunda forma é o que o Caibalion propõe. E a gente também já colocou dessa forma mesmo antes do Caibalion colocar. É o quê? Eu recruto o outro lado. Eu sei que o oposto da dúvida é convicção. O que eu faço? Eu recruto convicção.

Um exemplo idiota mas é um exemplo que vai fazer a gente entender isso na prática. Eu dei o exemplo agora do TikTok. Nós, produtores de conteúdo. Então eu estou procurando um reels para fazer ou um TikTok para fazer. Eu começo a rodar aquilo ali, eu começo a ficar com muita dúvida do que eu vou fazer, eu pego inspirações, pego insights. Eu falo “pô, esse sonzinho aqui é legal, de repente eu posso colocar uma coisa do meu conteúdo aqui, de relacionamento, de saúde, não sei, vou continuar aqui”, aí eu vou indo, aí eu vou indo, aí eu vou indo, aí eu vou rodando aquele TikTok é infinito, aí você vai rodando, rodando, rodando, rodando, rodando, daqui a pouco você tem tanta alternativa que você sai dali e fala “não consigo fazer nada”. Suga energia, porque você começou a procrastinar. Se você já souber dessa idiotice, dessa coisa muito importante nessa idiotice, você vai saber usar isso nas pequenas coisas. Para isso não consumir minha energia, eu falo assim “cara, eu vou entrar aqui, vou pegar uma ideia e vou desenvolver essa ideia, dane-se se tiver outra, eu vou procurar uma ideia, eu tenho dez minutos para procurar essa ideia”.

Eu coloco o outro lado, as convicções são as diretrizes. A gente já estudou, a gente pode dar uma detalhada, são restrições. Você bota um tempo, eu boto um tempo. O melhor que eu conseguir em dez minutos vai ser o que vai sair. Aí eu tenho um insight e faço o meu sozinha, porque a convicção te põe para a frente. Eu pego aquele som e faço. Então, o que eu usei aí? Eu usei a dúvida e a convicção. A dúvida é boa? Claro. Eu preciso de um insight. Vou levar dez minutos aqui, que é um tempo razoável. Se eu passar de dez minutos, eu vou começar a procrastinar. A dúvida vai me drenar energia. Aí o que eu faço? Eu sempre faço muito isso, esse

segundo método, que é colocar o outro lado. Eu coloco o outro lado. Eu puxo, eu falo assim “eu preciso de uma convicção aqui, cara, eu vou fazer e acabou”. Eu recruta aquilo ali, boto um tempo ou eu falo “assim que eu encontrar a primeira ideia, eu vou parar”, eu boto uma diretriz para eu parar.

Eu quero aproveitar esse exemplo para poder explicar qual é a forma correta de fazer isso. O Caibalion deixa uma orientação com relação a isso e aqui no exemplo vai ficar muito claro. Lembra que oscilar de um lado para o outro não é bom, então se eu estou com muita dúvida, se eu recruta o outro lado, eu vou recrutar muita convicção. Isso vai dar uma explosão. O que seria isso? Seria você pegar o primeiro que você achar. Você virar e falar “vou abrir o TikTok e o primeiro que eu achar, eu vou usar”. Você está usando a convicção lá no outro pólo.

Mas o que você falou que você faz? Você recruta o pólo positivo, o lado masculino, mas de forma mais elevada, fala “dez minutos é o suficiente”. Eu vou pegar isso e vou avaliar por dez minutos. Você dá uma diretriz masculina dentro do processo e você usa a virtude feminina, o processo feminino de amadurecer aquilo dali, ou seja, de avaliar as possibilidades que você tem. Aí você tem clareza e decisão.

Para neutralizar, a gente vai lá, pega o pólo masculino, mais elevado, e ele faz a gente subir um degrau. É como se ele impulsionasse a gente para subir. Para você sair do pólo que você não quer, no pólo feminino, você vai estar sempre predominantemente no pólo feminino, que é o que demora mais. Para você sair dele e não deixar que ele passe do ponto, você sobe o degrau pelo masculino. Você vai lá no masculino e sobe um degrau.

Quer dizer, você se eleva recrutando o lado masculino. Não é que eu vou lá para a impetuosidade, para a convicção, não é que eu vou para esse lado, é que eu recruta esse lado e ele me eleva, porque eu combinei no grau correto.

Esse exemplo vai ficar claro, mas talvez não fique clara a riqueza do que nós estamos falando aqui. Toda vez que a gente recruta esse lado masculino, a gente na verdade está tentando se elevar. Como você se eleva? Pegando a semente do seu eu superior, o seu eu espiritual.

Quanto mais para cima você for, melhor. Então, se você quer sair de determinadas situações da sua vida, você precisa buscar direcionadores mais elevados, coisas que te põem para cima, coisas que dão grandiosidade para a sua vida, coisas que realmente te elevam, te desafiam, te fazem crescer, te colocam em outro patamar. Tende a subir a frequência, porque quando você sobe no triângulo quando você sobe um degrau no lado masculino, o que você está fazendo? Você está subindo uma frequência de vibração. É isso que você está fazendo. Ao subir essa frequência, você consegue segurar o lado feminino.

Outro exemplo que a gente pode dar para ilustrar essa riqueza: digamos que eu tenha muito medo de alguma coisa, então vamos desenhar o triângulo aqui que a gente vai entender isso. O medo é o lado feminino, que amadurece, que vem da minha preocupação. Pensamentos de preocupação geram sentimentos de medo quando repetidos. O que começa a acontecer?

Eu estou aqui do lado feminino. Então eu fico lá, por exemplo, vou botar medo de dirigir, muita gente tem medo de dirigir. Eu fico aqui no medo de dirigir. “Ai, eu sou mulher, dizem que mulher não dirige bem, eu tenho medo de dirigir. Não consigo dirigir”. Aí eu fico aqui me preocupando, falo “não sei se eu saio agora de carro, vou bater, vai ter que estacionar o carro, não dou conta de estacionar”. Ao invés de você usar essa preocupação e esse medo para falar “eu preciso aprender como dirigir direito”, você deixou passar do ponto. Aí você fica um tempão ali. Você não

dirige de jeito nenhum. O medo e a preocupação são para quê? Para você sair com atenção, para você fazer o negócio direito. Se você não sabe dirigir, você não pega o carro, você vai aprender primeiro. É para isso que servem a preocupação e o medo. Agora, se te paralisar, passou, você precisa corrigir.

O outro lado é o meu lado masculino, é o lado do otimismo e da tranquilidade. O que eu faço aqui se eu sou a pessoa que tenho medo de dirigir? Eu começo a me colocar para o lado masculino, para o lado direito do triângulo. Você começa a pesquisar para conseguir segurar o medo. O primeiro exemplo seria uma forma. Vou diminuir meu medo.

Vou pesquisar, vou treinar, vou tirar carteira. Seria a primeira técnica, o primeiro método que a gente comentou aqui. Esse segundo método, que é um método que eu uso um pouco mais, que é recrutar o outro lado, eu vou lá no lado masculino e falo assim “eu vou botar um pouco de tranquilidade aqui em mim, eu vou relaxar, vou botar uma música”. E já que dirigir é perigoso, eu vou prestar atenção, ou eu vou buscar alguém que dirige que pode me ajudar, eu vou trazer essa tranquilidade, falo “fica tranquila, você só precisa prestar atenção, você precisa saber fazer”, pratica em um lugar mais calmo, vai lá.

É um remédio divino que você tem que tomar de oito em oito horas. É uma coisa que não te deixa parar, te faz ir para a frente, porque o medo te paralisa. O otimismo, a tranquilidade é o seguinte: “vai cara, vai lá, se você não praticar, você não vai conseguir”. Aí ela fica falando tipo uma vozinha, ela fala assim “oh, todo mundo dirige, olha para a rua. Caraca, todo mundo consegue, é só praticar e prestar atenção”. Aí o que você faz? Você está combinando o lado da preocupação e do medo, que vai te dar uma atenção no trânsito que, principalmente enquanto você não sabe, você vai precisar de mais ainda, então é aquela questão do equilíbrio, é preciso me preocupar um pouco mais porque eu ainda não tenho tanto domínio sobre o volante, então eu preciso ficar mais atento ainda, vai para um lugar mais tranquilo, vai praticar mais. Mas a semente masculina não deixa você parar. Ela fala assim “não, você não vai parar de dirigir não”.

Olha como é a combinação no grau correto dependendo da situação, que é o que eu sempre falo. Dependendo da situação, você realmente vai precisar estar mais preocupado, porque você ainda não domina. Se alguém vier bater do seu lado, você não sabe desviar. Se alguém te fechar, você não sabe muito bem o que fazer. Você precisa de um pouquinho mais de medo mesmo. Mas você recruta o outro lado. Então, quando eu vou para o outro lado, ele me faz subir um degrau. Do outro lado ele fala “cara, vai, você só precisa conhecer, só precisa estudar, só precisa praticar, vai”. O outro lado não te deixa parar.

Quando eu subo um degrau, eu estou indo em direção a pensamento de compreensão, em uma compreensão total que vai me trazer fé e vai me fazer acreditar que eu vou conseguir. O que seria a distorção daí? Seria você falar assim “eu estou com medo aqui” e você pega e “ah, vai de qualquer jeito mesmo que vai dar certo”, aí ferrou. Você vai sair sem saber dirigir. Vai bater. A pegada é um pouco mais evoluída. É o seguinte: vai, mas vai com atenção. Usa a sua atenção inteira para você estar focado. É o bom senso no equilíbrio da emoção.

Cara, estuda mais sobre isso. Está lá no YouTube. Aprende, escuta, vê, pratica. O otimismo bem dimensionado, no grau correto, te joga para a frente. Por isso é uma semente espiritual que faz com que você busque cada vez mais crescimento. É uma combinação.

A gente falou isso no passo anterior, é por isso que a gente fala que é necessário a gente reconhecer as nossas emoções para saber o que a gente vai recrutar, porque eu não consigo sair da preocupação e do medo se você não entende que do outro lado está o otimismo. Eu não

consigo transmutar. Eu não consigo ir da preocupação e do medo para o amor, não existe isso.

Às vezes, você não precisa nem identificar o nome da emoção, mas você pode sentir. Você fala assim “o que é o oposto disso aqui que eu estou sentindo?”. Imagina que você está em uma prova. O que as pessoas falam? Você precisa ficar um pouco mais tranquila. Agora, quanto mais você define os nomes, quanto mais você consegue conhecer, quanto mais você reflete sobre, você desenvolve mais consciência.

A gente já dá aqui os três grandes triângulos, as três grandes virtudes. Obviamente que outras coisas se desdobram. Por exemplo, o ciúme, a inveja, isso tudo está desdobrado dentro desses triângulos aí. Mas a gente pode fazer essa análise de cada um, conhecer à medida que vai vivendo, à medida que vai analisando.

Mas a verdade é que esses três triângulos são um mapa para a vida. Você tem início, meio e fim. Eles sempre serão úteis e você sempre vai conseguir fazer uma conexão com o que você está vivendo com algum desses três triângulos.

Lembra que o Yin Yang mostra para a gente que o meio não é um equilíbrio reto, não é uma coisa estática, não é 50/50, é uma coisa que está em movimento, é o grau correto. Qual é a dose que você precisa agora para determinada situação? Às vezes, você vai precisar recrutar mais tranquilidade porque você já realmente domina. E, às vezes, você vai precisar recrutar um pouquinho de tranquilidade, mas também um pouco mais de medo, porque você não domina uma coisa.

A gente não pode se rotular. A gente faz isso, a gente veste as emoções camada por camada, o Joe Dispenza fala isso. Então, assim, “ah, cara, como eu senti muito medo na minha vida, eu sou muito medroso”, “ah, eu sou uma pessoa muito calma”, “ah, eu sou uma pessoa muito otimista”, “ah, eu sou isso, eu sou aquilo, eu sou aquilo outro”. Nós não somos nada. Você tem uma caixa de ferramentas muito poderosa que você pode lançar mão a hora que você precisar.

Seus pensamentos e suas emoções são sua caixa de ferramenta. O dia que você precisar de um pouco de ira, você recruta. O dia que você precisar de um pouco de convicção, você recruta. O dia que você precisar de um pouco de dúvida, você recruta. Você tem que aprender quais são as ferramentas que estão dentro da sua caixa. Você lança mão no momento que você precisa. Às vezes você precisa defender sua família, estar com um filho, falar com alguém.

Você tem que se adequar à situação correta. Não é assim “eu tenho que estar sempre tranquila, Good Vibes, pensamento positivo o dia inteiro”. Não funciona desse jeito. O que você tem é um arsenal. Aprenda a usar. Quanto mais você conseguir jogar com essas emoções, com esses pensamentos e colocar na combinação correta, mais conhecimento você tem. Na hora que pedir chave de fenda não pode usar chave Philips. Você tem que saber o que você vai alocar em cada momento.

Agora, uma coisa que a gente está falando aqui de certa forma quando a gente está falando do pêndulo lembrando aqui, você tem uma amplitude muito grande na base desse triângulo. Quando esse triângulo vai fechando, ele vai subindo e diminuindo a amplitude. Mas tem uma coisa que você precisa saber, que é muito necessária de você saber, que talvez mesmo que a gente tenha falado isso aqui você não tenha captado, que é: você vai oscilar. Você, necessariamente, vai oscilar. Primeiro porque você é um ser imperfeito e você está em um plano físico, por natureza o seu plano já é mais baixo.



O jogo aqui é oscilar menos. Quando eu sei que uma pessoa é imatura? Quando ela oscila muito. É nítido. Uma pessoa é imatura quando ela tem muitas oscilações, vai lá nos pólos. Um dia ela está muito triste, outro dia ela está muito feliz. Um dia ela está muito esgotada mentalmente, outro dia ela está muito disposta mentalmente. Um dia ela está chorando, no outro dia ela está sorrindo demais. Um dia ela está muito focada, no outro ela está totalmente desfocada. Não existe um equilíbrio naquela pessoa, você olha e vê que é 8 ou 80. E ela até se orgulha disso às vezes. Então assim, a pessoa que tem a personalidade muito forte, a pessoa que é bizarramente focada, ela não é nada, ela está imatura. Olha essas oscilações.

Agora, quando você vê uma pessoa madura, você vê pessoas que fizeram as mesmas coisas por quarenta anos, devagar. Tinha dias que elas não estavam muito bem, tinha dias que elas estavam, mas elas continuavam o que estavam fazendo. São pessoas que têm constância, elas não oscilam, elas não tomam decisão por convicção absurda, impulso absurdo, impetuosidade. Elas começam uma coisa e elas vão. Elas tomam decisões com mais clareza, então ela já tem uma tendência de não voltar atrás nisso porque ela já fez uma primeira etapa bem feita, e assim ela vai avançando. Ela já tem mais compreensão, ela acredita no projeto dela.

Quando a gente vê uma pessoa imatura, a gente vê que ela não consegue fazer nada do que ela estava fazendo, ela desiste, ela volta atrás, ela começa outra coisa, ela dispara aquela coisa e um dia ela está muito empolgada com aquele negócio novo que ela começou e aí no dia seguinte ela não quer mais ver aquela bodega. São pessoas que não têm constância em nada.

Eu vou fazer um parênteses aqui, talvez fique um pouco complexo, mas imagina assim: o tempo é uma espécie de uma câmera lenta, ele é uma câmera lenta de uma filmadora. E por que a gente precisa dessa câmera lenta? Porque a gente não tem domínio dos nossos pensamentos, das nossas emoções. A gente não tem. A gente não consegue controlar o nosso pensamento e ter uma clareza absurda do que a gente quer agora. A gente não consegue fazer isso.

Então, é aquele negócio, para te proteger, eu vou te colocar em câmera lenta. Você pensa o que você quer, você repensa, pensa de novo, pensa de novo, pensa de novo. Tem muitas pessoas que ficam oscilando, uma hora quer uma coisa, outra hora quer outra. Agora, a pessoa que decide uma coisa com clareza, e ela faz por um tempo muito grande, essa é a pessoa que vai se aproximar de experimentar o potencial espiritual que ela tem. Porque é como se ela, no tempo imediato, usasse o máximo de poder dela. Por quê? Porque ela fica naquela câmera lenta a vida toda, mas ela exerce o poder dela. Mas se acelerasse aquela câmera lenta, deu só aquele negócio que ela estava fazendo.

Se a gente souber ter muita clareza do que a gente quer, a gente está usando o nosso pleno potencial como se fosse uma pessoa muito evoluída. Isso significa dizer que você vai muito longe com isso. Você fica vinte mil anos fazendo aquilo ali, você faz até conseguir, você não faz para ver se vai dar certo, faz até dar certo. Por quê? Porque tem muita clareza.

A gente precisa do tempo porque se tirar o tempo da gente, a gente se mata. A gente se mata com o poder espiritual que a gente tem. Porque a gente não sabe usar. A gente está literalmente aprendendo a usar esse poder tão grande que a gente tem.

Aí a gente entende que se a gente subir no triângulo, teoricamente, os seres mais evoluídos, as outras existências que o Caibalion utiliza, como a gente já sabe por literaturas, por comunicações que eles fazem com os seres físicos, o tempo deles não tem tempo, porque eles já evoluíram e já sabem dominar.

Você muda de emoções e de pensamentos muito mais rápido do que você constrói um prédio. Quanto mais eu subo, evoluo, mais eu estou preparado para lidar com o seu poder e lidar com o fato de você materializar as coisas sem um tempo muito longo, porque eu já sei o que eu vou querer, eu já vou ter mais clareza, eu já estou mais próximo da unidade, eu já estou mais evoluído.

Às vezes, me perguntam “como é que eu tenho clareza?”, “como eu decido?”, “como eu aumento o meu merecimento?”. Amadurecendo, se elevando, praticando mesmo, se desenvolvendo, estudando, refletindo, se conectando. Quanto mais elevado, quanto mais consciente das suas emoções, quanto mais você conhecer as leis universais, quanto mais você ouvir tudo isso, você vai adquirir mais rápido as virtudes. Você vai conseguir perceber essas virtudes em você, você vai falar “caraca, olha aqui, aqui eu já tenho mais clareza”, porque você está subindo no triângulo.

Agora, é difícil explicar isso para as pessoas que estão do lado de fora da CIMT, né? Como eu faço para decidir, para ter clareza? Olha, meu filho... você tem tempo? Senta aí para a gente bater um papo.

O amadurecimento é uma coisa que a gente ganha com o nosso estudo, com o processo de aplicar o estudo na nossa vida, porque não adianta você ter acesso a esse conhecimento e não praticar na hora que está dando merda. Tem um combo perfeito: reflexão + conhecimento. Você estuda e você reflete (quando eu falo reflexão, estou falando de conexão interior). Você faz a sua conexão e você estuda. Junta esse combo que você vai longe. Aí você não briga mais com ninguém, você compreende as coisas, a tendência é que você amadureça, aí ninguém te tira tanto do sério, aí uma coisa ruim você já fala “ih, um feedback para eu pensar”, você já ri da merda.

Quando a gente perdeu o voo, eu falei “ah, eu já sei porque isso aqui está acontecendo, é a minha crença, minha maluquice”. Então você vai ganhando compreensão, aí você se torna mais maduro e aí você não vai mais brigar. Essa é a nossa tendência. O cara xingou você e você fala assim “ah, coitado, está tão perdido que está xingando os outros no meio da rua”. É muito diferente de você querer matar o cara, que quando a gente se envolve em uma discussão, etc. é o que a gente quer fazer. Então, isso é prática, isso é tempo de vida, isso é observação, nada como o tempo nesse caso.

O que a gente tem que fazer aqui é reconhecer, esse é o primeiro passo. Eu estou passando do ponto ou não? Como eu reconheço? Eu estou ansioso, eu estou apático? Preciso compreender mais. Se eu estou ansioso e apático, eu não estou conseguindo usar o meu poder direito. Preciso de mais tempo comigo. Preciso entender porque as coisas estão acontecendo na minha vida.

Eu estou me sentindo bem, eu estou na vibração legal, eu estou no caminho certo. Se eu cair um pouquinho, está tudo bem, porque eu estou também no ritmo, não me cobro além da conta do que eu preciso me cobrar, ou seja, quando eu oscilo, eu percebo.

Então é isso, gente. A vibração mais alta vai fazer a gente ter resultados melhores, atrair coisas melhores e se sentir melhor. E o grande segredo de “O segredo” é a última coisa que ela fala no documentário, que ela fecha o documentário com a frase “feel good”, com a expressão “feel good”. Sinta-se bem. Por quê? Quando você se sente bem, você atrai coisas boas e significa que você está em um caminho muito adequado, porque quando você se sente bem, significa que tem um feedback positivo nesse caso.

E é isso, meus amores! Espero que vocês tenham curtido. Eu amei esse passo. Muito bom e é

isso que a gente precisa. A gente precisa colocar as leis na prática. A gente precisa colocar as habilidades mentais na prática, modificar nossa autoimagem na prática. E praticar! Não é maravilhoso? Decidir, acreditar e merecer.

É isso. Um beijo, CIMT! Valeu.