

**CURSO COMPLETO**  
**DE**  
**CO-CRIAÇÕES**

(Versão 12)

# CURSO COMPLETO DE CO-CRIAÇÕES

## ÍNDICE

<b>1) O QUE SÃO CO-CRIAÇÕES ? .....</b>	<b>3</b>
<b>2) CONCEITOS BÁSICOS IMPORTANTES .....</b>	<b>3</b>
a. LIGAÇÕES .....	3
b. EXISTENCIA DE UMA INTELIGÊNCIA SUPREMA .....	3
c. RELAÇÃO ENTRE NÓS E DEUS .....	4
d. O CRIADOR.....	4
e. CONCLUSÃO FINAL .....	4
<b>3) QUAL É A BASE DE FUNCIONAMENTO DAS CO-CRIAÇÕES ? .....</b>	<b>5</b>
<b>4) COMO UTILIZÁ-LA ?.....</b>	<b>8</b>
1º Passo: INICIAR A CO-CRIAÇÃO .....	9
2º Passo: REALIZAR .....	11
3º Passo: RECEBER .....	12
<b>5) PERGUNTAS E RESPOSTAS.....</b>	<b>14</b>
<b>6) MATERIAL DE APOIO.....</b>	<b>17</b>
a. LIVROS .....	17
b. VIDEOS .....	17
c. FILMES .....	17
<b>7) COMPLEMENTO – 01 =&gt; Co-criação contínua.....</b>	<b>18</b>
<b>8) COMPLEMENTO – 02 =&gt; Escala das emoções .....</b>	<b>20</b>
<b>9) COMPLEMENTO – 03 =&gt; Quando se pode usar uma co-criação .....</b>	<b>21</b>

## 1) O QUE SÃO CO-CRIAÇÕES ?

Co-criar é um poder que todos temos, e que tem a função (objetivo) de garantir que todas as experiências que você realmente deseje ter, consiga ter, isto é, garante que você possa SER, TER e FAZER tudo o que você desejar. É baseada em uma lei universal chamada Lei da Atração (em inglês chama-se Law of Attraction, que pode ser abreviada para LOA). É chamada de "co-criação" porque você não cria sozinho(a), mas sim com a ajuda de uma força universal. Você não precisa obrigatoriamente acreditar na sua existência, basta realmente seguir todos os passos necessários e os resultados virão. Depois de algumas experiências, se você não acreditava na existência da LOA, vai passar a acreditar...

De acordo com o livro Conversas com Deus - livro 1, do autor Neale Donald Walsch, páginas 39 e 40, o objetivo da vida não é aprender, mas apenas termos experiências e a LOA garante que todos possamos experimentar, co-criar e brincar à vontade...

Somos todos mini-deuses co-criando e experimentando os resultados das nossas co-criações.

Se você quiser exemplos de situações em que você pode usar uma co-criação, leia:

"COMPLEMENTO - 03 => Quando se pode usar uma co-criação" (últimas páginas deste manual)

## 2) CONCEITOS BÁSICOS IMPORTANTES

Primeiramente é importante definir alguns conceitos importantes. Estes conceitos estão aqui para servir como uma base lógica e que faça sentido principalmente para pessoas mais céticas e científicas. Não são provas científicas, mas apenas conceitos simples e lógicos. Você pode escolher aceitar estes conceitos como verdadeiros por fazerem sentido para você ou pode rejeitá-los completamente. A vantagem em aceitá-los é que você terá uma base sólida de apoio às suas co-criações.

### a. LIGAÇÕES

Como a própria **Física Quântica** já constatou, tudo, em todo o universo, está conectado, e por isto, somos todos uma só energia. Portanto nós (seres humanos) estamos conectados entre nós, estamos conectados a todos os seres vivos deste planeta, estamos conectados ao próprio planeta Terra e ao universo inteiro. Há apenas um campo de energia em todo o universo. Tudo está conectado com tudo e você faz parte deste todo, isto é, você está literalmente conectado à tudo no universo, sem exceção.

#### **Conceito 1 - TUDO ESTÁ CONECTADO**

### b. EXISTENCIA DE UMA INTELIGÊNCIA SUPREMA

Embora a existência de Deus não possa ser provada cientificamente, dá para se notar muito facilmente que há uma inteligência por trás de tudo o que existe. Para verificar isto, basta observar a perfeição que existe nas funções vitais que mantêm vivos e saudáveis todos os seres deste planeta, a perfeição que existe em toda a natureza e a perfeição que existe

nos sistemas solares e galaxias. Dá para ver e sentir que tudo acontece por algum motivo. Este motivo tem lógica e faz todo sentido. Cada reação química que acontece no seu organismo, ocorre no momento exato e perfeito. A vida é o resultado da soma de todas estas bilhões de pequenas reações químicas que ocorrem simultaneamente e em perfeita harmonia. É algo perfeito demais para ser chamado coincidência.

À partir dos infinitos exemplos desta inteligência perfeita, é fácil deduzir e aceitar que existe algo por trás disto tudo. Podemos chamá-lo de "Deus" ou "Universo" ou "Tudo O Que Existe". O nome que se dá não tem importância. Os nomes são apenas *símbolos que representam algo*, que neste caso representa toda a existência. Eu optei por chamá-lo de Deus. Este "Deus" não é o Deus das religiões, é a palavra que representa a origem de tudo o que existe.

## **Conceito 2 - DEUS EXISTE E É A INTELIGÊNCIA POR TRÁS DE TUDO**

### **c. RELAÇÃO ENTRE NÓS E DEUS**

Como só existe um campo de energia, tudo tem que fazer parte dele, incluindo Deus. Mas Deus é o nome dado ao todo, portanto, Deus não faz parte do todo, **Deus é o todo**. Como nós fazemos parte deste campo de energia, portanto nós e Deus somos um só. Assim, somos todas partes de Deus. Se Deus fosse um oceano, cada um de nós seria uma pequena gota deste oceano.

## **Conceito 3 - DEUS E NÓS SOMOS UM SÓ**

### **d. O CRIADOR**

O Universo existe há alguns bilhões de anos. Antes destes bilhões de anos, o Universo não existia. Então tinha que existir algo antes da existência do Universo (big bang). Portanto podemos deduzir que o que existia antes de tudo só pode ser Deus, pois "o nada" não pode criar nem originar alguma coisa.

## **Conceito 4 - DEUS É O TODO E A ORIGEM DE TUDO**

### **e. CONCLUSÃO FINAL**

Foram apresentados estes 4 conceitos: "*Tudo está conectado*", "*Deus existe e é a inteligência por trás de tudo*", "*Deus e nós somos um só*" e "*Deus é o todo e a origem de tudo*".

Baseando-nos nestes 4 conceitos, podemos concluir que como Deus é a origem de tudo, é também a nossa origem. E como nós e Deus somos um só, somos pedacinhos de Deus.

Como Deus é o criador de tudo o que existe, incluindo todos os Universos e Dimensões e como somos todas partes dele, temos em nosso interior, a mesma essência de Deus, isto é, temos exatamente as mesmas características, as mesmas capacidades e os mesmos poderes que Deus. Como Deus é um criador, somos também criadores e esta é a origem da Lei da Atração (Co-Criação), que também pode ser chamada "Lei da Co-criação".

Esta lei é tão certa quanto à Lei da Gravidade, mas enquanto a Lei da Gravidade atrai tudo para baixo, a Lei da Atração atrai tudo para você !!!

### 3) QUAL É A BASE DE FUNCIONAMENTO DAS CO-CRIAÇÕES ?

Tudo no universo funciona com base em vibrações e as co-criações não são uma exceção. Portanto o mecanismo base de funcionamento das co-criações são as vibrações, isto é, elas são ativadas com base nas vibrações emitidas e não nas palavras pronunciadas. Pensamentos e emoções são ambos vibrações, são ambos energia.

Agora é necessário que você entenda um conceito básico...

Como já foi dito, nós somos partes (pedacinhos) de Deus. A essência de Deus é uma energia de unidade, isto é, sem separações.

Nós vivemos em uma dimensão em que a unidade está dividida em duas partes. Isto é chamado de dualidade.

ALGUNS EXEMPLOS DA DUALIDADE			
Amor - Ódio	Bem - Mal	Certo - Errado	Masculino - Feminino
Alto - Baixo	Gordo - Magro	Forte - Fraco	Rico - Pobre
Grande - Pequeno	Inteligente - Idiota	Saudável - Doente	Cheio - Vazio
Silêncio - Barulho	Sim - Não	Direita - Esquerda	Norte - Sul

A dualidade está em tudo, incluindo em nossos corpos. Um exemplo é o cérebro, que é formado por duas partes (direita e esquerda).

CARACTERÍSTICAS DOS LADOS DO CÉREBRO	
LADO ESQUERDO	LADO DIREITO
Lógica / Masculino	Intuição / Feminino
Razão	Sentimento
Pensar	Sentir
Procura Estar Certo	Procura Estar Bem
Associado à Mente	Associado ao Coração

Além da separação física do cérebro em duas partes, temos também uma outra separação importante, que é a Mente e o Coração. A mente e o coração são dois poderes criativos, sendo que a mente coordena (foca) e o coração executa. Eles têm que trabalhar em conjunto para criar algo.

Concluindo...

Como somos partes de Deus, temos as mesmas capacidades que Ele/Ela.

Como Deus é um criador, também somos criadores.

A essência de Deus é uma essência de Unidade, portanto nossa essência também é de Unidade.

Mas estamos em uma dimensão de dualidade e portanto, nossa essência de Unidade está dividida em duas partes.

Então para ativar o nosso poder de criação, temos que juntar estas duas partes, para que juntas, sejam uma Unidade (essencia de Deus).

E quais são as 2 partes que tem que estar juntas ?

Mente e Coração !!!

Portanto, para usar o seu poder de criação, você tem que alinhar a sua mente e o seu coração. Ambos têm que estar perfeitamente sintonizados com o que você quer Ser, Ter ou Fazer.

Para sintonizar mente e coração, basta pensar/visualizar/focar-te (mente) e sentir (coração) ao mesmo tempo. Visualize e sinta exatamente como se o seu desejo já fosse real aqui e agora, sem julgar o que você está criando.

Você está, durante todos os momentos da sua vida, co-criando todas as situações do seu dia a dia. Você faz isto através dos pensamentos e emoções que você tem. Cada combinação entre pensamento e emoção cria algo, sem exceção. O problema é que estamos sempre co-criando aleatoriamente. Co-criar aleatoriamente gera experiencias aleatórias, mas o que acontece com mais frequência é co-criarmos todos os dias a mesma coisa, o que gera a sensação de que a vida não progride e que está sempre igual. É porque você está sempre co-criando mais do mesmo. Mude os seus pensamentos e a sua vida mudará completamente. Você está no comando, mesmo que pareça que não está.

Um outro problema de co-criar aleatoriamente é que você desperdiça tempo e energia para gerar as mesmas experiencias repetidamente. E muitas vezes são experiencias negativas.

Quando alguém convence você de alguma coisa, esta pessoa está fazendo com que você co-crie aquilo de que esta pessoa te convenceu e isto torna-se a sua realidade. E aí você pensa: "É verdade, ele/ela tinha razão", mas o que aconteceu foi que você co-criou o que foi sugerido. A TV usa muito esta estratégia muito bem disfarçada, das mais diversas maneiras que você acaba nem notando.

Por isto, ao ver TV ou filmes ou notícias, você está sendo manipulado(a) sem ter a mínima noção disto. O resultado é que você acaba por alterar a sua forma de pensar, a sua forma de interpretar as coisas em todos os níveis e além disto tudo, você acaba por co-criar algo que pode ser negativo para você, mas que é muito lucrativo para algumas empresas...

Aquilo em que você realmente acredita que seja verdade, você torna verdade através das vibrações (pensamentos + emoções) emitidas. Cada pensamento enviado ao Universo gera resultados e você recebe exatamente o que você enviou. Funciona como um bumerangue: vai e volta. Você pode usar o seu bumerangue aleatoriamente ou você pode usá-lo a seu favor e para o seu benefício, a escolha é sua.

No evangelho de São Tomás (Thomas), na frase numerada com o número 106, diz: "Quando você torna os dois (pensamento e emoção) em um... Ao dizer 'montanha mova-se', a montanha se moverá".

Também no evangelho de São Tomás (Thomas), na frase numerada com o número 48, diz: "Se os dois (pensamento e emoção) estiverem em paz nesta casa (corpo)... Se eles disserem à montanha: 'mova-se', a montanha se moverá".

O profeta Neville, em seu livro "O Poder da Consciencia", diz: "Você tem que tornar o seu sonho futuro um fato presente sentindo a emoção do seu desejo já satisfeito".

#### 4) COMO UTILIZÁ-LA ?

Como as co-criações são uma lei universal, elas estão sempre ativas e disponíveis e todos a utilizamos o tempo todo, desde o nascimento até a morte. Não só os seres humanos a utilizam, como também os animais, plantas e micróbios. Não temos consciência de que a utilizamos pois a utilizamos automaticamente, sem saber. São as "coincidências" que nos ocorrem.

Co-criar é muito simples e fácil, mas é necessário muito treino para co-criar conscientemente (propositadamente).

##### DICA IMPORTANTE - 01:

*Para você treinar, inicie com algo extremamente simples, que você saiba que é fácil de se obter, mas que não seja algo 100% garantido de se obter, senão você vai ficar com a sensação de que você obteria independentemente de co-criar ou não. Depois de você obter algumas coisas simples, vá passando para algo maior. É importantíssimo você acreditar que é mesmo possível você obter o que você quer, caso contrário não dá resultados. E não desista se inicialmente você não obtiver sucesso.*

A primeira coisa a fazer é escolher um desejo que você queira que seja realizado. Pode ser qualquer coisa que você deseje ser ou ter ou fazer. Embora não seja obrigatório, é importantíssimo pensar bem no que se quer. Faça as seguintes perguntas a você mesmo(a):

- O que eu realmente quero ?
- Porque eu quero isto ?
- Faz sentido desejar isto ?
- A realização do meu desejo vai me beneficiar sem prejudicar ninguém ?
- Será que não desejo isto apenas por capricho (desejo vazio) ou obsessão ?
- Meu coração fica alegre quando penso no meu desejo realizado ?
- Será que preciso mesmo disto ?

Vá direto ao assunto. Escolha o que você realmente quer. Se você quer um carro, deseje o carro e não o dinheiro para comprá-lo, mas se você quer mais liberdade financeira, aí sim deseje ter mais dinheiro. Seja preciso(o) e exato(a).

As perguntas acima servem para eliminar desejos idiotas, vazios e sem sentido. Assim você não desperdiça o seu tempo obtendo lixo (inutilidades). Um exemplo são coisas que se obtém e jamais se usa. Então para que ter ? Outro exemplo é desejar ser alguém que não tem nada a ver contigo, só para ser aceito(a) ou admirado(a) pelos outros, e neste caso você acaba por se sentir mal por estar sendo alguém que não é você.



Depois de escolhido o desejo, basta seguir os seguintes passos:

1ª passo: Iniciar a Co-criação (é sua função)

2ª passo: Realizar (é função do Universo / Deus / Eu Superior)

3ª passo: Receber (é sua função também)

## 1º Passo: INICIAR A CO-CRIAÇÃO

Iniciar a co-criação é algo fácil e divertido. Há várias formas de iniciar a sua co-criação:

- 1) Relaxar, fechar os olhos e visualizar (imaginar, mentalizar) o seu desejo já realizado. O cérebro não diferencia uma experiência real de uma experiência imaginada em detalhes. Albert Einstein disse: "Imaginação é tudo. É uma amostra do que está sendo atraído para a sua vida".
- 2) Escrever o desejo em um papel e lê-lo de vez em quando. Pode-se adicionar novos detalhes que enriqueçam cada vez mais o desejo, de forma a torná-lo cada vez mais próximo daquilo que você realmente quer. Utilize frases que indiquem que o que você deseja já se realizou, que é real *aqui e agora*. Se você puder ler em voz alta, melhor ainda, pois a sua própria voz é muito bem recebida por você mesmo(a) e além disto, você torna o que você diz mais real, mais físico, mais palpável quando você diz em voz alta.
- 3) Ter um quadro de cortiça com figuras (de revistas ou impressas da internet) que representem o seu desejo já realizado. Isto ajuda bastante para quem tem dificuldades em visualizar.

### DICA IMPORTANTE - 02:

*Utilize o máximo de detalhes que você conseguir. Por exemplo, se você deseja uma casa, então visualize a casa, a cor exterior, as cores interiores de cada um dos espaços, o cheiro da casa, a vista que você tem da janela, ande pela casa, entre no banheiro, tome banho, durma na cama, entre e saia da casa. Veja, ouça, sinta o cheiro, sinta-te bem na casa. Quanto mais detalhes você adicionar, melhor. Não há limites. Mas você tem que se divertir enquanto você co-cria. Você tem que sentir como se fosse uma brincadeira e não como uma obrigação.*

E quantas vezes tenho que iniciar minha co-criação (pensar no meu pedido) ?

É necessário reforçá-la ?

Não há nenhuma regra quanto à quantidade de vezes que você tem que pensar no seu pedido. Você pode se concentrar nele apenas uma vez ou você pode se concentrar nele várias vezes. Se você se concentrar nele apenas uma única vez, mas de forma clara, intensa e nítida, já é o suficiente, e neste caso, você pode co-criar e esquecer. Caso você crie e esqueça, um dia você vai notar que você recebeu algo que você tinha pedido, e que você recebeu no momento perfeito.

No vídeo "The Secret Behind The Secret", Abraham disse que bastam 68 segundos para que o Universo receba, aceite e comece a trabalhar com o seu novo desejo. Mas tem que ser 68 segundos de concentração (foco) total, completa e absoluta (concentração significa atenção e não tensão). Nestes 68 segundos só existe o seu desejo e nada mais. Você tem que realmente sentir que você já tem o que você quer.

Não é necessário mais que uma única vez, mas não há mal nenhum em pensar nele todos os dias, contanto que você não insira dúvidas ou incertezas ou inseguranças, pois se você fizer isto, você estará bloqueando ou até mesmo anulando a realização do seu desejo. Você é como uma lanterna, que ilumina a direção para onde é direcionada, mas ao invés de iluminar, você cria ou atrai aquilo que estiver no seu foco atual. Se o seu foco for dúvida e insegurança quanto à realização do seu desejo, é a dúvida e a insegurança que você está fornecendo energia ao invés de continuar fornecendo energia à concretização do seu desejo.

Algo essencial quando se quer atrair algo é não ter resistências relativas ao seu desejo. Resistência é a crença de que:

- O que você quer não é possível.
- O que você quer é altamente improvável de ocorrer.
- Pela experiência que você tem, não parece que o seu desejo vá ocorrer.
- Pelo tempo que já passou, tudo indica que o seu desejo não se realizou e não vai se realizar.

Estas são resistências que devem ser eliminadas. São limitações que você criou. São barreiras que você criou e portanto você pode facilmente removê-las. Remover dúvidas da sua mente é essencial.

#### DICA IMPORTANTE - 03:

*Imediatamente após você co-criar, agradeça por você já ter o seu desejo realizado. Era exatamente isto que Jesus fazia. É o que se chama "dar graças". Isto é algo extremamente importante, pois como você já obteve o que você queria, faz todo sentido agradecer. Se você não agradece por pensar que ainda não se realizou, é porque você não está seguro (confiante) da realização do desejo e isto pode acabar sabotando a realização do desejo. Se você conseguir se sentir verdadeiramente agradecido(a) pela realização do desejo, é sinal que você está no caminho certo e o seu desejo vai mesmo se realizar.*

#### DICA IMPORTANTE - 04:

*Sempre que possível, determine uma data específica ou uma data limite para a realização. Não é necessário que seja algo exato. Você pode definir o mês e o ano e não especificar o dia. Podes também determinar que seja na próxima semana, sem definir o dia exato. E neste caso, você inclui a data (ou período) escolhida na visualização da co-criação. Uma opção também seria definir que o resultado seja obtido no momento exato e perfeito da sua vida e assim você garante que você não recebe algo sem estar preparado(a).*

#### DICA IMPORTANTE - 05:

*Nunca comente com ninguém sobre a sua co-criação. O motivo disto é que a pessoa com quem você falasse ficaria atenta para ver se a sua co-criação se realiza e vai, de vez em quando*

*perguntar: "E então, você já conseguiu o que você queria ?". Suponhamos que a pessoa pergunte e a co-criação ainda não tenha se realizado. Neste caso vais dizer "não" e a pessoa vai dizer a você: "Isto não funciona." ou "Acho que você não vai conseguir" ou qualquer outra frase negativa. Além disto, você vai se sentir pressionado(a) para provar que você consegue. E mesmo que você receba o que você pediu, as pessoas vão dizer que foi coincidência. Todas estas coisas boicotam (sabotam) a sua co-criação.*

**Pontos fundamentais do 1º passo:** Foco, atenção, vontade, concentração, realmente acreditar.

## **2º Passo: REALIZAR**

Este passo é a realização efetiva no campo de energia universal. Neste momento, aquilo que você co-criou, já existe em um nível não físico. É como o projeto de uma casa feito em papel. O projeto já está terminado e à partir de agora ele será colocado em prática no plano físico.

Quando você dá início a uma co-criação, o que ocorre é que o Universo, juntamente com o seu Eu Superior (sua alma), iniciam a definição das circunstâncias e dos eventos para a sua realização. De qualquer forma, aquilo que você está co-criando é primeiramente criado em um nível invisível.

A vantagem de levar um tempo para a sua concretização é que, você tem tempo para alterar, adaptar ou cancelar o seu desejo, caso você queira (decida).

Mas de qualquer forma, este passo não tem nada a ver com você, portanto você não pode ajudar. Então qualquer tentativa sua de ajudar só vai atrapalhar ou restringir ou dificultar ou anular a sua co-criação.

Mas cuidado. Não é a sua função realizar, mas isto não significa que você tenha que se esforçar para não fazer nada. Cuidado com as interpretações erradas. Por exemplo, suponhamos que o seu desejo seja ter um novo relacionamento. Se você ficar o tempo todo fugindo das candidatas(os) por pensar que não é sua função iniciar o relacionamento, você estará bloqueando todos os possíveis relacionamentos perfeitos. Se o seu desejo for ganhar um prêmio na Loteria e você não jogar, é óbvio que você não vai ganhar. Você tem que fazer a sua parte. A sua parte restringe-se apenas aos requisitos mínimos necessários. É não tentar ajudar, mas também não bloquear o que estiver fluindo para você. Um bom exemplo disto é uma pessoa que não sabe cozinhar, mas quer comer uma comidinha muito boa. Neste caso pede a alguém para preparar a comida. Este pedido é o requisito mínimo necessário. E como a pessoa que pediu não sabe cozinhar, se tentar ajudar só vai atrapalhar.

Quando se tenta ajudar o Universo (Deus/Eu Superior) a realizar o seu desejo, geralmente o que se acaba fazendo é restringir as possibilidades. Portanto simplesmente confie. É uma questão de entrega e confiança. O Universo (Deus) é infinitamente poderoso e criativo. Para Ele/Ela, nada é impossível. O Universo nunca falha. Ele sempre cumpre a parte dele. Se alguma coisa der errado, a falha é sempre sua e não do Universo. Além disto, todos os desejos são realizados com esforço zero. Para Deus não há diferença nenhuma entre mover um grão de pó ou mover uma montanha.

No livro "A força da Intenção" (Wayne Dyer), diz-se: "Na intenção, o espírito trabalhará para você"

### 3º Passo: RECEBER

Este é um passo tão importante como o de iniciar a co-criação. Receber significa ficar em modo receptivo. Modo receptivo não significa estar em modo de ansiedade (tensão) e nem em modo de cobrança. Não é ficar constantemente verificando se você já está recebendo ou não. Ansiedade ou cobrança só servem para bloquear ou anular a sua co-criação. A cada vez que você se foca em "Ainda não recebi o que eu co-criei", o que você está fazendo é anular a sua co-criação. Não se esqueça que você cria aquilo em que você coloca a sua atenção. Se você coloca a sua atenção em "Que merda, porque ainda não recebi ?", a mensagem que você está enviando ao Universo é "Meu novo pedido é: não receber, pois é nisto que eu tenho a minha atenção", e como é óbvio, é isto que você está co-criando e é isto que você vai receber, isto é, você vai receber um "não receber"...

O segredo é iniciar a co-criação, acreditar, confiar e estar em modo receptivo, isto é, em modo passivo, aberta a todas as possibilidades que possam surgir, sem ansiedade nenhuma, mesmo que tudo indique que você não vai conseguir o que você quer. Mantenha o foco direcionado ao seu desejo, incondicionalmente, mas sem gerar tensão ou ansiedade. Seja como um rio que flui ininterruptamente e que desgasta as rochas por onde passa. Mesmo sendo a água tão mole e a rocha tão dura, a água nunca desiste e portanto consegue moldar a rocha ao seu fluxo.

Mas "não desistir" não tem nada a ver com obsessão. É apenas manter o foco e consequentemente continuar confirmando que você continua esperando receber.

No livro "A força da Intenção" (Wayne Dyer), diz-se: "Tudo o que vocês pedirem em oração, acreditem que já o receberam e assim será".

Há um detalhe IMPORTANTÍSSIMO que você tem que ter em mente: tanto no momento em que você inicia a co-criação, quanto no momento em que você está receptivo(a), o seu foco deve estar sempre em: "Meu desejo **já** se realizou". Nunca pense "eu quero isto". A sua atenção (foco), seus pensamentos, suas visualizações, devem estar sempre em: "Eu **já** tenho isto **aqui e agora**". Portanto você tem que imaginar e sentir como se você já tivesse mesmo o que você deseja. Imagine e sinta que você já o tem aqui e agora. Sentir é fundamental.

Pode ser que no início você tenha dificuldades com:

- Imaginar ou visualizar
- Manter o foco por algum tempo
- Sentir o desejo realizado. Este "sentir" é uma emoção, é uma satisfação, é um bem estar.

Se você tiver dificuldades no início, isto é normal. É por isto que é necessário treino.

#### DICA IMPORTANTE - 06:

*À partir do momento que você passar pelo 1º passo (iniciar a co-criação), você passa imediatamente para o 3º passo (receber). O tempo de duração do 2º passo é zero. Deus cria tudo instantaneamente, portanto não precisa de tempo. O 2º passo só foi descrito para você entender*

*como funciona, mas você pode ignorá-lo, pois não é a sua função pensar nele. Co-crie e já fique em modo receptivo.*

**Pontos fundamentais do 3º passo:** Estar em modo receptivo, deixar fluir, acreditar, confiar, permitir.

**Resumo dos 3 passos:** **Co-crie** => **Confie** => **Permaneça Receptivo(a).**

## 5) PERGUNTAS E RESPOSTAS

### 1) Posso co-criar para outra pessoa ?

Não. Isto não é possível. Cada pessoa só pode co-criar para si mesma. É uma questão de livre arbítrio. Pode-se co-criar para obter uma situação que beneficie também outras pessoas, mas é uma co-criação sua que afeta a você em primeiro lugar. A essência disto é que ninguém pode impor algo a outra pessoa, pois não se pode anular o livre arbítrio de outra pessoa. Tudo o que enviamos, volta para nós. Se você envia algo positivo, recebe algo positivo e vice-versa.

### 2) Se as pessoas podem obter tudo o que quiserem com as co-criações, porque ninguém as utiliza ?

Em primeiro lugar, todas as pessoas co-criam durante toda a vida, mesmo não tendo consciência disto, e neste caso é uma co-criação inconsciente, automática e aleatória, sem saber que estão co-criando.

Mas relativamente a co-criações conscientes (propositadas, intencionais), como foram ensinadas neste manual (curso), o que acontece é que a maioria das pessoas não sabem que isto existe. As pessoas que sabem, não sabem precisamente como se faz. As pessoas que sabem precisamente, provavelmente não acreditam nos conceitos básicos explicados neste texto e assim acabam nunca experimentando ou experimentam umas poucas vezes e se não tiverem resultados positivos, logo esquecem.

Como é algo que não se ensina nas escolas e nem aparece em jornais ou revistas ou TV, é algo que acaba não fazendo parte do conhecimento das pessoas. Você tem duas opções, que são: Esperar que algum dia se ensine co-criações oficialmente nas escolas (provavelmente você já terá morrido antes disto) ou experimentar por você mesmo(a). É uma escolha sua...

### 3) Eu co-criei e não obtive resultados. O que aconteceu ?

Todas as co-criações geram resultados. Portanto se você não está obtendo resultados é porque você está fazendo alguma coisa de errado.

#### Possíveis causas:

- Você está se focando (concentrando) com a mente, mas você não está sentindo com o coração.
- Você deixou o momento de receber em aberto, isto é, você não definiu quando o seu desejo deve se realizar. Verifique se é esta a situação e se for, defina uma data limite que você realmente acredite ser possível obter o que você quer.
- Você está inseguro(a) ou com dúvidas ou você não está acreditando que vai receber o que você criou. É importante deixar bem claro que o que você criou pode ainda não existir fisicamente, mas está a caminho. Não se esqueça de que você está criando algo novo. Só por

ainda não estar vendo os resultados não significa que eles não virão. Há uma analogia perfeita para esta situação: Quando você decide fazer uma viagem e você já está no meio do caminho, você pode pensar: "Não cheguei ao meu destino", e isto é verdade, mas é motivo para você voltar para casa por causa disto ? Você sabe que chegar ao destino é só uma questão de tempo e portanto você continua caminhando para o seu destino. Da mesma forma, se o seu desejo ainda não se realizou, significa que ele ainda está a caminho. Se você passar a acreditar que ele não vai se realizar, você está anulando-o. É como na analogia da viagem, você voltar para casa.

- Você está ansioso(a). Muito cuidado com a ansiedade, pois ao sentir ansiedade, você está dizendo a você mesmo(a): "Neste momento não tenho o que eu criei", e o resultado disto é que você está anulando a sua criação (acreditar e confiar é essencial). Isto se resolve com treino. É por isto que é importante você iniciar com criações pequenas para você ter confiança em você mesmo(a).

#### **4) Como posso maximizar o meu poder de co-criação ?**

Primeiramente, como qualquer outra coisa na vida, treinar bastante é fundamental. Quanto mais você treinar, mais você vai confiar em você mesmo(a). Chega um momento em que você começa a co-criar automaticamente, pois já você tem total confiança no processo e já o integrou em você mesmo(a).

Em segundo lugar, se imediatamente antes de co-criar, você fizer alguns minutos de meditação para acalmar a mente e eliminar todos os pensamentos, isto vai fazer com que você tenha toda a sua energia e foco disponíveis para a sua co-criação e isto vai aumentar muito a eficiência da co-criação.

Procure sempre se sentir muito bem antes de iniciar a sua co-criação. Se necessário, pense em algum momento muito feliz da sua vida ou coloque uma música que te faça sentir muito bem.

Se conseguire estar em sintonia com o seu Eu Superior também aumenta muito a eficiência das co-criações.

Como tudo no universo está conectado, então você também está conectado(a) à aquilo que você deseja, e portanto, se você disser mentalmente (em voz alta é melhor): "Eu sou *[seu desejo]*", você vai intensificar ainda mais a sua co-criação, pois ao fazer isto, você está fortalecendo a ligação entre você e a sua criação. Exemplos: "Eu sou paz", "Eu sou harmonia", "Eu sou milionário(a)", "Eu sou saudável", "Eu sou um relacionamento perfeito", etc. Adapte o seu desejo à declaração. E não se esqueça de sentir ao mesmo tempo em que você pronuncia a frase.

#### **5) É possível curar-me utilizando uma co-criação ?**

Sim. Você tem o mesmo poder que Deus tem. Foi exatamente isto que foi feito em um hospital na China e um cancer foi curado em 2 minutos. É claro que quando você está doente é mais difícil co-criar, pois você está se sentindo mal, e é por isto que é muito importante

praticar, assim você consegue facilmente se focar por um momento na cura e co-criar saúde perfeita. É só uma questão de treino, confiança e entrega.

**6) Como é que eu posso saber se os meus pensamentos estão alinhados com o meu desejo ?**

É muito simples. Basta ter em atenção a emoção que você sente quanto pensa no seu desejo. Se você se sente bem, estes pensamentos estão em alinhamento com o seu desejo, mas se você se sente mal, os seus pensamentos não estão alinhados com o seu desejo. Ver "Complemento 02 - Escala das Emoções", mais abaixo (algumas páginas abaixo).

No video "O Segredo", diz: "O que quer que você estiver sentindo, é um reflexo perfeito do que está a caminho de se manifestar".

Outra frase do video "O Segredo": "O que você pensa, o que você sente e o que se manifesta estão sempre alinhados, sempre, sem exceções".

**7) Esta não é uma pergunta. É uma lista-resumo dos itens essenciais em uma co-criação. Você pode ler esta lista a cada co-criação que você queira fazer:**

1. Sou uma parte de Deus. Então como Deus é um criador, eu sou um co-criador;
2. Minhas co-criações são ativadas pelo alinhamento entre minha mente (pensamento) e meu coração (emoção), ambos concentrados (focados) em minhas co-criações;
3. Eu inicio com co-criações pequenas e simples;
4. Quanto mais eu treino, minhas co-criações tornam-se mais fáceis e mais simples;
5. Eu acredito no meu poder de co-criar;
6. Eu sigo estes passos:
  - a) Inicio minha co-criação como uma brincadeira, com muito bom humor, paz, harmonia e alegria;
  - b) Escolhi exatamente o que eu quero, nos mínimos detalhes;
  - c) Relaxo completamente minha mente e minhas emoções;
  - d) Inicio minha co-criação com foco, vontade e concentração. Neste momento só existe minha co-criação. Co-crio aqui e agora, por alguns minutos;
  - e) Imagino e visualizo com o máximo de detalhes, aqui e agora;
  - f) Tenho em mente a data ou o período perfeito para sua manifestação física;
  - g) Agradeço pelo que acabei de receber aqui e agora;
  - h) Recebebi o que co-criei: confio, deixo fluir, entrego e mantenho-me receptivo(a);
  - i) Mantenho-me livre de resistências, dúvidas e inseguranças;
  - j) Esta é a minha co-criação particular, por isto não comento com ninguém;
  - k) Eu e a realização da minha co-criação somos um só.
  - l) Minha co-criação está completa !!!



## 6) MATERIAL DE APOIO

É importantíssimo ver pelo menos os videos que estão listados abaixo, pois ajudam a compreender e a fixar melhor os conceitos abordados neste texto.

### a. LIVROS

- a) **A Matriz Divina** (Gregg Braden)
- b) **O Poder da Intenção** (Wayne Dyer)
- c) **A Lei Universal da Atração** (Esther e Jerry Hicks)
- d) **Peça e Será Atendido** (Esther e Jerry Hicks)
- e) **O Fantástico Poder da Intenção Deliberada** (Esther e Jerry Hicks)
- f) **O Universo Conspira a Seu Favor** (Esther e Jerry Hicks)
- g) **O Poder da Emoção** (Esther e Jerry Hicks)

### b. VIDEOS

#### a) **O Segredo**

Este é o primeiro video a se ver. É um video completamente direccionado para co-criações.

Trechos interessantes:

- a. Vários exemplos práticos (Utilização do quadro de cortiça, obter dinheiro, ter o relacionamento dos teus sonhos, curar-se fisicamente):

Do Ponto 00:42:00 até o ponto 01:07:33

#### b) **The Secret Behind The Secret (CD2 e CD3) - Abraham Hicks**

Trechos interessantes:

- a. Pequena experiencia: CD3 => do Ponto 00:17:50 até o ponto 00:22:20

#### c) **The Language of the Divine Matrix - Gregg Braden**

Trechos interessantes:

- a. Como co-criar chuva: CD2 => do Ponto 00:24:00 até o ponto 00:31:00

#### d) **The Moses Code**

#### e) **What The Bleep do We Know**

#### f) **The Leap**

### c. FILMES

- a) **The Matrix**
- b) **Peaceful Warrior**
- c) **eXistenZ**

## 7) COMPLEMENTO – 01 => Co-criação contínua

*Explicação inicial: este curso está sendo frequentemente atualizado com novas idéias. A cada novo bloco de idéias, cria-se uma nova versão do curso. O número da versão atual está na capa. Para não ter que imprimir todas as folhas novamente, decidi simplesmente adicionar as novas informações aqui no final do curso, como complementos do curso. Assim, tudo o que era, continua igual e as novidades vem aqui para o final.*

O que é co-criação contínua ?

É co-criar continuamente, em todos os momentos da sua vida. É assumir completamente o controle das experiencias da sua vida.

Basta um simples exemplo para você entender precisamente do que estou falando :

Acordes 5 minutos mais cedo que o habitual e ao acordar, com os olhos fechados, pense:

- Obrigado por este novo dia maravilhoso de paz, amor, alegria e harmonia.
- Tudo é perfeito, tudo é paz, tudo é alegria, tudo é harmonia, tudo é felicidade.

Ainda com os olhos fechados, respire profundamente algumas vezes (entre 3 e 7) e relaxe. Sinta a sua mente vazia e calma. Sinta a harmonia deste novo dia. Neste momento, independentemente do que você ache que vai ocorrer neste novo dia, nada disto ocorreu ainda, e portanto, neste momento, tudo ainda pode ser alterado. Lembre-se de que **você** cria a sua vida e as suas experiencias, o tempo inteiro. Então, ainda com os olhos fechados, imagine cada situação do seu dia ocorrendo da maneira que mais satisfaça você. Sugestões:

- Se você pega um ônibus, imagine-se chegando ao ponto de ônibus no momento perfeito. Você não perde o ônibus e nem tem que esperar demais. Durante o caminho, visualize que você vê várias coisas que te agradam pelo caminho.
- Se você vai de carro para o trabalho, imagine que o transito flui o tempo inteiro e que não há stress nenhum.
- Agora imagine as partes fundamentais do seu dia correndo exatamente da maneira que você deseja, desde a chegada ao trabalho (ou escola) até o final do seu dia.

Habitue-se a fazer isto todos os dias. No início você pode gastar mais tempo co-criando o seu dia, mas com a prática, você vai gastar pouquíssimo tempo, pois chega um momento em que basta co-criar "o bloco de sempre", isto é, co-criar o mesmo bloco genérico de paz, alegria, harmonia, felicidade, satisfação, fluidez e realização fácil e fluida dos seus desejos. Quando digo um bloco, o que quero dizer é que basta você co-criar com um único pensamento, todo o bloco que você tem criado nos outros dias, sem ter que pensar em cada parte separadamente. Esta é uma forma rápida de co-criar em pouco tempo.

Esta primeira parte que foi descrita é para quando você acorda pela manhã, mas depois, durante todo o dia, a cada momento é uma nova oportunidade para você co-criar. Você pode co-criar o tempo inteiro. Cada coisa que você planeje fazer, concentra-se naquilo que você quer e imediatamente sinta que: "Isto correu muito bem. Deu tudo certo. Obrigado(a)". Mantenha-se em um estado em que você sente e sabe que tudo vai sempre correr tudo bem e confie sempre que assim será, independentemente do que te pareça neste momento.

Em relação à comida há o "fast-food". Em relação às co-criações há o "fast co-creation", que é o que eu estou explicando aqui. Não estou sugerindo que você passe o dia inteiro fazendo pausas longas para co-criar o próximo passo do seu dia. Isto seria impraticável. O que estou sugerindo é que você tenha um mecanismo muito rápido de co-criação instantânea para cada momento:

1. Imaginação com os olhos abertos (ou simples pensamento) + emoção positiva;
2. Acreditar e confiar;
3. Agradecer;
4. Ficar em modo receptivo.

Se aquilo que você acabou de co-criar não aconteceu, não se preocupe, isto não significa nada. Você terá infinitas novas oportunidades de "fast co-creations" na sua vida, e com a prática, você vai entrar no fluxo dos sucessos contínuos e a sua vida se torna um paraíso !!!

Vou adicionar aqui, para não alterar a estrutura do curso, algumas chaves (idéias) importantes, extraídas do livro "A Matriz Divina", pags. 277 e 278 (Gregg Braden):

Chave 05: O ato de concentrar a nossa consciência é um ato de criação. A consciência cria.

Chave 06: Todos dispomos do poder de que necessitamos para criar todas as coisas que desejamos.

Chave 07: O enfoque da nossa consciência transforma-se na realidade do nosso mundo.

Chave 08: Apenas dizer que escolhemos uma nova realidade não chega. Palavras vazias não criam nada.

Chave 09: O sentimento é a linguagem que fala à Matriz Divina. Sinta como se o seu objetivo já tivesse sido concretizado e a sua oração já tivesse sido atendida.

Chave 10: Nem todo sentimento servirá. Os que criam devem ser destituídos de ego e de juízo crítico.

Chave 14: O holograma universalmente ligado da consciencia encerra a promessa de que no próprio instante em que criamos os nossos bons desejos e orações, eles estão já sendo recebidos no destino.

Chave 20: Devemos transformar-nos, nas nossas vidas, nas próprias coisas que escolhemos experienciar no nosso mundo.

## 8) COMPLEMENTO – 02 => Escala das emoções

No livro "Peça e Será Atendido" (Abraham Hicks), há uma escala muitíssimo útil. Esta escala ajuda a avaliar em que nível você está em relação à sua co-criação. Funciona da seguinte forma: Pense no seu desejo (co-criação) e esteja receptivo(a) para a emoção associada. Quanto maior o número, significa:

- Maior a intensidade da energia que você está fornecendo à sua co-criação;
- Menor a resistência que você tem em relação à sua co-criação;

A forma de se utilizar esta lista é: Pense na sua co-criação e verifique como você se sente em relação a ela e procure na lista o item correspondente ao estado em que você sente estar neste momento e tenha como objetivo estar no próximo item imediatamente acima. Não tente pular níveis, a não ser que você saiba que você realmente consegue. Vá subindo os níveis até onde você conseguir, sem forçar e nem fingir. Tem que ser algo verdadeiro. É muito melhor estar em "Contentamento verdadeiro" do que em "Esperança Falsa". A cada nível que você alcançar, passe um tempo neste nível para você se estabilizar nele e só depois procure passar para o próximo nível. Quando você sentir que não consegue mais subir, pare. Nunca force nada, senão você ficará em um nível falso e artificial.

### Aqui está a escala:

- 22 – Alegria / Conhecimento / Poder / Liberdade / Amor / Apreciação
- 21 – Paixão
- 20 – Entusiasmo / Vivacidade / Felicidade
- 19 – Expectativas Positivas / Fé
- 18 – Otimismo
- 17 – Esperança
- 16 – Contentamento
- 15 – Enfado
- 14 – Pessimismo
- 13 – Frustração / Irritação / Impaciência
- 12 – Opressão
- 11 – Desapontamento
- 10 – Dúvida
- 09 – Preocupação
- 08 – Acusação
- 07 – Desencorajamento
- 06 – Raiva
- 05 - Vingança
- 04 – Aversão
- 03 – Inveja
- 02 – Insegurança / Culpa / Desvalorização
- 01 – Medo / Tristeza / Depressão / Desespero / Impotência



## 9) COMPLEMENTO – 03 => Quando se pode usar uma co-criação

Afinal, em que situações pode-se utilizar co-criações ?

Você pode utilizar co-criações para 99% de tudo aquilo que você quiser. Você pode utilizar para coisas específicas ou para coisas genéricas. Você pode utilizar para coisas paupáveis (ter um objeto) ou para coisas abstratas (ter paz).

Aqui você tem uma lista com alguns exemplos de situações em que você pode usar uma co-criação:

- a) Ter um novo relacionamento; Melhorar o relacionamento atual; Terminar um relacionamento;
- b) Encontrar uma pessoa ou animal (cão/gato) ou objeto perdido;
- c) Encontrar um novo emprego;
- d) Ganhar mais no emprego atual;
- e) Curar alguma doença;
- f) Eliminar problemas ou conflitos com colegas de trabalho ou com amigos pessoais ou com os pais ou com os filhos, etc;
- g) Ter dinheiro para pagar algo urgente;
- h) Fazer uma viagem para um lugar específico;
- i) Melhorar a vida em todos os aspectos, de forma que você se sintas melhor em todos os sentidos;
- j) Ter mais tempo ou mais dinheiro disponível (ou ambos);
- k) Encontrar um namorado(a). Pode-se definir exatamente como a pessoa deve ser;
- l) Fazer amigos;
- m) Encontrar uma vaga para estacionar o carro; Ter o trânsito sempre fluido;
- n) Ser uma pessoa mais atraente;
- o) Emagrecer / Engordar;
- p) Deixar de chegar atrasado ao trabalho (ou escola);
- q) Eliminar um problema que te incomode;
- r) Ter um objeto que você deseje (carro, computador, etc);
- s) Ter paz em casa ou na escola ou no trabalho;
- t) Ter uma oportunidade para \_\_\_\_\_ / Ter tempo para \_\_\_\_\_
- u) Ter dinheiro para \_\_\_\_\_ / Ser mais \_\_\_\_\_ / Ser menos \_\_\_\_\_
- v) Deixar de fumar / Deixar de beber;
- w) A lista não tem fim...

Estes são apenas alguns exemplos. Você pode usar co-criações para o que você quiser, mas, como é óbvio, como para qualquer habilidade que você queira ter bem desenvolvida, é necessário treino. Não espere obter sucesso com coisas mais “difíceis” (que você acredita que sejam mais difíceis) se você não obtiver sucesso com coisas mais simples. Não adianta ter pressa. Treino e persistência é fundamental. Comece com coisas pequenas e se habitue a co-criar diariamente. Só assim você terá o nível de treino e confiança para obter objetivos maiores.