

A MATRIZ DIVINA



Digitalizado, Corrigido e Adaptado por
Gullan Greyl
<http://www.gullangreyl.pt>

17-12-2022

SINTESE

Em 1944, Max Plank, o “pai” da teoria quântica, chocou o mundo ao afirmar que na origem de tudo estava uma matriz, o berço das estrelas e do ADN da vida. Experiências científicas posteriores provaram que a “matriz divina” imaginada por Planck existe mesmo.

Para libertarmos o poder da matriz temos de perceber como funciona, temos de saber “falar” uma língua que ela reconheça e compreenda. Durante mais de 20 anos, **Gregg Braden**, *designer* de sistemas informáticos aeroespaciais, procurou compreender essa linguagem. Investigou em antigos mosteiros do Egito, Peru e Tibete, reviu textos perdidos dos primeiros cristãos, e percebeu que os segredos da matriz estavam já codificados em muitas das nossas tradições.

Conforme viria a aperceber-se, todos nós temos o poder de interagir e comunicar com a matriz. E a relação que estabelecermos com ela vai determinar a nossa saúde, o nosso sucesso profissional e até a qualidade das nossas relações. Porque é na nossa ligação à “fonte” que vamos buscar a capacidade de gerar alegria e curar o sofrimento.

Descubra neste livro extraordinário o pensamento de Gregg Braden, e o modo como consegue criar uma teoria unificadora da Ciência, da espiritualidade e dos milagres, usando a linguagem d’*A Matriz Divina*.

A MATRIZ DIVINA

**Descubra a rede de energia que une todas
as coisas: tempo, espaço, crenças e
milágres.**

GREGG BRADEN

Índice

INTRODUÇÃO	1
SOMOS OS ARTISTAS E TAMBÉM A ARTE	2
SOBRE ESTE LIVRO	8
Primeira Parte	
CAPÍTULO 1.....	14
O QUE HÁ NO ESPAÇO INTERMÉDIO? – A MATRIZ DIVINA	14
HÁ MUITO, MUITO TEMPO...	16
ESTAREMOS LIGADOS – VERDADEIRAMENTE LIGADOS?	19
EM BUSCA DA MATRIZ.....	22
A MAIOR EXPERIÊNCIA “FALHADA” DA HISTÓRIA	25
BREVE HISTÓRIA DA FÍSICA: REGRAS DIFERENTES PARA MUNDOS DIFERENTES.....	27
SUMÁRIO DO LONGO CAMINHO PARA UMA TEORIA UNIFICADA	29
O QUE EXISTE NO ESPAÇO INTERMÉDIO?	30
A CAUDA DO LEÃO DE EINSTEIN.....	32
LIGADOS NA FONTE: O EMARANHAMENTO QUÂNTICO	33
A ORIGEM DA MATRIZ	35
CAPÍTULO 2.....	39
O ESPAÇO É A MATRIZ	41
A FORÇA INTERIOR AO INÍCIO	41
TRÊS EXPERIÊNCIAS QUE MUDAM TUDO	42
EXPERIÊNCIA I.....	44
EXPERIÊNCIA II	45
EXPERIÊNCIA III	48
A TECNOLOGIA INTERIOR PARA MUDAR O NOSSO MUNDO	50
A MATRIZ DIVINA	51
O QUE SIGNIFICA ENTÃO TUDO ISTO?.....	53
Segunda Parte	
CAPÍTULO 3.....	56
SOMOS OBSERVADORES PASSIVOS OU PODEROSOS CRIADORES?.....	56
O QUE SIGNIFICA «PARTICIPAR» NO UNIVERSO?.....	57
VIVER A PARTIR DA RESPOSTA.....	59
MUITAS POSSIBILIDADES/UMA REALIDADE	62
A INTERPRETAÇÃO DE COPENHAGA	65
A INTERPRETAÇÃO DOS MUITOS MUNDOS	66

INTERPRETAÇÃO DE PENROSE.....	68
QUAL É ENTÃO?	69
CRIAÇÃO DE REALIDADE 101.....	70
FALAR QUÂNTICO: SENTIR É A CHAVE.....	72
COMPAIXÃO: FORÇA DA NATUREZA E EXPERIÊNCIA HUMANA	73
NEM TODO O SENTIMENTO SERVIRÁ.....	75
ESTAMOS PROGRAMADOS PARA CRIAR	78
QUANDO O MILAGRE DEIXA DE OPERAR	79
A VIDA NEM SEMPRE SEGUE AS REGRAS DA FÍSICA	81
CAPÍTULO 4.....	86
UMA VEZ LIGADOS, SEMPRE LIGADOS: A VIDA NUM UNIVERSO HOLÓGRAFICO.....	86
É REAL OU SERÁ UM HOLOGRAMA?	86
PARA COMPREENDER O HOLOGRAMA	88
SOLUCIONAR O MISTÉRIO DOS FOTÕES GÊMEOS	89
UMA MUDANÇA EM QUALQUER LADO IMPLICA UMA MUDANÇA NO TODO.....	92
CÉREBROS HOLOGRÁFICOS NUM UNIVERSO HOLOGRÁFICO.....	93
O PODER DE UMA SEMENTE DE MOSTARDA.....	95
CAPÍTULO 5.....	102
QUANDO AQUI É ALI E DANTES É AGORA: SALTAR TEMPO E ESPAÇO NA MATRIZ	102
UMA MENSAGEM DE ALÉM-TEMPO	103
QUANDO AQUI É ALI.....	105
A LINGUAGEM QUE ESPELHA A REALIDADE	107
QUANDO ENTÃO É AGORA	108
Terceira Parte	
CAPÍTULO 6.....	113
O UNIVERSO FALA CONNOSCO: MENSAGENS DA MATRIZ	113
A NOSSA REALIDADE REFLECTIDA	114
AS COISAS NEM SEMPRE SÃO O QUE PARECEM.....	115
ESTAMOS SINTONIZADOS COM O NOSSO MUNDO.....	116
QUANDO A MENSAGEM É UM AVISO	118
OS NOSSOS MAIORES RECEIOS	120
OS NOSSOS TEMORES UNIVERSAIS	122
O NOSSO PRIMEIRO TEMOR UNIVERSAL: SEPARAÇÃO E ABANDONO	124
O NOSSO SEGUNDO TEMOR UNIVERSAL: A BAIXA AUTOESTIMA	126
O NOSSO TERCEIRO TEMOR UNIVERSAL: RENDER-SE E CONFIAR	127

CAPÍTULO 7.....	130
LER OS ESPELHOS DO RELACIONAMENTO: MENSAGENS DE NÓS PRÓPRIOS	130
O PRIMEIRO ESPELHO: REFLEXOS DO MOMENTO	132
OS ESPELHOS ESTÃO POR TODO O LADO	133
O ESPELHO DO MOMENTO	134
O SEGUNDO ESPELHO: REFLEXOS DO QUE AVALIAMOS NO MOMENTO	135
HÁ MAIS DO QUE UM ESPELHO	137
RECONHECE OS SEUS ESPELHOS?	138
CURA EM CASCATA.....	138
O TERCEIRO ESPELHO: REFLEXOS DO QUE PERDEMOS, ABDICÁMOS OU DEIXÁMOS QUE NOS TIRASSEM	141
ENCONTRAR NOS OUTROS AQUILO QUE PERDEMOS.....	144
COMO DESCOBRIR O QUE LHE DIZEM OS SEUS SENTIMENTOS DE ATRACÇÃO.....	145
O QUARTO ESPELHO: REFLEXOS DA NOSSA NOITE NEGRA DA ALMA	147
A «NOITE NEGRA DA ALMA»: RECONHECER O SINAL QUE DESENCADEIA TUDO.....	148
OS NOSSOS MAIORES TEMORES	150
O QUINTO ESPELHO: OS REFLEXOS DO NOSSO MAIOR ACTO DE COMPAIXÃO.....	151
AS «IMPERFEIÇÕES» SÃO A PERFEIÇÃO	153
PARA LÁ DOS ESPELHOS	154
CAPÍTULO 8.....	156
REESCREVER O CÓDIGO PARA A REALIDADE: 20 CHAVES PARA A CRIAÇÃO DE CONSCIÊNCIA	156
PADRÕES DO TODO	159
ALGUÉM TEM DE COMEÇAR	160
VINTE CHAVES PARA A CRIAÇÃO DE REALIDADE	163
VINTE CHAVES PARA A CRIAÇÃO CONSCIENTE	164
AGRADECIMENTOS.....	167

*Tenho uma pequena gota de sabedoria na minha alma.
Deixe que ela se dissolva no seu oceano.*

— Rumi

"Toda matéria origina-se e existe apenas em virtude de uma força. [...] Devemos supor que por trás dessa força exista uma Mente consciente e inteligente. Essa Mente é a matriz de toda a matéria."

— Max Planck, 1944

Com estas palavras, Max Planck, o pai da teoria quântica, descreveu o campo de energia universal que conecta toda a criação: *a Matriz Divina*.

A Matriz Divina é o nosso mundo. Também é cada coisa no nosso mundo. É o nós, e tudo o que amamos, odiamos, criamos e experimentamos. Vivendo na Matriz Divina, somos como artistas a expressar as nossas paixões, medos, desejos e os mais íntimos sonhos na essência misteriosa de uma tela quântica. Mas essa tela somos nós, como também somos as imagens na tela. Somos a pintura e também o pincel.

Dentro da Matriz Divina somos o recipiente no qual todas as coisas existem, a ponte unindo as criações dos nossos mundos interior e exterior, e o espelho refletindo as nossas criações.

Este livro é para aqueles que almejam despertar o ímpeto das suas maiores paixões e mais íntimas aspirações. Na Matriz Divina somos a semente do milagre, assim como o próprio milagre

INTRODUÇÃO

Venham até à beira. Podemos cair. Venham até à beira. É muito alto!
VENHAM ATÉ À BEIRA. E eles foram. E ele empurrou-os. E eles voaram.

Estas palavras proporcionam-nos um belo exemplo do poder que nos espera quando nos permitirmos aventurar além dos limites de tudo o que sempre acreditámos ser verdade nas nossas vidas. Neste breve diálogo do poeta contemporâneo Christopher Logue, um grupo de iniciados vê-se envolvido numa experiência muito diferente do que a que esperara.¹ Em lugar de simplesmente se encontrarem na beira, os iniciados vêm-se, através dos encorajamentos do seu mestre, *além* dela, de uma forma ao mesmo tempo surpreendente e geradora de poder pessoal. É neste território desconhecido que fazem a experiência de si próprios de uma nova forma — e, através da sua descoberta, encontram uma nova liberdade.

Sob muitos aspetos, as páginas que se seguem representam algo de parecido à aproximação da beira, como fizeram os iniciados. Descrevem a existência de um campo de energia — a Matriz Divina — que providencia o recetáculo, bem como uma ponte e um espelho, para tudo o que acontece entre o mundo que está dentro de nós e aquele que é exterior aos nossos corpos. O facto de este campo existir em todas as coisas, desde as partículas mais diminutas do átomo quântico, até às galáxias distantes cuja luz só agora chega aos nossos olhos, e no que se encontra entre ambos, muda tudo aquilo em que sempre acreditámos relativamente ao papel que desempenhamos na criação.

Para alguns de vós, o que lerão de seguida constituirá uma forma nova e pouco habitual de pensar o modo como as coisas funcionam na vida. Para outros, representará uma síntese reconfortante daquilo que já sabem ou de que pelo menos suspeitam ser verdade. Para uns e outros, não obstante, a existência de uma rede fundamental de energia que liga os nossos corpos, o mundo e tudo o que existe no Universo abre a porta a uma possibilidade poderosa e misteriosa. Essa possibilidade sugere que poderemos ser muito mais do que simples observadores a atravessar um breve instante numa criação pré-existente. Quando olhamos para a «vida» — a abundância espiritual e material, os relacionamentos e carreiras, as paixões mais profundas e as maiores realizações, juntamente com os temores e com a carência de todas estas coisas — podemos estar a olhar diretamente para o espelho das nossas crenças mais verdadeiras e, por vezes, mais inconscientes. Vemo-las no que nos rodeia porque são tornadas manifestas através da misteriosa essência da Matriz Divina e, para que tal aconteça, a *própria consciência* deve desempenhar um papel essencial na existência do universo.

SOMOS OS ARTISTAS E TAMBÉM A ARTE

Por mais bizarra que possa parecer a muitos, esta ideia está no âmago de algumas das maiores controvérsias entre mentes brilhantes ocorridas na história recente. Por exemplo, numa citação extraída das suas notas autobiográficas, Albert Einstein afirmou acreditar que somos, no essencial, observadores passivos a viver num universo pré-existente, sobre o qual parecemos exercer reduzida influência. «Lá fora estava este imenso mundo», disse ele, «que existe independentemente de nós, seres humanos, e se nos apresenta como um imenso e eterno enigma, acessível, pelo menos de forma parcial, à nossa inspeção e pensamento.»²

Em contraste com o ponto de vista de Einstein, ainda hoje amplamente partilhado por muitos cientistas, John Wheeler, um físico de Princeton e seu colega, propõe uma visão radicalmente distinta do nosso papel na criação. Com palavras desassombradas, claras e diretas, Wheeler afirma: «Tínhamos esta velha ideia segundo a qual haveria um universo *lá* fora [itálicos do autor], enquanto aqui estaria o Homem, o observador, convenientemente protegido do universo por uma placa de vidro laminado de dois metros de espessura.» Referindo-se às experiências realizadas em finais do século XX, que nos evidenciam que a simples observação de uma ocorrência a altera, Wheeler prossegue: «Aprendemos agora com o mundo quântico que, mesmo para observar um objeto tão minúsculo como um eletrão, temos de abanar essa placa de vidro: temos de nos aproximar dele... Assim, a velha palavra observador tem simplesmente de ser riscada dos livros e ser substituída pela nova palavra *participante*.»³

Que mudança! Numa interpretação radicalmente diferente da nossa relação com o mundo onde vivemos, Wheeler afirma ser impossível simplesmente observar o Universo a ocorrer em nosso redor. As experiências da física quântica, na verdade, mostram que o facto de observar algo tão diminuto como um eletrão — simplesmente concentrando a nossa consciência naquilo que ele faz durante um breve instante — é suficiente para alterar as suas propriedades ao longo da observação. As experiências sugerem que o próprio ato da observação é, em si mesmo, de criação e que é a consciência que realiza essa criação. Estas descobertas parecem, assim, sustentar a afirmação de Wheeler, segundo a qual não nos podemos considerar meras testemunhas sem exercer qualquer efeito no mundo que observamos.

Pensarmos em nós mesmos como participantes na criação, e não simples como transeuntes do universo ao longo do breve período de uma vida humana, exige uma nova perceção daquilo que o Cosmos é e do seu modo de funcionamento. O trabalho de campo para esta mundivisão tão radical constituiu a base de uma série de livros de artigos científicos da autoria de outro físico de Princeton e colega de Einstein, David Bohm. Antes da sua morte, em 1992, Bohm deixou-nos duas teorias pioneiras que propõem uma visão muito diferente — e, em alguns aspetos, quase holística — do universo e do nosso papel nele.

A primeira foi uma interpretação da física quântica que preparou o cenário para o encontro e posterior amizade entre Bohm e Einstein. Foi esta teoria que abriu caminho àquilo que Bohm designou «operação criativa dos níveis

fundamentais de realidade». ⁴ Por outras palavras, acreditava na existência de planos mais profundos ou mais elevados de criação que contêm o modelo de tudo o que acontece no nosso mundo. É a partir destes níveis mais subtis de realidade que, aliás, ele nasce.

A sua segunda teoria é uma explicação do universo enquanto um só sistema unificado da natureza, ligado de formas nem sempre óbvias. No início do seu trabalho no Lawrence Radiation Laboratory da Universidade da Califórnia (atualmente designado Lawrence Livermore National Laboratory), Bohm teve oportunidade de observar pequenas partículas de átomos num estado gasoso especial designado plasma. Descobriu então que, quando as partículas se encontravam neste estado de plasma, comportavam-se menos como as unidades individuais em que pensamos habitualmente e mais como se estivessem ligadas umas às outras enquanto parte de uma existência mais alargada. Estas experiências lançaram as bases da obra pioneira graças à qual, provavelmente, Bohm é mais recordado — o seu livro de 1980 *Wholeness and the Implicate Order*.

Nesta obra que pôs em causa os paradigmas existentes, Bohm propunha que, caso pudéssemos ver a totalidade do universo a partir de um ponto de observação mais elevado, os objetos do nosso mundo surgiriam na verdade como uma projeção de coisas que aconteciam noutra domínio não-observável por nós. Bohm considerava tanto o observado, como o impossível de observar expressões de uma ordem maior e mais universal. Para distinguir ambas, chamou a estes dois domínios «implícito» e «explícito».

As coisas que não podemos ver nem tocar e que nos parecem distintas no nosso mundo — tais como rochas, oceanos, florestas, animais e pessoas — são exemplos da *ordem explícita* da criação. No entanto, por mais distintas que possam parecer entre si, Bohm sugeriu que se encontram ligadas numa realidade mais profunda, sob formas que simplesmente não podemos observar a partir do local da criação que ocupamos. Considerava que todas as coisas que nos parecem separadas fazem parte de uma totalidade mais alargada, que chamou *ordem implícita*.

Para descrever a diferença entre implícito e explícito, Bohm propôs a analogia com um rio em movimento. Utilizando como metáfora as diferentes formas observáveis de a água fluir num rio, Bohm explicou nos seguintes termos a ilusão da separação: «Neste rio, podemos observar um padrão em constante mutação de vórtices, agitações, ondulações, salpicos, etc., os quais, evidentemente, não têm existência independente enquanto tal.» ⁵ Muito embora as perturbações da água nos possam parecer distintas, Bohm considerava-as intimamente ligadas. «A subsistência transitória que estas formas abstratas podem possuir *implica apenas uma independência relativa* [itálicos do autor] e não uma existência absolutamente independente», afirmou. ⁶ Por outras palavras, fazem todas parte da mesma água.

Bohm utilizou estes exemplos para descrever a sua convicção de que o universo e tudo o que nele está contido — incluindo nós — poderá, na verdade, fazer parte de um padrão cósmico grandioso, cujas porções são partilhadas igualmente por todos. Sintetizando esta visão unificada da natureza, Bohm

afirmou simplesmente: «Esta nova forma de ver as coisas será talvez mais corretamente designada *Totalidade Indivisa em Movimento* [N. do T.: no original, *Undivided Wholeness in Flowing Movement*].»⁷

Na década de 1970, Bohm propôs uma metáfora ainda mais clara para descrever o universo como um todo distribuído e, no entanto, indiviso. Refletindo sobre a natureza inter-relacionada da criação, convenceu-se ainda mais de que o universo funciona como um grandioso holograma cósmico. Num holograma, cada porção daquilo que o objeto é, seja o que for, contém esse objeto na sua totalidade, apenas numa escala mais reduzida (para os que não estejam familiarizados com o conceito de holograma, apresenta-se uma explicação detalhada no capítulo 4). Do ponto de vista de Bohm, aquilo que vemos como o nosso mundo é, na verdade, a projeção de algo ainda mais real que está a ter lugar a um nível mais profundo da criação. É este nível mais profundo que é o original — o implícito. Nesta visão do tipo «tal como em cima, assim em baixo» e «tal como no interior, assim no exterior», os padrões estão contidos noutros padrões, intrinsecamente completos, e diferindo apenas na escala.

A elegância e simplicidade do corpo humano proporciona-nos um exemplo de grande beleza daquilo que é um holograma — neste caso, um holograma que já nos é familiar. O ADN de qualquer parte dos nossos corpos contém o nosso código genético — todo o padrão de ADN — do resto do corpo, independentemente de onde provenha a porção retirada. Quer se trate de uma amostra do nosso cabelo, de uma unha ou do sangue, o padrão genético que faz de nós aquilo que somos está sempre presente no código... é sempre o mesmo.

Do mesmo modo que o universo muda constantemente de implícito para explícito, é o fluxo do que não se vê para o que se vê que forma a corrente dinâmica da criação. Era esta natureza em «permanente mutação» da criação que John Wheeler tinha em mente quando descreveu o universo como «participativo» — por outras palavras, inacabado e respondendo continuamente à consciência.

Curiosamente, é precisamente assim que as tradições sapienciais do passado sugerem que o nosso mundo funciona. Desde os antigos Vedas indianos, que alguns cientistas creem datar de 5000 a.C., até aos *Manuscritos do Mar Morto*, com 2000 anos, o tema geral parece sugerir que o mundo é, na verdade, o espelho das coisas que estão a acontecer num domínio mais elevado ou numa realidade mais profunda. Por exemplo, comentando as novas traduções dos fragmentos dos *Manuscritos do Mar Morto* conhecidos por *Os Cânticos do Sacrifício do Sabbath*, os seus tradutores sintetizam o respetivo conteúdo: «O que acontece na Terra não é senão um pálido reflexo dessa realidade superior e definitiva.»⁸

O que decorre tanto da teoria quântica como dos textos antigos é o facto de criarmos, nos domínios invisíveis, o modelo para os relacionamentos, carreiras, sucessos e fracassos do mundo visível. Deste ponto de vista, a Matriz Divina funciona como um grande ecrã cósmico que nos permite observar a energia não-física das nossas emoções e crenças (a nossa cólera, ódio e raiva; e também o nosso amor, compaixão e compreensão) projetados no meio físico da vida.

Do mesmo modo que um ecrã de cinema reflete, sem emitir um juízo crítico, a imagem do que ou de quem tenha sido filmado, a Matriz parece proporcionar uma superfície não-preconceituosa para que as nossas experiências e crenças interiores possam ser vistas no mundo. Por vezes de forma consciente, outras não tanto, «mostramos» as nossas convicções mais verdadeiras sobre tudo, desde a compaixão à traição, através da qualidade dos relacionamentos que nos rodeiam.

Por outras palavras, somos como artistas que expressam as suas paixões, temores, sonhos e desejos mais profundos através da essência viva de uma misteriosa tela quântica. No entanto, ao contrário da tela de um pintor convencional, que existe em determinado sítio em determinado momento, a nossa é da mesma matéria de que tudo é feito — está por toda a parte e sempre presente.

Levemos a analogia entre artista e tela um passo mais à frente. Tradicionalmente, os artistas são independentes das suas obras e utilizam as suas ferramentas para comunicar uma criação interior através de uma expressão exterior. No seio da Matriz Divina, porém, desaparece a separação entre arte e artista: nós somos a tela e somos também as imagens representadas sobre ela; nós somos as ferramentas e somos também o artista que as utiliza.

A própria ideia de criarmos a partir do interior da nossa criação traz-nos à mente um daqueles filmes de desenhos animados de Walt Disney, frequentes na televisão a preto e branco nos anos de 1950 e 1960. Começávamos por ver a mão de um artista não-identificado esboçar uma personagem conhecida, como o *Rato Mickey*, sobre um bloco de desenho. À medida que a imagem se ia formando, tornava-se subitamente animada, ganhando vida. O *Mickey* começava então a criar os seus próprios desenhos de outras personagens de desenhos animados *a partir de dentro* do próprio desenho. Subitamente, o artista original deixava de ser necessário e saía de cena... literalmente.

Com a mão já fora do nosso campo de visão, *Mickey* e os seus amigos assumiam vidas e personalidades por direito próprio. Enquanto todos dormiam na casa a fingir, a cozinha entrava numa alegre animação. O açucareiro dançava com o saleiro, a chávena de chá virava de pantanas a manteigueira, e as personagens não tinham já qualquer ligação com o artista. Ora, não obstante isto poder constituir uma simplificação exagerada do modo como atuamos na Matriz Divina, ajuda-nos igualmente a firmar o conceito subtil e abstrato de nós próprios enquanto criadores, criando a partir das nossas criações.

Do mesmo modo que os artistas refinam uma imagem até ela ficar exatamente definida nas suas mentes, parece que, através da Matriz Divina, sob muitos aspetos, fazemos o mesmo com as nossas experiências de vida. Com a nossa paleta de crenças, juízos, emoções e orações, damos por nós em relacionamentos, empregos e situações de apoio moral ou, pelo contrário, de traição, que vêm à luz com indivíduos diferentes em sítios diversos. Ao mesmo tempo, estas pessoas e situações parecem-nos inquietantemente familiares.

Quer enquanto indivíduos quer em conjunto partilhamos as criações da nossa vida interior com um círculo interminável de camadas de momentos sobre momentos, dia após dia e assim sucessivamente. Que conceito ao mesmo tempo

belo, bizarro e poderoso! Do mesmo modo que um pintor utiliza uma só tela vezes sem conta enquanto procura a expressão perfeita de uma ideia, também podemos pensar em nós mesmos como artistas perpétuos que desenvolvem uma criação em permanente mutação e sem fim à vista.

As consequências de nos encontrarmos rodeados de um mundo maleável construído por nós são vastíssimas, poderosas e, para alguns, um pouco assustadoras. A nossa capacidade de utilizar a Matriz Divina de forma intencional e criativa habilita-nos subitamente a tudo alterar relativamente à forma como vemos o nosso papel no universo. No mínimo, sugere que há muito mais na vida do que acontecimentos aleatórios e sincronismos ocasionais com os quais lidamos o melhor que sabemos.

Em última análise, a nossa relação com a essência quântica que nos liga a tudo o resto recorda-nos que somos nós mesmos criadores. E, enquanto tal, podemos expressar os nossos mais profundos desejos de cura, abundância, alegria e paz em tudo, desde os nossos corpos e vidas aos nossos relacionamentos, podendo fazê-lo de forma consciente, no tempo e no modo que escolhermos.

No entanto, tal como os iniciados do poema de Christopher Logue, que apresentámos no início desta introdução, necessitavam de um pequeno «empurrão» para levantar voo, também todas estas possibilidades requerem uma alteração subtil, mas poderosa, da forma como pensamos o nosso mundo e a nós mesmos. Nessa alteração, os nossos desejos secretos, as nossas metas mais elevadas e os nossos sonhos mais sublimes aparecem-nos subitamente ao alcance da mão. Por mais miraculosa que tal realidade possa parecer, todas estas coisas — e muitas mais — são possíveis dentro do domínio da Matriz Divina. A chave não está apenas em compreender como funciona; necessitamos igualmente de uma linguagem para comunicar com os nossos desejos que seja reconhecível por esta antiga rede de energia.



As nossas tradições sapienciais mais antigas e mais queridas recordam-nos que existe, de facto, uma linguagem que fala à Matriz Divina, uma linguagem que não tem palavras e que não envolve os habituais sinais exteriores de comunicação que produzimos com as nossas mãos e o nosso corpo. Apresenta-se-nos numa forma tão simples que todos nós sabemos já «falá-la» fluentemente. Na verdade, utilizamo-la todos os dias — é a linguagem da emoção humana.

A ciência moderna descobriu que através de cada emoção que ocorre nos nossos corpos experimentamos igualmente alterações químicas, tais como alterações no pH, e produção de hormonas que espelham os nossos sentimentos.⁹ Através das experiências «positivas» — como o amor, a compaixão e o perdão — e as emoções «negativas» — do ódio, do juízo crítico em relação aos outros e da inveja — cada um de nós tem a possibilidade de afirmar ou negar a sua existência em cada momento de cada dia. Além disso, a

mesma emoção que nos confere tal poder no interior dos nossos corpos estende esta força ao mundo quântico que se encontra para lá dos nossos corpos.

Pode ser útil pensar na Matriz Divina como um cobertor cósmico que começa e termina no domínio do desconhecido e abrange tudo o que se encontra entre início e termo. Este cobertor tem muitas camadas e está por todo o lado, o tempo todo, e já no seu lugar. Os nossos corpos, vidas e tudo aquilo que conhecemos existem e têm lugar no interior das suas fibras. Desde a nossa criação aquosa no útero da nossa mãe até aos nossos casamentos, divórcios, amizades e carreiras, podemos pensar em tudo aquilo que experimentamos como «rugos» no cobertor. De um ponto de vista quântico, tudo, desde os átomos da matéria, ou uma folha de erva, até aos nossos corpos, ao Planeta, e mais além, pode ser considerado uma mera «perturbação» do suave tecido deste cobertor espaço-temporal. Não será então talvez coincidência que as tradições poéticas e espirituais antigas descrevam a existência de modo muito semelhante. Os Vedas, por exemplo, referem um campo unificado de «consciência pura» que banha e impregna toda a criação.¹⁰ Nestas tradições, as nossas experiências de pensamento, sentimento, emoção e crença — e todo o discernimento que originam — são vistas como perturbações, interrupções de um campo que é, em tudo, mais suave e imóvel.

De modo semelhante, a obra do século VI d.C. *Hsin-Hsin Ming* (que se traduz por *Versos Fé-Mente*) descreve as propriedades de uma essência que constitui o modelo de tudo o que foi criado. Designado Tao, é, em última análise, impossível de descrever, como acontece também com as Escrituras Védicas. É tudo aquilo que é — o recetáculo de toda a experiência, bem como a experiência propriamente dita. O Tao é descrito como perfeito, «semelhante a um vasto espaço onde nada falta e onde nada está em excesso.»¹¹

Segundo o *Hsin-Hsin Ming*, só quando perturbamos a tranquilidade do caos através dos nossos juízos críticos é que a sua harmonia nos escapa. Quando isto acontece por uma inevitabilidade e damos por nós imersos em sentimentos de cólera e separação, o texto propõe diretrizes para remediar esse estado: «Para entrar diretamente em harmonia com esta realidade, basta dizer, sempre que a dúvida surja: 'Dois, não.'» Neste «dois, não», nada é separado, nada é excluído.¹²

Embora admita que pensarmos em nós como uma perturbação da Matriz possa retirar algum romantismo à vida, isso proporciona-nos também, por outro lado, uma forma poderosa de conceptualizar o nosso mundo e a nós mesmos. Se quisermos, por exemplo, ter novos relacionamentos saudáveis e geradores de vida ou permitir que um amor curativo entre na nossa vida ou encontrar uma solução pacífica para o Médio Oriente, temos de criar uma nova perturbação no campo, uma perturbação que espelhe o nosso desejo. Temos de produzir uma nova «ruga» na matéria da qual são feitos o espaço, o tempo, os nossos corpos e o mundo.

Esta é a nossa relação com a Matriz Divina. É-nos concedido o poder de imaginar, sonhar e sentir as possibilidades da vida, a partir do interior da própria Matriz, de forma a que ela possa refletir na nossa direção aquilo que criámos. Tanto as tradições antigas como a ciência moderna descreveram o modo de

funcionamento deste espelho cósmico; no caso das experiências que serão apresentadas nos capítulos posteriores, é-nos até mostrado como funcionam estas reflexões na linguagem da ciência. Na verdade, embora estes estudos possam resolver alguns dos mistérios da criação, abrem igualmente a porta a questões mais profundas sobre a nossa existência.

Manifestamente, não sabemos tudo o que há para saber sobre a Matriz Divina. A ciência não possui todas as respostas — para sermos honestos, os cientistas não têm sequer a certeza de onde ela veio e estamos igualmente cientes de que podemos estudá-la durante mais cem anos e ainda assim não encontrar as respostas. O que sabemos é que a Matriz Divina existe. Está aqui e podemos sentir o seu poder criativo através da linguagem das nossas emoções.

Podemos aplicar este conhecimento de uma forma simultaneamente útil e significativa para as nossas vidas. Ao fazê-lo, a nossa ligação uns aos outros e às outras coisas não poderá ser negada. É à luz desta ligação que nos podemos aperceber de quão poderosos realmente somos. A partir do ponto de força que uma tal constatação proporciona, dispomos da oportunidade de nos tornarmos pessoas mais pacíficas e bondosas que trabalhem para criar um mundo que espelhe essas qualidades — e mais. Através da Matriz Divina, dispomos da oportunidade de nos concentrarmos nestes atributos das nossas vidas, aplicando-os como tecnologia interior de sentimentos, imaginação e sonhos. Quando o fizermos, entraremos em contato com a verdadeira essência do poder necessário para mudar a nossa vida e o mundo.

SOBRE ESTE LIVRO

Em muitos aspetos, a nossa experiência com a Matriz Divina pode assemelhar-se ao software de um computador. Em ambos, as instruções têm de utilizar uma linguagem compreensível para o sistema. O computador opera a partir de um código numérico constituído por 0 e 1. Já no caso da consciência, requer-se uma linguagem de tipo distinto, uma linguagem que não utilize números, letras do alfabeto ou mesmo palavras. Visto sermos já parte da Matriz Divina, faz todo o sentido estarmos já equipados com tudo aquilo de que necessitamos para comunicar com ela, sem necessidade de um manual de instruções ou formação especializada. E é de facto isso que sucede.

A consciência parece ser a experiência universal da emoção. Já sabemos amar, odiar, temer e perdoar. Reconhecendo que estes sentimentos são na verdade as instruções que comandam a Matriz Divina, podemos aprimorar as nossas competências com vista a melhor compreender de que forma levar alegria, cura e paz às nossas vidas.



Este livro não pretende ser a obra definitiva relativamente à história da ciência e da nova física. Diversos outros textos fizeram já um trabalho magnífico

no sentido de trazer esse tipo de informação à nossa atenção. Referi mesmo já alguns deles — *Hyperspace*, de Michio Kaku, por exemplo, e *Wholeness and the Implicate Order*, de David Bohm. Cada um deles representa uma forma nova e poderosa de ver o nosso mundo, e recomendo-os.

Este livro pretende ser uma ferramenta útil — um guia — que possamos aplicar aos mistérios do dia-a-dia das nossas vidas. Por esta razão, há trechos em que optei por me concentrar mais nos resultados radicais e inesperados das ciências quânticas, em lugar de me deixar enredar, e ao leitor, em demasiados pormenores técnicos relativamente às experiências propriamente ditas. Para compreendermos o poder de manifestar a cura, a alegria, a paz, o amor e o companheirismo, e também para sobrevivermos à nossa época histórica, é importante realçar o que os resultados nos dizem sobre nós, mais do que esmiuçar o modo como os estudos foram levados a cabo. Em todo o caso, para todos os que se interessam pelos pormenores técnicos, incluí as fontes nas notas.

Para muitos, as grandes descobertas do mundo da física quântica mais não são do que factos interessantes — coisas sobre as quais se fala em conferências e workshops ou frente a um *latte* da *Starbucks*. Porém, por mais profundas que sejam as consequências, e por mais alto que a filosofia nos leve, estas descobertas parecem ter uma importância mínima no nosso dia-a-dia. Para que serve, por exemplo, saber que uma partícula de matéria pode estar em dois sítios ao mesmo tempo ou que as partículas podem viajar a uma velocidade superior à enunciada por Einstein, se esse conhecimento não fizer diferença alguma nas nossas vidas? Só quando estabelecemos umnexo entre estas descobertas desconcertantes e a cura dos nossos corpos ou aquilo que experimentamos nos centros comerciais, nas salas de estar, nos aeroportos e nas salas de aulas da nossa vida é que se tornam importantes para nós.

É para este aparente abismo entre os mistérios do mundo quântico e as nossas experiências diárias que a *Matriz Divina* propõe uma ponte. Além da descrição das descobertas, este livro leva-nos um passo adiante, conferindo sentido à forma como estas descobertas nos podem ajudar a tornarmo-nos melhores pessoas e a construir um mundo melhor uns com os outros.

Escrevi-o por uma razão: para transmitir paz, para mostrar que as coisas são possíveis, para que cada leitor descobrisse o seu poder, num mundo que nos faz frequentemente sentir pequenos, ineficazes e indefesos. É meu objetivo fazê-lo num estilo informal, capaz de descrever as extraordinárias perspetivas da nova ciência de uma forma interessante e fácil de compreender.

A minha experiência de apresentações ao vivo mostrou-me que, para chegar eficazmente a todos os membros de uma plateia, é importante levar em linha de conta a forma de aprendizagem dos nossos ouvintes. Independentemente de sentirmos que somos mais do tipo «hemisfério esquerdo» ou «hemisfério direito», a verdade é que todos usamos ambos os lados para darmos sentido ao nosso mundo. E embora alguns trabalhem mais com um dos hemisférios, é importante dar espaço tanto à nossa intuição como à nossa lógica quando convidamos as pessoas a dar um salto de gigante na forma como encaram o mundo.

Por tudo isto, *A Matriz Divina* foi escrita fundamentalmente da mesma forma com que é tecida uma tapeçaria. Ao longo destas páginas, interliguei as descrições de tipo «hemisfério direito» de experiências pessoais e diretas com investigações e relatos de tipo «hemisfério esquerdo» que nos fazem perceber por que razão estas histórias são importantes. Esta forma de partilhar informação torna os dados menos académicos, sem deixar de incluir uma dose suficiente de ciência de ponta para assegurar a sua relevância.

Do mesmo modo que toda a vida se constrói a partir das quatro bases químicas que constituem o nosso ADN, o universo parece fundar-se em quatro características da Matriz Divina que a fazem funcionar como funciona. A chave para sentirmos o poder da Matriz reside na nossa capacidade de entrar em contato com as quatro descobertas fundamentais que a ligam às nossas vidas de uma forma sem precedentes:

Descoberta 1: Há um campo de energia que interliga toda a criação.

Descoberta 2: Este campo desempenha o papel de um recetáculo, uma ponte e um espelho para as crenças que nos habitam.

Descoberta 3: O campo é não-local e holográfico. Cada uma das suas partes constituintes está ligada a todas as outras, e cada uma espelha o todo numa escala mais reduzida.

Descoberta 4: Comunicamos com o campo através da linguagem da emoção.

É a nossa capacidade de reconhecer e aplicar estas realidades que tudo determina, desde a nossa cura ao sucesso dos nossos relacionamentos e à nossa carreira. Em última análise, a nossa sobrevivência enquanto espécie pode ser diretamente ligada à nossa capacidade e disponibilidade para partilhar práticas geradoras de vida provenientes de uma mundivisão quântica unificada.

Para fazer justiça aos conceitos de grande abrangência que decorrem da leitura de *A Matriz Divina*, escrevi esta obra em três partes, cada uma das quais aborda uma das consequências-chave do campo. Em lugar de apresentar uma conclusão formal no final de cada parte, realcei os conceitos mais importantes sob a forma de um resumo sequencial, representando essa ideia como uma «chave» a que associei um número (Chave 1, Chave 2, e assim sucessivamente). Para efeitos de consulta rápida, pode encontrar-se no final do capítulo 8 a listas das vinte «Chaves».

Uma breve descrição de cada secção ajudará a navegar através do material e a encontrar informação útil para tudo, desde referências importantes, até inspiração profunda.

A primeira parte, «À Descoberta da Matriz Divina: o Mistério que Liga Todas as Coisas», aborda a noção humana duradoura, segundo a qual estamos unidos por um campo de energia que tudo liga. No capítulo 1, descrevo a experiência individual que levou os cientistas a recuar mais de cem anos em busca do referido campo unificado. É também nesta secção que partilho os resultados das investigações do século XX relativos aos avanços na física quântica que

obrigaram os cientistas a revisitar a experiência original, aquela que nos dizia que tudo é separado. Incluí-se aqui três experiências representativas que mostram a mais recente documentação científica de um campo de energia até aqui não reconhecido. Em resumo, estas descobertas demonstram o seguinte:

1. O ADN humano exerce um efeito direto sobre a matéria constituinte do nosso mundo.
2. As emoções humanas exercem um efeito direto sobre o ADN que, por sua vez, afeta o material constituinte do nosso mundo.
3. As relações entre emoções e ADN transcendem as fronteiras do tempo e do espaço. Os efeitos são os mesmos, independentemente da distância.

No final da primeira parte, poucas dúvidas poderão subsistir quanto à existência da Matriz Divina. Quer a descrevamos de um ponto de vista espiritual quer o façamos de um ponto de vista científico, resulta claro que há alguma coisa lá fora — um campo de energia que liga tudo o que fazemos, tudo o que somos, tudo o que experienciamos. As perguntas lógicas passam então a ser: «O que fazer com esta informação?» e «Como usar a Matriz Divina na nossa vida?»

A segunda parte, «A Ponte Entre a Imaginação e a Realidade: Como Funciona a Matriz Divina», analisa o que significa viver num universo onde, além de tudo estar simplesmente ligado (não-local), tudo está ligado *holograficamente*. O perfil subtil destes princípios constitui uma das maiores descobertas da física do século XX — e ao mesmo tempo, é possivelmente a menos compreendida e a mais ignorada. Esta secção reveste-se intencionalmente de uma natureza não-técnica e foi concebida para constituir um guia útil para o mistério das ciências que todos partilhamos, mas cuja enorme capacidade para nos ensinar raramente reconhecemos.

Quando olhamos para as nossas vidas compreendendo que tudo está em todo o lado o tempo todo, as consequências são tão vastas que se tornam difíceis de assimilar. É precisamente devido à nossa ligação universal que nos é dada a possibilidade de apoiar, partilhar e participar nas alegrias e tragédias da vida, em todo o lado, a cada momento. Que uso fazemos de tal poder? A resposta começa pela compreensão de que não existe verdadeiramente «aqui» e «ali» nem «então» e «agora». Na perspetiva da vida, enquanto holograma universalmente ligado, *aqui é já ali, e então sempre foi agora*. As tradições espirituais antigas recordam-nos que fazemos, a cada momento do dia, as escolhas que afirmam ou, pelo contrário, negam as nossas vidas. A cada segundo, optamos por nos alimentar de uma forma que sustenta ou esgota as nossas vidas; por respirar profundamente com respirações geradoras de vida ou, pelo contrário, com respirações superficiais que negam a vida; por pensar e falar dos que nos rodeiam de uma forma que os respeita ou não.

Através do poder da nossa consciência não-local holográfica, cada uma destas escolhas aparentemente insignificantes tem consequências que se estendem muito além dos sítios e escolhas das nossas vidas. As nossas escolhas individuais combinam-se para se transformar na nossa realidade coletiva — é

isso que torna as descobertas ao mesmo tempo excitantes e assustadoras. Através destas percepções, vemos:

- por que razão as nossas boas intenções, pensamentos e orações se encontram já no seu destino;
- que não estamos limitados pelos nossos corpos, nem pelas «leis» da física;
- de que modo apoiamos os nossos entes queridos em todos os campos, desde o campo de batalha até à sala de reuniões — sem chegarmos a sair de casa;
- que dispomos de *facto* do potencial para curarmos instantaneamente;
- que é possível ver através do tempo e do espaço sem chegar a abrir os olhos.

Na terceira parte, «Mensagens da Matriz Divina: Viver, Amar e Curar em Consciência Quântica», abordaremos diretamente os aspetos práticos da vida num campo unificado de energia, analisando de que forma isso afeta os eventos das nossas existências. Apresentando exemplos de sincronismos e coincidências, de atos poderosos de cura intencional e daquilo que nos mostram os nossos sentimentos mais íntimos, esta secção desempenha o papel de um modelo revelador do significado que podem ter nas nossas vidas experiências semelhantes.

Através de uma série de histórias reais, partilho o poder, a ironia e a clareza que eventos aparentemente insignificantes das nossas vidas adquirem, revelando-nos as nossas mais genuínas e profundas convicções. Entre os exemplos usados para descrever estas relações, incluo um caso concreto de como os nossos animais de estimação nos podem mostrar através dos seus corpos problemas físicos que ou passaram despercebidos ou se encontram ainda em desenvolvimento nos nossos corpos.

A Matriz Divina é o resultado de mais de vinte anos de investigação, bem como da viagem pessoal que empreendi para dar sentido ao grande segredo contido nas nossas mais antigas, místicas e acarinhadas tradições. Se o leitor sempre procurou respostas para as questões: «Estaremos de *facto* ligados e, em caso afirmativo, qual a intensidade dessa ligação?» e «De que poder dispomos de *facto* para mudar o nosso mundo?», então gostará deste livro.

A Matriz Divina foi escrita para aqueles que estabelecem uma ponte entre a realidade do passado e a esperança no futuro. É a si, leitor, que é pedido que perdoe e encontre compaixão num mundo que tenta recuperar das cicatrizes, dos juízos críticos e do medo. A chave para sobreviver à nossa época histórica é criar uma nova forma de pensar enquanto vivemos nas condições que ameaçam a nossa existência.

Em última análise, podemos descobrir que a nossa capacidade de compreender e aplicar as «regras» da Matriz Divina contém a chave para a nossa cura mais profunda, a nossa maior alegria e a nossa sobrevivência enquanto espécie.

Gregg Braden
Santa Fé, Novo México

1 «Come to the Edge» é um poema da autoria de Christopher Logue escrito em 1968 para um festival comemorativo do 50.º aniversário da morte do poeta Guillaume Apollinaire. O poema pode ser encontrado em Christopher Logue, *Ode to the Dodo: Poems from 1953 to 1978* (Londres: Jonathan Cape, 1981), p. 96.

2 *The Expanded Quotable Einstein*, Alice Calaprice, ed. (Princeton, NJ: Princeton University Press, 2000), p. 220.

3 John Wheeler, citado por F. David Peat em *Synchronicity: The Bridge Between Matter and Mind* (Nova Iorque: Bantam Books, 1987), p. 4.

4 David Bohm e F. David Peat, *Science, Order, and Creativity* (Nova Iorque: Bantam Books, 1987), p. 88.

5 David Bohm, *Wholeness and the Implicate Order* (Londres: Routledge & Kegan Paul, 1980), p. 62.

6 Ibid.

7 Ibid., p. 14.

8 Michael Wise, Martin Abegg, Jr., e Edward Cook, *The Dead Sea Scrolls: A New Translation* (São Francisco, CA: HarperSanFrancisco, 1996), p. 365.

9 Glen Rein, Ph.D., Mike Atkinson, e Rollin McCraty, M.A., «The Physiological and Psychological Effects of Compassion and Anger», *Journal of Advancement in Medicine*, vol. 8, no. 2 (1995), pp. 87-103.

10 As antigas tradições Védicas sugerem que o campo unificado de energia é infinito e subjacente ao universo infinitamente diverso. Sítio na Web: <https://vedicknowledgesite.weebly.com/>

11 O antigo *Hsin-Hsin Ming* (Versos sobre a Mente de Fé) é atribuído a Chien Chin Seng-ts'an, terceiro patriarca Zen, no século VI. Esta citação em particular provém da tradução inglesa de Richard B. Clarke, ilustrada por Gyoskusei Jikihara, *Hsin-Hsin Ming: Seng-ts'an Third Zen Patriarch* (Buffalo, NI: White Pine Press, 2001).

12 Ibid.

PRIMEIRA PARTE

À DESCOBERTA DA MATRIZ DIVINA: O MISTÉRIO QUE LIGA TODAS AS COISAS

CAPÍTULO 1

A ciência não consegue resolver o mistério último da natureza. E isso porque, em última análise, nós próprios fazemos... parte do mistério que estamos a tentar resolver.

— MAX PLANCK (1858-1947), físico

Quando nos compreendermos a nós mesmos, à nossa consciência, compreenderemos igualmente o universo, e a separação desaparecerá.

— Amir GOSWAMI, físico

O QUE HÁ NO ESPAÇO INTERMÉDIO? – A MATRIZ DIVINA

Há um sítio onde todas as coisas têm início, um local de pura energia que simplesmente «é». Nesta incubadora quântica de realidade, tudo é possível. Desde o nosso sucesso pessoal, abundância e cura, até ao nosso fracasso, carências e doença... tudo, desde o nosso maior temor até ao nosso mais profundo desejo tem início nesta «sopa» de potencial.

Através das fontes de produção de realidade que são a imaginação, a esperança, o discernimento, a paixão e a oração, galvanizamos cada possibilidade até a fazer existir. Nas nossas convicções sobre quem somos, o que temos e não temos, e o que deveria ser ou não ser, soprados vida sobre as nossas maiores alegrias e também sobre os nossos momentos mais sombrios.

A chave para dominar este sítio de pura energia é saber que existe, compreender como funciona e finalmente falar a linguagem que ele reconhece. Todas as coisas ficam ao nosso alcance, enquanto arquitetos da realidade, neste sítio onde o mundo começa: o puro espaço da Matriz Divina.

Chave 1: A Matriz Divina é o recetáculo que abraça o universo, a ponte entre todas as coisas e o espelho que nos mostra aquilo que criámos.

A última coisa que esperava ver num final de tarde de Outubro, caminhando num canyon remoto da zona de Four Corners, no noroeste do estado do Novo México, era um guardião da sabedoria nativo-americano caminhar na minha direção, pelo mesmo trilho. E, no entanto, ali estava ele, de pé no cimo da pequena inclinação que nos separava enquanto os nossos caminhos convergiam, nesse dia.

Não estou certo de há quanto tempo estaria ele ali. Quando o avistei, estava simplesmente à espera, observando-me enquanto eu escolhia cuidadosamente onde pisar, por entre as pedras soltas do caminho. O Sol baixo criava um clarão que projetava uma sombra profunda sobre o corpo dele. Enquanto punha a mão sobre os olhos para os proteger da luz, vi algumas madeixas de cabelo até ao ombro adejando-lhe à frente do rosto.

Pareceu tão surpreendido por me ver como eu a ele. O vento trouxe o som da sua voz até mim enquanto ele punha as mãos em concha junto da boca. «Olá!», gritou. «Olá!», respondi. «Não estava à espera de encontrar aqui alguém a esta hora do dia.» E aproximando-me um pouco mais, perguntei-lhe: «Há quanto tempo estava a observar-me?»

«Há pouco tempo», replicou. «Venho até aqui escutar as vozes dos meus antepassados naquelas cavernas», disse-me, com um braço a apontar para o outro lado do *canyon*.

O caminho que percorríamos serpenteava através de uma série de sítios arqueológicos, vestígios de povoados construídos cerca de onze séculos antes por um misterioso clã. Ninguém sabe de onde vieram, nem quem seriam. Na ausência de quaisquer indícios da evolução das suas competências com o tempo, o povo que os nativos modernos designam simplesmente de «os antigos» surgiu um dia em cena na história trazendo consigo a tecnologia mais avançada a que se assistiria na América do Norte ao longo do século seguinte.

Desde os edifícios de quatro andares e perfeitos *kivas* de pedra (estruturas cerimoniais redondas) enterrados no solo até aos extensos sistemas de irrigação e às plantações sofisticadas que sustentavam este povo, este sítio parece ter simplesmente surgido num belo dia. E a seguir os que o construíram foram subitamente embora – simplesmente desapareceram.

Os antigos deixaram pouquíssimos indícios que nos permitam descobrir mais sobre eles. Com exceção da arte rupestre sobre as paredes do *canyon*, nunca se desvendou quaisquer registos escritos. Não há sítios de sepultura ou cremação coletiva, nem armas de guerra. E, no entanto, estão lá os vestígios da

sua existência: centenas de habitações primitivas num *canyon* com 18 quilómetros de comprimento e 1,5 quilómetros de largura, no extremo remoto de um *canyon* desolado no noroeste do Novo México.

Já me deslocara diversas vezes a este sítio para caminhar, mergulhar na estranha beleza do descampado desolado e sentir o passado. Nesse fim de tarde de Outubro, por alguma razão eu e o guardião da sabedoria nos deslocáramos às profundezas do deserto. Enquanto partilhávamos as nossas convicções acerca dos segredos ainda ali guardados, o meu novo amigo contou-me uma história.

HÁ MUITO, MUITO TEMPO...

«Há muito, muito tempo, o nosso mundo era muito diferente do que vemos hoje em dia», começou o guardião da sabedoria. «Havia menos gente, e vivíamos mais perto da Terra. As pessoas conheciam a linguagem da chuva, das plantações e do Grande Criador. Sabiam até falar com as estrelas e com o povo dos céus. Estavam cientes de que a vida é sagrada e provém do casamento entre a Mãe Terra e o Pai Céu. Nesse tempo, havia equilíbrio e as pessoas eram felizes.»

Senti qualquer coisa de muito antigo bem no interior de mim enquanto escutava a voz pacífica do homem ecoar nos penhascos de arenito que nos rodeavam. Subitamente, a sua voz alterou-se, adquirindo um tom de tristeza.

«Então, aconteceu uma coisa», explicou. «Ninguém sabe exatamente porquê, mas as pessoas começaram a esquecer-se de quem eram. Quando isso sucedeu, começaram a sentir-se separadas — separadas da Terra, umas das outras, e mesmo do que as criara. Estavam perdidas e vagueavam através da vida sem rumo nem ligação. Na sua separação, estavam convencidas de que tinham de lutar para sobreviver neste mundo e defender-se das mesmas forças que lhes haviam oferecido a vida, com as quais tinham aprendido a viver em harmonia e confiança. Em breve, todas as suas energias eram empregues a proteger-se do mundo que as rodeava e não a pacificar-se com o seu mundo interior.»

A história do homem ressoou de imediato dentro de mim. Enquanto o escutava, era como se descrevesse os seres humanos dos nossos dias! Com as poucas exceções de culturas isoladas e bolsas remotas de tradição que se mantêm, a nossa civilização, manifestamente, concentra-se muito mais no mundo *em nosso redor* e menos no mundo *dentro* de nós.

Gastamos centenas de milhões de dólares todos os anos a defender-nos da doença e a tentar controlar a natureza. Ao fazê-lo, afastámo-nos provavelmente mais do nosso equilíbrio com o mundo natural do que em qualquer outro momento do passado. O guardião da sabedoria conquistara a minha atenção — agora a pergunta era: aonde queria ele chegar com a sua história?

«Apesar de se terem esquecido de quem eram, permanecia algures neles o dom dos seus antepassados», prosseguiu. «Havia ainda uma recordação viva dentro de si. Nos seus sonhos, à noite, sabiam que tinham o poder para curar os seus corpos, para fazer chover quando necessário e para falar com os seus

antepassados. Sabiam que podiam, de alguma forma, reencontrar o seu lugar no mundo natural.»

«Enquanto tentavam recordar-se de quem eram, começaram a construir coisas fora dos seus corpos que lhes lembravam quem eram *por dentro*. À medida que o tempo passava, chegaram mesmo a construir máquinas para realizarem a sua cura, produziram compostos químicos para fazer crescer as suas colheitas e desenrolaram fios para conseguirem falar a grandes distâncias. Mas quanto mais se afastavam do seu poder interior, mais as suas vidas exteriores ficavam sobrecarregadas das coisas que julgavam que os fariam felizes.»

Enquanto escutava, apercebi-me dos paralelos inconfundíveis entre o povo de que ouvia falar e a civilização dos nossos dias. A nossa civilização deixou-se imergir na sensação de impotência no que respeita a ajudarmo-nos ou a criarmos um mundo melhor. Quantas vezes não nos sentimos *impotentes*, ao ver os que nos são queridos fugirem-nos por entre os dedos para as garras da dor e das dependências. Pensamos que somos *impotentes* para mitigar o sofrimento das doenças horríveis por que nenhuma criatura viva algum dia deveria ter de passar. Só nos resta a *esperança* na paz que nos devolverá os nossos entes queridos sãos e salvos do terror dos campos de batalha. E juntos sentimo-nos insignificantes na presença de uma ameaça nuclear crescente, enquanto o mundo faz os seus alinhamentos segundo as fraturas das crenças religiosas, das linhagens e das fronteiras.

Parece que, quanto mais nos afastamos da nossa relação natural com a Terra, com os nossos corpos, uns com os outros, e com Deus, mais vazios nos tornamos. Na nossa vacuidade, lutamos por preencher o vazio interior com «coisas». Quando olho o mundo deste ponto de vista, não posso deixar de me lembrar de um dilema semelhante apresentado no filme de ficção científica *Contato*. O conselheiro científico do Presidente (representado por Matthew McConaughey) analisa a questão fundamental com que se confrontam todas as sociedades tecnológicas. Numa entrevista televisiva, pergunta se somos uma sociedade melhor devido à nossa tecnologia — fez-nos mais unidos ou mais separados uns dos outros? A questão nunca é verdadeiramente respondida no filme, e o tema seria suficiente para encher as páginas de um livro. Não obstante, a mensagem que o conselheiro científico quer fazer passar quando pergunta quanto do nosso poder dedicamos às diversões é relevante.

Quando sentimos que os jogos de vídeo, o cinema, os relacionamentos virtuais *online* e as comunicações sem voz são necessidades e se tornam substitutos da vida real e do contato face a face, isso poderá constituir um sinal de uma sociedade em apuros. Embora a eletrónica e a indústria do entretenimento tornem decerto a vida mais interessante, podem constituir igualmente bandeiras vermelhas que nos dizem quão longe derivámos da nossa capacidade de ter vidas ricas, saudáveis e com sentido.

Além disso, quando o foco das nossas vidas se transforma no *evitar da doença*, em lugar de como viver de uma forma saudável; como nos *mantermos fora da guerra*, em vez de como cooperarmos na paz; e como *criar novas armas*, em lugar de como viver num mundo onde o conflito armado se torne obsoleto,

resulta muito claro que estamos num percurso de mera sobrevivência. Num tal estado de coisas, ninguém é verdadeiramente feliz — ninguém «ganha» verdadeiramente. Quando damos por nós a viver desta forma, o mais óbvio a fazer é procurar outro itinerário. E é disso, precisamente, que trata este livro, e é essa, exatamente, a razão por que partilho esta história.

«Como é que a história acaba?», perguntei ao guardião da sabedoria. «O povo recuperou alguma vez o seu poder e recordou-se de quem era?»

Por esta altura, o Sol desaparecera por detrás das paredes do *canyon* e, pela primeira vez, consegui ver com quem estava a falar. O homem de rosto curtido que se encontrava à minha frente esboçou um largo sorriso ao escutar a minha questão. Permaneceu por um momento em silêncio, para de seguida sussurrar: «Ninguém sabe, porque a história ainda não acabou. O povo que se perdeu é o dos nossos antepassados e nós somos aqueles que escreverão o final. O que lhe parece...?»

Só voltei a ver o homem umas duas vezes, em diversos locais dos territórios e das comunidades que ambos amamos. Mas penso frequentemente nele. Ao ver os eventos deste mundo desenrolarem-se, recordo a sua história e pergunto-me se lhe daremos um final no tempo das nossas vidas. Serei eu e o leitor os únicos a recordá-lo?

A história que o homem do *canyon* partilhou comigo tem imensas implicações. O saber tradicional da história é que as ferramentas de civilizações passadas — por mais antigas que fossem — não eram de alguma forma menos avançadas do que a tecnologia moderna. Muito embora estes povos possam não ter usado a «ciência moderna» para resolver os seus problemas, é possível que dispusessem de algo ainda melhor.

Nas discussões entre historiadores e arqueólogos, que ganham a vida a interpretar o passado, este tema é geralmente pretexto para discussões apaixonadas. «Se eram tão avançados, onde estão os indícios da sua tecnologia?», perguntam os especialistas. «Onde estão as suas torradeiras, micro-ondas e gravadores de vídeo?» Parece-me muito curioso que na interpretação do desenvolvimento de determinada civilização dependa de tal forma das coisas construídas pelos indivíduos. Então e o pensamento subjacente à obra que realizaram? Não obstante, tanto quanto sei, ser verdade que nunca encontramos um televisor ou uma câmara digital no registo arqueológico do Sudoeste Americano (ou, já agora, em nenhum outro lado), a questão que se põe é: porquê?

Será possível que, quando observamos os vestígios de civilizações antigas, como por exemplo as do Egipto, do Peru ou do Sudoeste Deserto Americano, estejamos na verdade a testemunhar os restos de uma tecnologia *tão avançada* que não precisava de torradeiras nem gravadores de vídeo? Talvez tenham superado a necessidade de um mundo exterior sobrecarregado e complexo. Talvez soubessem algo sobre si que lhes providenciasse a *tecnologia interior* necessária para viver de uma forma diferente, conhecimentos que já esquecemos, suficientes para lhes sustentar as vidas e lhes proporcionar a cura de uma forma que só agora começamos a compreender.

Caso tudo isto seja verdade, talvez não precisemos de olhar senão para a natureza para compreendermos quem somos e qual é de facto o nosso papel nesta vida. E quem sabe se algumas das nossas ideias mais profundas e fortalecedoras não estarão já disponíveis nas descobertas misteriosas do mundo quântico. Ao longo do último século, os físicos descobriram que a matéria que constitui os nossos corpos e o universo nem sempre segue as leis certinhas da física sacralizadas ao longo de quase três séculos. Na verdade, nas escalas mais minúsculas do nosso mundo, as próprias partículas de que somos feitos quebram as regras que dizem que estamos separados uns dos outros e limitados na nossa existência. Ao nível das partículas, tudo parece estar ligado e ser infinito.

Estas descobertas sugerem que há algo no interior de cada um de nós que não é limitado pelo tempo, pelo espaço e nem sequer pela morte. A conclusão fundamental destas descobertas é que parecemos viver num universo «não-local» onde tudo está sempre ligado.

Dean Radin, cientista de topo no Institute of Noetic Sciences, é um pioneiro do estudo do que significa para nós viver num mundo assim. «A não-localidade», explica ele, «significa que há formas de as coisas que parecem estar separadas se encontrarem, na verdade, não separadas».¹ Há aspetos de nós, sugere Radin, que se estendem para lá do aqui-e-agora e que nos permitem distribuir-nos através do espaço e do tempo. Por outras palavras, o «nós» que vive nos nossos eus físicos não se encontra limitado pela pele e o cabelo que definem os nossos corpos.

O que quer que decidamos chamar a esse misterioso «algo», todos o temos; e o nosso funde-se com o dos outros enquanto parte do campo de energia que banha todas as coisas. Julga-se que este campo seja a rede quântica que interliga o universo e também o modelo infinitamente microscópico e energético de tudo, desde a cura dos nossos corpos até à construção da paz mundial. Para reconhecermos o nosso verdadeiro poder, temos de compreender o que é e como funciona este campo.

Se os antigos desse *canyon* do norte do Novo México — ou, já agora, de qualquer outro sítio do mundo — compreendiam como funciona esta parte esquecida de nós, então faz todo o sentido fazermos jus ao conhecimento dos nossos antepassados e encontrarmos no nosso tempo lugar para a sua sabedoria.

ESTAREMOS LIGADOS – VERDADEIRAMENTE LIGADOS?

Chave 2: Tudo o que existe no nosso mundo está ligado a tudo o resto.

É isso — a sério! Essa é a notícia que tudo muda e está a abalar totalmente as fundações da ciência tal como a conhecemos.

«Muito bem», dirá o leitor, «já demos para esse peditório. O que é que torna esta conclusão tão diferente? O que significa na verdade estar tão ligado?» São excelentes questões, cujas respostas o poderão surpreender. A diferença entre as novas descobertas e aquilo em que anteriormente acreditávamos é que, no passado, foi-nos simplesmente dito que essa ligação existe. Através de frases de cariz técnico tais como «dependência sensível das condições iniciais» (ou «efeito borboleta») e teorias que sugeriam que aquilo que fazemos «aqui» tem um efeito «ali», podíamos observar vagamente a ligação que tinha lugar nas nossas vidas. As novas experiências, porém, levam-nos um passo adiante.

Além de provar que estamos ligados a tudo, a investigação demonstra agora que a ligação existe *por nossa causa*. A nossa ligação a tudo o que nos rodeia dá-nos o poder de pôr as cartas a nosso favor no que toca à forma como se desenrolam as nossas vidas. Em tudo, desde a busca do amor e da cura dos nossos entes queridos até ao cumprimento das nossas mais profundas aspirações, somos uma parte integral do que experienciamos todos os dias.

O facto de as descobertas mostrarem que podemos utilizar a nossa ligação de forma consciente abre-nos a porta a nada mais nada menos do que a oportunidade de aceder ao mesmo poder que regula todo o universo. Através da unidade que vive dentro de si, de mim, e de todos os seres humanos que habitam o planeta, temos uma ligação direta com a mesma força que tudo cria, desde os átomos e as estrelas até ao ADN da vida!

Há, porém, um pequeno problema. O nosso poder para o fazer está dormente até que o despertemos. A chave para acordar um poder tão extraordinário consiste em fazer uma pequena mudança na forma como nos vemos neste mundo. Do mesmo modo que os iniciados de Logue descobriram ser capazes de voar depois de receberem um pequeno empurrão para fora do penhasco (no poema da página 3), também com uma pequena mudança de perceção podemos aceder à força mais poderosa do universo, de modo a sermos capazes de resolver situações aparentemente impossíveis. Isso acontecerá quando proporcionarmos a nós mesmos uma nova forma de vermos o nosso papel no mundo.

Como o universo parece ser verdadeiramente vasto — quase demasiado vasto para que sequer consigamos pensá-lo — podemos começar por nos ver de forma distinta na nossa vida de todos os dias. A «pequena mudança» de que precisamos consiste em vermo-nos como parte do mundo, em lugar de *separados* dele. A forma de nos convencermos de que somos verdadeiramente unos com tudo aquilo que vemos e experienciamos é compreender *como* estamos unidos e *o que* significa essa união.

Chave 3: Para sentirmos a força do próprio universo, temos de nos ver como parte do mundo, em lugar de separados dele.

Através da ligação que reúne todas as coisas, a «matéria» de que o universo é feito (ondas e partículas de energia) parece infringir as leis do espaço e do tempo tal como as conhecíamos. Embora os pormenores soem a ficção científica,

são muito reais. Observou-se, por exemplo, que as partículas de luz, os fótons, se bilocalizam — isto é, encontram-se, no mesmo instante, em duas localizações muito diferentes, separadas por muitos quilômetros.

Do ADN dos nossos corpos aos átomos de tudo o resto, os objetos da natureza parecem partilhar informação mais depressa do que Albert Einstein previu que o que quer que fosse pudesse viajar — mais depressa do que a velocidade da luz. Em algumas experiências, os dados chegaram até ao seu destino antes de deixarem o local de origem! Historicamente, julgava-se que tais fenómenos fossem impossíveis, mas, segundo parece, são não apenas possíveis como poderão mostrar-nos algo mais do que simplesmente as anomalias interessantes das pequenas unidades de matéria. A liberdade de movimentos demonstrada pelas partículas quânticas poderá revelar-nos de que forma funciona o resto do universo quando lançamos o nosso olhar além daquilo que sabemos da física.

Por mais que estes resultados possam parecer-se com o guião futurista de um episódio da saga *Star Trek*, estão a ser observados agora mesmo, encontrando-se sob o escrutínio atento dos cientistas dos nossos dias. Individualmente, as experiências que produzem tais efeitos são decerto fascinantes e merecem mais investigação. Consideradas em conjunto, porém, sugerem que poderemos não estar tão limitados pelas leis da física como pensamos. Talvez as coisas *possam de facto* viajar mais depressa do que a luz e talvez *possam* estar em dois sítios ao mesmo tempo! E se as *coisas* possuem esta capacidade, o que se passará connosco?

Estas são precisamente as possibilidades que entusiasмам os inovadores dos nossos dias e agitam a nossa imaginação. É na conjugação da imaginação — a ideia de algo que poderia existir — com uma emoção que dá vida a uma possibilidade que ela se torna uma realidade. A manifestação tem início com a disponibilidade para arranjar espaço nas nossas convicções para algo que supostamente não existe. Criamos esse «algo» através da força da consciência e do conhecimento. O poeta William Blake reconheceu o poder da imaginação como a essência da nossa existência e não algo que simplesmente experienciamos ocasionalmente nos nossos tempos livres. «O Homem é todo ele imaginação», afirmou, precisando de seguida: «O Corpo Eterno do Homem é Imaginação, isto é, o Próprio Deus».²

O filósofo e poeta John Mackenzie aprofundou ainda mais a explicação da nossa relação com a imaginação quando sugeriu: «A distinção entre aquilo que é real e aquilo que é imaginário não pode ser mantida com precisão... todas as coisas que existem são... imaginárias»³ Em qualquer uma destas descrições, os eventos concretos da vida têm de ser primeiro visionados enquanto possibilidades antes de se transformarem em realidade.

Não obstante, para que as ideias imaginárias de determinado instante se transformem na realidade de outro, tem de haver algo que as interligue. De alguma forma, no tecido do universo, tem de existir uma ligação entre imaginações passadas e realidades presentes e futuras. Einstein acreditava firmemente que o passado e o futuro estão intimamente ligados enquanto matéria da quarta dimensão, uma realidade a que chamou *espaço-tempo*. «A

distinção entre passado, presente e futuro», afirmou, «mais não é do que uma ilusão teimosamente persistente»⁴

Deste modo, sob formas que só agora começamos a compreender, chegamos à conclusão de que estamos ligados não apenas a tudo aquilo que vemos nas nossas vidas hoje, mas também a tudo o que já existiu e ainda a coisas que não ocorreram. E aquilo que vivemos *agora* é o resultado de eventos que ocorreram (pelo menos, em parte) num domínio do universo que nem sequer podemos ver.

As consequências destas relações são imensas. Num mundo em que um campo de energia inteligente liga tudo, desde a paz global à cura pessoal, aquilo que poderá outrora ter soado a fantasia ou milagres torna-se subitamente possível nas nossas vidas. Com estas conexões em mente, temos de começar a pensar em como nos relacionamos com a vida, com as nossas famílias ou mesmo com os nossos conhecidos, segundo uma nova e poderosa perspectiva. Bom ou mau, certo ou errado, tudo, desde as mais agradáveis e belas experiências de vida, até às mais horríveis ocasiões de sofrimento humano, deixa de poder ser descartado enquanto acontecimento aleatório.

Claramente, a chave para a cura, a paz, a abundância e a criação de experiências, carreiras e relacionamentos que nos trazem alegria é compreender quão profundamente estamos ligados a tudo na nossa realidade.

EM BUSCA DA MATRIZ

Lembro-me da primeira vez que transmiti a notícia da nossa ligação universal ao meu amigo nativo-americano do *canyon*. Num encontro inesperado que tivemos no mercado local, partilhei apaixonadamente com ele a informação que recolhera de uma nota de imprensa acabada de ler sobre um «novo» campo de energia descoberto, um campo unificador totalmente distinto de qualquer outra energia que se soubesse existir até aí.

«É este campo de energia», exclamei incontinentemente, «que liga tudo. Liga-nos ao mundo, uns aos outros e mesmo ao universo para lá da Terra, tal como você e eu falámos no passado.» De acordo com uma atitude que lhe era usual, o meu amigo permaneceu em silêncio por momentos, fazendo honra ao meu entusiasmo. Ao fim de alguns segundos, respirou fundo e respondeu-me da forma direta que tantas vezes usara no passado.

Foi honesto comigo, indo diretamente ao assunto. «Quer dizer», disse, «você descobriu que tudo está ligado. Isso é o que o meu povo tem vindo a dizer o tempo todo. Ainda bem que a sua ciência também lá chegou!»

Se um campo de energia inteligente desempenha, de facto, um papel tão poderoso no modo como funciona o universo, como é que só soubemos disso tão recentemente? Acabamos de emergir do século XX, um período que os historiadores poderão vir a considerar como o mais notável da história. No espaço de uma única geração, aprendemos a libertar o poder do átomo, a guardar uma biblioteca do tamanho de um quarteirão num chip de computador, e a ler e manipular o ADN da vida. Como poderíamos nós ter realizado todas

estas maravilhas científicas e ao mesmo tempo passado ao lado da descoberta individual mais importante de todas, aquela noção que nos dá acesso ao poder da criação propriamente dito? A resposta poderá surpreendê-lo.



Houve um tempo no nosso passado, não tão distante, em que os cientistas tentaram, de facto, resolver o mistério de saber se estamos ou não ligados através de um campo de energia inteligente, demonstrando, de uma vez por todas, se o campo sequer existe ou não. Não obstante a ideia da investigação ser boa, estamos ainda, mais de um século depois, a recuperar da forma como esta famosa experiência foi interpretada. Em resultado disso, ao longo de grande parte do século XX, se os cientistas se atrevessem a mencionar o que quer que fosse sobre um campo de energia unificador que tudo liga através daquilo que não é mais um espaço vazio, seriam escarnecidos e expulsos da sala de aula ou mesmo da sua universidade. Com poucas exceções, a ideia não era aceite ou sequer permitida em discussões científicas sérias. E, no entanto, nem sempre fora assim. Embora a nossa noção precisa daquilo que interliga o universo tenha permanecido um mistério até hoje, houve inúmeras tentativas para a nomear, com vista a conhecer a sua existência. Nos *Sutras* Budistas, por exemplo, o reino do deus bom Indra é descrito como o sítio onde a rede que liga todo o universo tem origem: «Muito longe, na abóbada celeste do grande deus Indra, existe uma rede maravilhosa que foi suspensa por um artífice astuto de tal forma que se estende infinitamente em todas as direções».⁵

No mito criador do povo Hopi, diz-se que o ciclo atual do nosso mundo teve início há muito, quando a Avó Aranha surgiu no vazio deste mundo. A primeira coisa que fez foi tecer a grande teia que liga todas as coisas e, através desta, criou o sítio onde os seus filhos viveriam as suas vidas.

Desde o tempo dos antigos Gregos, aqueles que acreditavam num campo universal de energia que tudo liga referiram-se-lhe simplesmente como o *éter*. Na mitologia grega, o *éter* era considerado a essência do próprio espaço, sendo descrito como o «ar respirado pelos deuses». Tanto Pitágoras como Aristóteles identificaram-no como o quinto elemento da criação, no seguimento dos quatro elementos familiares, fogo, ar, água e terra. Mais tarde, os alquimistas continuaram a utilizar as palavras dos Gregos para descrever o nosso mundo — tendo essa terminologia resistido até ao advento da ciência moderna.

Contradizendo os pontos de vista tradicionais da maioria dos cientistas de hoje, algumas das maiores mentes da história não só acreditaram que o *éter* existe, como chegaram a levar a sua existência um passo adiante. Afirmaram que o *éter* é *necessário* para que as leis da física operem como operam. No século XVII, Sir Isaac Newton, o «pai» da ciência moderna, utilizou a palavra *éter* para descrever uma substância invisível que impregna todo o universo e que julgava ser responsável pela gravidade, assim como pelas sensações do corpo. Newton encarava-o como um espírito vivo, embora reconhecesse que o equipamento necessário à validação da sua existência não estava disponível à época.

Só no século XIX o autor da teoria eletromagnética, James Clerk Maxwell, propôs formalmente uma descrição científica do éter que liga todas as coisas. Descreveu-o como uma «substância material de um tipo mais sutil do que os corpos visíveis, que se supõe existir naquelas partes do espaço que se encontram aparentemente vazias».⁶

Nos inícios do século XX, alguns dos cientistas mais conceituados continuavam a utilizar a antiga terminologia para descrever a essência que preenche o espaço vazio. Consideravam o éter uma substância real cuja consistência se situaria algures entre a matéria física e a energia pura. Era através do éter, raciocinavam os cientistas, que as ondas luminosas se moviam de um ponto para o outro através daquilo que, em tudo o resto, se assemelhava a espaço vazio.

«Não posso senão considerar o éter, que pode ser sede de um campo eletromagnético com a respetiva energia e vibrações, como dotado de um certo grau de substancialidade, por mais diferente que esta seja de toda a matéria vulgar», afirmou o físico galardoado com o prémio Nobel Hendrik Lorentz, em 1906.⁷ Foram as equações de Lorentz que mais tarde providenciaram a Einstein as ferramentas necessárias à elaboração da sua revolucionária teoria da relatividade.

Mesmo depois de as suas teorias parecerem eliminar a necessidade do éter no universo, o próprio Einstein estava convencido de que se viria a descobrir algo que permitisse explicar o que ocupa o vazio do espaço, afirmando: «O espaço sem éter é impensável.» De modo semelhante ao que pensavam Lorentz e os antigos Gregos sobre esta substância — uma conduta através da qual se movimentam as ondas —, Einstein afirmou que o éter era necessário para que existissem as leis da física: «Num tal espaço [sem éter] não só não haveria propagação da luz como não poderiam existir os padrões de espaço e de tempo.»⁸

Embora, por um lado, Einstein pareça reconhecer a possibilidade da existência do éter, por outro lado, advertiu que não se deveria pensar nele como energia na aceção habitual. «Não se deve pensar no éter como dotado da qualidade característica dos meios ponderáveis, como tendo partes constituintes [partículas «simples»] cujo percurso possa ser acompanhado ao longo do tempo.»⁹ Desta forma, descreveu como, devido à natureza pouco convencional do éter, a sua existência continuava a ser compatível com as suas próprias teorias.

A mera menção, nos nossos dias, do campo de éter continua a gerar aceso debate sobre a sua existência. Quase do mesmo fôlego, faz ressurgir a memória de uma experiência famosa concebida para provar ou infirmar, de uma vez por todas, a existência do campo. Como acontece frequentemente com este tipo de investigações, os resultados levantaram mais questões — e controvérsia do que aquelas a que deram solução.

A MAIOR EXPERIÊNCIA “FALHADA” DA HISTÓRIA

Realizada há mais de cem anos, a experiência do éter foi batizada com o nome dos dois cientistas que a conceberam, Albert Michelson e Edward Morley. O único objetivo da experiência de Michelson-Morley foi determinar se o misterioso éter do universo existia de facto. A experiência, há muito aguardada — e concebida para verificar os resultados de outra semelhante levada a cabo em 1881 —, despertou o interesse e a curiosidade da comunidade científica que se reuniu no laboratório da que é atualmente a Case Western Reserve University, em 1887.¹⁰ Em última análise, esta experiência teve consequências que nem mesmo as mentes mais brilhantes do final do século XIX poderiam ter previsto.

O raciocínio por detrás da experiência era seguramente inovador. Se o éter realmente existisse, argumentaram Michelson e Morley, teria de ser uma energia presente em todo o lado, silenciosa e imóvel. E, caso isto se verificasse, então a passagem da Terra através deste campo no espaço deveria gerar um movimento suscetível de ser medido. Do mesmo modo que conseguimos detetar o ar que faz ondular os vastos campos de trigo dourado nas planícies do Kansas, também deveríamos poder detetar a «brisa» do éter. Michelson e Morley designaram este fenómeno hipotético por *vento do éter*.

O piloto de qualquer avião dir-nos-á que, quando um avião voa *a favor* das correntes de ar da atmosfera, o tempo necessário para uma deslocação de um ponto ao outro pode ser consideravelmente encurtado. Pelo contrário, quando o avião voa contra o vento, o seu progresso é muito dificultado e a resistência deste pode acrescentar horas à duração do voo. Michelson e Morley raciocinaram que, se pudessem disparar um raio de luz em duas direções em simultâneo, a diferença do tempo necessário para cada um dos raios atingir o seu alvo deveria permitir aos cientistas detetar a presença e o movimento do vento do éter. Embora esta experiência fosse uma boa ideia, os seus resultados surpreenderam toda a gente.

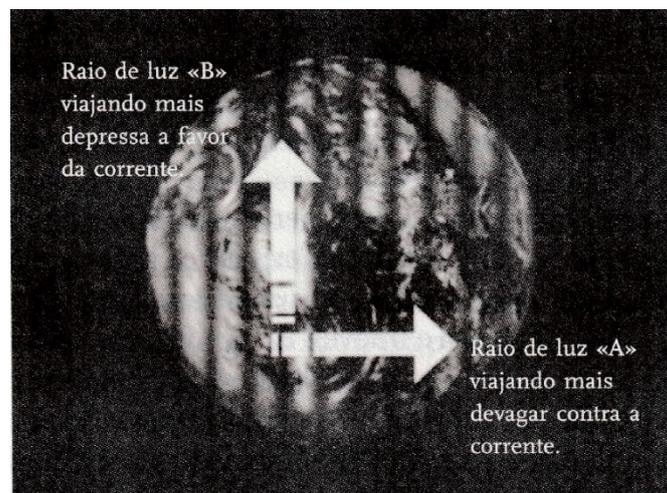


Figura 1. Se o éter estivesse presente, Michelson e Morley estavam convencidos de que um raio de luz deveria viajar mais lentamente ao deslocar-se contra as correntes de éter (A) e mais depressa quando viajasse a favor das mesmas (B). A

experiência, levada a cabo em 1887, não descobriu quaisquer correntes de éter; a conclusão a que se chegou foi a da sua não-existência. As consequências desta interpretação assombram os cientistas há mais de cem anos. Em 1986, a revista *Nature* apresentou os resultados das experiências executadas com equipamento mais sensível. A conclusão principal: foi detetado um campo com as características do éter, o qual se comportou como as previsões mais antigas haviam sugerido que se comportaria um século antes.

A conclusão principal da experiência foi a de que o equipamento de Michelson e Morley não detetou qualquer vento de éter. Ao se confrontarem com o que parecia a ausência de vento, tanto a experiência de 1881 como a de 1887 pareciam conduzir à mesma conclusão: o éter não existe. Michelson interpretou os resultados da que foi designada «a experiência falhada mais bem-sucedida» da história na prestigiada publicação científica *American Journal of Science*: «prova-se assim que o resultado da hipótese de um campo de éter estacionário é incorreta, de onde decorre necessariamente que a hipótese é errónea.»¹¹

Embora a experiência possa ser descrita como um «fracasso» relativamente à demonstração da existência do éter, provou na verdade que o campo de éter poderia não se comportar exatamente da forma como os cientistas originalmente esperavam. O simples facto de não ter sido detetado movimento não significa que o éter não estivesse presente. Uma analogia para isto seria erguer o dedo sobre a cabeça para detetar a presença de vento: concluir pela não-existência do ar devido ao facto de não se sentir nenhuma brisa durante o teste equivaleria aproximadamente ao raciocínio por detrás das conclusões da experiência de 1887.

Aceitando esta experiência como prova da não-existência do éter, os cientistas modernos agem no pressuposto de que os eventos do nosso universo têm lugar independentemente uns dos outros. Aceitam que aquilo que o indivíduo faz em determinada parte do mundo não tem qualquer relação com outras regiões e que não exerce efeito algum sobre alguém que se encontre à distância de meio planeta. Pode dizer-se que esta experiência se transformou na base de uma visão do mundo que exerceu um profundo impacto sobre as nossas vidas e o planeta. Em consequência deste tipo de raciocínio, gerimos as nossas nações, abastecemos de energia as nossas cidades, testamos as nossas bombas atómicas e esgotamos os nossos recursos, convencidos de que aquilo que fazemos num sítio não tem qualquer impacto noutra. Desde 1887, baseámos o desenvolvimento de toda uma civilização na crença de que tudo está separado de tudo o resto, uma premissa que as experiências mais recentes simplesmente demonstram não ser verdade!

Hoje em dia, mais de cem anos após a experiência original, novos estudos sugerem que o éter ou algo parecido com ele existe de facto — simplesmente parece não existir sob a forma que Michelson e Morley esperavam. Ao se convencerem de que o campo deveria ser imóvel e constituído por electricidade e magnetismo, tal como as outras formas de energia descobertas em meados do século XX, procuraram o éter como fariam com uma forma convencional de energia. A questão é que o éter está longe de ser convencional.

Em 1986, a *Nature* publicou um relatório despretensioso intitulado simplesmente «Relatividade Especial». ¹² Com consequências que abanam em absoluto as fundações da experiência Michelson-Morley, bem como tudo aquilo em que acreditamos relativamente à nossa ligação com o mundo, este relatório descrevia uma experiência realizada por um cientista, M. W. Silvertooth, patrocinada pela Força Aérea dos EUA. Reproduzindo a experiência de 1887 — mas agora com equipamento muito mais sensível — Silvertooth afirmou ter detetado *de facto* um movimento no campo de éter. Mais do que isso, este estava intimamente ligado ao movimento da Terra através do espaço, tal como fora previsto! Esta experiência, e outras desde então, sugerem que o éter existe de facto, tal como Planck sugerira em 1944.

Muito embora as experiências modernas continuem a indicar que o campo está lá, podemos ter a certeza de que nunca mais será chamado «éter». Nos círculos científicos, a mera menção da palavra faz irromper qualificativos que vão desde «pseudociência» até «balelas»! Como veremos no capítulo 2, a existência de um campo universal de energia que impregna o nosso mundo está a ser considerada em termos muito diferentes — as experiências que demonstram a sua existência são tão inovadoras que falta ainda encontrar um nome. Independentemente daquilo que decidamos chamar-lhe, porém, algo está definitivamente lá. Liga entre si tudo o que existe no nosso mundo, e além dele, e afeta-nos de formas que só agora começamos a compreender.

Como pode então isto ter acontecido? Como podemos ter passado ao lado de uma tão poderosa chave para a compreensão do modo do funcionamento do universo? A resposta a esta questão vai direta ao núcleo da investigação que gerou a controvérsia mais intensa e o debate mais aceso entre as maiores sumidades científicas dos últimos dois séculos — uma disputa que prossegue até hoje. Ela tem a ver, no essencial, com a forma como nos vemos neste mundo e com a nossa interpretação desse ponto de vista.

A chave está em que a energia que liga tudo o que existe no universo faz igualmente parte daquilo que liga! Em lugar de pensarem no campo como separado da realidade de todos os dias, o que as experiências nos dizem é que o mundo visível e concreto tem na verdade origem no campo: é como se o cobertor da Matriz Divina se distribuísse suavemente através do universo e de vez em quando se «enrugasse» aqui e ali, assumindo a forma de uma rocha, uma árvore, um planeta ou uma pessoa que reconhecemos. Em última análise, todas estas coisas mais não são do que ondulações no campo, e esta mudança subtil, mas poderosa, da nossa forma de pensar constitui a chave para sentir o poder da Matriz Divina nas nossas vidas. Para o fazermos, porém, temos de compreender por que razão os cientistas veem o mundo como veem nos nossos dias.

BREVE HISTÓRIA DA FÍSICA: REGRAS DIFERENTES PARA MUNDOS DIFERENTES

A ciência mais não é do que uma linguagem concebida para o mundo natural, as nossas relações com esse mundo e o universo mais além. E é apenas

uma das linguagens possíveis; houve outras (tais como a *alquimia* e a *espiritualidade*, por exemplo) utilizadas muito antes do advento da ciência moderna. Muito embora pudessem não ser sofisticadas, não há dúvida de que funcionavam. Sinto-me sempre perplexo quando ouço alguém dizer: «O que é que nós fazíamos antes da ciência? Será que sabíamos alguma coisa sobre o nosso mundo?» A resposta é um retumbante: «Sim!» Sabíamos imenso acerca do universo.

O que sabíamos, na verdade, funcionava tão bem que nos providenciou todo um quadro de referência para a compreensão de tudo, desde as origens da vida, às razões por que ficamos doentes e o que devemos fazer para nos curarmos, passando pelo cálculo dos ciclos do Sol, da Lua e das estrelas. Embora este tipo de conhecimento não tenha, obviamente, sido descrito utilizando a linguagem técnica a que estamos habituados nos nossos dias, revelou-se bastante eficiente na tarefa de nos fornecer uma narrativa útil sobre o modo como as coisas funcionam e a razão por que são como são — tão eficiente, de facto, que a civilização existiu ao longo de mais de cinco milénios sem se basear na ciência tal como a conhecemos hoje.

Considera-se em geral que a ciência e a Era científica tiveram início no século XVII. Foi em Julho de 1687 que Isaac Newton criou o formalismo matemático que parece descrever o nosso mundo de todos os dias, publicando a sua obra clássica *Philosophiae Naturalis Principia Mathematica* (Princípios Matemáticos da Filosofia Natural).

Ao longo de mais de duzentos anos, as observações de Newton sobre a natureza constituíram as fundações do campo científico atualmente designado «física clássica». Juntamente com as teorias de Maxwell da eletricidade e do magnetismo, do final do século XIX, e as teorias da relatividade de Einstein do início do século XX, a física clássica revelou-se tremendamente bem-sucedida na explicação dos fenómenos de grande escala que observamos, tais como o movimento dos planetas e a queda das maçãs das árvores. A física clássica serviu-nos tão bem que pudemos calcular as órbitas dos nossos satélites e mesmo pôr um homem a caminhar sobre a Lua.

No início do século XX, porém, os avanços científicos revelaram uma área da natureza onde as leis de Newton simplesmente parecem não funcionar: o minúsculo mundo do átomo. Antes, simplesmente não dispúnhamos da tecnologia necessária para observar o mundo subatômico ou a forma como as partículas se comportam durante o nascimento de uma estrela numa galáxia distante. Em ambos os domínios — o infinitamente pequeno e o infinitamente grande — os cientistas começaram a deparar-se com fenómenos insuscetíveis de ser explicados pela física tradicional. Havia que desenvolver um novo tipo de física, cujas regras explicariam as exceções ao nosso mundo de todos os dias: os fenómenos que ocorrem no domínio da física quântica.

A definição de física quântica encontra-se no seu próprio nome. *Quantum* significa «uma quantidade discreta, isto é, descontínua, de energia eletromagnética» — constitui, assim, a matéria de que o nosso mundo é feito quando o reduzimos à sua essência. Os físicos quânticos em breve descobriram que aquilo que nos parece o nosso mundo sólido não é na verdade sólido de

todo. A analogia que lhe apresentarei de seguida poderá ajudar a compreender porquê.

Quando, numa sala de cinema, se projeta sobre o ecrã uma imagem em movimento, sabemos que assistimos a uma ilusão. Os enredos românticos ou trágicos que nos mexem com o coração resultam na verdade de muitas imagens imóveis projetadas numa sucessão muito rápida, uma após outra, com o objetivo de criar a ilusão de um movimento contínuo. Embora os nossos olhos vejam de facto as imagens individuais uma por uma, o nosso cérebro funde-as naquilo que percebemos como um movimento ininterrupto.

Os físicos quânticos pensam que o nosso mundo funciona fundamentalmente do mesmo modo. Por exemplo, quando assistimos na televisão a um *touchdown* de futebol americano ou a uma tripla pirueta de uma patinadora no gelo, esses movimentos são na verdade constituídos, em termos quânticos, por uma série de eventos individuais que ocorrem muito rapidamente e de forma sucessiva. Do mesmo modo que muitas imagens projetadas em sequência rápida fazem um filme parecer tão real, também a vida ocorre na verdade sob a forma de pequenas e breves explosões de luz designadas «quanta». Os quanta da vida ocorrem tão rapidamente que, a não ser que o nosso cérebro esteja treinado para operar de modo diferente (tal como acontece em algumas formas de meditação), ele simplesmente faz a média das pulsações a que é sujeito, criando a sensação que experimentamos ao assistir a programas de desporto.

A física quântica dedica-se, portanto, ao estudo dos fenómenos que têm lugar à escala muito reduzida das forças mais fundamentais do nosso mundo físico. A diferença entre as formas de funcionamento aparente do mundo quântico e do mundo de todos os dias deu origem a duas escolas de pensamento entre os físicos contemporâneos: a clássica e a quântica. Cada uma delas dispõe das suas próprias teorias de sustentação.

O grande desafio com que os físicos se têm confrontado tem sido o de conciliar estas duas formas muito distintas de pensamento numa única visão do universo — isto é, uma teoria unificada. Fazê-lo exige a existência de algo que preencha aquilo em que pensamos como espaço vazio. Mas o que poderá ocupar esse espaço vazio?

SUMÁRIO DO LONGO CAMINHO PARA UMA TEORIA UNIFICADA

1687 — **Física Newtoniana:** Isaac Newton publica as suas leis do movimento e tem início a ciência moderna. Esta visão considera o universo um enorme sistema mecânico no qual espaço e tempo são absolutos.

1867 — **Física da Teoria dos Campos:** James Clerk Maxwell propõe a existência de forças insuscetíveis de serem explicadas pela teoria de Newton. A sua investigação, juntamente com a de Michael Faraday, conduz à descoberta do universo enquanto conjunto de campos de energia que interagem entre si.

1900 — **Física Quântica:** Max Planck publica a sua teoria do mundo enquanto conjunto de explosões de energia designadas «quanta». As experiências realizadas ao nível quântico revelam que a matéria existe sob a forma de probabilidades e tendências e não de fenómenos absolutos, sugerindo-se que a «realidade» poderá afinal não ser tão real nem tão sólida.

1905 — **Física Relativística:** a visão de Albert Einstein sobre o universo vem perturbar a física newtoniana. Ele propõe que o tempo é relativo e não absoluto. Um aspeto-chave da relatividade é o de que tempo e espaço não podem ser desligados um do outro, existindo em conjunto sob a forma de uma quarta dimensão.

1970 — **Física da Teoria das Cordas:** os físicos descobrem que as teorias que descrevem o universo como minúsculas cordas vibrantes de energia podem ser utilizadas para explicar as observações tanto do mundo quântico como do mundo de todos os dias. A teoria é formalmente aceite na corrente principal da comunidade dos físicos em 1984 enquanto ponte passível de unificar todas as outras teorias.

20?? — **A Nova e Aperfeiçoada Teoria Unificada da Física:** algures no futuro, os físicos descobrirão uma forma de explicar a natureza holográfica daquilo que observamos no universo quântico, bem como as nossas observações no mundo de todos os dias. Formularão as equações necessárias à unificação da sua explicação e sua transformação numa narrativa consistente.

O QUE EXISTE NO ESPAÇO INTERMÉDIO?

No início do filme *Contato* a personagem principal, a Dr. ffi Arroway (desempenhada por Jodie Foster), coloca ao pai a questão que se transforma no fio condutor do resto do filme: *Estamos sós no universo?* A resposta dele transforma-se na pedra-de-toque de tudo o que é verdadeiro na vida dela. Quando se encontra em situações de particular vulnerabilidade, tais como abrir-se ao amor ou confiar na sua experiência no universo distante para o qual é transportada, as palavras do pai tornam-se o princípio orientador das suas convicções: a sua resposta é simplesmente a de que estarmos sós no universo parece um tremendo desperdício de espaço.

De forma muito semelhante, acreditar que o espaço entre quaisquer duas coisas esteja vazio parece igualmente um tremendo desperdício. Os cientistas estão convencidos de que mais de noventa por cento do cosmos está «em falta» e nos aparece sob a forma de espaço vazio. Isso significa que, da totalidade do universo tal como o conhecemos, só dez por cento contém algo. O leitor acredita verdadeiramente que os dez por cento da criação que ocupamos representam tudo aquilo que existe? O que se encontra no espaço em que pensamos como «vazio»?

Se se encontra realmente vazio, há uma questão muito importante a necessitar de ser respondida: como podem as ondas de energia que transmitem tudo, desde as chamadas dos nossos telemóveis até à luz refletida que leva as palavras desta página aos seus olhos, viajar de um sítio para outro? Do mesmo modo que a água transporta as ondulações do ponto de um lago onde uma pedra

cai, tem de existir algo que transmita as vibrações da vida de um ponto para outro. Para que tal seja verdade, porém, temos de colocar em causa uma das premissas-chave da ciência moderna: a convicção de que o espaço está vazio.

Quando por fim conseguirmos resolver o mistério de saber de que é feito o espaço, teremos dado um grande passo no sentido de nos compreendermos e à relação que mantemos com o mundo à nossa volta. Esta questão, como veremos, é tão antiga quanto nós próprios. E a resposta, como também descobriremos, esteve provavelmente sempre connosco.

A noção que temos de estar de alguma forma ligados ao universo, ao nosso mundo e uns aos outros tem sido uma constante, desde a história aborígine gravada nas paredes rochosas da Austrália (que se acredita atualmente terem mais de 20 000 anos) até aos tempos do antigo Egipto e da arte rupestre do Sudoeste Americano. E se essa convicção parece hoje mais forte do que nunca é por outro lado ainda tema de controvérsia e debate a questão de saber exatamente aquilo que nos une. Para que estejamos interligados, tem de haver algo que promova essa interligação. Desde poetas e filósofos a cientistas e a todos aqueles que procuram as suas respostas para lá das ideias consagradas da sua época, a humanidade tem tido a noção de que, no interior do vazio a que chamamos «espaço», tem de existir de facto algo.

O físico Konrad Finagle (1858-1936) colocou a questão óbvia quanto ao significado do próprio espaço, ao afirmar: «Considere-se o que aconteceria se se retirasse o espaço de entre a matéria. Tudo o que existe no universo compactar-se-ia num volume não muito superior ao de um grão de poeira... é o espaço que impede que tudo aconteça no mesmo sítio».¹³ Já o pioneiro antropólogo Louis Leakey afirmou um dia: «Sem compreendermos quem somos, não podemos verdadeiramente avançar.» Estou convencido de que há muita verdade nesta afirmação. A forma como nos vimos no passado foi suficientemente eficaz para nos trazer aonde nos encontramos hoje. Mas agora é altura de abrir as portas a uma nova visão de nós mesmos, uma visão que signifique possibilidades ainda maiores. Pode acontecer que a nossa relutância em aceitar o significado de o espaço ser ocupado por uma força inteligente e de nós fazermos parte desse espaço tenha constituído um obstáculo maior à compreensão de quem somos e da forma como o universo realmente funciona.

No século XX, a ciência moderna pode ter descoberto o que existe no interior do espaço vazio: um campo de energia diferente de qualquer outra forma de energia. Tal como sugerem a rede de Indra e o éter de Newton, esta energia parece estar por toda a parte, sempre, e ter existido desde os inícios do tempo. Numa palestra que proferiu em 1928, Albert Einstein afirmou: «Segundo a teoria da relatividade geral, espaço sem éter é impensável; pois em tal espaço não só não haveria propagação da luz, como não seria igualmente possível existirem padrões de espaço».¹⁴

Max Planck afirmou que a existência de um campo sugere que a inteligência é a responsável pelo nosso mundo físico. «Temos de assumir por detrás desta força [que vemos sob a forma de matéria] a existência de uma Mente consciente e inteligente.» E concluiu: «Esta Mente é a *matriz* de toda a matéria [parênteses e itálicos do autor]».¹⁵

A CAUDA DO LEÃO DE EINSTEIN

Quer falemos do hiato cósmico entre estrelas e galáxias distantes ou de um microespaço existente entre as bandas de energia que formam um átomo, percecionamos o espaço entre as coisas como vazio. Quando afirmamos que algo é «vazio», queremos em geral dizer que nada — absolutamente nada — lá existe.

Indubitavelmente, para o olho menos treinado, aquilo que designamos «espaço» parece de facto vazio. Mas quão vazio será? Quando pensamos nisso a fundo, o que significaria viver num mundo em que o espaço entre a matéria fosse verdadeiramente vazio de tudo? Em primeiro lugar, sabemos que a tarefa de encontrar um tal local no cosmos é provavelmente impossível, por uma razão: como se diz habitualmente, a natureza tem horror ao vazio. Mas se pudéssemos, por magia, transportar-nos para um tal local, com que se pareceria aí a vida?

Para começar, seria um sítio muito escuro. Embora fosse possível, por exemplo, «ligar» uma lanterna, a sua iluminação não poderia viajar para parte alguma, pois nada haveria que as ondas luminosas conseguissem atravessar. Seria como se tivéssemos atirado uma pedra para um lago seco e procurássemos ondulação à superfície: a pedra bateria no fundo, houvesse ou não água, mas não haveria ondas, pois a ondulação que habitualmente irradiaria a partir do ponto de impacto não teria meio algum através do qual se deslocar.

Precisamente pela mesma razão, o nosso mundo hipotético seria igualmente muito silencioso. Também o som tem de viajar através de algum tipo de meio para se perpetuar. Na verdade, praticamente nenhuma forma de energia, tal como a conhecemos hoje — desde o movimento do vento ao calor do Sol — poderia existir, pois os campos eléctrico, magnético e radiante — e mesmo os campos da gravidade — não teriam o mesmo significado num mundo onde o espaço fosse verdadeiramente vazio de tudo.

Felizmente, não temos de especular sobre com que se pareceria tal mundo, visto que o espaço que nos rodeia é tudo menos vazio. Independentemente do que lhe chamemos ou de como a ciência e a religião o definam, é evidente a existência de um campo ou presença que é a «grande rede» que interliga tudo o que existe na criação e nos põe em contato com o poder superior de um mundo maior.

No início do século XX, Einstein fez referência à força misteriosa que ele estava seguro de existir naquilo que percecionamos como o universo que nos rodeia. «A natureza mostra-nos apenas a cauda do leão», afirmou, sugerindo haver algo mais do que aquilo que vemos como realidade, ainda que não o consigamos divisar a partir do nosso ponto de observação cósmico particular. Com uma beleza e eloquência típicas da sua visão do universo, elaborou a sua analogia do cosmos: «Não duvido de que o leão lhe pertence [à cauda], apesar de não poder revelar-se imediatamente a si próprio, devido ao seu enorme tamanho».¹⁶ Em escritos posteriores, Einstein prosseguiu afirmando que, independentemente daquilo que somos ou do nosso papel no universo, estamos todos sujeitos a um poder superior: «Seres humanos, vegetais ou poeira cósmica — todos nós dançamos ao som de uma melodia misteriosa, tocada à

distância por um flautista invisível». ¹⁷ Com a sua declaração de existência de uma inteligência subjacente à criação, Planck descrevera a energia do leão de Einstein. Ao fazê-lo, incendiou uma controvérsia que continua a arder nos nossos dias, e mais intensamente do que nunca. No centro dela, as ideias antigas sobre aquilo de que o nosso mundo é feito (e, já agora, a realidade do universo) foram lançadas janela fora! Há mais de meio século, o pai da teoria quântica explicou-nos que tudo está ligado através de uma energia muito real, posto que pouco convencional.

LIGADOS NA FONTE: O EMARANHAMENTO QUÂNTICO

Desde que Planck apresentou as suas equações da física quântica, no início do século XX, foram desenvolvidas múltiplas teorias e realizadas inúmeras experiências, que parecem demonstrar precisamente essa ideia.

Nos níveis mais pequenos do universo, os átomos e as partículas subatómicas agem na verdade como se estivessem interligados. O problema é que os cientistas não sabem como ou mesmo se o comportamento observado a escalas tão minúsculas tem algum significado para as realidades mais vastas das nossas vidas diárias. Se tiver, as descobertas sugerem que as surpreendentes tecnologias da ficção científica poderão em breve fazer parte do nosso mundo!

Ainda em 2004 físicos da Alemanha, China e Áustria publicaram relatórios que mais pareciam fantasia do que uma experiência científica. Na *Nature*, os cientistas anunciaram as primeiras experiências bem documentadas de teletransporte com destino aberto — isto é, envio da informação quântica relativa a uma partícula (a sua marca-de-água energética) para diferentes localizações ao mesmo tempo. ¹⁸ Por outras palavras, o processo é semelhante a «enviar um documento por fax, destruindo o original no decorrer do processo». ¹⁹

Outras experiências demonstraram realizações também aparentemente impossíveis, tais como «disparar» partículas de um sítio para o outro e bilocalizá-las. Por mais diferente que cada uma destas investigações pareça das outras, partilham um denominador comum, do qual decorre uma narrativa ainda mais vasta. Para que estas experiências aconteçam desta forma, tem de existir um meio de propagação — por outras palavras, tem de haver algo através do qual as partículas se deslocam. E é precisamente aqui que reside aquele que poderá constituir o maior mistério dos tempos modernos, visto que a física convencional afirma a não-existência deste meio.

Em 1997, revistas científicas de todo o mundo publicaram os resultados de algo que os físicos tradicionais afirmam que não deveria ter acontecido. Comunicada a mais de 3400 jornalistas, docentes, cientistas e engenheiros de mais de quarenta países, fora realizada na universidade de Genebra, na Suíça, uma experiência sobre a matéria constituinte do nosso mundo — partículas de

luz chamadas fótons - com resultados que continuam a abalar as fundações da sabedoria convencional.²⁰

Mais especificamente, os cientistas haviam dividido um fóton individual em duas partículas distintas, criando partículas «gémeas» com propriedades idênticas. De seguida, utilizando equipamento desenvolvido especificamente para a experiência, dispararam ambas as partículas em direções opostas. As partículas gémeas foram colocadas numa câmara especialmente concebida, equipada com dois cabos de fibra ótica, iguais aos utilizados para transmitir chamadas telefónicas, que se estendem para fora da câmara em direções opostas, ao longo de uma distância de onze quilómetros. Quando cada uma das partículas gémeas atingiu o seu alvo, estavam separadas por vinte e dois quilómetros. No fim do trajeto, as partículas gémeas eram obrigadas a «escolher» entre dois percursos aleatórios em tudo idênticos.

O que torna esta experiência tão interessante é o facto de que, quando as partículas gémeas atingiam um local onde tinham de seguir um trajeto ou outro, faziam ambas precisamente as mesmas escolhas e viajavam sempre pelo mesmo percurso. Sem uma falha, os resultados eram idênticos sempre que se repetia a experiência.

Não obstante o senso comum afirmar que as partículas gémeas são distintas e não comunicam entre si, elas agem como se ainda estivessem ligadas! Os físicos chamam a esta misteriosa ligação «emaranhamento quântico». O director do projeto, Nicholas Gisin, explica: «O que é fascinante é o facto de os fótons emaranhados formarem um e o mesmo objeto. Mesmo quando os dois fótons gémeos se encontram geograficamente separados, sempre que um deles seja modificado, o outro sofre automaticamente a mesma modificação».²¹

Historicamente, não há absolutamente nada na física tradicional que possa explicar aquilo que esta experiência mostrou. No entanto, assistimos repetidamente à realização de experiências semelhantes às de Gisin. O Dr. Raymond Chiao, da Universidade da Califórnia, Berkeley, aprofunda a descrição dos resultados das experiências de Genebra considerando-as «um dos mistérios profundos da mecânica quântica. Estas conexões são um facto da natureza demonstrada pelas experiências, mas é muito difícil tentar explicá-las em termos filosóficos».²²

A razão pela qual estas investigações são tão importantes para nós prende-se com o facto de, segundo o senso comum, devermos pensar que não há forma de os fótons comunicarem entre si — as suas escolhas são independentes e não inter-relacionadas. A nossa convicção tem sido a de que quando objetos físicos deste mundo se encontram separados estão realmente separados em todos os sentidos da palavra. Mas os fótons mostram-nos algo muito diferente.

Comentando este tipo de fenómeno muito antes de a experiência de 1997 ter tido de facto lugar, Albert Einstein caracterizou a possibilidade da ocorrência de tais resultados como «ação sobrenatural à distância». Atualmente, os cientistas estão convencidos de que estes resultados não-convencionais são propriedades que ocorrem exclusivamente no domínio quântico, caracterizando-os como «sobrenaturalidades quânticas».

A ligação entre os fotões era tão completa que parecia instantânea. Uma vez reconhecida à escala muito reduzida dos fotões, descobriu-se mais tarde que o mesmo fenómeno existia noutros locais naturais, mesmo em galáxias separadas por anos-luz. «Em princípio, deveria ser indiferente a correlação entre duas partículas gémeas ocorrer quando se encontram separadas por apenas alguns metros ou pela totalidade do universo», afirma Gisin. Porquê? O que liga duas partículas de luz ou duas galáxias num grau tal que uma modificação ocorrida na primeira tenha lugar simultaneamente na segunda? O que nos está a ser mostrado sobre o funcionamento do mundo, e que possamos ter menosprezado em experiências passadas?

Para responder a este tipo de questão, temos de começar por compreender de onde provém a Matriz Divina. E, para o fazer, temos de dar um passo atrás — muito atrás —, até ao instante em que os cientistas ocidentais consideram ser o início de tudo... ou, pelo menos, do universo tal como o conhecemos.

A ORIGEM DA MATRIZ

Os cientistas da corrente dominante acreditam atualmente que o nosso universo teve origem há 20 mil milhões de anos, através de uma explosão gigantesca, diferente do que quer que tivesse ocorrido antes ou desde então. Não obstante haver teorias dissonantes relativamente ao instante preciso em que a explosão se deu e à circunstância de ter havido uma única ou múltiplas explosões, parece haver consenso geral no facto de o nosso universo ter tido início com uma gigantesca libertação de energia, há muito tempo. Em 1951, o astrónomo Fred Hoyle cunhou um termo para essa explosão incomensurável, um termo que é ainda utilizado nos nossos dias: *big bang*.

Os investigadores calculam que, frações de segundo apenas antes da ocorrência do *big bang*, a totalidade do nosso universo era imensamente mais pequena do que hoje. Os modelos computacionais sugerem que, na verdade, era tão pequeno que se encontrava fortemente comprimido numa pequeníssima bola. Considerando todo o espaço «vazio» retirado do que atualmente cremos ser o universo, julga-se que essa bola fosse, aproximadamente, do tamanho de uma ervilha!

Se o universo era minúsculo, não era certamente frio. Os modelos sugerem que a temperatura no interior desse espaço compacto atingiria um valor inimaginável de 18 mil milhões de milhões de milhões de milhões de graus centígrados — muitas vezes superior ao da temperatura atual do Sol. E uma fração de segundo a seguir ao *big bang*, as simulações mostram que as temperaturas poderão ter arrefecido para uns amenos 18 mil milhões de graus, aproximadamente, após o que o nascimento do nosso novo universo seguiu o seu curso.

Enquanto a força explosiva do *big bang* rasgava o vazio, transportava consigo mais do que apenas o calor e a luz que seria de esperar. Deslocava-se também sob a forma de um padrão de energia que se tornou um modelo de tudo o que existe agora ou que alguma vez existirá. É este padrão que é objeto de mitos antigos, de saberes intemporais e místicos. Com nomes que vão desde a

«rede» de Indra do Sutra Budista até à «teia» da Avó Aranha das tradições Hopi, o eco desse padrão perdura nos nossos dias.

É esta rede ou teia de energia que continua a expandir-se através do cosmos enquanto essência quântica de todas as coisas, incluindo nós mesmos e aquilo que nos rodeia. É esta a energia que liga as nossas vidas sob a forma da Matriz Divina. É igualmente esta essência que age como um espelho multidimensional, refletindo aquilo que criamos nas nossas emoções e convicções de volta a nós sob a forma do nosso mundo (ver segunda parte).

Como podemos estar tão certos de que tudo no universo se encontra de facto ligado? Para responder a esta questão, regressemos ao *big bang* e à experiência da universidade de Genebra apresentada na secção anterior. Não obstante parecerem diferentes uma da outra, une-as uma subtil semelhança: em cada uma, a ligação a ser explorada existe entre duas coisas que estiveram em tempos fisicamente reunidas. No caso da experiência, a cisão de um único próton em duas partículas deu origem às partículas gémeas e isso foi feito para garantir que ambas eram semelhantes em todos os aspetos. O facto de os fótons e as partículas do *big bang* terem em tempos feito fisicamente parte uma da outra constitui a chave para a sua ligação. Parece que, uma vez que algo seja unido, *estará sempre ligado*, quer permaneça fisicamente junto quer não.

Chave 4: Uma vez algo unido, está sempre ligado, quer permaneça fisicamente junto quer não.

Isto é crucial na nossa discussão, por uma razão verdadeiramente importante e frequentemente menosprezada. Por maior que nos pareça o universo hoje em dia, e apesar dos milhares de milhões de anos-luz que o brilho das estrelas mais distantes demora a chegar aos nossos olhos, houve um tempo em que toda a matéria do universo se encontrava comprimida num espaço muito reduzido. Nesse inimaginável estado de compressão, tudo estava fisicamente reunido. Quando a energia do *big bang* causou a expansão do nosso universo, as partículas de matéria ficaram separadas por espaços cada vez maiores.

As experiências sugerem que, independentemente da quantidade de espaço que separe duas coisas, uma vez unidas, ficam sempre ligadas. Temos todas as razões para acreditar que o estado emaranhado que liga partículas separadas hoje em dia se aplique igualmente à matéria do nosso universo que se encontrava ligada antes do *big bang*. Tecnicamente, tudo o que estava fundido no interior do nosso cosmos do tamanho de uma ervilha há 13 ou 20 mil milhões de anos continua ligado! E a energia que promove a ligação é aquela que Planck descreveu como a «matriz» de tudo.

Hoje em dia, a ciência moderna refinou a nossa compreensão da matriz de Planck, descrevendo-a como uma forma de energia que tem estado por todo o lado, sempre presente desde que o tempo começou com o *big bang*. Da existência deste campo decorrem três princípios que exercem um efeito direto sobre a forma como vivemos, sobre tudo o que fazemos, sobre aquilo em que acreditamos e mesmo sobre aquilo que sentimos quanto a cada um dos dias das

nossas vidas. É verdade que estas ideias contradizem diretamente muitas noções bem estabelecidas tanto da ciência como da espiritualidade. Ao mesmo tempo, porém, são precisamente estes princípios que abrem caminho a uma forma de ver o nosso mundo e de viver as nossas vidas que nos capacita e afirma a vida:

1. O primeiro princípio sugere que, visto tudo existir no interior da Matriz Divina, todas as coisas estão ligadas. A ser assim, aquilo que fazíamos numa parte das nossas vidas exercerá efeito nas outras partes.
2. O segundo princípio propõe que a Matriz Divina seja *holográfica* — isto é, que qualquer porção do campo contém tudo o que existe no campo. Como se julga que a própria consciência seja holográfica, isso significa que a oração que fazemos na nossa sala de estar, por exemplo, *já existe* junto dos nossos entes queridos e no local onde pretendemos que exista. Por outras palavras, não há necessidade de enviar as nossas orações para parte alguma, uma vez que já existem em todo o lado.
3. O terceiro princípio postula que o passado, o presente e o futuro estão intimamente juntos. A Matriz parece ser o recetáculo que inclui o tempo, proporcionando uma continuidade entre as escolhas do nosso presente e as experiências do nosso futuro.

Independentemente do que lhe chamemos ou de como a ciência e a religião a definam, resulta claro que há alguma coisa lá fora — uma força, um campo, uma presença — que é a grande «rede» que nos liga uns aos outros, ao nosso mundo e a um poder superior.

Se formos capazes de verdadeiramente assimilar aquilo que estes três princípios nos dizem sobre as nossas relações uns com os outros, com o universo e connosco mesmos, então os eventos das nossas vidas assumirão um sentido inteiramente novo. Tornar-nos-emos participantes, em lugar de vítimas, de forças que não conseguimos ver nem compreender. É aí que começa verdadeiramente o nosso fortalecimento.

¹ **Dean Radin** num comentário conjunto com os produtores do filme de 2004 *Suspect Zero*, realizado por E. Elias Merhige (Estúdios Paramount editado em DVD em Abril de 2005). O enredo do filme desenvolve-se em torno da utilização da visão remota na investigação criminal. Ao longo de 15 anos, Radin investigou experimentalmente fenómenos parapsicológicos em instituições educativas e na indústria, através dos cargos que desempenhou nas universidades de Princeton, Edinburgo, Nevada e SRI International. É atualmente investigador no Institute of Noetic Sciences, organização que tem por objetivo explorar «as fronteiras da consciência com vista à promoção das transformações individuais, sociais e globais».

² **Neville**, *The Law and the Promise* (Marina del Rey, CA: DeVorss, 1961), p. 9.

³ *Ibid.*, p. 44.

⁴ The Expanded Quotable Einstein, p. 75.

⁵ **Francis Harold Cook**, *Hua-yen Buddhism: The Jewel Netofindra* (University Park, PA: Pennsylvania State University Press, 1977), p. 2.

⁶ **James Clerk Maxwell**, «pai» da teoria eletromagnética. Esta citação abre o artigo que lhe foi encomendado sobre o campo do éter para a 9.^a edição da Encyclopædia Britannica, publicada pela Cambridge University Press em 1890. Sítio na Web: <https://www.mathpages.com/>.

7 Dito pelo físico Hendrik Lorentz em 1906 e citado numa recolha *online* de pontos de vista acerca do campo de éter, «Physics — On Absolute Space Aether, Ether, Akasa) and Its Properties as an Infinite Eternal Continuous Wave Medium.» Sítio na Web: <https://www.spaceandmotion.com/Physics-Space-Aether-Ether.htm>.

8 Dito por Albert Einstein durante uma palestra em 1928. Ibid.

9 Ibid.

10 **A. A. Michelson**, «The Relative Motion of the Earth and the Luminiferous Ether», *American Journal of Science*, vol. 22 (1881), pp. 120-129.

11 **A. A. Michelson e Edward W. Morley**, «On the Relative Motion of the Earth and the Luminiferous Ether», *American Journal of Science*, vol. 34 (1887), DD. 333-345.

12 **E. W. Silvertooth**, «Special Relativity», *Nature*, vol. 322 (14 August 1986), P. 590.

13 Konrad Finagle, *What's the Void?* (Barney Noble, 1898) [Excertos republicados em D. E. Simanek e J. C. Holden, *Science Askew* (Boca Raton, FL: Institute of Physics Publishing, 2002)].

14 Dito por Albert Einstein durante uma palestra em 1928. «Physics — On Absolute Space (Aether, Ether, Akasa) and Its Properties as an Infinite Eternal Continuous Wave Medium.»

15 **Max Planck**, retirado de um discurso proferido em Florença, Itália, em 1944, de título: «Das Wesen der Materie» (The Essence/Nature/Character of Matter). Fonte: Archiv zur Geschichte der Max-Planck-Gesellschaft, Abt. Va, Rep. 11 Planck, Nr. 1797. Apresento abaixo um excerto desse discurso no original alemão, seguido da respectiva tradução. Original Alemão: «Als Physiker, der sein ganzes Leben der nüchternen Wissenschaft, der Erforschung der Materie widmete, bin ich sicher von dem Verdacht frei, für einen Schwarmgeist gehalten zu werden. Und so sage ich nach meinen Erforschungen des Atoms dieses: Es gibt keine Materie an sich. Alle Materie entsteht und besteht nur durch eine Kraf welche die Atomteilchen in Schwingung bringt und sie zum winzigsten Sonnensystem des Alls zusammenhält. Da es im ganzen Weltall aber weder eine intelligente Kraft noch eine ewige Kraft gibt — es ist der Menschheit nicht gelungen, das heiferechte Perpetuum mobile zu erfinden — so müssen wir hinter dieser Kraft einen bewuften intelligenten Geist annehmen. Dieser Geist ist der Urgrund aller Materie.»

Tradução: «Como homem que devotou toda a sua vida à ciência mais lúcida, ao estudo da matéria, posso dizer-vos, a título de resultado da minha investigação sobre os átomos, o seguinte: não existe matéria enquanto tal! Toda a matéria tem origem e existe unicamente por virtude de uma força que leva todas as partículas de um átomo a vibrar e mantém coeso este sistema solar atómico... Temos de assumir que por detrás desta força existe uma Mente consciente e inteligente. Esta Mente é a matriz de toda a matéria.»

16 Albert Einstein, citado pelo físico Michio Kaku num artigo *online*, «M-Theory: The Mother of all SuperStrings: An introduction to M-Theory» (2005).

17 The Expanded Quotable Einstein, p. 204.

18 Zhi Zhao, Yu-Ao Chen, An-Ning Zhang, Tao Yang, Hans J. Briegel, e Jian-Wei Pan, «Experimental Demonstration of Five-photon entanglement and Open-destination Teleportation», *Nature*, vol. 430 (2004), Pp. 54.

19 **Eric Smalley**, «Five Photons Linked», *Technology Research News* (Agosto Setembro 2004).

20 **Malcolm W. Browne**, «Signal Travels Farther and Faster Than Light», Thomas Jefferson National Accelerator Facility (Newport News, VA) newsletter *online* (22 de Julho de 1997).

21 Esta citação do director do projeto, o Professor Nicholas Gisin, foi retirada de um artigo que descreve a experiência. «Geneva University Development in Photon Entanglement for Enhanced Encryption Security and Quantum Computers» (2000).

22 **Malcolm W. Browne**, «Signal Travels Farther and Faster Than Light.»

CAPÍTULO 2

Tudo se deve basear numa ideia simples. Quando finalmente a descobrirmos, será tão irresistível, tão bela, que diremos uns aos outros que não podia ter sido de outra maneira.

— JOHN WHEELER (1911-), físico

Há duas formas de ser enganado. Uma é acreditar no que não é verdade; a outra é recusar-se a acreditar no que é verdade.

— SOREN KIERKEGAARD (1813-1855), filósofo

UM PARADIGMA ABALADO:

AS EXPERIÊNCIAS QUE TUDO MUDAM

Os primeiros raios do sol da manhã projetaram longas sombras nas montanhas Sangre de Cristo, que se erguiam por detrás de nós, a oeste. Tinha combinado encontrar-me com o meu amigo Joseph (nome fictício) ali, no vale, para simplesmente caminhar, falar e desfrutar da manhã. Enquanto nos encontrávamos na orla da vasta extensão de terreno que liga o norte do Novo México ao sul do Colorado, tínhamos um horizonte de quilómetros à nossa frente, ao longo dos campos que nos separavam dessa grande ferida na terra que é a Garganta do Rio Grande, a qual forma as margens do rio com o mesmo nome. O sábio do deserto estava especialmente eloquente nessa manhã e, quando demos início ao nosso passeio, comentou a família de vegetação que cobre a terra.

«Todo este campo», disse ele, «até onde a nossa vista alcança, funciona em conjunto, como uma única planta». O calor da sua respiração misturava-se com a atmosfera gelada da manhã, e pequenas nuvens de vapor de água perduravam no ar alguns segundos após cada palavra que articulava.

«Há muitos arbustos neste vale», prosseguiu, «e cada uma das plantas está unida às outras através de um sistema de raízes que se encontra fora do nosso campo de visão. Embora estejam escondidas dos nossos olhos, debaixo da terra, as raízes não deixam de existir — todo o campo é uma única família de salva. E como acontece com qualquer família», explicou, «a experiência de um membro é partilhada, em maior ou menor grau, por todos os outros».

Ponderei as palavras de Joseph. Que bela metáfora para a forma como todos estamos ligados uns aos outros e ao mundo que nos rodeia. Fomos levados a pensar que estamos separados uns dos outros, do nosso mundo e de tudo o que acontece sobre ele. Com essa premissa, sentimo-nos isolados, sós e por vezes impotentes para mudar as coisas que nos provocam dor e o sofrimento dos outros. A ironia está em que também damos por nós submersos em livros de autoajuda e *workshops* que nos explicam o quanto estamos ligados, quão poderosa é a nossa consciência e que a humanidade é na verdade uma única e preciosa família.

Enquanto ouvia Joseph, não pude deixar de pensar na descrição que o grande poeta Rumi fez da condição humana. «Que seres estranhos somos nós!», afirmou. «Sentados no inferno, à beira do escuro, receamos a nossa própria imortalidade.»¹

Precisamente, pensei. Não só as plantas estão interligadas, como possuem, juntas, um poder superior ao de qualquer uma delas isolada. Qualquer arbusto do vale, por exemplo, influencia apenas a pequena porção de terra que o rodeia. Mas juntos, às centenas de milhares, dispõem de um poder não desprezável! Juntos, podem alterar características do solo, como o pH, de forma capaz de lhes assegurar a sobrevivência. E ao fazê-lo, o subproduto da sua existência — oxigénio em abundância — é a própria essência da nossa existência. Enquanto família unificada, estas plantas são capazes de mudar o seu mundo.

É possível, na verdade, que tenhamos mais em comum com os arbustos de salva desse vale do Novo México do que poderíamos pensar. Se eles dispõem do poder, individual e coletivo, para mudar o seu mundo, o mesmo acontece connosco.

Cada vez mais investigações sugerem que somos mais do que retardatários cósmicos simplesmente de passagem por um universo há muito concluído. Os dados experimentais conduzem-nos à conclusão de que estamos na verdade a criar um universo à medida que prosseguimos o nosso caminho e acrescentamos ao que já existe! Por outras palavras, parecemos ser a própria energia a criar o cosmos, bem como os seres que experienciam aquilo que estão a criar. Isso porque somos consciência e a consciência parece ser a «matéria» a partir da qual o universo é produzido.

Esta é a verdadeira essência da teoria quântica que tanto perturbou Einstein. Até ao fim dos seus dias, manteve-se fiel à convicção de que o universo existe independentemente de nós. Reagindo a analogias relativamente ao nosso efeito sobre o mundo e a experiências que mostram que a matéria se altera quando a observamos, afirmou simplesmente: «Gosto de pensar que a Lua existe mesmo quando não estou a olhar para ela».²

Muito embora o nosso papel exato na criação não seja ainda totalmente compreendido, as experiências realizadas no domínio quântico revelam claramente que a consciência exerce um efeito direto sobre as partículas mais elementares da criação. E somos nós a fonte da consciência. John Wheeler, professor emérito da Universidade de Princeton e colega de Einstein, poderá ter sido quem melhor resumiu o nosso papel recém-compreendido.

As investigações realizadas por Wheeler poderão tê-lo levado a convencer-se da possibilidade de vivermos num mundo criado pela própria consciência — num processo que designa como universo participativo. «Segundo ele [o princípio participativo]», afirma Wheeler, «não poderíamos sequer imaginar um universo que não contivesse observadores algures e durante um determinado período de tempo, pois os próprios materiais de construção do universo são estes atos de participação do observador».³ Wheeler dá como exemplo a ideia central da teoria quântica, segundo a qual «nenhum fenómeno elementar é um fenómeno até ser um fenómeno observado (ou registado)».⁴

O ESPAÇO É A MATRIZ

Se os «materiais de construção do universo são constituídos por observação e participação — *a nossa* observação e *a nossa* participação — qual a matéria que estamos a criar? Para fazer o que quer que seja, é necessário primeiro utilizar algo, uma qualquer essência maleável como plasticina. De que são feitos o universo, o planeta e os nossos corpos? Como se encaixam? Temos verdadeiramente controlo sobre alguma coisa? Para responder a este tipo de questões, temos de ultrapassar os limites das nossas fontes tradicionais de conhecimento — a ciência, a religião e a espiritualidade — e fundi-las numa sabedoria superior. É aqui que entra a Matriz Divina. Não que desempenhe o papel menor de um subproduto no universo ou faça simplesmente parte da criação; a *Matriz é criação*. É simultaneamente o material que tudo abrange e o recetáculo de tudo o que é criado.

Quando penso na Matriz desta forma, vem-me à mente a descrição feita pelo cosmólogo Joel Primack, da Universidade de Califórnia, Santa Cruz, do instante em que a criação teve início. Em lugar do *big bang* ser uma explosão num determinado sítio, da maneira como tipicamente esperamos que as explosões ocorram, ele afirma: «O *big bang* não ocorreu algures no espaço; ocupou a totalidade do espaço.»⁵ O *big bang* foi o *próprio espaço* a explodir e a transformar-se numa nova configuração de energia, *sob a forma* dessa mesma energia! Tal como a origem do universo foi o próprio espaço a manifestar-se energeticamente, também a Matriz é a própria realidade — todas as possibilidades, sempre em movimento, como essência duradoura que tudo liga.

A FORÇA INTERIOR AO INÍCIO

A antiga coleção de escritos originários da Índia designada por Vedas está entre as mais antigas escrituras do mundo e alguns investigadores atribuem-lhe a idade de 7000 anos. Naquele que é porventura o seu texto mais conhecido, o *Rig Veda*, encontramos uma descrição de uma força subjacente à criação, a partir da qual todas as coisas se formam — a força que existia já antes do «início». Este poder, designado *Brahman*, é identificado como o «que ainda não nasceu... onde habitam todas as coisas que existem».⁶ E de um trecho subsequente do texto resulta claro que todas as coisas existem porque «o Único manifesta-se como os vários, o informe assume formas».⁷

Numa linguagem diferente, poderíamos pensar na Matriz Divina precisamente da mesma forma — como a força anterior às outras forças. É o recetáculo que agrega o universo, bem como o modelo de tudo o que acontece no mundo físico. Por ser a substância do universo, parece lógico que tenha existido desde o início da criação. Se for esse o caso, então a questão lógica a formular será: «Por que é que os cientistas não encontraram, até hoje, provas da existência da Matriz?»

Esta é uma excelente questão que coloco, sempre que tenho oportunidade, aos cientistas e investigadores deste campo do saber. De cada vez que o faço, a resposta é tão semelhante que quase consigo prever o que vai acontecer. Primeiro, um ar de surpresa perante a possibilidade de eu ter insinuado que a ciência falhou de algum modo uma descoberta tão importante como o campo de energia que tudo liga na criação. De seguida, a discussão volta-se para o equipamento e a tecnologia. «Não temos simplesmente disposto da tecnologia necessária à deteção de um campo tão subtil» é a forma que a resposta habitualmente assume.

Ora, muito embora isto possa ter sido verdade em determinado momento, a realidade é que ao longo de pelo menos os últimos cem anos dispusemos de facto da possibilidade de construir os detetores que nos diriam se a Matriz Divina (ou o éter, a teia da criação ou o que quer que decidamos chamar-lhe) existe. Poderá ser mais rigoroso afirmar que o grande obstáculo à nossa descoberta da Matriz Divina tem sido a relutância da corrente dominante da ciência em reconhecer a sua existência.

Esta força primordial de energia providencia a essência de tudo o que experienciamos e criamos. Contém a chave para desvendar os mistérios profundos de quem somos, bem como para responder às mais antigas questões sobre o modo como as coisas funcionam no nosso mundo.

TRÊS EXPERIÊNCIAS QUE MUDAM TUDO

A história olhará o último século como o da descoberta e da revolução científicas. Para muitos, os avanços fundamentais que se transformaram nas fundações de disciplinas inteiras ocorreram no decurso dos últimos cem anos. Desde a descoberta, em 1947, dos *Manuscritos do Mar Morto*, até ao modelo de dupla hélice do ADN, idealizado por Watson e Crick, passando pela nossa capacidade de miniaturizar os circuitos eletrónicos nos microcomputadores, o século XX não teve precedentes em termos de avanços científicos. Muitas das descobertas foram tão rápidas, porém, que nos deixaram, até hoje, algo desconcertados. Se é verdade que abriram a porta a novas oportunidades, não estávamos ainda prontos para responder à questão: «O que significa esta nova informação para as nossas vidas?»

Tal como o século XX foi uma época de descoberta, podemos vir a chegar à conclusão de que o século XXI será aquela em que tentaremos dar sentido a tudo o que descobrimos. Muitos dos principais cientistas, professores e investigadores dos nossos dias estão empenhados neste processo. Embora a existência de um campo universal de energia tivesse sido teorizada, visualizada,

discutida por escrito e imaginada há muito, só recentemente foram realizadas experiências que provam, de uma vez por todas, a existência da Matriz.

Entre 1993 e 2000, uma série de experiências sem precedentes veio mostrar a existência de um campo de energia fundamental que banha o universo. Para efeitos deste livro, escolhi três destas experiências que ilustram claramente o tipo de estudos que estão a redefinir a nossa ideia da realidade. Sublinho que se trata unicamente de experiências representativas, pois outras estão a ser apresentadas, aparentemente todos os dias, com resultados semelhantes.

Por mais fascinantes que sejam os estudos propriamente ditos, o que, de facto, me interessa é o raciocínio por detrás de cada investigação. Quando os cientistas concebem experiências com o objetivo de determinar a relação entre o ADN humano e a matéria física, por exemplo, podemos ter a certeza de que está ao virar da esquina uma mudança decisiva de paradigma. Digo isto porque, antes de estas experiências terem provado a existência de uma tal relação, a crença comum era a de que tudo o que existe no nosso mundo está separado de tudo o resto.

Tal como ouvimos cientistas da «velha escola» afirmar claramente que, se não se conseguir medir algo, esse algo não existe, também, antes da publicação das experiências que apresento de seguida, a convicção era a de que, se dois «alcos» se encontram fisicamente separados um do outro no mundo, então não exercerão qualquer efeito um sobre o outro — não haverá qualquer ligação. Mas tudo isso se alterou nos últimos anos.

Foi neste período que o biólogo quântico Vladimir Poponin publicou os resultados da investigação realizada por ele e pelos seus colegas, incluindo Peter Gariaev, na Academia Russa de Ciências. Num artigo publicado nos EUA em 1995, descreviam uma série de experiências que sugeriam que o ADN humano afeta diretamente o mundo físico, através daquilo que consideravam ser um novo campo de energia que ligava ambos.⁸ Suspeito de que o campo com o qual estes investigadores deram por si a trabalhar não seja provavelmente «novo» no verdadeiro sentido da palavra. O cenário mais provável é o de sempre ter existido, mas simplesmente nunca ter sido reconhecido, devido ao facto de ser constituído por uma forma de energia para cuja medição nunca dispusemos do equipamento necessário.

O Dr. Poponin visitava uma instituição americana quando esta série de experiências foi repetida e publicada. A magnitude do que nos diz o seu estudo, «O efeito-fantasma do ADN», sobre o nosso mundo foi provavelmente mais bem resumida pelas palavras do próprio Poponin. Na introdução ao seu relatório, afirma: «Estamos convencidos de que esta descoberta encerra um tremendo significado para a explicação e compreensão mais profundas dos mecanismos subjacentes aos fenómenos subtis de energia, incluindo muitos dos fenómenos de cura alternativa observados».⁹

O que nos diz então Poponin aqui? A experiência I descreve o efeito-fantasma e aquilo que este nos diz sobre a nossa relação com o nosso mundo, uns com os outros e com o universo mais além... Tem tudo a ver com a relação entre o nosso ADN e nós mesmos.

EXPERIÊNCIA I

Poponin e Gariaev conceberam a sua experiência pioneira com o objetivo de testar o efeito do ADN sobre partículas de luz (fotões), a «matéria» quântica de que é feito o nosso mundo. Para isso, começaram por remover todo o ar de um tubo especialmente concebido, criando aquilo que pode ser considerado um vácuo. Tradicionalmente, o termo *vácuo* obriga a que o recetáculo esteja vazio, mas, mesmo depois de retirado o ar, os cientistas sabiam que alguma coisa permanecia no interior — os fotões. Utilizando, então, equipamento concebido com grande precisão e capaz de detetar as partículas, os cientistas mediram a respetiva localização através do tubo.

Pretendiam verificar se as partículas de luz se encontravam disseminadas por toda a parte, presas às paredes laterais do vidro ou porventura aglomeradas no fundo do recipiente. Aquilo que começaram por verificar não constituiu surpresa: os fotões encontravam-se distribuídos de uma forma completamente desordenada. Por outras palavras, as partículas estavam por toda a parte no interior do recipiente, precisamente de acordo com as expectativas de Poponin e respetiva equipa.

Na parte seguinte da experiência, colocou-se amostras de ADN humano no interior do tubo fechado, juntamente com os fotões. Em presença do ADN, as partículas de luz fizeram algo que ninguém esperara: em lugar do padrão de disseminação que a equipa observara anteriormente, *as partículas ordenavam-se* de forma diferente quando na presença de material vivo. O ADN estava claramente a exercer uma influência direta sobre os fotões, como que modelando-os em padrões regulares através de uma força invisível. Isto é muito importante, visto não haver absolutamente nada nas premissas da física convencional que permitisse esperar ou explicar este efeito. No entanto, neste ambiente controlado, o ADN — a substância de que somos feitos — exercia um efeito direto, observável e documentável sobre *a matéria quântica de que o nosso mundo é feito!*

A surpresa seguinte chegou quando o ADN foi retirado do recipiente. Os cientistas tinham todas as razões para esperar que as partículas de luz retornassem ao seu estado original de disseminação através do tubo. No seguimento da experiência de Michelson-Morley (descrita no capítulo 1), nada na literatura científica tradicional sugeria que acontecesse outra coisa. Em vez disso, porém, os cientistas testemunharam algo muito diferente: os fotões permaneciam ordenados, como se o ADN estivesse ainda no interior do tubo. O próprio Poponin referiu que a luz se comportava de forma «surpreendente e contraintuitiva».¹⁰

Depois de verificarem a instrumentação científica e os resultados, Poponin e a sua equipa confrontaram-se com a tarefa de encontrar uma explicação para o que acabavam de observar. Retirado o ADN do tubo, o que afetava as partículas de luz? Teria o ADN deixado algo para trás, uma força residual que permaneceria após a remoção do material cósmico? Ou estaria em jogo um fenómeno ainda mais misterioso? Estariam o ADN e as partículas de luz ainda ligados de alguma forma e a um determinado nível que ainda não reconhecemos,

não obstante estarem fisicamente separados e já não se encontrarem no mesmo tubo? No seu sumário da experiência, Poponin escreveu que ele e os restantes investigadores foram «forçados a aceitar a hipótese de trabalho segundo a qual alguma nova estrutura de campo está a ser excitada».¹¹ Como o efeito parecia estar diretamente relacionado com a presença do material vivo, o fenómeno foi batizado «efeito-fantasma do ADN». A nova estrutura de campo de Poponin parece surpreendentemente similar à «matriz» que Max Planck identificara mais de meio século antes, bem como aos efeitos sugeridos pelas tradições antigas.

— **Resumo da Experiência I:** Esta experiência é importante por diversas razões. A mais óbvia será talvez o facto de nos mostrar claramente uma relação direta entre o ADN e a energia de que o nosso mundo é feito. Das muitas conclusões que podemos retirar desta poderosa demonstração, duas são certas:

1. Existe um tipo de energia que antes não fora reconhecida.
2. As células/ADN influenciam a matéria através desta forma de energia.

Produzidas sob o controlo rígido das condições laboratoriais (talvez pela primeira vez), emergiram provas da relação poderosa que as tradições antigas sacralizaram há séculos. O ADN alterou o comportamento das partículas de luz — a essência do nosso mundo. Tal como as nossas tradições e textos espirituais mais queridos nos dizem há tanto tempo, a experiência validou a hipótese de exercermos um efeito direto sobre o mundo que nos rodeia.

Para além de *wishful thinking* e noções de tipo new age, este impacto é real. O efeito-fantasma do ADN mostra-nos que, sob as condições mais adequadas e recorrendo a equipamento apropriado, esta relação pode ser documentada. (Voltaremos a ela numa secção posterior do livro.) Embora valha por si enquanto demonstração revolucionária e evidente da ligação entre vida e matéria, é no contexto das duas experiências seguintes que o efeito-fantasma do ADN assume um significado ainda maior.

EXPERIÊNCIA II

A investigação demonstrou, para lá de qualquer dúvida razoável, que a emoção humana exerce uma influência direta sobre a forma como as nossas células funcionam no nosso corpo.¹² Durante a década de 1990, cientistas do Exército dos EUA investigaram se o poder dos nossos sentimentos continuaria a exercer efeito nas células vivas, mais especificamente no ADN, quando essas células deixassem de fazer parte do corpo. Por outras palavras, quando se retira amostras de tecido, a emoção continua a exercer impacto, positivo ou negativo, sobre elas?

O senso comum diria que não. Por que haveríamos de esperar uma tal descoberta? Reportemo-nos de novo à experiência Michelson-Morley de 1887, cujos resultados se julgou demonstrarem que nada existe «lá fora» que ligue o que quer que seja deste mundo com o que quer que seja mais. Seguindo uma linha de raciocínio tradicional, uma vez que tecido, pele, órgãos ou ossos sejam

retirados de uma pessoa, qualquer ligação com essas partes do corpo deveria cessar de existir. Esta experiência, porém, mostra-nos que acontece algo muito diferente.

Num estudo de 1993 publicado na revista científica *Advances*, o Exército realizou experiências com o objetivo de determinar com precisão se esta ligação emoção/ADN permanece após uma separação e, em caso positivo, para que distâncias.¹³ Os investigadores começaram por recolher uma amostra de tecido e ADN do interior da boca de um voluntário. Essa amostra foi isolada e levada para outra sala no mesmo edifício, onde se começou a investigar um fenómeno que a ciência moderna afirma que não deveria existir. Numa câmara especialmente concebida, o ADN foi medido eletricamente para averiguar se respondia às emoções da pessoa de que provinha, o dador que se encontrava noutra divisão, a várias centenas de metros.

Na divisão em que se encontrava, foi mostrada ao indivíduo uma série de imagens em vídeo. Concebido para gerar estados genuínos de emoção no seu corpo, este material variava desde imagens de guerra a imagens eróticas, passando por comédia. O objetivo era que o dador experimentasse um espectro de emoções reais por um curto período de tempo. Enquanto ele se sujeitava a este visionamento, o seu ADN, que se encontrava noutra divisão, era medido, com vista a detetar algum tipo de resposta.

Quando o dador experienciou «picos» e «baixos» emocionais, as suas células e o seu ADN apresentaram uma poderosa resposta elétrica, registada no mesmo instante. Embora centenas de metros separassem o dador e as respetivas amostras, o ADN comportou-se como se estivesse ainda fisicamente ligado ao seu corpo. A questão é: «Porquê?»

Há uma nota de rodapé a esta experiência que partilharei aqui. Encontrava-me numa digressão de promoção de um livro, na Austrália, quando tiveram lugar os ataques de 11 de Setembro sobre o Pentágono e o World Trade Center. Quando regresssei a Los Angeles, tornou-se-me imediatamente claro que regressava a um país diferente daquele que deixara havia apenas dez dias. Ninguém viajava — os aeroportos e respetivos parques de estacionamento, por exemplo, encontravam-se às moscas. O mundo mudara tremendamente.

Eu deveria usar da palavra numa conferência em Los Angeles pouco depois de regressar e, muito embora tudo indicasse para que muito poucas pessoas aparecessem, os anfitriões tomaram a decisão de avançar com o programa. Quando as apresentações tiveram início, os piores temores dos produtores concretizaram-se: só uma mancheia de pessoas comparecera. Quando os cientistas e autores iniciaram as suas palestras, foi quase como se estivéssemos a falar para o colega do lado.

Acabara de apresentar as minhas ideias sobre a natureza interligada de todas as coisas, incluindo a experiência do Exército que acabo de descrever. À hora de jantar, um outro conferencista dirigiu-se-me, agradeceu-me a minha apresentação e informou-me de que participara no estudo que eu referira. Para ser mais preciso, o homem, o Dr. Cleve Backster, concebera a experiência do Exército como parte integrante de um projeto em curso. O seu trabalho pioneiro sobre a forma como a intencionalidade humana afeta as plantas conduziu às

experiências militares. O que o Dr. Backster me apresentou de seguida foi a razão por que partilho aqui esta história.

O Exército interrompeu as suas experiências com o dador e seu ADN quando se encontravam ainda no mesmo edifício, separados por distâncias de apenas algumas centenas de metros. Após esses estudos iniciais, porém, o Dr. Backster descreveu a forma como ele e a sua equipa haviam prosseguido com as investigações a distâncias ainda maiores. Em determinado momento, dador e respetivas células encontravam-se separados por quinhentos quilómetros.

Além disso, o tempo decorrido entre a experiência do dador e a resposta da célula era medido por um relógio atómico localizado no Colorado. Em cada uma das experiências, o intervalo medido entre a emoção e a resposta da célula era nulo — *o efeito era simultâneo*. Quer as células se encontrassem na mesma sala ou separadas por centenas de quilómetros, os resultados eram iguais. Quando o dador passava por uma experiência emocional, o ADN reagia como se estivesse ainda ligado, de alguma forma, ao corpo do primeiro.

Muito embora isto possa, a princípio, parecer-nos sobrenatural, pense no seguinte: se existir um campo quântico que ligue toda a matéria, então todas as coisas terão de estar — e permanecer — ligadas. Como afirma o Dr. Jeffrey Thompson, colega de Cleve Backster, de forma tão eloquente, a partir deste ponto de vista: «Não existe um sítio onde o corpo de alguém de facto termine, nem nenhum sítio onde começa.»¹⁴

— **Resumo da experiência II:** as implicações desta experiência são enormes e, para alguns, geradoras de perplexidade. Se não conseguimos separar as pessoas das partes constituintes dos seus corpos, significará isso que quando um órgão vivo é transplantado com sucesso para outro ser humano, os dois indivíduos permanecem de alguma forma interligados?

Num dia típico, a maioria de nós entra em contato com dezenas e, por vezes, centenas de pessoas — e esse contato é muitas vezes físico. De cada vez que tocamos noutra pessoa, nem que seja dando-lhe um aperto de mão, um vestígio do ADN desse indivíduo permanece connosco sob a forma de células de pele que deixa para trás. Ao mesmo tempo, algumas das nossas permanecem com ele. Significará isto que continuamos ligados àqueles que tocamos, enquanto o ADN das células que partilhamos estiver vivo? Nesse caso, que profundidade atinge a nossa ligação com o outro? A resposta a estas questões é afirmativa — parece que a ligação existe de facto. A qualidade dessa ligação, porém, parece ser determinada pelo grau de consciência que temos da sua existência.

Todas estas possibilidades ilustram a magnitude daquilo que esta experiência nos mostra. Ao mesmo tempo, lançam os fundamentos de algo ainda mais profundo. Se o dador experimenta emoções no seu corpo e o ADN responde a essas emoções, então algo terá de estar a viajar entre ambos que permita que a emoção viaje de um para o outro, correto?

Talvez... ou talvez não. Esta experiência pode simplesmente estar a mostrar-nos outra coisa — uma ideia poderosa, tão simples, que é fácil ignorá-la: *talvez as emoções do dador não tivessem sequer de viajar*. Poderia dar-se o caso de não ser necessário a energia viajar do dador até uma localização distante

para que exercesse um efeito. As emoções da pessoa poderiam estar no ADN — e, já agora, em todo o lado — no instante mesmo em que foram criadas. Menciono-o aqui para lançar a semente de uma espantosa possibilidade que analisaremos com todo o cuidado que merece no capítulo 3.

A ideia fundamental a reter — a razão pela qual decidi partilhar esta experiência — é simplesmente a seguinte: para que o ADN e o dador tenham qualquer ligação, algo tem de os unir. A experiência sugere quatro coisas:

1. Existe uma forma até aqui não reconhecida de energia entre os tecidos vivos.
2. As células e o ADN comunicam através deste campo de energia.
3. A emoção humana exerce uma influência direta no ADN Vivo.
4. A distância parece não ter quaisquer consequências relativamente ao efeito.

EXPERIÊNCIA III

Não obstante o efeito das emoções humanas sobre a saúde e o sistema imunitário do nosso corpo ser há muito reconhecido por tradições espirituais de todo o mundo, raramente foi documentado de uma forma que apresente alguma utilidade para a pessoa comum.

Em 1991, uma organização de nome Institute of HeartMath foi fundada com o objetivo específico de explorar o poder que os sentimentos humanos têm sobre o corpo e o papel que essas emoções podem desempenhar no nosso mundo. Mais especificamente, o HeartMath optou por concentrar a sua investigação no local dos nossos corpos onde parecem ter origem as emoções e os sentimentos: o coração.

O trabalho pioneiro dos seus investigadores foi publicado extensivamente em revistas científicas prestigiadas e citado em artigos científicos.¹⁵

Uma das descobertas mais importantes relatadas pelo HeartMath é a da documentação do campo de energia em forma de *donut* que rodeia o coração existente para lá do corpo. Este campo de energia eletromagnética existe numa configuração designada *torus* e tem um diâmetro de entre 1,5 e 2,5 metros (ver figura 2). Embora o campo do coração não seja a aura do corpo ou o *prana* descrito nas antigas tradições sânscritas, pode perfeitamente constituir uma expressão da energia com início nesta área.

Sabendo da existência deste campo, os investigadores do HeartMath perguntaram-se se poderia haver um outro tipo de energia que ainda não tivéssemos descoberto e que fosse transportada para dentro deste campo conhecido. Para pôr a sua teoria à prova, os investigadores decidiram testar os efeitos da emoção humana sobre o DN — a essência da própria vida.

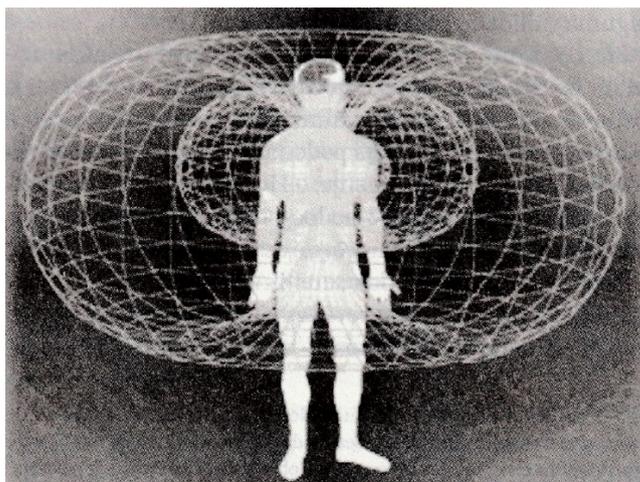


Figura 2. Ilustração que mostra a forma e tamanho relativo do campo energético que rodeia o coração humano. (Institute of HeartMath.)

As experiências foram levadas a cabo entre 1992 e 1995, e começaram por isolar ADN humano numa proveta de vidro¹⁶, expondo-o de seguida a uma forma poderosa de sentimento conhecida por emoção coerente. Segundo Glen Rein e Rollin McCraty, os investigadores principais, este estado fisiológico pode ser criado de forma intencional «utilizando técnicas de gestão de si próprio, mentais e emocionais, especificamente concebidas, envolvendo um apaziguar intencional da mente, a alteração da consciência de si próprio para a área do coração e a concentração em emoções positivas». ¹⁷ Os cientistas levaram a cabo uma série de testes com até cinco participantes treinados na aplicação da emoção coerente. Utilizando técnicas especiais que analisam o ADN tanto química como visualmente, conseguiriam detetar quaisquer mudanças ocorridas.

Os resultados foram inegáveis e as implicações inequívocas. Ideia fundamental: a emoção humana alterava a forma do ADN! Sem lhe tocar fisicamente nem fazer nada mais do que criar sentimentos precisos nos seus corpos, os participantes conseguiram influenciar as moléculas de ADN presentes na proveta.

Na primeira experiência, com apenas um participante, produziu-se efeitos através de uma combinação de «intenção dirigida, amor incondicional e imagens específicas da molécula de ADN». Nas palavras de um dos investigadores, «estas experiências revelaram que diferentes intenções produziam diferentes efeitos sobre a molécula do ADN, fazendo-a ou enrolar-se ou desenrolar-se». ¹⁸ Manifestamente, as implicações estão além de tudo aquilo que se admitiu até hoje na teoria científica tradicional.

Temos sido condicionados a acreditar que o estado do ADN no nosso corpo é um dado adquirido. O pensamento contemporâneo sugere que se trata de uma quantidade fixa — «temos o que temos» quando nascemos — e que, com a exceção de drogas, produtos químicos e campos elétricos, o nosso ADN não se altera em resposta ao que quer que possamos fazer na nossa vida. Mas esta experiência mostra-nos que nada poderia estar mais longe da verdade.

A TECNOLOGIA INTERIOR PARA MUDAR O NOSSO MUNDO

O que nos dizem então estas experiências sobre a nossa relação com o mundo? O denominador comum às três é o facto de envolverem ADN humano. Não há absolutamente nada na sabedoria convencional que permita que o material vital dos nossos corpos exerça qualquer efeito sobre o mundo que nos rodeia. E nada também sugere que a emoção humana possa de forma alguma afetar o ADN quando este se encontra dentro do corpo, e muito menos a centenas de quilómetros. No entanto, é precisamente isto que os resultados nos mostram.

Quando pensamos em cada uma das experiências por si, sem entrar em linha de conta com as outras, os resultados são interessantes. Cada uma nos mostra algo que parece constituir uma anomalia existente para lá dos limites do pensamento convencional e algumas das descobertas podem mesmo revelar-se algo surpreendentes. Sem um contexto mais alargado, poderíamos ser levados a incluir as experiências na categoria de «coisas a rever mais tarde... muito mais tarde». Mas, quando analisamos as três experiências em conjunto, acontece algo que abala o paradigma: começam a contar-nos uma história. Quando olhamos cada uma das experiências como parte de um *puzzle* maior, essa história surge-nos como as imagens escondidas de uma gravura de Escher! Aprofundemos então um pouco mais...

Na primeira experiência, Poponin demonstrou-nos que o ADN humano exerce um efeito direto sobre a vibração da luz. Na segunda — a experiência militar — ficámos a saber que, quer estejamos na mesma sala do que o nosso ADN ou separados por distâncias de centenas de quilómetros, continuamos ligados às respetivas moléculas e o efeito é idêntico. Na terceira experiência, os investigadores do Institute of HeartMath mostraram-nos que a emoção humana exerce um efeito direto sobre o ADN, o qual, por sua vez, exerce um efeito direto sobre a matéria de que é feito o nosso mundo. Este é o princípio de uma tecnologia — uma tecnologia interior — que faz algo mais do que simplesmente *dizer-nos* que podemos exercer um efeito sobre os nossos corpos e o nosso mundo... *mostra-nos* que este efeito existe e como funciona!

Todas estas experiências sugerem duas conclusões semelhantes, que se encontram no âmago deste livro.

5. Existe alguma coisa «lá fora»: a matriz de uma energia que liga qualquer coisa com qualquer outra do universo. Este campo de ligação explica os resultados inesperados das experiências.
6. O ADN dos nossos corpos proporciona-nos acesso à energia que liga o nosso universo, e a emoção constitui a chave para nos ligarmos e sentirmos o campo.

Além disso, estas experiências mostram-nos que a nossa ligação ao campo constitui a essência da nossa existência. Se compreendermos o seu

funcionamento e a forma como estamos ligados, disporemos de tudo o que precisamos para aplicar às nossas vidas aquilo que conhecemos dele.

Convido-o a ponderar sobre o significado que estes resultados e conclusões poderão ter na sua vida. Que problema não poderá ser resolvido, que doença não poderá ser curada, que situação não poderá ser melhorada, se formos capazes de entrar em contato com a força e de alterar o modelo quântico onde todas estas coisas têm origem? Este modelo é o campo de energia, anteriormente não reconhecido, que Max Planck descreveu como a «Mente consciente e inteligente».

A MATRIZ DIVINA

As experiências revelam que a matriz é constituída por uma forma de energia totalmente distinta de tudo o que conhecemos no passado — essa é a razão pela qual os cientistas demoraram tanto tempo a descobri-la. Designada «energia subtil», simplesmente não funciona do mesmo modo que um campo elétrico típico e convencional. Em lugar disso, parece ser uma teia finamente urdida e constitui o tecido de criação a que chamo Matriz Divina.

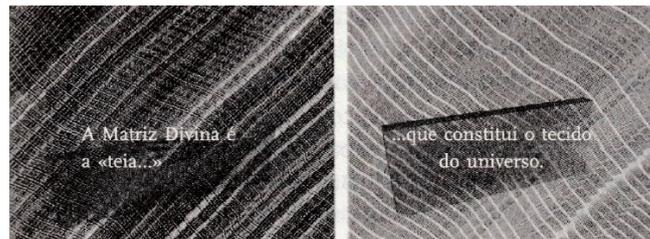


Figura 3. As experiências sugerem que a energia que liga o universo existe sob a forma de uma teia finamente urdida que constitui o tecido subjacente à nossa realidade.

Das muitas formas possíveis de definir a Matriz Divina, talvez a mais simples seja pensar nela como três coisas distintas: (1) o recetáculo no interior do qual existe o universo; (2) a ponte entre os nossos mundos interior e exterior; e (3) o espelho que reflete todos os dias os nossos pensamentos, sentimentos, emoções e crenças.

Há mais três atributos que distinguem a Matriz Divina de qualquer outra do seu género. Em primeiro lugar, pode ser descrita como estando em toda a parte o tempo todo... já existe. Ao contrário de uma emissão de TV ou de rádio, que tem de ser criada em determinado sítio antes de ser enviada e recebida algures, este campo parece estar em todo o lado.

Em segundo lugar, parece que este campo teve origem aquando da criação — com o *big bang* ou o que quer que queiramos chamar ao «início». Obviamente, não havia cá ninguém para nos contar o que estava presente anteriormente, mas os físicos acreditam que a libertação gigantesca de energia que lançou bruscamente o nosso universo para a existência foi o próprio ato de criação do espaço.

Como sugere o *Hino da Criação* do antigo Rig Veda, antes do início «nem sequer o nada existia então, nem mar, nem céu». Quando a existência do «nada» explodiu no «algo» do espaço, nasceu a matéria que liga o nada.

Podemos pensar na Matriz Divina como num eco distante desse momento em que o tempo começou e também como uma ligação feita de tempo e espaço que nos une à criação de tudo. É a natureza desta ligação sempre presente que permite a não-localidade das coisas que existem no interior da matriz.

A terceira característica deste campo e porventura aquela que a faz ter tanto significado nas nossas vidas é o facto de parecer ter «inteligência». Por outras palavras, o campo *responde* ao poder da emoção humana. Na linguagem de outros tempos, as tradições antigas deram o seu melhor para partilhar connosco este grande segredo. Inscritas nas paredes dos seus templos, redigidas sobre pergaminhos gastos e incrustadas nas vidas das próprias pessoas, as instruções que nos ensinam a comunicar com a energia que tudo liga foram-nos deixadas pelos que nos antecederam. Os nossos antepassados tentaram mostrar-nos de que forma curar os corpos e insuflar vida nos nossos mais profundos desejos e nos nossos maiores sonhos. Só agora, cerca de 5000 anos após o registo da primeira destas instruções, a linguagem da ciência redescobriu essa mesma relação entre o nosso mundo e nós mesmos.

A energia descoberta nestas experiências (e teorizada por outras) é tão nova que os cientistas ainda têm de entrar em acordo no que respeita a um termo único que a descreva. Assim, muitos nomes são utilizados para identificar o campo que tudo liga. Edgar Mitchell, ex-astronauta da missão *Apollo*, por exemplo, chama-lhe «Mente da Natureza». O físico e coautor da teoria das cordas, Michio Kaku, descreveu-a como «Holograma Quântico». Embora estas sejam designações modernas para a força cósmica considerada responsável pelo universo, encontramos temas semelhantes, e mesmo palavras idênticas, em textos redigidos milhares de anos antes do advento da física quântica.

Datados do século IV d.C., os Evangelhos Gnósticos fizeram igualmente uso da palavra mente para descrever esta força e a forma como, «do poder do Silêncio, apareceu» um grande poder, 'a Mente do universo, que rege todas as coisas...»¹⁹ Por mais diferentes que os nomes pareçam uns dos outros, todos descrevem a mesma coisa — a essência viva que constitui o tecido da nossa realidade.

Foi a esta mente que Planck se referiu em Florença, Itália, em meados do século XX. Durante uma palestra que proferiu em 1944, enunciou uma ideia que, provavelmente, não foi sequer totalmente compreendida pelos cientistas de então. Com palavras proféticas que seriam tão revolucionárias no século XXI como no momento em que as proferiu, Planck disse:

Como homem que devotou toda a sua vida à ciência mais lúcida, ao estudo da matéria, posso dizer-vos, a título de resultado da minha investigação sobre os átomos, o seguinte: não existe matéria enquanto tal! Toda a matéria tem origem e existe unicamente por virtude de uma força que leva todas as partículas de um átomo a vibrar, e mantém coeso este sistema solar atómico... Temos de assumir que por detrás desta força existe uma Mente consciente e inteligente. Esta Mente é a matriz de toda a matéria.²⁰

Para lá de qualquer dúvida razoável, as experiências e os argumentos deste capítulo mostram-nos que a matriz de Planck existe de facto. Independentemente do que lhe queiramos chamar ou de quais as leis da física

às quais possa ou não obedecer, o campo que liga tudo o que existe na criação é bem real. Está presente aqui neste mesmo instante — existe como existe o leitor e existo eu. É o universo dentro de nós e também o que nos rodeia, a ponte quântica entre tudo aquilo que é possível nas nossas mentes e tudo aquilo que se torna real no mundo. A matriz de energia que explica por que razão as três experiências decorrem como decorrem demonstra igualmente de que forma os sentimentos positivos e as orações dentro de nós podem ser tão eficazes no mundo *fora* de nós.

Mas a nossa ligação à Matriz de toda a matéria não acaba aí — prolonga-se pelas coisas que não conseguimos ver. A Matriz Divina está por toda a parte e é tudo o que existe. Da ave que voa lá bem no alto até às partículas cósmicas que atravessam os nossos corpos e casas como se fossem espaço vazio, toda a matéria existe no interior do mesmo recetáculo de realidade: a Matriz Divina. É ela que preenche o vazio entre si e as palavras impressas nesta página. Ela é aquilo de que o *próprio espaço* é feito. Quando pensa na Matriz e se interroga sobre a sua localização, pode ter a certeza de que, onde quer que exista espaço, existe igualmente energia subtil.

O QUE SIGNIFICA ENTÃO TUDO ISTO?

Tal como o grande segredo de que toda a gente suspeita, mas de que raramente se fala, estamos todos ligados, através da Matriz Divina, da forma mais íntima imaginável. Mas o que significa essa ligação? Que implicações tem o facto de estar tão impregnada no nosso mundo e nas vidas uns dos outros que partilhamos o espaço quântico puro onde vive a imaginação e a realidade nasce? Se formos verdadeiramente mais do que simples mirones que observam as vidas e o mundo a «acontecer» à nossa volta, então quanto «mais» somos nós?

As experiências anteriores demonstram que existe dentro de todos nós um poder totalmente diferente ao alguma vez criado por uma máquina num laboratório. É uma força que não se deixa limitar pelas leis da física — pelo menos da física que conhecemos hoje. E não precisamos de uma experiência de laboratório para saber que esta ligação existe.

Quantas vezes não tomou já a decisão de telefonar a alguém, descobrindo que a pessoa estava já em linha quando levantou o auscultador ou, ao marcar o número, descobriu que a linha estava ocupada porque o seu amigo lhe estava a ligar nesse preciso momento?

Em quantas ocasiões não deu por si a passar tempo com os amigos numa rua, centro comercial ou aeroporto movimentados, tendo então a sensação estranha de já ter estado nesse sítio ou com essas pessoas num momento anterior, fazendo exatamente aquilo que estão a fazer nesse momento?

Se é divertido falar destes exemplos simples, eles são no entanto mais do que coincidências aleatórias. Embora possamos não conseguir provar cientificamente *por que é que* estas coisas acontecem, todos sabemos que acontecem. Em tais momentos de ligação e *déjà vu*, damos connosco, espontaneamente, a *transcender* os limites impostos pelas leis físicas. Nesses

breves momentos, é-nos recordado que há provavelmente mais coisas no universo e dentro de nós do que as que podemos reconhecer conscientemente.

Trata-se do mesmo poder que nos diz que somos mais do que meros observadores neste mundo. A chave para nos experienciarmos desta forma é criar essas experiências intencionalmente — termos as nossas ideias transcendentais quando queremos tê-las, e não simplesmente quando elas parecem «acontecer». Com a exceção de algumas pessoas especialmente dotadas, parece haver uma boa razão para não bilocalizarmos, não viajarmos no tempo, nem comunicarmos mais depressa do que o permitido pelas leis da física: tudo se resume àquilo em que acreditamos sobre nós e ao nosso papel no universo. E é disso que trata a próxima secção deste livro.

Somos criadores — e, até mais do que isso, somos criadores ligados. Através da Matriz Divina, participamos na mudança constante que dá sentido à vida. A questão tem agora menos a ver com sermos ou não observadores passivos e mais com a forma como podemos criar intencionalmente.

¹ *The Illuminated Rumi*, trad. de Coleman Barks (Nova Iorque: Broadway Books, 1997), p. 13.

² Citado por Carl Seelig, *Albert Einstein* (Barcelona, Espanha: Espasa-Calpe, 2005).

³ John Wheeler, de uma entrevista com Mirjana R. Gearhart do *Cosmic Search*, vol. 1, no. 4 (1979).

⁴ *Ibid.*

⁵ Joel R. Primack, cosmólogo da Universidade da Califórnia, Santa Cruz: «According to the big bang, space itself is expanding. I don't understand: If space is expanding, into what is it expanding?» artigo online da secção «Ask the Experts» da revista *Scientific American*.

Sítio na Web: <https://sciam.com.br/> (publicado a 21 de Outubro de 1999). «According to modern cosmological theory, based on Einstein's General Relativity (our modern theory of gravity), the big bang did not occur somewhere in space; it occupied the whole of space. Indeed, it created space.»

⁶ *Rig Veda*, citado em «Hinduism — Hindu Religion: Discussion of Metaphysics & Philosophy of Hinduism Beliefs & Hindu Gods.» Sítio na Web: <https://spaceandmotion.com/Philosophy-Hinduism-Hindu.htm>.

⁷ *Ibid.*

⁸ Este efeito foi relatado pela primeira vez na Rússia: P. P.Gariaev, K.V. Grigoriev, A.A. Vasiliev, V. P. Poponin, e V. A. Shcheglov, «Investigation of the Fluctuation Dynamics of DNA Solutions by Laser Correlation Spectroscopy», *Bulletin of the Lebedev Physics Institute*, no. 11-12 (1992), pp. 23-30, citado por Vladimir Poponin num artigo online: «The DNA Phantom Effect: Direct Measurement of a New Field in the Vacuum Substructure» (Actualização a 19 de Março de 2002). Sítio na Web Weather Master: <https://twm.co.nz/>.

⁹ *Ibid.*

¹⁰ Vladimir Poponin, «The DNA Phantom Effect: Direct Measurement of a New Field in the Vacuum Substructure», repetiu o estudo russo em 1995 sob os auspícios do Institute of HeartMath, Divisão de Investigação, Boulder Creek, CA.

¹¹ *Ibid.*

¹² Glen Rein, Ph.D., Mike Atkinson, e Rollin McCraty, M.A., «The Physiological and Psychological Effects of Compassion and Anger», *Journal of Advancement in Medicine*, vol. 8, no. 2 (Summer 1995), pp. 87-103.

¹³ Julie Motz, «Everyone an Energy Healer: The Treat V Conference» Santa Fé, NM, *Advances: The Journal of Mind-Body Health*, vol. 9 (1993).

¹⁴ Jeffrey D. Thompson, D.C., B.F.A., artigo *online*, «The Secret Life of Your Cells», Center for Neuroacoustic Research (2000). Este artigo refere a obra do Dr. Cleve Backster, colega de Thompson, e um livro sobre a investigação de Backster com o mesmo título.

¹⁵ O Institute of HeartMath foi fundado em 1991 como organização de investigação sem fins lucrativos, destinada a «fornecer uma gama de serviços, produtos e tecnologias únicos com o objetivo de incrementar o desempenho, a produtividade, a saúde e o bem-estar, e em simultâneo diminuir o stress».

¹⁶ Glen Rein, Ph.D., «Effect of Conscious Intention on Human DNA», *Proceedings of the International Forum on New Science* (Denver, CO, 1996).

¹⁷ Glen Rein, Ph.D., e Rollin McCraty, Ph.D., «Structural Changes in Water and DNA Associated with New Physiologically Measurable States», *Journal of Scientific Exploration*, vol. 8, no. 3 (1994), pp. 438-439.

18 Rein, «Effect of Conscious Intention on Human DNA.»

19 Elaine Pagels, *The Gnostic Gospels* (Nova Iorque: Random House, 1979), pp. 50-51.

20 Planck, «Das Wesen der Materie.»

SEGUNDA PARTE

A PONTE ENTRE A IMAGINAÇÃO E A REALIDADE: COMO FUNCIONA A MATRIZ DIVINA

CAPÍTULO 3

Então, por que é o universo tão grande como é?

Porque nós estamos cá.

— JOHN WHEELER (1911-), físico

A imaginação cria a realidade...

O Homem é todo ele imaginação.

— NEVILLE (1905 — 1972), visionário e místico

SOMOS OBSERVADORES PASSIVOS OU PODEROSOS CRIADORES?

Em 1854, o Chefe Seattle advertiu os legisladores de Washington, D.C. para o facto de a destruição do mundo natural da América do Norte ter implicações que se prolongariam muito além do momento presente, ameaçando a sobrevivência das gerações futuras. Com uma profunda sabedoria, tão verdadeira nos nossos dias como em meados do século XIX, o chefe alegadamente afirmou: «O Homem não teceu a teia da vida — é um mero fio nela. O que fizer à teia, fá-lo-á a si próprio.»¹

O paralelismo entre a descrição feita pelo Chefe Seattle do nosso papel na «teia da vida» e a nossa ligação à Matriz Divina (e no seu interior) é inequívoco. Enquanto parte de tudo aquilo que vemos, somos participantes numa conversa em curso — um diálogo quântico — connosco mesmos, o nosso mundo e alguém mais. Nesta discussão cósmica, os nossos sentimentos, emoções, orações e crenças representam a cada momento o modo como falamos com o universo. E tudo, desde a vitalidade dos nossos corpos até à paz no nosso mundo, é o universo a responder-nos.

O QUE SIGNIFICA «PARTICIPAR» NO UNIVERSO?

Tal como mencionado no último capítulo, o físico John Wheeler sugere que não só desempenhamos um papel naquilo que designa «universo participativo», mas desempenhamos o papel primário. A chave para a afirmação de Wheeler é a palavra participativo. Neste tipo de universo, o leitor e eu fazemos parte da equação. Somos ambos catalisadores dos eventos das nossas vidas, bem como «experenciadores» daquilo que criamos... Estas coisas acontecem em simultâneo! Fazemos «parte de um universo que é um trabalho em curso». Nesta criação inacabada, «somos pedaços do universo olhando para si próprio — e construindo-se a si próprio».²

A sugestão de Wheeler abre caminho a uma possibilidade radical: se a consciência cria, então o próprio universo pode ser o resultado dessa consciência. Embora os pontos de vista de Wheeler tenham sido apresentados em momento posterior do século XX, não podemos deixar de nos recordar da afirmação de Max Planck em 1944 de que tudo o que existe se deve a uma «mente inteligente», a que chamou «a matriz de toda a matéria». A questão a que urge responder é simplesmente: *Que Mente?*

Num universo participativo, o ato de concentrarmos a nossa consciência — *de olharmos para algures e examinarmos o mundo* — é em si um ato de criação. Somos nós que observamos e estudamos o nosso mundo. Somos a mente (ou, pelo menos, fazemos parte de uma mente mais vasta), tal como descrito por Planck. Para onde quer que olhemos, a nossa consciência produz algo *para o qual* olhemos.

Chave 5: Concentrarmos a nossa consciência é um ato de criação. A consciência cria!

Na nossa busca da partícula mais pequena de matéria e na nossa cruzada para definir o limite do universo, esta relação sugere que poderemos nunca encontrar nenhum deles. Por mais profundamente que espreitemos o mundo quântico do átomo ou por mais longe que cheguemos na vastidão do espaço exterior, o ato de olharmos com a expectativa de que algo exista poderá constituir precisamente a força que cria algo que possamos ver.

Um universo participativo... o que implicaria isso exatamente? Se a consciência de facto cria, de que poder dispomos então para mudarmos o nosso mundo? A resposta poderá surpreendê-lo.

Um visionário do século XX, originário de Barbados e conhecido simplesmente por Neville, terá sido porventura quem melhor descreveu a nossa capacidade de transformar os sonhos em realidade e de trazer imaginação à vida. Ao longo das suas inúmeras obras e palestras, em termos simples mas diretos, partilhou o grande segredo de como navegar nas muitas possibilidades da Matriz Divina. Na perspetiva de Neville, tudo aquilo que experienciamos — literalmente, tudo o que *nos* acontece ou é feito por nós — é produto da nossa

consciência e de absolutamente nada mais. Ele acreditava que a nossa capacidade de aplicar esta compreensão, pelo poder da imaginação, é a única coisa que se interpõe entre nós e os milagres das nossas vidas. Do mesmo modo que a Matriz Divina providencia o recetáculo do universo, Neville sugeriu ser impossível acontecer o que quer que fosse fora do recetáculo da consciência.

Que fácil é pensar de outra forma! Imediatamente após os atos terroristas de 11 de Setembro em Nova Iorque e Washington D.C., as perguntas que todos se colocavam eram: «Por que é que *eles nos* fizeram isto?» e «O que é que *nós lhes* fizemos?» Vivemos um tempo histórico em que é demasiado fácil pensar no mundo em termos de «eles» e «nós», interrogando-nos sobre como é possível que coisas más aconteçam a pessoas boas. Mas se existe na verdade um campo único de energia que tudo liga no nosso mundo, e se a Matriz Divina opera da forma que os dados sugerem, então não pode haver *eles e nós*, mas apenas *nós*.

Desde os líderes das nações que aprendemos a rezear e odiar às pessoas de outros países que nos tocam o coração e nos convidam a amar, todos estamos ligados daquela que pode ser a forma mais íntima possível: através do campo de consciência que é a incubadora da nossa realidade. Juntos, criamos a cura ou o sofrimento, a paz ou a guerra. Esta pode muito bem ser a consequência mais difícil de assimilar de tudo aquilo que a nova ciência nos está a exhibir. E pode igualmente constituir a fonte da nossa maior cura e sobrevivência.

A obra de Neville recorda-nos que o maior erro da nossa visão do mundo é porventura o de procurar em razões externas a explicação dos altos e baixos da vida. Muito embora haja seguramente causas e efeitos suscetíveis de conduzir aos eventos de todos os dias, eles parecem ter origem num tempo e lugar completamente desligados do momento. Neville partilha o âmago do maior mistério relativamente à relação com o mundo que nos rodeia: «A principal ilusão do Homem é a sua convicção de haver outras causas que não o seu próprio estado de consciência.»³ O que significa isto? É a questão prática que emerge naturalmente quando falamos da vida num universo participativo. Quando nos interrogamos sobre o poder de que de facto dispomos para fazer acontecer a mudança nas nossas vidas e no nosso mundo, a resposta é simples.

Chave 6: Todos temos o poder de que necessitamos para criar as coisas que escolhermos!

Esta capacidade está à nossa disposição através do modo como utilizamos o poder da nossa consciência e o sítio onde optamos por fazer o nosso enfoque. Na sua obra *The Power of Awareness*, Neville fornece exemplo após exemplo para ilustrar claramente a forma exata como isto funciona.

Uma das suas histórias mais comoventes não me sai da lembrança. Passou-se com um homem na casa dos vinte anos a quem fora diagnosticado um raro problema cardíaco que os médicos acreditavam ser fatal. Casado e com dois filhos pequenos, era amado por todos os que o conheciam e tinha todas as razões possíveis e imaginárias para desfrutar de uma vida longa e saudável.

Quando foi pedido a Neville que conversasse com ele, o homem tinha perdido imenso peso «e mirrara até quase se transformar num esqueleto».

Encontrava-se tão fraco que mesmo conversar lhe era difícil, mas concordou em simplesmente escutar e acenar afirmativamente com a cabeça, enquanto Neville partilhava com ele o poder da sua fé.

Do ponto de vista da nossa participação num universo dinâmico e em permanente evolução, só pode haver uma solução para qualquer problema: uma mudança de atitude e de consciência. Com isto em mente, Neville pediu ao homem que vivesse *como se a sua cura tivesse já tido lugar*. Como sugeriu o poeta William Blake, há uma linha muito fina entre a imaginação e a realidade: «O Homem é todo ele Imaginação.» Do mesmo modo que o físico David Bohm sugere que este mundo é uma projeção de eventos num domínio mais profundo da realidade. David afirma: «Tudo o que contemplamos, pese embora pareça estar Fora, está Dentro/Na nossa Imaginação, da qual este Mundo de Mortalidade não é senão uma Sombra.»⁴ Através da focalização consciente nas coisas que criamos na nossa imaginação, damos-lhes o «empurrão» que as faz atravessar a barreira do irreal para o real.

Numa única frase, Neville explica de que forma formulou as palavras que ajudariam o seu recente amigo a atingir uma nova forma de pensar: «Sugeri-lhe que visse em imaginação o rosto do médico a expressar incredulidade e surpresa ao vê-lo recuperado, contrariamente a toda a razão, da última fase de uma doença incurável; que o visse repetir os seus exames e o ouvisse dizer sucessivamente: 'É um milagre — é um milagre'.»⁵ Bom, é fácil de perceber por que razão estou a partilhar esta história: o homem ficou *de facto* melhor. Meses mais tarde, o visionário recebeu uma carta a dizer-lhe que o jovem tinha, na verdade, feito uma recuperação milagrosa. Neville encontrou-se mais tarde com ele e descobriu que ele desfrutava em pleno da família e da sua vida, de perfeita saúde.

O homem revelou que o segredo residia no seguinte: em lugar de simplesmente *desejar* recuperar a saúde, vivera, desde que se haviam encontrado, na «assunção de já estar bom e curado». E aqui encontramos o segredo para impulsionarmos os desejos do nosso coração do estado de imaginação para a realidade da nossa vida quotidiana: é a nossa capacidade de agir como se os sonhos já se tivessem tornado realidade, os desejos já se tivessem concretizado, as orações já tivessem sido correspondidas. Desta forma, partilhamos ativamente aquilo a que Wheeler chamou «universo participativo».

VIVER A PARTIR DA RESPOSTA

Há uma diferença subtil, mas poderosa, entre trabalhar com *vista* a um resultado e pensar e sentir *a partir* dele. Quando trabalhamos com *vista* a algo, embarcamos numa viagem interminável e com um final em aberto. Embora possamos identificar pontos de referência e estabelecer objetivos a atingir para nos aproximarmos do nosso destino final, nas nossas mentes estamos sempre «a caminho» do objetivo e não tanto «na» experiência de o conseguir. É precisamente por isso que a advertência de Neville, segundo a qual temos de

«entrar na imagem» dos desejos do nosso coração e «pensar a partir dela» é tão poderosa nas nossas vidas.

No antigo estudo das artes marciais, encontramos uma metáfora de grande beleza no mundo físico para a forma como este princípio opera na consciência. Seguramente já assistiu a demonstrações de praticantes destas disciplinas, nas quais eles fundem os seus poderes de concentração e a sua força num momento singular em que conseguem executar um feito – como, por exemplo, quebrar um bloco de cimento ou uma pilha de tábuas – que seria, em condições normais, impossível de concretizar. O princípio que permite estas demonstrações é o que Neville descreveu na sua narrativa da cura do jovem.

Embora haja «truques» que podem por vezes ser utilizados para realizar estes feitos assombrosos sem a ênfase espiritual, quando são executados de forma genuína e autêntica, a chave para o sucesso reside no ponto onde os praticantes das artes marciais fazem incidir a sua atenção. Quando decidem quebrar um bloco de cimento, por exemplo, a última coisa que lhes ocupa a mente é o ponto de contato da sua mão com a superfície. Tal como Neville sugeriu nas suas instruções ao jovem moribundo, a chave está em colocarmos a nossa concentração no momento do ato concluído: a cura *já* realizada ou o tijolo *já* partido.

Os praticantes de artes marciais fazem isto centrando a sua consciência num ponto situado além da base do bloco de cimento. A única forma de a sua mão se encontrar neste ponto é já ter atravessado o espaço entre eles e esse ponto. O facto de o espaço, na verdade, estar ocupado por algo sólido, tal como um bloco de cimento, torna-se quase secundário. Desta forma, estão a pensar a partir da conclusão e não na dificuldade em lá chegar. Estão a experimentar a alegria de concluir o ato, por oposição a todas as coisas que devem ocorrer antes de serem bem-sucedidos. Este simples exemplo proporciona uma poderosa analogia para a forma exata como a consciência parece funcionar.

Experimentei este princípio pessoalmente com vinte e poucos anos. Foi por essa altura que o centro de gravidade da minha vida se deslocou do trabalho numa mina de cobre e das atuações numa banda rock para o foco espiritual de um poder interior. Na manhã em que completei 21 anos, dei por mim súbita e inesperadamente atraído para uma combinação de corrida de longa distância, ioga, meditação e artes marciais. Passei a dedicar-me apaixonadamente aos quatro, que se transformaram no «rochedo» a que me agarrava sempre que o mundo parecia desmoronar em meu redor. Um dia, no dojo (o ginásio de artes marciais), antes do início da nossa aula de *karaté*, testemunhei o poder de uma focalização concentrada totalmente distinta de tudo o que já tinha visto na minha infância e adolescência no interior profundo do norte do Missouri.

Nesse dia, o nosso mestre de artes marciais entrou no ginásio e pediu-nos para fazermos algo muito diferente dos costumeiros treinos de forma e movimento. Explicou-nos que se sentaria no centro do denso tapete onde aprimorávamos as nossas técnicas, fecharia os olhos e entraria em meditação. Durante esse exercício, esticaria os braços para ambos os lados do seu corpo, de palmas abertas e voltadas para baixo. Pediu-nos que lhe déssemos dois ou

três minutos para se «ancorar» nesta posição em T, convidando-nos de seguida a fazer todos os esforços para o deslocar.

Os homens da nossa turma eram, aproximadamente, duas vezes mais do que as mulheres, e sempre houvera uma competição amigável entre os sexos. Nesse dia, porém, não houve divisão. Juntos, sentámo-nos perto do nosso instrutor, silenciosos e imóveis. Ficámos a observá-lo enquanto se encaminhava para o centro do tapete, se sentava de pernas cruzadas, cerrava os olhos, estendia os braços para fora e alterava o seu padrão de respiração. Lembro-me de me sentir fascinado e de lhe observar atentamente o peito, que se dilatava e encolhia sucessivamente, cada vez mais devagar, até se tornar difícil observar qualquer movimento de respiração.

Acenando uns para os outros com a cabeça, aproximámo-nos e tentámos deslocar o nosso mestre do sítio onde se encontrava. A princípio, julgávamos que iria ser uma tarefa fácil, e só alguns de nós se dispuseram a tentar. Mas quando lhe agarrámos os braços e pernas, o empurrámos e o puxámos em diferentes direcções não conseguíamos nada. Assombrados, mudámos de estratégia e juntámo-nos todos de um dos lados para utilizarmos o nosso peso combinado para o forçar a deslocar-se no sentido oposto. Mas nem assim conseguimos fazê-lo mexer os braços ou os dedos!

Ao fim de alguns momentos, respirou fundo, abriu os olhos e, com o humor tranquilo que nos habituáramos a respeitar, perguntou-nos: «O que é que aconteceu? Como é que ainda estou aqui sentado?» Depois de uma grande gargalhada que aliviou a tensão e com um brilho familiar nos olhos, explicou-nos o que acabara de acontecer.

«Quando fechei os olhos», disse, «tive uma visão semelhante a um sonho e esse sonho transformou-se na minha realidade. Visualizei duas montanhas, uma de cada lado do meu corpo e eu próprio no chão, entre dois picos.» Enquanto falava, visualizei de imediato a imagem e senti que ele nos estava de alguma forma a imbuir de uma experiência direta da sua visão.

«Em cada um dos meus braços» prosseguiu, «vi uma corrente que me prendia ao topo de cada montanha. Enquanto as correntes lá estavam, eu estava ligado às montanhas de uma forma que nada podia mudar.» O nosso instrutor olhou em volta para os rostos concentrados em cada uma das palavras que lhe saía dos lábios. Com um grande sorriso, concluiu: «Nem o ginásio inteiro cheio dos meus melhores alunos poderia mudar o meu sonho.»

Através de uma curta demonstração num ginásio de artes marciais, este homem de grande beleza espiritual tinha dado a cada um de nós a noção do poder de que dispunha para redefinir o seu relacionamento com o mundo. A lição tinha menos a ver com reagir àquilo que o mundo nos mostrava e mais com criar as nossas regras para aquilo que decidimos viver.

O segredo reside no facto de o nosso mestre estar a experienciar-se a si próprio a partir da perspectiva de que estava já fixo num sítio daquele tapete. Ao longo desses momentos, vivia *a partir* do resultado da sua meditação. Até ter decidido quebrar as correntes da sua imaginação, nada o faria mover-se. Foi precisamente isso que descobrimos.

Nas palavras de Neville, a forma de realizar um tal feito é fazer «do nosso sonho futuro um facto presente». ⁶ Numa linguagem não-científica que parece quase demasiado simples para ser verdade, explica-nos exatamente como é feito. Por favor, não se deixe iludir com a simplicidade das palavras do visionário quando ele sugere que a única coisa de que precisamos para transformar a nossa imaginação em realidade é «assumir o sentimento do nosso desejo concretizado». ⁷ Num universo participativo criado por nós, por que haveríamos de esperar que fosse difícil dispormos do poder de criar?

MUITAS POSSIBILIDADES / UMA REALIDADE

Por que haveria a forma como pensamos e sentimos o nosso mundo de exercer qualquer efeito sobre aquilo que tem lugar nas nossas vidas? De que modo o simples facto de transformarmos o nosso «sonho futuro num facto presente» altera o curso de eventos que estão a decorrer? Por exemplo, se verificarmos que o nosso mundo se está a precipitar pelo caminho que conduz a uma guerra global, terá esse conflito realmente de ocorrer? Quando parece que o nosso casamento está em vias de se desmoronar ou que estamos fadados a viver com um problema debilitante de saúde, terá o resultado dessas experiências de acontecer como previsto?

Ou haverá um outro fator — frequentemente menosprezado — passível de desempenhar um papel poderoso na forma como vivemos as coisas que já foram postas em movimento? Seguirá a vida as nossas previsões? Irá ao encontro das nossas expectativas? A chave para viver a partir do sítio onde a nossa imaginação está já concretizada e os nossos sonhos e orações já foram correspondidos está em compreender, para começar, que as possibilidades existem. E, para isso, precisamos de regressar por momentos à descoberta central que a física quântica fez sobre o nosso mundo.

A física quântica atingiu um enorme sucesso na descrição do comportamento de coisas mais pequenas do que o átomo — um sucesso tal, na verdade, que foi criado um conjunto de «regras» para descrever aquilo que poderemos esperar que aconteça neste minúsculo mundo invisível. Não obstante as regras serem poucas e simples, podem igualmente parecer estranhas, ao descreverem o que as partículas fazem ao nível subatômico. Dizem-nos, por exemplo, que:

- As «leis» da física não são universais, pois as coisas comportam-se, a escalas reduzidas, de forma diferente daquela que se observa no mundo de todos os dias.
- A energia pode expressar-se quer sob a forma de uma onda, quer de uma partícula ou, por vezes, de ambas.
- A consciência de um observador determina o comportamento da energia.

Por melhores que sejam estas regras, porém, é importante não esquecer que as equações da física quântica não descrevem a *existência real* das partículas. Por outras palavras, as leis não nos dizem onde é que se encontram

as partículas nem de que forma agem quando aí chegam. Limitam-se a descrever o potencial para a existência delas — isto é, onde *podem* estar, como *poderiam* comportar-se e quais *poderiam* ser as suas propriedades. Todas estas características evoluem e se alteram ao longo do tempo. Estes dados são significativos porque somos feitos das partículas descritas pelas regras. Se conseguirmos começar a compreender como funcionam, talvez consigamos também ganhar consciência de como *nós* funcionamos.

Aqui reside a chave para a compreensão daquilo que a física quântica nos está verdadeiramente a dizer sobre o nosso poder no universo. O nosso mundo, as nossas vidas e os nossos corpos existem nestes moldes porque foram escolhidos (imaginados) a partir do mundo das possibilidades quânticas. Se desejarmos mudar qualquer um deles, teremos primeiro de os ver de uma nova forma — fazê-lo é escolhê-los a partir de uma «sopa» de inúmeras possibilidades. De seguida, no nosso mundo, parece que só um desses potenciais quânticos se pode transformar naquilo que experienciamos como a nossa realidade. Na visão do meu instrutor de *karaté*, por exemplo, ele observava-se fixado ao tapete num local e num tempo — e estava mesmo... ninguém conseguia fazê-lo deslocar-se.

A questão de qual das muitas possibilidades se torna real parece ser determinada pela consciência e pelo ato da observação. Por outras palavras, o objeto da nossa atenção transforma-se na realidade do nosso mundo. Foi nesta área que o próprio Einstein sentiu dificuldades com a teoria quântica, afirmando: «Julgo que uma partícula deve possuir uma realidade separada independente das medições.»⁸ Neste contexto, as «medições» são o equivalente ao observador — isto é, a nós.

Chave 7: O enfoque da nossa consciência transforma-se na realidade do nosso mundo.

Manifestamente, o nosso papel no universo assume uma importância central na questão de saber por que é que o mundo quântico funciona como parece funcionar. É precisamente por isto que é importante começar por compreender o «quê» das observações científicas, de modo a podermos entender como as podemos aplicar às nossas vidas.

O mistério da razão pela qual necessitamos de dois conjuntos de regras para descrever o mundo pode encontrar-se numa experiência realizada pela primeira vez em 1909 por Geoffrey Ingram Taylor, um físico britânico. Embora esta experiência tenha cerca de um século, os seus resultados são ainda objeto de controvérsia e incerteza. Desde a sua realização original, esta experiência foi reproduzida inúmeras vezes. Os resultados são sempre idênticos — e sempre geradores de perplexidade.

A experiência, designada «dupla-fenda», implica projetar coisas como partículas quânticas através de uma barreira com dois pequenos orifícios e medir a forma como são detetadas após atravessarem as aberturas. Diz-nos o senso comum que, quando as coisas começam de um dos lados como partículas, viajarão através da experiência nessa forma e acabarão igualmente como

partículas. Verifica-se, porém, que algo de verdadeiramente extraordinário tem lugar algures entre a partida e a chegada das partículas.

Os cientistas descobriram que, quando um eletrão, por exemplo, atravessa uma barreira de abertura única, comporta-se exatamente como esperaríamos: começa e termina o seu trajeto como partícula. Este facto não nos surpreende.

Em contraste com esta situação, quando se utiliza duas fendas, o mesmo eletrão fará algo que se julgaria impossível. Embora, definitivamente, inicie a sua viagem como uma partícula, um misterioso evento tem lugar algures durante o trajeto: o eletrão atravessa ambas as fendas ao mesmo tempo, como só uma onda de energia consegue fazer, originando no alvo o tipo de padrão que só uma onda de energia pode formar.

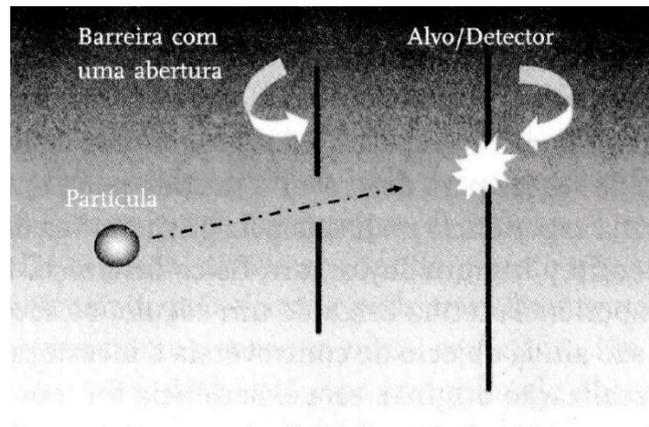


Figura 4. Quando a barreira tem uma única abertura, a partícula comporta-se exactamente como seria de esperar.

Este é um exemplo do tipo de comportamento a que os cientistas têm simplesmente de chamar «sobrenaturalidade quântica». A única explicação, neste caso, é que a segunda abertura forçou, de algum modo, o eletrão a viajar como se fosse uma onda, mas chegando ao destino exatamente como começou: como uma partícula. Para o fazer, o eletrão tem de alguma forma de «perceber» que a segunda abertura existe e se tornou disponível. E é aqui que entra o papel da consciência. Visto assumir-se que o eletrão não pode verdadeiramente «saber» nada, no mais verdadeiro sentido da palavra, a única outra fonte possível dessa consciência será a pessoa que observa o desenrolar da experiência. A conclusão a tirar neste caso é a de que, de alguma forma, o conhecimento de que o eletrão dispõe de dois percursos para atravessar a placa se encontra na mente do observador e que é a consciência deste que determina de que modo se deslocará o eletrão.

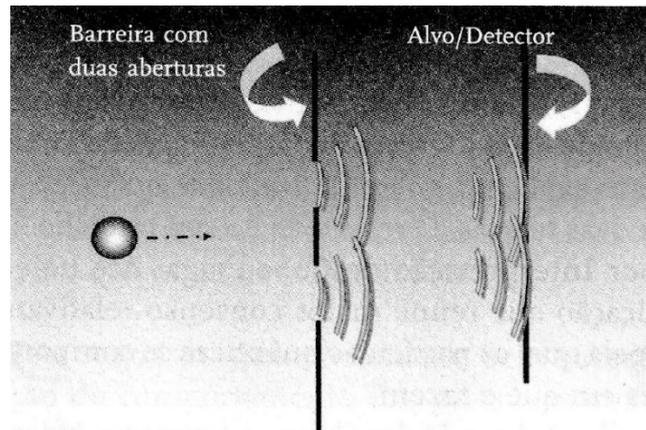


Figura 5. Quando existem duas aberturas, a partícula comporta-se como uma onda, atravessando ambas as aberturas em simultâneo.

A conclusão fundamental a retirar desta experiência é a seguinte: por vezes, os eletrões comportam-se exatamente como esperaríamos. Quando assim é, as regras do nosso mundo de todos os dias, no qual as coisas são distintas e separadas, parecem aplicar-se. Outras vezes, porém, os eletrões surpreendem-nos e comportam-se como ondas. Quando tal ocorre, são necessárias as regras quânticas para explicar o comportamento dos eletrões. E é aqui que se nos depara: a oportunidade de ver o nosso mundo e a nós mesmos a uma nova luz, pois isso significa que fazemos parte de tudo e que a consciência desempenha um papel crucial no universo.

Em termos históricos, os cientistas recorrem a uma de duas teorias principais para explicar os resultados da experiência da dupla fenda. Cada uma delas tem os seus pontos fortes e possui determinados aspetos que fazem mais sentido do que a explicação alternativa. No momento em que escrevo, ambas não passam por enquanto de teorias, e foi recentemente proposta uma terceira possibilidade. Analisemos brevemente as três interpretações.

A INTERPRETAÇÃO DE COPENHAGA

Em 1927, os físicos Niels Bohr e Werner Heisenberg, do Instituto de Física Teórica de Copenhaga, na Dinamarca, tentaram explicar a sobrenaturalidade quântica revelada pelas novas teorias. O resultado do seu trabalho é conhecido por Interpretação de Copenhaga. Até hoje, esta é a explicação que reúne maior consenso relativamente à razão pela qual as partículas quânticas se comportam nos moldes em que o fazem.

Segundo Bohr e Heisenberg, o universo existe sob a forma de um número infinito de possibilidades que se sobrepõem entre si. Encontram-se todas numa espécie de sopa quântica, sem uma localização precisa ou um estado de existência determinado, até acontecer algo que «feche» uma das possibilidades no lugar que lhe compete.



Figura 6. Segundo a interpretação de Copenhaga da realidade quântica, é a focalização da nossa consciência que determina quais das diversas possibilidades (A, B, C, D, etc.) se transforma na nossa realidade.

Esse «algo» é a consciência da pessoa — o ato simples da observação. Como prova a experiência, quando olhamos para algo, como por exemplo um elétron a deslocar-se através de uma fenda da barreira, é o próprio ato de observação que parece transformar em realidade uma das possibilidades quânticas. Nesse momento, vemos apenas a versão em que estamos concentrados.

Pró: Esta teoria foi tremendamente bem-sucedida na explicação do comportamento das partículas quânticas, tal como observado nas experiências.

Contra: A crítica principal que se faz a esta teoria (se é que pode ser considerada uma crítica) é o facto de sugerir que o universo só se pode manifestar na presença de alguém ou de algo que o observe. Além disso, na interpretação de Copenhaga não entra em consideração o fator da gravidade.

A INTERPRETAÇÃO DOS MUITOS MUNDOS

A seguir à interpretação de Copenhaga, a explicação mais popular do comportamento exato das partículas quânticas é a chamada interpretação dos muitos mundos dos universos paralelos. Proposta pela primeira vez em 1957 pelo físico da Universidade de Princeton Hugh Everett III, esta teoria conquistou imensa popularidade e apoio devido ao facto de parecer dar resposta a muitos dos aparentes mistérios do mundo quântico. Tal como a interpretação de Copenhaga, a dos muitos mundos sugere que, em determinado instante, há um número infinito de possibilidades a ocorrer e que todas elas existem e acontecem em simultâneo.

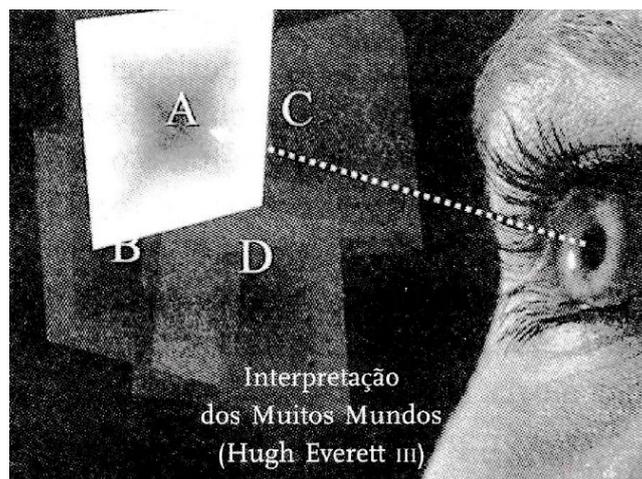


Figura 7. Na interpretação

dos muitos mundos da realidade quântica, há um número infinito de possibilidades (A, B, C, D, etc.) já existentes. Cada uma destas possibilidades existe no seu próprio universo, que não pode ser visto pelas outras possibilidades. Tal como na interpretação de Copenhaga, é o enfoque da nossa consciência que determina qual das possibilidades se transforma em realidade.

A diferença entre esta interpretação e a de Copenhaga é que, segundo a interpretação dos muitos mundos, cada uma das possibilidades tem lugar no seu próprio espaço, não podendo ser vista pelas outras. Estes espaços únicos são designados universos alternativos. Supõe-se que viajamos ao longo de uma linha de tempo, de uma única possibilidade, num único universo e, de quando em vez, damos um salto quântico para outra possibilidade, num universo diferente. Segundo esta perspectiva, alguém poderia estar a levar uma vida de mal-estar e doença e, através de uma mudança de focalização, encontrar-se de repente «miraculosamente» curado, enquanto o mundo à sua volta conserva no essencial o seu aspeto anterior.

A interpretação de Everett sugere que já existimos em cada um destes universos alternativos. Quando os consideramos a todos, vivemos todos e cada um dos sonhos e fantasias que possamos imaginar. Alguns dos proponentes desta teoria vão ao ponto de sugerir que, quando estamos a dormir, à noite, os nossos sonhos são o resultado de relaxarmos o enfoque que nos mantém aqui, na nossa realidade, permitindo-nos partir para outros mundos de possibilidades paralelas. Tal como os observadores da interpretação de Copenhaga, só vemos a possibilidade em que nos concentramos. E essa é a chave para «fechar» essa possibilidade particular no sítio, sob a forma de «realidade».

Pró: Esta teoria parece explicar por que razão não vemos as inúmeras possibilidades propostas pela interpretação de Copenhaga.

Contra: Tal como no caso de qualquer uma das ideias baseadas na teoria quântica, esta teoria não consegue explicar a força da gravidade. Embora consiga explicar parte daquilo que vemos no mundo quântico, será considerada incompleta até poder explicar todas as forças da natureza.

Nos últimos anos, foi proposta uma terceira teoria que parece dar resposta aos pontos fracos tanto da interpretação de Copenhaga como da interpretação dos muitos mundos. Devendo o nome ao seu autor, o professor de Matemática

da Universidade de Oxford Sir Roger Penrose, a interpretação de Penrose sugere que a força da gravidade que os físicos quânticos frequentemente não consideram é exatamente aquilo que mantém a coesão do universo.

INTERPRETAÇÃO DE PENROSE

Tal como os proponentes das outras interpretações, Penrose acredita de facto na existência, ao nível quântico, de inúmeras possibilidades ou probabilidades. A sua teoria diverge, porém, quanto àquilo que «fecha» uma possibilidade particular e a transforma na nossa realidade.

Penrose propõe que as possibilidades quânticas dos outros domínios sejam consideradas uma forma de matéria. E, como toda a matéria gera gravidade, cada uma das possibilidades terá o seu campo gravítico. Porém, é necessário energia para o manter e quanto mais energia determinada probabilidade requerer, mais instável será. Visto ser impossível assegurar energia suficiente para manter todas as possibilidades em jogo para sempre, elas acabam por colapsar num estado único — o mais estável e que vemos como a nossa «realidade».

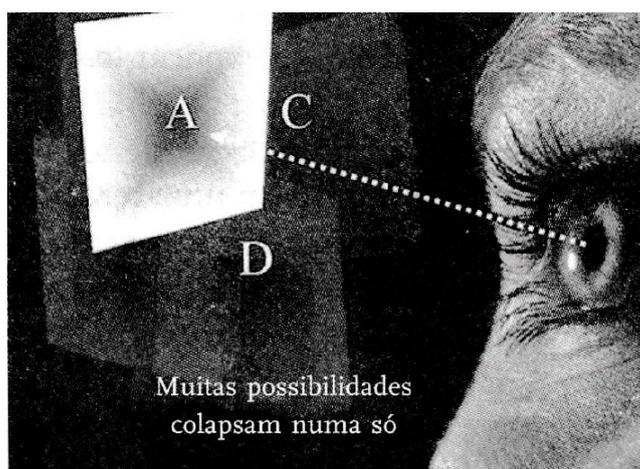


Figura 8. Segundo a interpretação Penrose, há muitas possibilidades (A, B, C, D, etc.) que acabam por colapsar numa única realidade pela simples razão de ser necessária demasiada energia para sustentar todas indefinidamente. Embora todas as possibilidades existam em determinado instante, o estado que necessita de quantidade menor de energia é o mais estável e aquele que experienciamos como a nossa realidade.

Pró: A maior força desta teoria é o facto de, pela primeira vez, entrar em conta a força da gravidade — o único fator que separava as ideias de Einstein e as teorias quânticas — e atribuir a esta força um papel central na existência da realidade.

Contra: Talvez a maior desvantagem da teoria de Penrose (se é que se lhe pode chamar assim) é o facto de os seus críticos a acharem desnecessária. Muito embora a teoria quântica ainda não seja mais do que uma teoria, registou até agora um sucesso de 100% na previsão do resultado das experiências quânticas. Deste modo, dispomos já de uma teoria viável da realidade. A interpretação de

Penrose também no-la dá, incluindo simultaneamente o fator da gravidade, ao contrário das outras teorias.

QUAL É ENTÃO?

O físico teórico Michio Kaku, coautor da teoria unificadora das supercordas, poderá ser quem melhor descreveu o dilema da física quântica, quando afirmou: «Diz-se frequentemente que, de todas as teorias propostas neste século, a mais disparatada é a teoria quântica. Alguns dizem que a única coisa que ela tem a seu favor é, na verdade, o facto de ser inquestionavelmente correta.»⁹

Explicará alguma das três teorias dominantes, ao mesmo tempo os eventos «anómalos» do domínio subatômico infinitamente pequeno, e a razão pela qual o mundo que vemos funciona deste modo? Por melhor que seja cada interpretação e por melhor que explique aquilo que observamos no laboratório, o fator individual que poderá constituir o «elo perdido» é o papel desempenhado pela Matriz Divina no sentido de nos ligar ao recetáculo, em relação a tudo o que é observado.

Muito embora o observador pareça ser o *wild card*, isto é, o fator imprevisível, nas experiências que geram os resultados inesperados, que acontecerá se as «anomalias» não forem de todo anomalias? Que acontecerá se a «sobrenaturalidade» das partículas quânticas for na verdade a forma normal de a matéria se comportar? Será possível que tudo — desde informação que viaja mais depressa do que a luz até duas coisas que existem no mesmo sítio, no mesmo instante — nos esteja afinal a mostrar o nosso potencial e não as nossas limitações? Nesse caso, teremos de nos perguntar: «Qual é o fator individual que liga todas estas coisas e nos impede de experimentar a liberdade das partículas quânticas?»

O fator exato em falta nas teorias existentes somos nós! Mais especificamente, é a nossa capacidade para criar premeditadamente as condições de consciência (pensamentos, sentimentos, emoções e crenças) que «fecham» uma possibilidade da nossa escolha na realidade das nossas vidas. E é isto que leva a ciência a formar um círculo perfeito com as antigas tradições espirituais do mundo. Tanto a ciência como a mística descrevem uma força que liga tudo e nos dá o poder de influenciar o modo como a matéria — e a própria realidade — se comporta, simplesmente através da forma como percebemos o mundo que nos rodeia.

A chave está numa grande diferença no significado que as diversas tradições espirituais e a corrente dominante da ciência atribuem às descobertas do mundo quântico.

Por razões que descrevi anteriormente, a maioria dos físicos acredita que os moldes em que os eletrões e os fotões se comportam pouco têm a ver com o modo como vivemos a nossa vida de todos os dias. As tradições antigas, por outro lado, sugerem que é graças à forma como as coisas operam ao nível subatômico que podemos mudar os nossos corpos e o mundo. A ser verdade isto, então aquilo que acontece no domínio quântico tem tudo a ver com as nossas vidas diárias.

Como me sugeriu Joseph no *canyon*, o meu amigo nativo-americano, não precisamos de máquinas para criar os efeitos miraculosos que observamos nas partículas quânticas. Através do poder da nossa há muito esquecida tecnologia interior, podemos curar, bilocalizar, estar em todo o lado ao mesmo tempo, praticar a visão remota, ligar-nos telepaticamente, escolher a paz e fazer tudo o que está entre estes extremos. Tem tudo a ver com a nossa capacidade de dar enfoque à consciência, o que constitui o grande segredo de algumas das nossas tradições mais antigas e acarinhadas.

CRIAÇÃO DE REALIDADE 101

Segundo os ensinamentos do budismo Mahayana, a realidade só pode existir quando a nossa mente cria um foco de concentração. Na verdade, a sabedoria sugere que tanto o mundo da forma pura como o do informe resultam de um modo de consciência designado «imaginação subjetiva».¹⁰ Embora qualquer experiência nos pareça de facto suficientemente real, só quando dirigimos a nossa atenção, enquanto experimentamos um sentimento face ao objeto do nosso enfoque, uma realidade possível se transforma nessa experiência «real». Com exceção de uma ligeira variação na linguagem, esta tradição antiga parece-se imenso com a teoria quântica do século XX.

Se todos os pressupostos das possibilidades quânticas forem verdadeiros e a emoção for a chave da escolha da realidade, a questão que se coloca então é a seguinte: «Por que é que sentimos que aconteceu algo, quando a pessoa que temos à frente nos fita olhos nos olhos e afirma que nada aconteceu?» Por exemplo, estaremos a mentir a nós mesmos, quando afirmamos que um ente querido já está curado, enquanto estamos perante a pessoa, internada na unidade de cuidados intensivos de um qualquer hospital?

A ironia desta última questão reside no facto de a sua própria natureza impedir qualquer resposta única. Num universo de muitas realidades possíveis, há diversas respostas potenciais. Algures entre todas essas realidades alternativas, existe um cenário no qual a cura do nosso ente querido já teve lugar. Existe algures uma realidade na qual a doença nunca ocorreu. Por razões que podemos nunca chegar a saber ou compreender, porém, não foi este o resultado despertado — não é essa a realidade que jaz sobre o leito de hospital à nossa frente.

A resposta à nossa questão resume-se àquilo em que acreditamos relativamente ao mundo e à nossa capacidade de escolha. A questão torna-se então: «Que possibilidade escolheremos? Por que realidade se decidem o nosso ente querido ou o médico?» Para responder a isto, teremos em primeiro lugar de reconhecer que dispomos do poder para fazer uma tal escolha.

Como demonstrou a história de Neville sobre o homem afetado pela doença quase fatal, a realidade presente não está gravada em pedra. Parece antes ser macia e maleável; pode mesmo mudar quando, aparentemente, não há qualquer razão para o fazer. Segundo o relato de Neville, os médicos do jovem tinham feito um diagnóstico (isto é, tinham escolhido uma realidade) com determinado resultado expectável. Sem saber que dispunha de uma escolha, o homem

começou por acreditar neles, aceitando a sua versão. Só quando lhe foi oferecida outra possibilidade e *ele a aceitou* é que o seu corpo respondeu à sua nova crença — e fê-lo rapidamente. (Partilharei outro exemplo evidente de uma tal possibilidade no capítulo 4.)

Einstein fez uma famosa afirmação segundo a qual não podemos resolver um problema enquanto nos encontrarmos no nível de pensamento que o criou. Do mesmo modo, não podemos alterar uma realidade se permanecermos no nível de consciência que a gerou. Para «fechar» uma das muitas possibilidades descritas nas teorias da realidade de Copenhaga, dos muitos mundos e de Penrose, temos de a escolher. E fazemo-lo através da forma como a «observamos» — isto é, da forma como a sentimos na nossa vida.

Uma vez que reconhecemos que dispomos de uma escolha em termos do que vemos como a nossa realidade, as questões que se colocam habitualmente de seguida são: «Como o fazemos? Como podemos considerar alguém curado se o corpo dessa pessoa parece doente?» A resposta começa pela nossa disponibilidade para ver além da ilusão do que o mundo nos mostra. No exemplo das doenças dos nossos entes queridos, somos convidados a ver para lá da doença que experimentaram, pensando neles como já curados e sentindo o que é estar com eles nesta nova realidade.

Para escolhermos uma possibilidade diferente, porém, temos de fazer mais do que simplesmente pensar na nova maneira de existir ou desejar que a cura do nosso ente querido já tenha ocorrido. Esta é porventura a maior cautela a ter nesta forma de ver o mundo e a que pode apresentar o maior perigo. No nosso medo de perder as pessoas, sítios e coisas que nos são mais queridos reside a tentação de lidar com a magnitude da situação, negando a realidade que nos olha olhos nos olhos, afirmando simplesmente que não acreditamos nela. Mas se não executarmos igualmente as ações que substituem essa realidade assustadora por uma realidade de cura, a nossa não-aceitação está condenada a gerar pouco mais do que frustração e desapontamento.

Eu próprio já experimentei a perda de amigos que se deixaram cair nesta armadilha e não se encontram já entre nós. Embora sejam os únicos que alguma vez saberão o que de facto lhes aconteceu nos seus corações e mentes antes de falecerem, eu tive a oportunidade de testemunhar algumas das lutas por que passaram relativamente às suas crenças. «Se eu sou um ser tão poderoso», raciocinaram, «então por que não estou ainda curado? Mudei aquilo em que acreditava... Por que não me curei?»

O tema é profundo, pessoal e sensível. E a resposta pode frequentemente gerar sentimentos muito intensos em discussões sobre aquilo que «existe», a forma como o universo parece funcionar e onde se encaixa Deus em tudo isso. A questão fundamental a reter é: há um equilíbrio sensível e delicado entre simplesmente escolher uma nova possibilidade e verdadeiramente seguir em frente com os pensamentos, sentimentos e crenças que despertam esse resultado sob a forma de uma nova realidade.

Chave 8: Dizer simplesmente que escolhemos uma nova realidade não chega.

Para escolhermos uma possibilidade quântica, temos de nos *transformar* nessa forma de ser. Como sugere Neville, temos de nos «abandonar» à nossa nova possibilidade e no nosso «amor por esse estado... viver no novo estado e já não no antigo». ¹¹ E é precisamente isso que nos convidam a fazer as antigas instruções encontradas em algumas das nossas tradições mais queridas. A técnica desta interface humano com divino é frequentemente designada «oração».

FALAR QUÂNTICO: SENTIR É A CHAVE

Em momento anterior deste capítulo, identificámos as diversas interpretações da razão pela qual a sobrenaturalidade quântica parece ocorrer como ocorre. As teorias preocupam-se em particular com a razão de o nosso simples ato de observação da matéria parecer transformá-la. Muito embora as diversas explicações variassem relativamente à razão *pela qual* o efeito particular acontece, todas parecem sugerir o mesmo denominador comum: nós e o nosso papel de observadores no mundo.

Quando observamos algo — isto é, quando concentramos de forma consciente a nossa atenção em determinado instante — parece que estamos a fechar uma das muitas possibilidades quânticas no seu lugar, nesse preciso instante. Quer isso provenha de uma «realidade paralela» ou da sopa de probabilidades quânticas vacilantes, as teorias sugerem que aquilo que vemos como Realidade (com R maiúsculo) é o que é, devido à nossa presença.

Não obstante isto parecer constituir novidade revolucionária para a ciência moderna, foi aceite há séculos pelas tradições antigas e culturas indígenas como a forma de ser das coisas. Nas palavras de tempos passados, escribas, místicos, curandeiros e estudiosos deram o seu melhor para preservar este grande segredo da nossa relação com o universo e transmiti-lo. Por vezes, encontramos-lo em sítios onde nunca nos esperaríamos deparar com uma sabedoria tão poderosa.

Das paredes dos templos e túmulos dos desertos do Egipto à sabedoria Gnóstica da antiga biblioteca Nag Hammadi, passando pela medicina tradicional praticada nos nossos dias ao longo do Sudoeste Americano, a linguagem que insufla vida nas possibilidades da nossa imaginação, sonhos e orações, permanece connosco. Talvez o exemplo mais evidente esteja contido nas palavras de um homem que viveu num mosteiro a cerca de 4500 metros acima do nível do mar, bem no alto do planalto tibetano.

Na Primavera de 1998, tive a oportunidade de organizar uma viagem com objetivos simultaneamente de investigação e peregrinação às terras altas do Tibete Central, por um período de 22 dias. Durante esse tempo, o grupo e eu vimo-nos mergulhados em algumas das mais sumptuosas, ásperas, primitivas e remotas paisagens que ainda subsistem no planeta. Ao longo do percurso, visitámos doze mosteiros, dois conventos de freiras e alguns dos mais belos seres humanos que se possa imaginar, incluindo monges, freiras, nómadas e peregrinos. Foi ao longo desse percurso que dei por mim face a face com o abade

de um dos mosteiros e tive oportunidade de colocar a questão pela qual viajáramos até tão longe e durante tanto tempo.

Numa manhã gelada, encontrámo-nos comprimidos numa pequena capela rodeada de altares budistas e antigas *thangkas* (as tapeçarias de malha intrincada que representam os grandes ensinamentos do passado). Concentrei a minha atenção diretamente nos olhos do homem de aspeto intemporal sentado à minha frente na posição de lótus. Através do nosso tradutor, coloquei-lhe a questão que colocara a todos os monges e freiras que havíamos encontrado ao longo da nossa peregrinação. «Quando o vemos nas suas orações», comecei, «o que está a fazer? Quando o vemos entoar os cânticos ou rezar 14 a 16 horas por dia; quando vemos os sinos, as taças, os gongos, os carrilhos, os *mudras* e os *mantras* no exterior do mosteiro, o que é que lhe está a acontecer por dentro?»

Uma sensação poderosa espalhou-se-me pelo corpo enquanto o tradutor partilhava a resposta do abade. «Vós nunca vistes as nossas orações», respondeu, «porque uma oração não pode ser vista». Acomodando as pesadas vestes de lã sob os pés, o abade prosseguiu: «Aquilo que vistes é aquilo que fazemos para criar o sentimento nos nossos corpos. *O sentimento é que é oração.*»

Tão belo, pensei para comigo. *E tão simples!* Tal como haviam demonstrado as experiências do final do século XX, são a emoção e o sentimento humanos que afetam a matéria de que é feita a nossa realidade — é a nossa linguagem interior que gera mudanças nos átomos, eletrões e fótons do mundo exterior. O que importa, porém, são menos as palavras reais que pronunciamos e mais o sentimento que criam dentro de nós. É a linguagem da emoção que fala às forças quânticas do universo... É o sentimento que a Matriz Divina reconhece.

Chave 9: O sentimento é a linguagem que «fala» à Matriz Divina. Sinta-se como se o seu objetivo já tivesse sido cumprido e a sua oração obtido resposta.

O abade dizia-me o mesmo que os grandes cientistas do século XX. Não só transmitia as ideias que os investigadores haviam documentado, como dava um passo adiante: partilhava connosco as instruções que descrevem como podemos falar a linguagem das possibilidades quânticas, e fazia-o através de uma técnica que sabemos hoje ser uma forma de oração. Não admira que as orações desencadeiem milagres! Elas põem-nos em contato com o espaço puro onde os milagres das nossas mentes se transformam na realidade do nosso mundo.

COMPAIXÃO: FORÇA DA NATUREZA E EXPERIÊNCIA HUMANA

A clareza da resposta do abade deixou-me meio estonteado. As suas palavras faziam eco das ideias registadas pelas antigas tradições Gnósticas e Cristãs de há dois mil anos. Para que as nossas orações sejam atendidas, temos

de transcender a dúvida que frequentemente acompanha a natureza positiva do nosso desejo. Após um breve ensinamento sobre como ultrapassar tais polaridades, as palavras de Jesus registadas na biblioteca Nag Hammadi recordam-nos o poder das nossas capacidades. Por palavras que já nos deviam soar familiares, é-nos recordado que, quando dizemos à montanha, «Montanha, move-te», ela mover-se-á.”¹²

Através da clareza das suas palavras, o abade deu resposta ao mistério *relativamente ao que* os monges e as freiras faziam nas suas orações: falavam a linguagem quântica do sentimento e da emoção, uma linguagem sem palavras e sem expressão exterior.

Em 2005, tive oportunidade de visitar os mosteiros do Tibete por 37 dias. Durante a viagem, o nosso grupo foi informado de que o abade que partilhara connosco o segredo do sentimento, em 1998, falecera. Embora as circunstâncias nunca se nos tenham tornado claras, fomos informados de que já não se encontrava neste mundo. Apesar de ainda não conhecermos o homem que o veio substituir, ao saber do nosso regresso, deu-nos as boas-vindas e permitiu-nos prosseguir a conversa que começáramos em 1998.

Em mais uma gelada manhã tibetana, noutra capela, vimo-nos face a face com o novo abade do mosteiro. Minutos antes apenas, fôramos conduzidos pelos meandros de um corredor forrado a pedra, até chegarmos a esta divisão fria e mal iluminada — na mais total escuridão, tínhamos tateado cuidadosamente o nosso caminho um passo de cada vez, pelo piso escorregadio perigosamente liso, em resultado de séculos de manteiga de iaque entornada e acumulada à superfície. Foi no ar frio e rarefeito da antiga sala aninhada no coração do mosteiro que coloquei ao novo abade as seguintes questões: «O que nos liga uns aos outros, ao nosso mundo e ao universo? Qual a “matéria” que transporta as orações para lá dos nossos corpos e mantém o mundo coeso?» O abade olhou-me diretamente enquanto o nosso tradutor ecoava a minha questão em tibetano.

Instintivamente, desviei o olhar para o guia, o nosso intermediário em toda a conversa. Não estava preparado para a tradução que me chegou em resposta: «A compaixão», disse o abade. «O *geshe* [grande mestre] diz que é a compaixão que nos liga.»

«Como pode ser isso?», perguntei, buscando clareza no que ouvia. «Ele descreve a compaixão como uma força da natureza ou como uma força emocional?» Subitamente, assim que o tradutor colocou a minha questão ao abade, irrompeu uma animada discussão.

«É a compaixão que liga todas as coisas», foi a sua resposta final. Só isso! Ao fim de cerca de dez minutos de diálogo intenso, envolvendo os aspetos mais profundos do Budismo Tibetano, tinha de me contentar com aquelas poucas palavras!

Alguns dias depois, dei por mim noutra mosteiro, envolvido na mesma discussão, colocando igual questão a um monge de alta-patente. Longe da formalidade em presença do abade, encontrávamo-nos agora na cela do monge — o quarto minúsculo onde comia, dormia, orava e estudava quando não se encontrava no grande salão dos cânticos.

O nosso tradutor estava agora mais familiarizado com as minhas perguntas e com aquilo que eu tentava compreender. Enquanto nos acotovelávamos em redor das lâmpadas de manteiga de iaque na divisão mal iluminada, levantei os olhos para o teto baixo. Estava coberto de fuligem negra resultante de anos incontáveis das mesmas lâmpadas a arder para dar calor e luz no mesmíssimo sítio onde nos encontrávamos nessa tarde.

Coloquei ao monge (através do tradutor) a questão que fizera ao abade alguns dias antes: «A compaixão é uma força de criação ou uma experiência?» Os seus olhos voltaram-se para o ponto do teto para o qual eu olhara apenas segundos antes. Dando um suspiro profundo, ponderou por momentos, recolhendo a sabedoria que aprendera desde que chegara ao mosteiro, aos oito anos (parecia estar na casa dos vinte). Subitamente, baixou os olhos, olhou-me e respondeu. A resposta foi curta, poderosa e fez todo o sentido para mim. «Ambas», foram as palavras devolvidas pelo monge. «A compaixão é *ao mesmo tempo* uma força do universo e uma experiência humana.»

Nesse dia, na cela de um monge, do outro lado do mundo, a quase 5000 metros do nível do mar e a horas da vila mais próxima, ouvi as palavras de uma sabedoria tão simples e que passa ao lado de muitas tradições ocidentais até hoje. O monge acabara de partilhar o segredo daquilo que nos liga a tudo o que existe no universo, bem como a qualidade que torna os nossos sentimentos e emoções tão poderosos. São uma e a mesma coisa.

NEM TODO O SENTIMENTO SERVIRÁ

Traduções recentes de orações antigas registadas em aramaico, a língua dos Essénios (escribas dos manuscritos do Mar Morto), parecem sustentar exatamente aquilo que o monge partilhou connosco como sendo os segredos da criação da realidade. Estas recentes interpretações proporcionam igualmente novas pistas relativamente à razão pela qual tais instruções parecem tão vagas. Retraduzindo os textos originais do Novo Testamento, resulta claro que foram tomadas ao longo dos séculos imensas liberdades relativamente às palavras e intenções originais dos autores. Verifica-se que muito se perdeu na tradução. (Descrevo esta questão — e muitos dos exemplos que estão nestas páginas — no meu último livro, *Secrets of the Lost Mode of Prayer*, mas são tão relevantes que decidi incluí-las também aqui.)

Relativamente à nossa capacidade de participar nos eventos da vida, saúde e família, uma comparação da versão da Bíblia moderna de «Pedi e recebereis», por exemplo, com o respetivo texto original dá-nos uma pequena ideia do quanto se pode perder! O texto da versão King James moderna e condensada da Bíblia é o seguinte:

«O que quer que peçam ao Pai em Meu nome, Ele dar-vo-lo-á. Até agora não pedistes nada em Meu nome: pedi e recebereis, e a vossa alegria será completa.»¹³ 13

Quando comparamos este texto com o original, apercebemo-nos da chave que foi deixada de fora. No parágrafo seguinte, realcei o trecho em falta, sublinhando-o.

«Todas as coisas que pedirdes de forma simples e direta... a partir de dentro do Meu nome — dar-vo-las-ei. Até agora não o fizestes... Pedi, por isso, sem motivo escondido E rodeai-vos da vossa resposta — deixai-vos envolver por aquilo que desejais, para que a vossa satisfação seja completa.»¹⁴

Estas palavras recordam-nos o princípio quântico que nos diz que o sentimento é uma linguagem que permite direcionar e focar a nossa consciência. É um estado do ser *dentro do qual* estamos e não algo que fazemos em determinado momento do dia.

Embora seja evidente que a emoção é a linguagem reconhecida pela Matriz Divina, é igualmente claro que nem todo o sentimento servirá. Se assim não fosse, o mundo seria um local muito confuso, onde a ideia de determinada pessoa sobre como as coisas deveriam ser se sobreporia à conceção muito diferente de outra. O monge afirmou que a compaixão é, em simultâneo, uma força da criação e a experiência que permite aceder-lhe. Os elementos mais profundos deste ensinamento sugerem que, para aceder à compaixão, devemos abordar as circunstâncias sem expectativas demasiado intensas sobre o resultado dessa situação ser certo ou errado. Por outras palavras, temos de as perceber sem emitir juízo crítico e abdicando do nosso ego. E parece ser precisamente esta qualidade da emoção a chave para falar à Matriz Divina de uma forma eficaz e com sentido.

Como sugere o físico Amit Goswami, é necessário mais do que um estado comum de consciência para transformar uma possibilidade quântica numa realidade presente. Na verdade, para fazê-lo, Goswami indica que necessitamos de estar naquilo que descreve como um «estado incomum de consciência».¹⁵

Para atingir este estado, a tradução do aramaico afirma que temos de «pedir sem motivo escondido». Outra forma de clarificar esta parte muito importante da instrução é afirmar, em termos modernos, que temos de tomar as nossas decisões a partir de um desejo que *não se baseie no nosso ego*. O grande segredo para transformar o enfoque da nossa imaginação, crenças, cura e paz numa realidade presente é termos de o fazer sem uma ligação intensa ao resultado da nossa escolha. Por outras palavras, somos convidados a rezar, sem emitir um juízo crítico sobre o que deveria ou não acontecer.

Chave 10: Nem todo o sentimento servirá. Os sentimentos que criam são desprovidos de ego e juízo crítico.

Porventura, uma das melhores descrições de como experimentarmos esse sítio neutro encontra-se na obra do grande poeta Sufi, Rumi. Através de palavras simples e poderosas, afirma: «Para fora e para além de ideias sobre o que está certo e o que está errado, existe um campo. Encontrar-me-ei contigo aí.»¹⁶ Quantas vezes podemos afirmar com verdade que nos encontramos no campo

de não-juízo de Rumi em qualquer momento das nossas vidas, em especial quando disso depende o destino dos nossos entes queridos? Todavia, esta parece ser precisamente a maior lição do nosso poder, o maior destino das nossas vidas e a enorme ironia da nossa capacidade de criar num universo participativo.

Parece que *quanto mais forte o nosso desejo* de mudar o mundo, *mais esquivo se torna o nosso poder* para o fazer. Isso deve-se ao facto de tão frequentemente aquilo que queremos se basear no nosso ego. A não ser assim, a mudança não teria tanto significado para nós. À medida que amadurece o nosso estado de consciência, no qual sabemos que podemos alterar a realidade, parece igualmente tornar-se menos importante fazê-lo.

De modo semelhante ao nosso desejo de guiar um carro, por exemplo, que esmorece um pouco assim que começamos a fazê-lo, também no que toca a possuímos a capacidade de realizar milagres de cura e de paz, a urgência de os fazer acontecer parece diminuir. Isso poderá dever-se ao facto de, sabendo que podemos mudar as coisas, aceitarmos o mundo tal como ele é.

É esta liberdade de ter poder sem lhe atribuir tanta importância que nos permite sermos mais eficazes nas nossas orações. E aqui poderá residir a resposta à questão colocada por todos os que meditaram, cantaram, entoaram *oms*, dançaram e oraram pela cura dos seus entes queridos.

Muito embora todos os atos fossem indubitavelmente bem-intencionados, implicavam muitas vezes uma dependência muito forte em relação a assistir ou provocar a cura de entes queridos. Estes atos pressupunham a convicção da necessidade de uma cura milagrosa. E se a cura ainda *precisava* de ocorrer, daí decorria que ainda não tivera lugar — pois, caso já tivesse acontecido, não estaríamos a implorá-la nas nossas orações. É como se, desejando o resultado da cura, os esforços para a gerar reforçassem na verdade a realidade da presença da doença! Isto leva-nos à segunda parte da instrução antiga, que frequentemente menosprezamos nas nossas tentativas para fazer acontecer um milagre nas nossas vidas.

O trecho seguinte da tradução convida-nos a «rodearmo-nos» da nossa resposta e «deixarmo-nos envolver» por aquilo que desejamos, de modo a que a nossa alegria chegue. Esta passagem recorda-nos por palavras exatamente aquilo que as experiências e as antigas tradições sugerem na sua sabedoria partilhada. Temos de começar por ter o *sentimento* da cura, da abundância, da paz e as respostas às nossas orações de bem-estar nos nossos corações, *como se já tivessem acontecido*, antes que se transformem na realidade das nossas vidas.

Naquela passagem, Jesus sugere que aqueles a quem se dirige ainda não fizeram isso. Como aconteceu com os meus amigos, que dispunham do remédio poderoso da oração e das boas intenções e que podem perfeitamente ter *acreditado* que pediram que as suas orações fossem atendidas. Mas se o seu pedido consistiu simplesmente nas palavras *Por favor permita que esta cura aconteça*, então, afirma Ele, esta não é uma linguagem reconhecível pelo campo universal da Matriz Divina. Jesus recorda aos seus discípulos que devem «falar» ao universo de uma forma dotada de sentido. Quando *sentimos* como se

estivéssemos rodeados da cura dos nossos entes queridos e envolvidos pela paz do nosso mundo, isso constituirá simultaneamente a linguagem e o código que abrem a porta a todas as possibilidades.

Com este sentimento, deslocamo-nos do ponto de vista que *suspeita* que estamos simplesmente a experienciar o que quer que se nos depare para a perspectiva que sabe que somos parte de tudo o que existe. Criamos assim uma modificação de energia que pode ser descrita como o clássico «salto quântico». De uma forma muito semelhante ao salto do eletrão de um átomo de um nível de energia para outro sem se deslocar através do espaço intermédio, também quando sabemos realmente que estamos a falar a linguagem quântica da escolha e não simplesmente a pensar que podemos estar a fazê-lo, encontrar-nos-emos noutra estado de consciência. É este estado que se transforma no *espaço puro* onde têm início os sonhos, as orações e os milagres.

ESTAMOS PROGRAMADOS PARA CRIAR

Durante uma conversa que teve com o poeta e místico indiano Rabindranath Tagore em 1930, Albert Einstein resumiu os dois pontos de vista do início do século XX relativamente ao nosso papel no universo. «Existem duas concepções distintas sobre a natureza do universo», disse ele. A primeira encara «o mundo como uma unidade *dependente* da humanidade», enquanto a segunda percebe «o mundo como uma realidade *independente* do fator humano» [itálico do autor].¹⁷ Embora as experiências descritas no capítulo 2 demonstrem seguramente que a nossa observação consciente da matéria de que o mundo é feito, incluindo átomos e eletrões, afeta diretamente o comportamento da matéria, é provável que descubramos haver uma terceira possibilidade — situada algures entre os dois extremos de Einstein.

Esta possibilidade poderá mostrar-nos que o nosso universo iniciou a sua existência através de um processo que começou por não nos envolver. Mas mesmo que a criação possa ter tido início sem a nossa presença, o facto é que estamos aqui, à medida que o universo continua a crescer e a evoluir. Desde estrelas tão distantes de nós que as suas existências terminam antes de a sua luz chegar a atingir os nossos olhos, até à energia que desaparece nos vórtices misteriosos a que chamamos simplesmente «buracos negros», a mudança é a constante universal com que podemos contar. Ela ocorre como parte de tudo aquilo que vemos e mesmo nos domínios em que nada vemos.

Deverá já ser claro para todos que nos é impossível sermos simplesmente testemunhas passivas no nosso mundo.

Enquanto observadores conscientes, fazemos parte de tudo o que vemos. Além disso, embora os cientistas ainda tenham de se colocar em acordo sobre qual a teoria que explica o *modo* como modificamos a nossa realidade, todos sugerem que o universo é alterado na nossa presença. É como se o facto de sermos conscientes constituísse um ato de criação em si. Como afirmou o físico John Wheeler, vivemos num universo «participativo» e não num universo em que manipulemos ou forcemos a nossa vontade ou sejamos capazes de controlar completamente o mundo que nos rodeia.

Na nossa qualidade de partes constituintes, dispomos da capacidade de modificar e alterar pequenas porções desse universo, dependendo de como vivemos as nossas vidas. No domínio das possibilidades quânticas, parece que nos fazem participar na criação. Estamos programados para criar! Visto parecermos estar universalmente juntos ao nível quântico, a nossa ligação, em última análise, encerra a promessa de que as mudanças aparentemente modestas ocorridas nas nossas vidas podem exercer uma imensa influência no nosso mundo e mesmo no universo além dele. O nosso vínculo quântico ao cosmos é tão profundo que os cientistas criaram um novo vocabulário para descrever o significado de tais conexões. O «efeito borboleta» mencionado no capítulo 1, por exemplo, descreve a forma como pequenas mudanças podem acarretar efeitos consideráveis.

Formalmente conhecido como *dependência sensível das condições iniciais*, o conceito fundamental deste fenómeno sugere que uma pequena mudança individual numa parte do mundo pode desencadear uma enorme alteração noutra sítio e tempo. É frequentemente formulada sob a forma da seguinte analogia: «Se uma borboleta bate as asas em Tóquio, um mês depois poderá causar um furacão no Brasil.»¹⁸ Um exemplo, frequentemente citado, deste efeito é o erro do motorista do Arquiduque Fernando, em 1914, ao virar na rua errada. Este erro pôs o líder da Áustria face a face com o seu assassino, e a história mostra que a morte de Fernando constituiu o catalisador que conduziu à Primeira Guerra Mundial. Tudo começou com a ocorrência casual de um simples engano, que todos cometemos num momento ou noutra das nossas vidas. Esse engano na escolha do percurso, porém, teve consequências globais.

No capítulo 2, analisámos três experiências que nos contaram a história do nosso relacionamento com o mundo. Mostraram-nos que o ADN altera a matéria de que o nosso mundo é feito e que a emoção altera o próprio ADN. As experiências militares e as realizadas por Cleve Backster demonstraram que este efeito não é limitado nem pelo tempo nem pela distância. O resultado líquido sugere que todos dirigimos uma força dentro de nós que opera num domínio que não se encontra dependente dos limites da física tal como os conhecemos.

Os estudos dão-nos a entender que não estamos sujeitos às leis científicas nos moldes em que as entendemos hoje. Este poderá ser exatamente o poder a que o místico São Francisco aludia há mais de 600 anos quando afirmou: «Há dentro de nós forças belas e selvagens.»

Se temos em nós o poder de alterar a essência do universo para o conduzir à paz, faria todo o sentido a existência de uma linguagem que nos permitisse fazê-lo conscientemente e sempre que o desejássemos. E existe mesmo — curiosamente, é precisamente a linguagem da emoção, da imaginação e da oração que se perdeu no Ocidente quando a igreja cristã alterou os textos do século IV.

QUANDO O MILAGRE DEIXA DE OPERAR

Os efeitos da ligação mente-corpo e de determinados tipos de oração encontram-se bem documentados na literatura disponível. Dos estudos de

grandes universidades e das experiências de campo em países devastados pela guerra, pode concluir-se que a forma como nos sentimos nos nossos corpos nos afeta não apenas a nós, mas também ao mundo mais além.¹⁹ Esta relação entre as nossas experiências interior e exterior parece constituir a razão pela qual certas formas de oração nos enchem de vitalidade. Embora o mecanismo exato que explica por que motivo a oração resulta possa não estar totalmente esclarecido, a oração funciona de facto e há abundantes provas disso; no entanto, permanece o mistério. Nos estudos, o impacto positivo das orações parece dar-se apenas enquanto elas se realizam. Quando são interrompidas, os seus efeitos parecem igualmente extinguir-se.

Por exemplo, enquanto decorriam experiências sobre oração em favor da paz, os estudos mostram claramente terem ocorrido declínios estatisticamente significativos dos indicadores-chave monitorizados pelos investigadores.

Observava-se a diminuição da incidência de acidentes de trânsito, das deslocações às Urgências dos hospitais e mesmo dos crimes violentos contra pessoas. Em presença da paz, a única coisa que podia acontecer era a paz. Por mais interessantes que estes resultados sejam, porém, o que demonstraram de seguida representou um mistério permanente para os que estudam este efeito.²⁰

Quando as experiências eram interrompidas, a violência regressava, atingindo em alguns casos níveis superiores aos iniciais. O que acontecera? Por que pareciam extinguir-se os efeitos da meditação e da oração? A resposta a estas questões pode revelar-se a chave para a compreensão da qualidade da consciência que cria. O que aconteceu foi que os participantes *pararam* o que estavam a fazer — interromperam as suas meditações e orações. Esta é a resposta ao nosso mistério.

Se acreditarmos que a escolha da nossa realidade é algo que fazemos apenas no momento, fará todo o sentido que, quando deixarmos de sentir que a nossa realidade existe, o efeito da nossa decisão termine igualmente. A criação de realidade pode ser uma opção de curta duração, se assumirmos que os sentimentos de cura, paz e abundância são experiências que duram apenas alguns minutos de cada vez. Entre as experiências modernas e as instruções contidas nos textos antigos, sabemos que a criação de realidade é mais do que aquilo que *fazemos...* é aquilo que *somos!*

Chave 11: Temos de nos transformar, nas nossas vidas, nas coisas que escolhemos experimentar como o nosso mundo.

Se sentir é a forma que escolhemos, e se sentimos o tempo todo, estaremos também a escolher constantemente. Podemos sentir com convicção gratidão pela paz do nosso mundo, pois ela existe sempre algures. Podemos sentir gratidão pelo bem-estar dos nossos entes queridos e pelo nosso, porque somos curados e renovados em maior ou menor grau todos os dias.

Poderá ser exatamente isto que as versões em aramaico dos Evangelhos tentavam transmitir às gerações vindouras através da linguagem que nos deixaram há cerca de 2000 anos. Poderá ser exatamente este o efeito descrito

no texto Gnóstico do Evangelho perdido de Tomás: «Aquilo que tendes salvar-vos-á se o fizerdes emergir a partir de vós mesmos. Aquilo que não tendes dentro de vós matar-vos-á se não o tiverdes no vosso interior.»²¹

Embora a advertência seja breve, as suas implicações são poderosas. Através das palavras atribuídas ao Mestre Jesus, é-nos recordado que o poder de enformar as nossas vidas e o mundo vive dentro de nós sob a forma de uma capacidade que todos partilhamos.

A VIDA NEM SEMPRE SEGUE AS REGRAS DA FÍSICA

Que acontecerá se vivermos de uma forma que quebre as regras aceites da física? Ou se não soubermos sequer que essas regras existem? Será possível seguirmos o exemplo das partículas quânticas que parecem fazer precisamente isso?

O senso comum diz que, se algo existe em determinado local, não poderá encontrar-se noutra lugar ao mesmo tempo, independentemente da natureza desse «algo». No entanto, é precisamente isso que as experiências têm mostrado. A pergunta óbvia que se segue a tais descobertas é a seguinte: «Se a matéria de que o mundo é feito pode estar em dois sítios ao mesmo tempo e nós fazemos parte do mundo, então por que não poderemos nós fazer o mesmo? Por que não poderemos desempenhar as nossas tarefas no escritório ou na sala de aulas e ao mesmo tempo divertir-nos numa praia ensolarada ou caminharmos pela montanha? Embora todos nos tenhamos já interrogado sobre a possibilidade de tal situação ocorrer, trata-se, na verdade, de pura fantasia... Será?

Quando ouvimos falar de algo incomum que acontece em diversas ocasiões, envolvendo diferentes indivíduos, há, em geral, alguma verdade nos relatos. Embora os aspetos específicos possam variar, é muitas vezes possível fazer corresponder o tema subjacente a um evento concreto ocorrido num momento determinado. A Grande Inundação é um exemplo perfeito daquilo a que me refiro. Ao longo da história, e numa enorme diversidade de culturas, há um tema quase universal sucessivamente retomado. Tendo lugar em distintos continentes, diversas línguas e com diferentes pessoas, o relato e os seus resultados são praticamente os mesmos.

Muito embora os pormenores possam variar, a história é igualmente pontuada por narrativas de pessoas que bilocalizaram — isto é, que apareceram fisicamente em diferentes locais ao mesmo tempo. Esses feitos são habitualmente atribuídos a *yogis*, místicos ou indivíduos que passaram a dominar de alguma forma uma capacidade latente (nem sempre, no entanto). O fio comum a estes relatos é o facto de aqueles que praticam a bilocalização dominarem em geral o poder de emoções humanas como o amor e a compaixão. Muitas vezes, surgem associados às obras de santos e encontram-se bem documentados por missionários, povos nativos e outros considerados testemunhas fiáveis dos milagres.

Entre os mais bem documentados casos de bilocalização atribuídos a São Francisco de Paola, por exemplo, encontra-se um que ocorreu em 1507. Enquanto o santo homem cumpria as suas obrigações no altar da igreja, as pessoas que tinham vindo vê-lo acharam-no imerso num estado profundo de oração, decidindo não o incomodar. Quando saíram, porém, ficaram totalmente surpreendidas por o encontrar no exterior da igreja. Não estava simplesmente sozinho; conversava com a gente da terra e com quem passava pela rua. Correram então rapidamente para o interior da capela para descobrirem que ele nunca de lá saíra — aí permanecia «perdido na oração». De alguma forma, através de um misterioso estado de consciência, associado a uma profunda meditação, São Francisco de Paola aparecera às mesmas pessoas em dois locais distintos, no mesmo período de tempo.

Entre 1620 e 1631, Maria de Agreda, uma freira que viveu 46 anos num convento em Agreda, Espanha, relatou mais de 500 viagens transoceânicas até uma terra distante. Tanto quanto testemunharam os que a conheciam e viviam com ela, a freira nunca abandonou o convento. Maria, pelo contrário, afirmava que «voava» para o sítio distante por si mencionado naquilo a que chamava as suas «experiências de êxtase».

Um tal fenómeno poderia ser atribuído, nos nossos dias, a um relato de visão remota (a capacidade de testemunhar e perceber eventos à distância, dirigindo a consciência para uma localização precisa), com 300 anos, não fora uma curiosa diferença. Maria de Agreda não só visitou as terras a que se referia, como ensinou sobre a vida de Jesus aos povos indígenas que aí encontrava. Embora não falasse outra língua que não o seu espanhol natal, os índios percebiam-na, enquanto partilhava com eles os ensinamentos do grande mestre.

A documentação dos seus avistamentos foi feita quando o arcebispo do México, D. Francisco Manzo y Zuniga, ouviu falar na sua experiência. Tendo enviado missionários para investigar o caso, estes foram surpreendidos pela descoberta de que os índios da zona já conheciam bem a vida de Jesus. Tão bem, na verdade, que os missionários batizaram de imediato, ali mesmo, toda a tribo. Cerca de uma década mais tarde, as viagens místicas de Maria de Agreda foram finalmente validadas. Sob um juramento de obediência ordenado pela Igreja, descreveu os pormenores íntimos de uma terra que nunca visitara fisicamente. A sua descrição foi tão pormenorizada que incluía as subtilezas do clima e das mudanças de estações, bem como matizes da cultura e as crenças do povo que alegadamente ensinara. No seguimento de um «exame eclesiástico rigoroso», as viagens místicas de Maria de Agreda foram declaradas autênticas pela Igreja, que lhe atribuiu o estatuto de «mais alto grau entre os místicos de eras passadas.»²²

Nem todos os relatos de bilocalização provêm dos anos sombrios dos séculos XVI e XVII. Em tempos mais recentes, nomeadamente durante a II Guerra Mundial, registou-se muitos casos de santos homens a aparecer em múltiplos locais ao mesmo tempo. Um dos mais bem documentados é o do místico italiano Padre Pio. Após a sua promessa de que a cidade de San Giovanni Rotondo, ocupada pelos Nazis, seria poupada à destruição pelos Aliados,

apareceu em plena luz do dia de uma forma rara mesmo nos casos de bilocalização.

Quando os bombardeiros sobrevoaram a cidade, com o objetivo de atingir os redutos alemães, a imagem do Padre Pio, de vestes castanhas, apareceu-lhes à frente dos *cockpits*, pairando no ar! E, ao contrário das breves aparições relatadas por vezes sob o stress das condições de batalha, a imagem perdurou à vista de todos. Enquanto permaneceu no ar, falharam todas as tentativas de largar bombas.

Frustrados e desconcertados, os pilotos alteraram o rumo e aterraram num campo de aviação próximo, com exatamente as mesmas bombas com que haviam descolado no início da missão. Pouco depois, um deles dirigiu-se a uma capela próxima. Para seu grande espanto, encontrou lá o frade que vira anteriormente a pairar à frente do seu avião: o Padre Pio!

O Padre não era um fantasma nem a aparição de um santo há muito morto, ao contrário do que suspeitara o piloto. Era real, estava vivo. E nesse dia, estivera de alguma forma em dois locais ao mesmo tempo: no solo, na capela; e no ar, diretamente à frente dos aviões. Enquanto os Aliados libertavam Itália, a cidade de San Giovanni Rotondo foi poupada, tal como prometera o Padre Pio.²³

Quando experimentamos algo que parece ter lugar além do domínio do que sabemos ser verdade, consideramo-lo frequentemente um milagre. Como deveremos então encarar os relatos e factos documentados de bilocalização, bem como outros feitos aparentemente milagrosos que se sucederam ao longo de mais de 600 anos? Poderemos descartá-los como pura fantasia ou mero desejo? Possivelmente. Há sempre a possibilidade de terem sido congeminados por pessoas com demasiado tempo livre ou que, pelo menos, desejassem ardentemente que fossem verdade.

E se estiver a acontecer aqui algo mais? Se nos for provado, para lá de qualquer dúvida, que não estamos limitados pelas leis atuais da física, essa confirmação permitir-nos-á vermo-nos sob uma poderosa nova luz, proporcionando-nos algo mais do que a fé sobre a qual fundar as nossas crenças.

Tal como os iniciados mencionados no poema na Introdução deste livro encontraram uma nova realidade nas suas inesperadas experiências, também nós, se descobirmos que conseguimos seguir na pegada das partículas quânticas que operam além das fronteiras do espaço e do tempo, poderemos usar essa capacidade para curar os nossos corpos e trazer alegria às nossas vidas. A chave é a seguinte: para fazer aquilo que parece impossível, é necessário começar por superar os limites daquilo que antes pensávamos ser verdade. Tal como os iniciados descobriram que eram mais do que até aí acreditavam ser, assim que conseguiram deslocar-se para lá do seu medo da borda do precipício, também nós, para vivermos milagres nas nossas vidas, temos de começar por ultrapassar a nossa crença de que tais fenómenos são impossíveis.

Chave 12: Não estamos limitados pelas leis da física tal como as conhecemos hoje.

Para o fazermos, alguém tem de começar por concretizar esse milagre, de modo a que o vejamos acontecer. Talvez essa pessoa seja particularmente dotada em determinada área da vida, como a cura. Ou talvez tenha simplesmente a abertura de espírito que lhe permita ver o mundo com olhos diferentes. Independentemente do modo como aconteça, uma vez que uma pessoa realize esse algo especial, quer se trate de Jesus, quer do nosso vizinho do lado, então, o mesmo milagre ficará à disposição de todas as outras pessoas. Um belo exemplo deste princípio é ilustrado pela incapacidade dos povos latinos da América do Norte de avistar os navios dos primeiros Europeus que ancoraram em frente das suas praias. O conceito de um enorme barco de madeira, com imensos mastros e velas, era-lhes tão estranho que não conheciam qualquer referência para aquilo que tinham perante os olhos. Da mesma forma que a nossa visão é capaz de detetar as imagens individuais de um filme, também os olhos dos nativos seriam capazes de distinguir no horizonte as silhuetas dos navios. Tal como os nossos cérebros tentam dar sentido àquilo que vemos, fundindo as imagens iniciais na experiência contínua do filme, os nativos tentaram o mesmo. O problema é que nunca ninguém o fizera: nada, na sua experiência coletiva, os ensinara a ver um navio europeu.

Só quando o homem-medicina da tribo semicerrou os olhos e usou a sua visão em moldes um pouco diferentes do habitual conseguiu distinguir os navios. Quando o fez, não demorou muito até os outros elementos do grupo começarem também a ver o que apenas horas antes era invisível. Tudo se prendia com a forma como as pessoas se permitiam perceber. Perante a sua disponibilidade para experimentar algo diferente, abria-se um admirável mundo novo. Talvez não sejamos tão diferentes desses nativos da costa, de há pouco mais de 500 anos. Não podemos senão imaginar o que nos está reservado quando pensamos no nosso mundo, no nosso universo e em nós, de uma forma um pouco diferente.

No início desta secção, colocámos a questão: «Se um eletrão consegue estar em dois sítios ao mesmo tempo, por que não o conseguimos nós?» Talvez a resposta pudesse ser encontrada se colocássemos uma pergunta ligeiramente diferente. Em vez de tentarmos acreditar que as partículas podem fazer algo que nós não podemos, perguntemo-nos antes o que é necessário para que um eletrão se bilocalize. Se conseguirmos compreender de que forma a matéria de que somos feitos se comporta como um milagre, talvez consigamos encontrar essas condições na nossa vida. Para compreender de que forma isto funciona, precisaremos de explorar aquela faceta da nossa existência que proporciona a cada um a capacidade de alterar o mundo alterando-se a si mesmo: o poder do holograma.

¹ Chefe Seattle, «A Message to Washington from Chief Seattle.»

² Retirado de uma entrevista com John Wheeler de Tim Folger, «Does the Universe Exist if We're Not Looking?» Discover, vol. 23, no. 6 (June 2002), p. 44.

³ Neville, *The Power of Awareness* (Marina del Rey, CA: DeVorss, 1961), p. 9.

⁴ Neville, *The Law and the Promise*, p. 57.

⁵ Neville, *The Power of Awareness*, pp. 103-105.

⁶ *Ibid.*, p. 10.

⁷ *Ibid.*

- 8 **Seelig**, Albert Einstein.
- 9 **Michio Kaku**, *Hyperspace: A Scientific Odyssey Through Parallel Universes, Time Warps, and the 10th Dimension* (Nova Iorque: Oxford University Press, 1994), p. 263.
- 10 **C. D. Sharma**, *A Critical Survey of Indian Philosophy* (Nova Deli, Índia: Motilal Banarsidass Publishers, 1992), p. 109.
- 11 **Neville**, *The Law and the Promise*, p. 13.
- 12 «The Gospel of Thomas», traduzido e apresentado por membros do Coptic Gnostic Library Project do Institute for Antiquity and Christianity (Claremont, CA). De *The NagHammadi Library*, James M. Robinson, ed. São Francisco, CA: HarperSanFrancisco, 1990), p. 137.
- 13 John 16:23-24», *Holy Bible: Authorized King James Version* (Grand Rapids, MI: World Publishing, 1989), p. 80.
- 14 *Prayers of the Cosmos: Meditations on the Aramaic Words of Jesus*, Neil Douglas-Klotz, trans. (São Francisco, CA: HarperSanFrancisco, 1994), pp. 86-87.
- 15 **Amit Goswami**, «The Scientific Evidence for God Is Already Here», *Light of Consciousness*, vol. 16, no. 3 (Inverno de 2004), p. 32.
- 16 *The Illuminated Rumi*, p. 98.
- 17 *The Expanded Quotable Einstein*, p. 205.
- 18 Jack Cohen e Ian Stewart, *The Collapse of Chaos: Discovering Simplicity in a Complex World* (Nova Iorque: Penguin Books, 1994), p. 191.
- 19 Uma das fontes mais claras da ligação mente-corpo foi documentada num estudo de referência da autoria de James Blumenthal na Duke University. «Chill Out: It Does the Heart Good», boletim de imprensa da Duke University (31 de Julho de 1999), citando o estudo técnico da relação entre resposta emocional e saúde cardíaca, originalmente publicado no *Journal of Consulting and Clinical psychology*.
- 20 Um belo exemplo de aplicação do que sabemos sobre paz interior a uma situação de tempo de guerra pode ser encontrado no estudo pioneiro de David W. Orme-Johnson, Charles N. Alexander, John L. Davies, Howard M. Chandler, e Wallace E. Larimore, «International Peace Project in the Middle East», *The Journal of Conflict Resolution*, vol. 32, n.º 4, (Dezembro de 1988), p. 778.
- 21 «The Gospel of Thomas», *The Nag Hammadi Library*, p. 134.
- 22 Joan Carroll Cruz, *Mysteries, Marvels, Miracles in the Lives of the Saints* (Rockford, IL: TAN Books and Publishers, 1997).
- 23 Existem diversos relatos acerca da vida milagrosa do Padre Pio que incluem profecia, odores milagrosos, estigmas e bilocalização.

CAPÍTULO 4

Aqui estamos então — todos a fazer parte deste grande holograma chamado Criação, que é o EU de toda a gente... É tudo um enredo cósmico, e não há nada senão vós!

— ITZAHK BENTOV (1923-1979),
cientista, escritor e místico

*Ver um mundo num grão de areia,
E o Céu numa flor silvestre,
Ter o infinito na palma da mão,
E a eternidade numa hora.*

— WILLIAM BLAKE (1757-1827),
poeta e místico visionário

UMA VEZ LIGADOS, SEMPRE LIGADOS: A VIDA NUM UNIVERSO HOLÓGRAFICO

Aludiu-se a um mistério nas experiências da última secção, um mistério nunca resolvido. Parte da demonstração da existência da Matriz Divina foi apresentada quando dois «algos» que haviam estado juntos em tempos (por exemplo, dois fotões, o ADN e os fotões ou o dador e o seu ADN) *agiam* como se estivessem ainda ligados, apesar de se encontrarem separados por distâncias que variavam entre alguns metros e centenas de quilómetros. A questão é: *porquê?*

É REAL OU SERÁ UM HOLOGRAMA?

Todos nós já ouvimos que uma imagem vale mil palavras. Na qualidade de pessoa de preponderância visual, sei que este dito se me aplica. Por exemplo, ver uma demonstração de *como* ligar o motor do meu automóvel diz-me muito mais do que ler todas as páginas de um manual que descreve *por que é* que os pistões se movimentam e as velas lançam faíscas quando rodo a chave na ignição! Quando me é dado ver o panorama geral, consigo sempre regressar aos pormenores, se é que continuam a ser importantes; às vezes, quero simplesmente pôr o carro a trabalhar.

Suspeito de que muitos de nós funcionam assim. Embora pertençamos a um mundo de alta tecnologia, feito de manuais de instrução e tutoriais de computador que explicam *por que é que* algo é como é, uma experiência direta continua a ser a melhor forma de explicar com clareza uma ideia. Um exemplo nítido de uma tal experiência é a nossa introdução à ideia de holograma. Os hologramas são utilizados na investigação desde a sua descoberta em finais da década de 1940.¹ Desde então, porém, aquilo que um holograma era e o modo como funcionava pouco sentido faziam para a pessoa sem formação técnica — até ao lançamento do primeiro filme da saga *Star Wars*, em 1977.

Numa cena crucial, logo no início do filme, vemos a representante de todo um planeta, a princesa Leia, implorando ajuda para salvar o seu povo. Codificou a sua mensagem sob a forma de um holograma digital armazenado na memória de R2-D2, o androide que conquistou o coração e imaginação de públicos de todo o mundo.

Enquanto a princesa Leia permanece em determinada zona do universo, R2-D2 transporta a sua imagem holográfica para outro mundo de uma galáxia muito, muito distante. A mensagem manteve-se secreta até um jovem guerreiro, Luke Skywalker, a extrair do robô. Numa exibição assombrosa de efeitos especiais de ponta, R2-D2 apresenta o pedido da princesa projetando uma imagem miniaturizada dela na sala, como se ela se encontrasse ali.

Subitamente, a sua imagem surge suspensa no ar, formulando o pedido. Pelo facto de parecer tridimensional ao público, este fica com a sensação de que se se encontrasse nessa sala poderia estender a mão e tocá-la como faria com a pessoa sentada ao seu lado no cinema. Se o fizesse, porém, as suas mãos atravessariam ar vazio: trata-se apenas de um holograma.

Para muitos, na década de 70, esta cena constituiu a primeira experiência de uma projeção holográfica e da aparência de realidade que transmite. Proporcionou igualmente um vislumbre surpreendente de como serão encarados os nossos telefonemas algures num futuro não muito distante. Mesmo hoje, décadas depois, basta mencionar a palavra *holograma* para trazer à mente a imagem da princesa Leia.

Para todos os efeitos, um holograma é, em geral, considerado uma imagem — uma imagem tridimensional — que ganha aparência real quando projetada de determinada forma ou visionada a uma certa luz. Se a apresentação no filme fornece um exemplo daquilo que um holograma permite, ele é muito mais do que uma simples fotografia. O princípio holográfico é possivelmente um dos fenómenos mais simples e, porém, menos compreendidos da natureza. Ao mesmo tempo, encerra um enorme potencial para alterar as coisas, até mesmo nas maiores escalas, num horizonte temporal estonteantemente curto. Para aplicar este poder nas nossas vidas, porém, precisamos de compreender exatamente o que é um holograma e como funciona. Começemos, portanto, pelo princípio: o que é afinal um holograma?

PARA COMPREENDER O HOLOGRAMA

Se pedirmos a um cientista que explique o que é um holograma, ele começará provavelmente por o descrever como um tipo especial de fotografia, no qual a imagem da superfície parece subitamente tridimensional, quando exposta à luz direta. O processo de geração destas imagens implica a utilização de luz do laser de tal modo que a imagem se distribua por toda a superfície do filme.

É esta propriedade de «distributividade» que torna o filme holográfico tão único. Desta forma, qualquer porção da superfície contém a totalidade da imagem, tal como originalmente vista, apenas numa escala mais reduzida. Por outras palavras, cada um dos fragmentos é um holograma. Caso a imagem original fosse dividida num qualquer número de fragmentos, cada um deles — por mais pequeno que fosse — apresentaria ainda uma visão completa da totalidade da imagem original.

Tal como a experiência direta de pôr o motor de um carro a trabalhar é a forma mais eficiente de mostrar como funciona, o melhor método para ilustrar como funciona um holograma é provavelmente através de um exemplo.



Figura 9. Quando algo é

holográfico, existe na totalidade em cada fragmento de si próprio, por maior que seja o número de fragmentos em que esteja dividido. Esta ilustração ajuda a transmitir a ideia de que, por mais que dividamos o universo — desde as quatro partes mostradas acima até à uma galáxia, um ser humano ou um átomo — cada um dos segmentos espelha a totalidade do universo, apenas numa escala mais reduzida.



Na década de 1980, apareceu no mercado uma série de marcadores de livros (hoje em dia, artigos de coleção) que utilizavam a tecnologia holográfica. Cada um deles era feito a partir de uma fita brilhante de papel prateado que à primeira vista parecia papel de alumínio brilhante. Quando o papel era segurado diretamente sob uma luz intensa e inclinado para a frente e para trás, acontecia algo que distinguia estes marcadores dos mais tradicionais: subitamente, as imagens da superfície pareciam ganhar vida e pairar acima do papel. Quando se inclinava o marcador para um lado e, de seguida, para o outro, a imagem permanecia tridimensional e de aparência real. Lembro-me de algumas versões: o rosto de Jesus, o corpo da Virgem Maria, um golfinho a saltar sobre uma pirâmide e uma rosa desabrochada.

Se o leitor tem um destes marcadores, pode realizar uma experiência que lhe permitirá testemunhar o modo como funciona um holograma. Advertência prévia: o inconveniente é que, ao fazê-lo, destruirá o marcador! Com isto em mente, corte com uma tesoura o seu belo e brilhante marcador em centenas de pedacinhos de qualquer forma. De seguida, pegue no mais pequeno de todos e corte-o de novo em pedacinhos cada vez mais pequenos. Se o marcador era verdadeiramente um holograma, conseguirá, com uma lupa, ver uma imagem inteira emergir até do pedacinho mais pequeno, apenas numa escala mais reduzida. A explicação é o facto de a imagem existir distribuída por todo o marcador.

Chave 13: Em «algo» holográfico, cada fragmento espelha a totalidade.

SOLUCIONAR O MISTÉRIO DOS FOTÕES GÉMEOS

Assim, com uma compreensão mais aprofundada do que é um holograma e de como é gerado, revisitemos a experiência da Universidade de Genebra, mencionada no capítulo 1. Rememorando: uma distância de 22 quilómetros separava eletrões gémeos. Quando um era forçado a escolher entre dois trajetos no final da sua viagem, o segundo fóton fazia sempre exatamente a mesma escolha, como se «soubesse» o que o seu gémeo estava a fazer. A mesma experiência tem sido repetida em diferentes ocasiões, obtendo-se sempre resultados idênticos. As duas partículas agem como se continuassem ligadas, muito embora se encontrem separadas por quilómetros.

O senso comum sugere que, para que tenha lugar este tipo de ligação, os fótons deverão de alguma forma enviar sinais um ao outro. É aqui que surge um problema aos físicos: para que uma mensagem viaje entre ambos, ela teria de se deslocar *mais depressa* do que a velocidade da luz. Mas, de acordo com a teoria da relatividade de Einstein, nada pode viajar tão depressa.

Será então possível que estas partículas estejam a violar as leis da física... ou nos estejam a demonstrar qualquer outra coisa? Poderão estar a mostrar-nos algo tão estranho aos moldes em que pensamos o nosso mundo que estejamos ainda a tentar enformar o mistério com que nos deparamos na familiaridade confortável de como se crê que a energia se desloque de um sítio para outro?

E se, por acaso, o sinal de um fóton nunca chegasse a viajar para atingir o outro? Será possível que vivamos num universo onde a informação entre fótons, a oração em favor dos nossos entes queridos ou o desejo de paz do outro lado do mundo não precisem de ser transportados para serem recebidos?

A resposta é sim! Parece ser exatamente esse o tipo de universo em que vivemos. Russell Targ, cofundador do programa de ciências cognitivas do Stanford Research Institute de Menlo Park, na Califórnia, descreve de forma bela e eloquente esta ligação: «Vivemos num mundo não-local onde coisas

fisicamente separadas uma da outra podem, ainda assim, estar em comunicação instantânea.»² Targ clarifica o significado de tal ligação, afirmando: «Não se trata de eu fechar os olhos e enviar uma mensagem a uma pessoa que se encontra a mil e quinhentos quilómetros, mas antes, num certo sentido, de não existir separação entre a minha consciência e a consciência dessa pessoa.»³ A razão pela qual os sinais não teriam de viajar entre os fotões assenta no facto de já lá estarem — nunca saíram de nenhures e nunca foram transportados para outra localização, no sentido convencional.

Por definição, cada fragmento de um holograma é um reflexo de outro fragmento. Qualquer propriedade que exista dentro dele, onde quer que seja, existirá igualmente em qualquer outra parte dentro dele. Deste modo, no holograma não-local do nosso universo, a energia fundamental que liga todas as coisas de forma instantânea também as faz ser uma só. Os mestres espirituais concordam em geral com os cientistas nesta visão da realidade. Nas palavras de Ervin Laszlo, fundador da filosofia de sistemas: «A vida evolui, tal como o próprio universo, numa “simples dança sagrada” com um campo subjacente.»⁴

Parece ser exatamente isto que o antigo *Avata Saka Sutra* do Budismo Mahayana descreve como a «rede maravilhosa» de energia que liga todas as coisas no cosmos. Se o universo é não-local e holográfico, então não só esta rede liga tudo, como cada ponto no seu interior reflete igualmente todos os outros. O Sutra começa por afirmar que, em determinado momento do passado distante, esta rede foi «suspensa» de tal modo que «se estende infinitamente em todas as direções», sob a forma de universo propriamente dito.

Além de *ser* o universo, esta rede contém-no e proporciona-lhe qualidades holográficas. O antigo Sutra descreve um número infinito de joias localizadas ao longo da rede e que nos servem de olhos cósmicos. Assim, todas as coisas são visíveis a todas as outras. Naquela que pode muito bem ser a mais antiga descrição conhecida de um holograma, o Sutra revela então o poder de cada uma destas joias para criar mudança em toda a rede: «Cada uma das joias refletida nesta joia particular reflete igualmente todas as outras, de tal modo que ocorre um processo infinito de reflexão.»⁵

Segundo a tradução do Sutra que tomei por referência, esta rede «simboliza um cosmos no qual existe um inter-relacionamento infinitamente repetido entre todos os seus membros».⁶

Que belíssima descrição do princípio subtil, mas poderoso, que a natureza usa para sobreviver, crescer e evoluir. Num universo holográfico, onde cada um dos fragmentos já tem todo o mundo espelhado numa escala reduzida, todas as coisas estão em todo o lado. O princípio holográfico promete que tudo aquilo de que necessitamos para viver e crescer está sempre connosco, em toda a parte, o tempo todo... desde a simplicidade de uma única folha de erva até à complexidade dos nossos corpos.

À medida que vamos compreendendo o poder do nosso holograma infinitamente ligado, vai-se tornando claro que nada está oculto e que não existem segredos — estes são subprodutos da nossa sensação de separação. Embora nos possa parecer que estamos desligados uns dos outros e do resto do mundo, essa separação não existe no plano de origem do holograma: o interior

da Matriz Divina. A este nível de unidade não podem existir entidades a que se chame «aqui» e «ali».

Podemos agora dar resposta ao «porquê» dos mistérios das nossas experiências da primeira parte deste livro. Quando o Exército dos EUA realizou as experiências do dador e respetivas células, o ADN agiu como se permanecesse ligado ao dador. Os resultados foram iguais e manteve-se o mistério mesmo quando este e o seu ADN foram separados por distâncias até cinco mil e quinhentos quilómetros, visto que as nossas explicações convencionais para o motivo pelo qual o ADN respondia às emoções do seu dador eram inválidas.

A maioria das pessoas assumiria estar a ser partilhada alguma energia nesta experiência. Quando pensamos em energia, imaginamos que ela está a ser gerada em determinado sítio, para de seguida ser de alguma forma transmitida ou transportada para outro. Tal como a imagem no nosso televisor ou a música que escutamos na rádio resultam da energia emitida do ponto A para o ponto B, esperaríamos que houvesse algum tipo de força a viajar desde o dador até ao respetivo ADN. Para que tivesse lugar uma transferência, porém, seria necessário um deslocamento de uma localização para a seguinte. Ora, ainda que este intervalo pudesse ser diminuto (por exemplo de apenas um nanossegundo), teria de decorrer determinado tempo para que uma energia convencional se deslocasse de um ponto para o outro.

A chave da experiência, porém, residia no facto de um relógio atómico (com a precisão de um segundo por milhão de anos) mostrar que não transcorrera tal intervalo de tempo. O efeito era simultâneo, visto não ser necessária qualquer transmissão. Ao nível quântico, dador e respetivo ADN faziam parte do mesmo padrão e a informação de cada um estava já presente no outro: estavam ligados. A energia das emoções do dador nunca viajava *para parte alguma*, porque estava *em toda a parte*.

Qualquer mudança que desejemos observar no nosso mundo — desde a cura e segurança dos nossos entes queridos, até à paz no Médio Oriente ou em qualquer das mais de sessenta nações atualmente envolvidas em conflitos armados — não tem de ser enviada dos nossos corações e mentes para os locais onde é necessária. Não é preciso «enviar» nada para parte alguma. Uma vez que as orações estejam dentro de nós, estão já em todo o lado.

Chave 14: O holograma universalmente ligado da consciência garante-nos que, no instante em que criamos os nossos bons desejos e orações, eles foram já recebidos no destino

As consequências deste princípio são vastas e profundas. Para percebermos o que significam na nossa vida, porém, é necessário examinar o último elemento do funcionamento do holograma: o poder de criar mudança dentro de si. Se tudo está de facto interligado e distribuído por todo o lado o tempo todo, que acontecerá então quando alteramos algo em determinada parte do holograma? Mais uma vez, a resposta poderá surpreendê-lo.

UMA MUDANÇA EM QUALQUER LADO IMPLICA UMA MUDANÇA NO TODO

No filme *Contato*, há cenas de regresso ao passado, à infância da personagem principal, mostrando a influência desempenhada pelo pai na vida dela, antes da sua súbita morte. Apoiando-a na forma ambiciosa como abordava os seus objetivos, comentava frequentemente que os grandes eventos no futuro da filha seriam conquistados por pequenos passos.

Este conselho é não apenas ótimo para todos os pais transmitirem aos filhos, como parece ser exatamente a forma como funciona o holograma da consciência e da vida. Quando fazemos uma pequena mudança aqui e outra ali, subitamente tudo parece mudar. Na verdade, uma pequena alteração num determinado sítio pode mudar de forma permanente todo um paradigma.

O visionário e filósofo Ervin Laszlo explica-o: «Tudo o que acontece num sítio acontece igualmente noutros; tudo o que aconteceu em determinado instante acontece igualmente em instantes posteriores. Nada é 'local', limitado a onde e quando está a acontecer.»⁷ Como demonstraram de forma eloquente grandes mestres espirituais como Mahatma Gandhi e Madre Teresa de Calcutá, o princípio holográfico não-local é uma imensa força — o «David» perante o «Goliath» da mudança do mundo quântico.

Tal como um holograma contém a imagem original em todas as suas múltiplas partes constituintes, qualquer mudança realizada num único desses segmentos é refletida em todo o padrão. Que relação tão poderosa! Uma única mudança em determinada localização pode fazer a diferença por toda a parte! Talvez o melhor exemplo de como pequenas modificações podem afetar todo um esquema seja o que é observado em algo com que todos estamos familiarizados: o ADN dos nossos corpos.

Se virmos qualquer filme baseado em investigações no local do crime, aprenderemos rapidamente que a identidade do autor pode ser detetada a partir de vestígios por ele deixados na cena do crime. Se os investigadores puderem identificar qualquer parte do corpo do criminoso ou algo que dele provenha — desde um salpico de sangue ou um cabelo, até manchas de sémen ou aparas de unhas — podem identificá-lo. Não importa de onde, dentro do corpo, provém o ADN recolhido, visto que, devido ao seu princípio holográfico, todas as partes espelham o todo. Cada fragmento de ADN se assemelha exatamente aos outros (excluindo mutações). Estima-se que o ser humano tenha entre 50 e cem milhões de milhões de células no corpo. Cada uma destas células contém 23 pares de cromossomas, os quais incluem o ADN de cada indivíduo (isto é, o código da sua vida). Se fizermos as contas, isso significa que transportamos entre 2300 milhões de milhões e 4600 milhões de milhões de cópias de ADN nos nossos corpos. Imagine o quanto levaríamos a fazer uma alteração no ADN de alguém, caso tentássemos atualizar cada cópia, uma célula de cada vez. Mas quando o ADN de facto modifica o modelo de determinada espécie, não o faz de forma linear, um segmento de cada vez. Devido ao princípio holográfico, quando o ADN é alterado, a alteração reflete-se no todo.

Chave 15: Através do holograma da consciência, uma pequena mudança nas nossas vidas é refletida por todo o lado no nosso mundo.

Estará provavelmente a perguntar-se a si próprio: *Por que é isto importante para a minha vida?* Se esta é uma questão óbvia, a resposta poderá não o ser. O poder subtil do holograma reside no facto de nos permitir operar uma tremenda mudança em grande escala, alterando um padrão num sítio apenas. Compreender o princípio holográfico é importante, pois ele parece descrever de forma muito precisa o modo como funcionamos. Desde o ADN dos nossos corpos até à estrutura atómica do mundo que nos rodeia, passando pelo modo de funcionamento da memória e da consciência, parecemos hologramas de uma existência superior que só agora começamos a compreender.

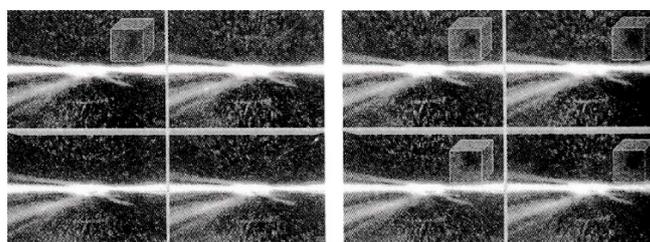


Figura 10. Num holograma, cada uma das partes de «algo» reflecte qualquer outra parte e a alteração espelha-se através do todo. Ainda que dividamos o universo em quatro fragmentos mais pequenos, por exemplo, cada um deles é um espelho de todo o universo. Uma mudança operada em determinado sítio (como indicado na secção mais clara) reflecte-se em todos os espelhos.

CÉREBROS HOLOGRÁFICOS NUM UNIVERSO HOLOGRÁFICO

Lembro-me de, na década de 1970, ter visto um documentário sobre o cérebro humano, no qual uma equipa de cirurgiões se preparava para aliviar a pressão das zonas profundas dos tecidos cerebrais de um homem, causada pelo trauma num acidente. Com o indivíduo totalmente desperto e consciente, porções expostas do seu cérebro eram estimuladas com sondas elétricas com vista a tentar perceber com que parte do seu corpo estavam esses segmentos relacionados. Quando um eléctrodo tocava em determinada localização, por exemplo, o paciente «via» um surto de cor, sendo tal zona registada como um centro visual.

À parte a bizarra experiência de ver um cérebro vivo exposto às luzes brilhantes da sala de operações, o que tornava este filme em particular tão interessante era a forma como funcionava o cérebro do homem. Quando determinadas localizações eram eletricamente estimuladas e originavam a sua experiência de visualização de cores, esses locais pareciam não corresponder aos tradicionalmente associados à visão. Era como se porções do seu cérebro tivessem de alguma forma aprendido a «ver» de uma forma que normalmente só esperaríamos noutra zona.

O trabalho revolucionário do neurocientista Karl Pribram permitiu igualmente concluir que as funções cerebrais são mais globais do que em tempos se postulou. Antes do trabalho de Pribram, julgava-se que os nossos cérebros funcionavam como assombrosos computadores biológicos que armazenam tipos específicos de informação em locais muito precisos. Neste modelo mecânico da memória, havia uma correspondência um-para-um entre determinados tipos de memória e as localizações onde eram armazenados. O problema estava em que a memória localizada não era a descoberta em experiências laboratoriais.

Tal como o documentário mostrava localizações do cérebro do homem que «sabiam» a função de outras áreas, as experiências demonstraram que os animais retêm memórias e prosseguem com as suas vidas, mesmo quando lhes são retiradas partes do cérebro que se julgava serem responsáveis por tais funções. Por outras palavras, parecia não haver uma correspondência direta entre as memórias e determinada localização física no cérebro. Parecia óbvio que a visão mecânica de cérebros e memória não continha a resposta — tinha de ocorrer qualquer outra coisa mais estranha e maravilhosa.

No início da década de 1970, Pribram foi o pioneiro de um novo e poderoso modelo de explicação dos dados encontrados nas experiências. Começou a pensar no cérebro e nas memórias como hologramas. Uma das chaves que confirmou que Pribram estava no caminho certo foi a validação laboratorial da forma como processamos mentalmente a informação. Baseou-se em investigação anterior para testar a sua hipótese. Na década de 1940, o cientista Dennis Gabor utilizou um conjunto complexo de equações conhecido por transformadas de Fourier (segundo o nome do seu descobridor, Joseph Fourier) com vista a criar os primeiros hologramas, obra que lhe mereceu a atribuição de um Prémio Nobel em 1971. Pribram sugeriu que, se o cérebro funciona de facto como um holograma, distribuindo informação através dos seus circuitos «moles», deveria processar a informação de forma semelhante à das equações de Fourier.

Ciente de que as células do cérebro originam ondas elétricas, Pribram conseguiu testar os padrões dos circuitos utilizando as transformadas de Fourier. Indubitavelmente, a sua teoria estava correta — as experiências demonstraram que os nossos cérebros processam a informação em moldes equivalentes aos das equações de um holograma.

Pribram clarificou o seu modelo do cérebro através de uma metáfora simples de hologramas no interior de outros hologramas. Numa entrevista, afirmou: «Os hologramas contidos no sistema visual são... fragmentos de hologramas.»⁸ Estes fragmentos são porções mais pequenas de uma imagem maior. «A imagem total tem uma estrutura semelhante à de um olho de inseto, que possui centenas de pequenas lentes, em lugar de uma única lente de grandes dimensões... Obtém-se o padrão total entretecido, como uma peça unificada, quando o experienciamos.»⁹

Curiosamente, embora Pribram e David Bohm (cujas ideias foram analisadas na Introdução) tenham iniciado as suas investigações de forma independente, ambos utilizaram a mesma explicação para descrever os resultados das suas experiências. Cada um estava a aplicar o modelo holográfico

para dar sentido à vida. Bohm, na sua qualidade de físico quântico, via o universo como um holograma. Pribram, na sua qualidade de neurocientista, estudava o cérebro como um processador holográfico, no qual as nossas mentes executavam processos holográficos. Quando se combina as duas teorias, resulta nada mais, nada menos do que uma possibilidade capaz de romper paradigmas.

Essa possibilidade sugere que fazemos parte de um sistema muito maior de múltiplas realidades, dentro de outras realidades, por sua vez dentro de outras. Neste sistema, o nosso mundo poderia ser considerado uma sombra ou uma projeção de eventos a ter lugar numa realidade fundamental mais profunda. Aquilo que vemos como o nosso universo somos na realidade nós — as nossas mentes individuais e coletivas — a transformar em realidade física as possibilidades dos domínios mais profundos. Esta forma radicalmente nova de nos vermos e ao universo dá-nos acesso direto a todas as possibilidades que alguma vez pudéssemos desejar (ou pedir em oração), sonhar ou imaginar.

Nos seus estudos, Pribram adianta uma explicação para tais possibilidades. Através do modelo holográfico do cérebro em interação com o universo, afirma que o funcionamento do primeiro permite experiências que transcendem tempo e espaço. No contexto deste modelo holográfico, todas as coisas se tornam possíveis. A chave para experienciar o poder destes potenciais resultados é pensarmos em nós a esta nova luz. Quando o fazemos, algo maravilhoso começa a acontecer: ficamos mudados.

É impossível vermo-nos como seres dotados «mais ou menos» ou «assim-assim» de poder num universo de possibilidades — ou nos vemos ou não nos vemos. E é esse precisamente o foco deste livro. Só podemos ver-nos a uma luz diferente quando temos uma razão para o fazer. O conceito da Matriz Divina enquanto holograma universalmente ligado oferece-nos a promessa de só sermos limitados pelas nossas crenças.

Como sugerem as antigas tradições espirituais, as paredes invisíveis das nossas crenças mais profundas podem tornar-se a nossa maior prisão. Mas recordam-nos igualmente que são as nossas crenças que se podem transformar na nossa maior fonte de liberdade. Por mais diferentes entre si que possam ser as tradições de sabedoria do mundo, todas nos conduzem à mesma conclusão: *a oportunidade de ser prisioneiro ou livre é nossa e somos os únicos a poder fazer a escolha.*

O PODER DE UMA SEMENTE DE MOSTARDA

O trabalho pioneiro de Karl Pribram e os estudos de outros investigadores que se lhe seguiram mostram que o nosso cérebro funciona como processador holográfico de informação. Se tal é verdade para nós enquanto indivíduos, fará sentido que a nossa mente e consciência coletivas possam igualmente funcionar deste modo. Nos nossos dias, mais de seis mil milhões de humanos (e mentes) habitam o planeta. No interior do recetáculo da Matriz Divina, a mente de cada indivíduo faz parte de uma consciência única mais vasta.

Por mais diferentes que possam parecer umas das outras, todas as mentes, e cada uma delas, contêm o padrão da consciência total. Através dessa ligação,

cada um de nós tem acesso direto à totalidade do padrão. Por outras palavras, todos dispomos do poder para alterar o holograma do nosso mundo. Se essa, para alguns, é uma forma não-convencional de pensar quem somos, para outros, está perfeitamente alinhada com as suas crenças e experiências de vida.

Os estudos científicos sustentam estes princípios e permitem chegar à conclusão de que, quando os elementos de um grupo partilham uma experiência comum de consciência, os efeitos podem ser detetados *além* do próprio grupo e mesmo fora do edificio onde os indivíduos se reúnem. Manifestamente, as experiências interiores estão a ser levadas a cabo através de alguma conduta subtil, de uma forma que não se deixa restringir pelas assim chamadas leis da física, nem limitar pelo que as rodeia. Um exemplo deste fenómeno surge evidente no efeito que a Meditação Transcendental (MT) pode exercer sobre grandes populações.

Em 1972, 24 cidades dos EUA, com populações superiores a 10.000 habitantes, experimentaram mudanças significativas nas suas comunidades quando menos de um por cento dos seus residentes (cem pessoas) participaram nos estudos. Os participantes utilizaram técnicas específicas de meditação para criar experiências interiores de paz que se espelhariam no mundo em volta. Chama-se a isto «Efeito Maharishi» em honra do Maharishi Mahesh Yogi, que afirmou que sempre que um por cento de determinada população praticasse os métodos de meditação por ele propostos se assistiria a uma redução do crime e violência nessa população.

Estes e outros estudos semelhantes conduziram à realização de um projeto de referência, o «International Peace Project in the Middle East», publicado no *Journal of Conflict Resolution* em 1988.¹⁰ Durante a guerra israelo-libanesa do início da década de 1980, os participantes foram treinados em técnicas precisas de MT com vista a criarem paz nos seus corpos, em lugar de simplesmente pensarem nela nas suas mentes ou rezarem pela sua concretização.

Em dias específicos do mês, em momentos particulares de cada dia, estas pessoas foram posicionadas nas áreas do Médio Oriente flageladas pela guerra. Durante a janela temporal em que se encontraram, em paz, os incidentes terroristas, os crimes contra as pessoas, a afluência aos bancos de urgência e os acidentes rodoviários viram os seus números reduzidos. Pelo contrário, quando os participantes interromperam a sua prática, as estatísticas inverteram-se. Estes estudos confirmaram as descobertas anteriores: quando uma pequena percentagem da população atingia a paz interior, essa paz refletia-se no mundo em redor. Os resultados levaram em linha de conta os dias da semana, os feriados e até mesmo os ciclos lunares. Revelaram-se tão consistentes que os investigadores conseguiram identificar o número mínimo de pessoas necessário para experimentar paz interior antes de esta se espelhar no mundo: a raiz quadrada de um por cento da população. Este valor representa apenas o número-base necessário para o início do efeito — quanto mais pessoas participarem, mais pronunciado será o resultado. E muito embora possamos não compreender totalmente as razões da presença dos efeitos, as correlações e resultados demonstram que são reais. Podemos aplicar este princípio às nossas vidas para qualquer grupo de pessoas, independentemente de se tratar de uma comunidade pequena, uma congregação religiosa, uma cidade de grandes

dimensões ou a totalidade do planeta. Para calcular quantas pessoas são necessárias para se trabalhar em conjunto pela paz e cura nesse grupo, a fórmula sugere o seguinte:

1. Determinar o número total de pessoas presentes.
2. Calcular um por cento desse número total (multiplicar o total do passo 1 por 0,01).
3. Calcular a raiz quadrada desse um por cento (inserir o número obtido no passo 2 e pressionar a tecla «raiz quadrada» da calculadora).

Esta fórmula resulta em números mais pequenos do que poderíamos esperar. Por exemplo, numa cidade de um milhão de habitantes, o total é de cerca de 100. Num mundo de 6 mil milhões de pessoas, é de apenas 8.000. O cálculo representa unicamente o mínimo necessário para dar início ao processo. Quanto mais pessoas estejam envolvidas, mais rapidamente se gerará o efeito.

Apesar de este e outros estudos merecerem obviamente uma análise mais aprofundada, mostram-nos que há um efeito mais do que simplesmente aleatório.

Chave 16: O número mínimo de pessoas necessário para iniciar uma mudança de consciência é de 1% da população.

Será porventura esta a razão pela qual tantas tradições sapienciais realçam a importância de cada indivíduo no todo. Numa das mais conhecidas parábolas sobre o poder da fé, Jesus serviu-se do princípio holográfico para demonstrar como basta um pouco de fé para abrir a porta a grandes possibilidades. «Em verdade vos digo», afirmou, «se a vossa fé for do tamanho de uma semente de mostarda, direis a esta montanha: «Desloca-te daqui para ali» e ela deslocar-se-á; nada vos será impossível.»¹¹ Analisaremos na secção seguinte o que isto significa, em todas as suas implicações. Antes de o fazermos, porém, convém clarificar rapidamente o que se entende aqui por «fé».

A própria palavra fé pode por vezes transportar alguma carga emocional, por estar frequentemente associada a uma crença sem aparente base de sustentação. É o que se chama vulgarmente «fé cega». A minha sensibilidade diz-me que não existe uma fé absolutamente cega. Algures dentro de nós, todas as crenças provêm de um sentimento de uma ligação mais profunda entre as coisas que são e as coisas que *podem ser*. Não obstante podermos nem sempre ter consciência disto ou conseguir afirmar por que é que achamos que algo é assim, as nossas crenças são verdade para nós. E essa verdade é a base da fé.

Há um tipo de fé, porém, que se baseia de facto nas fundações muito sólidas da ciência de ponta, sustentada pelas descobertas da física quântica. No capítulo 3, analisámos resumidamente as possíveis razões para o facto de o mundo físico ser alterado simplesmente pela sua observação. Todas as explicações que se seguiram reconheciam a coexistência de muitas realidades no seio de uma sopa

cósmica de possibilidades. Como demonstraram as experiências, é o ato da nossa observação — leia-se observação consciente — que «fecha» no seu lugar uma dessas possibilidades, sob a forma de nossa realidade. Por outras palavras, *a expectativa ou crença que temos enquanto observamos* é o ingrediente da sopa que «escolhe» qual das possibilidades se transforma na nossa experiência «real».

Com isto em mente, a fé na afirmação de Jesus representa mais do que simplesmente formular as palavras para representar que a montanha se moveu. Numa parábola com cerca de dois mil anos, é-nos ensinada uma poderosa linguagem com a qual podemos escolher a realidade a partir de infinitas possibilidades já existentes. Como afirma Neville tão claramente na sua descrição da fé, através do ato de «persistir» na assunção de que o nosso desejo está já realizado... a nossa palavra adequa-se inevitavelmente à nossa assunção». ¹² No exemplo da montanha, quando sabemos verdadeiramente que ela já se moveu, a nossa fé/crença/assunção de que já aconteceu é a energia que desencadeia a transformação dessa possibilidade em realidade. No domínio quântico de todas as possibilidades, a montanha não tem escolha — tem de se mover.

O exemplo seguinte demonstra quão simples e natural este tipo de fé e de crença pode ser. Abre igualmente a porta a inúmeras possibilidades de uma pequena mudança no nosso ponto de vista poder gerar uma enorme diferença no nosso mundo.

Há alguns anos, tive a oportunidade de testemunhar o equivalente biológico do «mover uma montanha». Neste caso, a «montanha» era um tumor mortífero alojado na bexiga de uma mulher de meia-idade. Os médicos de prática ocidental haviam diagnosticado o tumor como maligno, manifestando a impossibilidade de o operar. Na sala de aulas improvisada no salão de baile do nosso hotel, foi mostrado ao grupo que eu integrava um filme feito pelo nosso instrutor depois de termos estado presentes na cura miraculosa do tumor no hospital, sem recurso a quaisquer medicamentos, em Pequim, na China. ¹³

A clínica era uma de muitas na região que utilizava habitualmente métodos não-tradicionais de tratamento com enorme sucesso. Depois de trocarmos saudações e as formalidades das apresentações, estávamos preparados para o que iríamos ver. O instrutor realçou que com o visionamento do filme pretendia mostrar-nos que o poder de cura vive em cada um de nós. Não era um anúncio à clínica ou um convite para todos os que sofressem de doenças fatais se deslocarem desesperadamente a Pequim. O que nos preparávamos para testemunhar poderia ser realizado ali, na nossa «sala de aula», ou em casa, na nossa sala de estar. A chave da cura, afirmou, é a capacidade de concentrar emoções e energias nos nossos corpos ou no corpo de um ente querido (mediante sua autorização) de uma forma não invasiva e empática.

A mulher do filme chegara à clínica sem medicamentos, como último recurso, pois tudo o resto fracassara. A clínica realça o valor da responsabilidade pessoal na saúde e proporciona novas formas de vida e de grande vitalidade, em lugar de simplesmente «tratar» as pessoas e mandá-las de volta para casa. Entre estes protocolos, incluem-se novos hábitos alimentares, formas suaves de

movimento destinadas a estimular a força da vida (chi) no corpo e métodos inovadores de respiração. Se seguir estas pequenas mudanças de estilo de vida, o corpo do cliente é reforçado com vista à cura possível. Executando estes procedimentos, a partir de certa altura faz sentido os pacientes sujeitarem-se ao tratamento registado em vídeo.

No início do filme, rodado à mão, vimos a mulher deitada no que parecia ser uma marquesa de hospital. Estava desperta, totalmente consciente, e não recebera qualquer sedativo ou anestésico. Três clínicos, de bata branca, estavam de pé atrás dela, enquanto um técnico de ultrassons estava sentado à sua frente, segurando a vareta que seria usada para criar um sonograma com vista a visionar a massa tumoral no corpo. Foi-nos dito que a imagem não seria acelerada, como vemos nos programas de natureza, nos quais assistimos ao desabrochar de uma flor em segundos e não em dias. O nosso filme seria em tempo real, de modo a que pudéssemos assistir ao verdadeiro efeito da cura do clínico.

O filme foi curto, menos de quatro minutos. Ao longo desse tempo, todos vimos algo considerado milagre segundo os padrões da medicina ocidental. No entanto, no contexto holográfico da Matriz Divina, faz todo o sentido. Os clínicos haviam combinado uma palavra que reforçaria para eles uma qualidade especial de sentimento, no interior dos seus corpos. Recordando-nos a instrução de Neville no sentido de «transformar o vosso sonho futuro num facto presente... assumindo que o sentimento que desejais está realizado», a emoção dos clínicos foi simplesmente a da mulher já curada.¹⁴ Muito embora soubessem que o tumor tinha existido nos momentos que conduziram ao processo, reconheceram igualmente que a sua possibilidade não era senão uma entre muitas. Nesse dia, ativaram o código que exige outra possibilidade. E fizeram-no na linguagem que a Matriz reconhece e a que responde — a da emoção humana direcionando energia (ver capítulo 3).

Enquanto observávamos os clínicos, ouvimo-los pronunciar repetidamente as palavras de uma espécie de *mantra*, que se poderiam traduzir livremente por «já está feito, já está feito». A princípio, pareceu que nada acontecia. Subitamente, porém, o tumor começou a estremecer, desaparecendo e reaparecendo em campo, como se oscilasse entre realidades distintas. O silêncio desceu sobre a sala, enquanto assistíamos, assombrados. Ao fim de alguns segundos, mirrou e desapareceu completamente do ecrã. Tudo o resto permanecia igual a segundos antes — tudo, menos o tumor que ameaçara a vida da mulher. Os clínicos e o técnico estavam presentes e nada mais parecia ter ocorrido de sobrenatural; muito simplesmente, desaparecera o problema que ameaçara a vida da mulher.

Lembro-me de me ter vindo à ideia a antiga exortação, segundo a qual, com um pouco de fé, se consegue mover montanhas. Lembro-me igualmente de pensar que, antes daquele momento, mover montanhas não era para mim mais do que uma metáfora. Mas ali, tornou-se um facto literal. Utilizando a fórmula da raiz quadrada de um por cento, a população da clínica provava que a consciência pode afetar diretamente a nossa realidade.

Estava presente na sala um total de seis pessoas enquanto a cura tinha lugar (três clínicos, o técnico, o operador de câmara e a paciente). Aplicando a fórmula, a raiz quadrada de um por cento dessa população representa um valor de apenas 0,244 de pessoa! Verificado o requisito de menos de uma pessoa crente no conhecimento absoluto de que a cura já tivera lugar, a realidade física do corpo da mulher alterou-se.

Muito embora o número fosse diminuto neste caso, a fórmula mantinha-se válida. Como se observou anteriormente, esse número constitui o *mínimo* necessário para fazer iniciar uma nova realidade. Com toda a probabilidade, todos os presentes na sala experimentaram a sensação da cura da mulher e foram necessários dois minutos e 40 segundos para que o corpo dela refletisse essa realidade.

Com a devida autorização, mostrei desde então esse filme a muitas plateias — incluindo pessoal médico — um pouco por todo o mundo. As reações variam e são em geral revisíveis. Operada a cura, segue-se um breve silêncio, durante o qual a assistência regista no coração e na mente o que os seus olhos acabam de presenciar. O silêncio dá então lugar a suspiros de alegria, riso e mesmo aplausos. Para alguns, o filme é uma confirmação daquilo em que já acreditavam. Até a fé é fortalecida pela validação de ver de facto que algo é possível.

Para outros, mais céticos, a questão é: «Se isto é verdade, por que é que não temos conhecimento?» A minha resposta: «Agora já têm!» «Quanto tempo dura o efeito da cura?» é a pergunta que se segue. Os estudos apontam para uma taxa de sucesso de 95 por cento ao fim de cinco anos para pacientes que prosseguem as suas mudanças vitais nos campos da nutrição, da respiração e do movimento aprendidas na clínica.

Após um ligeiro arquejar proveniente de algo entre o desejo de acreditar e a frustração por haver tanta gente que podia ser ajudada com técnicas modernas, ouço algo do género: «Isto é demasiado simples... não pode ser tão fácil!»

Novamente respondo: «Por que havíamos de esperar menos?» No mundo holográfico da Matriz Divina, tudo é possível, e só temos de escolher as nossas possibilidades.

Se acreditarmos, porém, que estamos «aqui» e que as possibilidades estão «lá fora», teremos por vezes a sensação de que elas são nulas e inacessíveis. Mas as regras que nos dizem *como* funciona a Matriz Divina dizem-nos igualmente que na realidade mais profunda aquilo em que tipicamente pensamos como «alhures» está afinal já «aqui» e vice-versa. Tudo depende da forma como nos vemos no campo das possibilidades.

Se soubermos que tudo, desde o sofrimento mais atroz ao êxtase mais jubiloso — e todas as possibilidades intermédias — existe já, concluímos que faz todo o sentido dispormos do poder de colapsar o espaço interveniente e concretizar as possibilidades nas nossas vidas. E é o que fazemos... através da linguagem silenciosa da imaginação, dos sonhos e da fé.

1 A tecnologia holográfica foi inventada em 1948 pelo cientista húngaro Dennis Gabor. Em 1971, Gabor recebeu o Prémio Nobel da Física pela descoberta realizada 23 anos antes.

2 Russell Targ num comentário conjunto com os produtores do filme de 2004 *Suspect Zero*, realizado por E. Elias Merhige (Estúdios Paramount, editado em DVD em Abril de 2005).

3 Ibid.

4 Ervin Laszlo, «New Concepts of Matter, Life and Mind».

5 Francis Harold Cook, *Hua-yen Buddhism*, p. 2.

6 Ibid.

7 Laszlo, «New Concepts of Matter, Life and Mind.»

8 Karl Pribram, citado numa entrevista de Daniel Goleman, «Pribram: The Magellan of Brain Science».

9 Ibid.

10 «International Peace Project in the Middle East», *The Journal of Conflict Resolution*, p. 778.

11 «Matthew 17:20», *The New Jerusalem Bible: The Complete Text of the Ancient Canon of the Scriptures*, Standard Edition, Henry Wansbrough, ed. (Nova Iorque: Doubleday, 1998), p. 1129.

12 Neville, *The Power of Awareness*, p. 118.

13 *101 Miracles of Natural Healing*, vídeo didático sobre os métodos, passo a passo, da técnica terapêutica Chi-Lel™ desenvolvido pelo seu fundador, o Dr. Pang Ming.

14 Neville, *The Power of Awareness*, p. 10.

CAPÍTULO 5

O tempo não é de modo algum aquilo que parece. Não flui numa única direção e o futuro existe em simultâneo com o passado.

— ALBERT EINSTEIN (1879-1955), físico

O tempo é aquilo que não deixa que tudo aconteça em simultâneo.

— JOHN WHEELER (1911-), físico

QUANDO AQUI É ALI E DANTES É AGORA: SALTAR TEMPO E ESPAÇO NA MATRIZ

«O tempo é/Demasiado Lento para os que Esperam/Demasiado Rápido para os que Receiam,/Demasiado Longo para os enlutados,//Demasiado Curto para os que Rejubilam/ Mas para os que Amam, //O Tempo não existe.» Com estas palavras, o poeta Henry Van Dyke recorda-nos a ironia da relação que mantemos com o tempo.

O tempo é talvez a mais esquiva de todas as experiências humanas. É impossível capturá-lo ou fotografá-lo. Contrariamente ao que pareceria decorrer das mudanças do horário de Verão para o horário de Inverno, é impossível reuni-lo num sítio para o usar mais tarde noutro. Sempre que tentamos, de facto, descrever o significado do tempo nas nossas vidas, acabamos a utilizar palavras que o medem em sentido relativo. Dizemos que algo aconteceu *antes*, no passado, está a acontecer *agora* no presente ou acontecerá *em determinado momento* futuro. A única forma que temos de descrever o tempo é através das coisas que acontecem *dentro* dele.

Misterioso como é, o tempo é objeto das atenções humanas há milhares de anos. Ao longo de séculos infinitos, esforçámo-nos duramente por conceber e refinar sistemas de registo do tempo sob a forma de ciclos e ciclos dentro de outros ciclos, e tivemos boas razões. Por exemplo, para saber quando fazer as sementeiras que sustentarão toda uma civilização, é importante ter a noção de quantos dias, ciclos lunares e eclipses decorreram desde a última sementeira. Os antigos sistemas de registo do tempo garantiam uma marcação rigorosa destes dados. O calendário Maia, por exemplo, efetua o cálculo de ciclos temporais que tiveram início em 3113 a.C. (há mais de 5000 anos), enquanto o sistema hindu de *yugas* assenta a progressão de ciclos de criação com início há mais de quatro milhões de anos!

Até ao século XX, no mundo ocidental, pensava-se em geral no tempo em sentido poético, como um artefacto da experiência humana. O filósofo Jean-Paul Sartre descreveu essa nossa relação como «um tempo especial de separação: uma divisão que reúne». Mas essa visão poética alterou-se em 1905 quando Einstein postulou a sua teoria da relatividade. Antes da relatividade, considerava-se que o tempo constituía a sua própria experiência, distinta das três dimensões da altura, comprimento e largura que definem o espaço. Na sua teoria, porém, Einstein propunha que o espaço e o tempo estão intimamente interligados, não podendo ser separados. É o espaço-tempo em conjunto, afirmou, que constitui um domínio além da nossa experiência familiar tridimensional: a quarta dimensão. Subitamente, o tempo tornava-se mais do que um conceito filosófico casual... era uma força a levar em conta.

Por palavras que deram novo sentido à nossa percepção do tempo, Einstein descreveu a sua misteriosa natureza, afirmando simplesmente o óbvio: «A distinção entre passado, presente e futuro não é senão uma ilusão teimosamente persistente.»¹ Através desta poderosa afirmação, Einstein mudou para sempre a nossa forma de pensar a relação que mantemos com o tempo. Pense no que daí decorre: se passado e futuro estão presentes neste momento, podemos comunicar com eles? Podemos viajar no tempo?

Antes mesmo da arrojada afirmação de Einstein, as possibilidades colocadas por estas questões intrigaram cientistas, místicos e escritores. Desde templos ocultos do Egito dedicados à experiência do tempo até à emoção suscitada pelo clássico romance de 1895 de H.G. Wells *A Máquina do Tempo*, a perspectiva de conseguir de alguma forma «apanhar boleia» do fluxo temporal tem-nos conquistado a imaginação e os sonhos. O nosso fascínio é tão antigo como a nossa existência e as questões sobre ele parecem infindáveis.

Será o tempo real? Existirá sem nós? Haverá algo na consciência que dê ao tempo o seu significado? Se sim, disporemos do poder ou do direito de interromper o seu fluxo para a frente para olharmos o futuro... ou talvez visitarmos ou comunicarmos com pessoas do passado? Podemos contactar outros domínios e mesmo outros mundos com os quais partilhamos o presente?

À luz de relatos como os da secção seguinte, a fronteira entre «aqui» e «ali» torna-se menos nítida, convidando-nos a reconsiderar o que significa de facto o tempo nas nossas vidas.

UMA MENSAGEM DE ALÉM-TEMPO

No poderoso livro *Small Miracles: Extraordinary Coincidences from Everyday Life*, Yitta Halberstam e Judith Leventhal relatam uma história assombrosa sobre o poder do perdão.² Muito embora tenha dado o meu melhor para captar a essência deste comovente relato, encorajo o leitor a senti-la integralmente no texto original. O que torna esta história tão interessante e a razão por que a apresento aqui assentam no facto de o perdão ser tão poderoso que transcende o tempo.

A notícia da morte do pai foi um choque para Joey. Não se falavam desde que ele fizera 19 anos e questionara a fé tradicional judaica da família. Para o pai de Joey, não havia maior desgraça do que duvidar de tal filosofia, validada pelo tempo. Ameaçou pôr fim ao relacionamento, caso o filho não aceitasse as suas raízes e não pusesse fim às suas questões. Joey considerou que não podia aceder às exigências do pai e saiu de casa para correr mundo. Ele e o pai nunca mais se falaram.

Foi num pequeno café da Índia que um amigo encontrou Joey e o informou da morte do pai. Foi a primeira vez que soube dele. Regressou de imediato a casa e começou a estudar o seu património judaico. Profundamente comovido com as descobertas que fez das suas origens e das do seu pai, Joey deu por si a fazer planos para uma peregrinação à terra onde haviam tido início as raízes das tradições da sua família: estava a caminho de Israel.

É aqui que a história sofre uma íntima e mística volta, e nos dá uma perspetiva aprofundada sobre o poder da Matriz Divina.

Joey deu por si no Muro das Lamentações, em Jerusalém, uma parte de uma antiga muralha do templo que ficou de pé após a destruição ocorrida há cerca de 2000 anos. É aqui que se dirigem os Judeus ortodoxos para adorar todos os dias, repetindo as palavras das mesmas orações entoadas há séculos.

Joey escrevera um bilhete ao pai, declarando o seu amor e pedindo perdão pela dor que causara à família. Segundo o costume, pensara deixar o bilhete numa das muitas fissuras formadas quando a argamassa original que unia as pedras caiu. Quando encontrou o sítio ideal para deixar o bilhete, aconteceu algo extraordinário — algo que não tem explicação racional à luz da ciência ocidental tradicional.

Quando Joey inseriu o seu bilhete na parede, um outro caiu subitamente de entre as pedras, aterrando-lhe aos pés. Era uma oração redigida por alguém e colocada na parede semanas, ou possivelmente meses, antes. Quando Joey pegou no papel enrolado, apoderou-se dele uma sensação estranha.

Abriu o bilhete e começou a ler o seu conteúdo, reconheceu a caligrafia — era a do pai! O bilhete que Joey tinha nas mãos fora escrito pelo pai e deixado na parede antes da sua morte. Nele, declarava o seu amor pelo filho e pedia perdão a Deus. Em determinado momento do passado não muito distante, o pai de Joey viajara até ao mesmíssimo sítio onde o filho se encontrava agora. Num golpe irónico de sincronismo, o pai depositara a sua oração naquele preciso sítio da parede, onde permanecera até à chegada de Joey.

Que história poderosa! Como pode algo tão extraordinário ter acontecido? Obviamente tinha de estar em jogo algum tipo de comunicação entre realidades e mundos. Joey vive no domínio do presente a que chamamos «o nosso mundo». Embora o seu pai não estivesse já vivo, o Judaísmo professa que ele existe ainda noutro domínio, o *ha-shamayin*, ou céu, que se situa além do nosso mundo.

Considera-se que estes domínios coexistem no presente e que estão em comunicação. Embora a mecânica exata de como a mensagem do pai de Joey lhe chegou possa permanecer um mistério, uma coisa é certa: para Joey ter recebido uma indicação de que o pai se mantinha em contato com ele, tem de haver algo que ligue ambos, um meio capaz de fornecer o recetáculo dos dois domínios da experiência. Esse meio é a Matriz Divina — ela ajusta-se à descrição do sítio a que os antigos chamavam céu: a casa da alma que contém passado, presente e futuro.

Através da ponte da Matriz Divina, algo belo e precioso teve lugar entre Joey e o pai. Transcendendo tempo, espaço e (no caso desta história) mesmo a vida e a morte, ocorreu uma comunicação que gerou cura e a conclusão de um processo doloroso entre um pai e o filho. Temos de olhar de forma cada vez mais profunda o nosso relacionamento com o espaço que cria o aqui e o ali, e o tempo que permite o dantes e o agora, se queremos compreender como isto aconteceu e porquê.

QUANDO AQUI É ALI

Se o nosso universo e tudo o que está nele se encontra verdadeiramente contido na Matriz Divina, como sugerem as experiências, poderemos em breve dar por nós a redefinir as nossas ideias de espaço e de tempo. Podemos mesmo acabar por descobrir que as distâncias que parecem afastar-nos uns dos outros, em particular dos nossos entes queridos, não separam senão os corpos. Como vimos na história de Joey e do seu pai, há algo em nós que não se deixa limitar nem pela distância nem pelas leis tradicionais da física.

Por mais que estas possibilidades possam parecer provir da ficção científica, são igualmente objeto de investigações científicas sérias — tão sérias, na verdade, que ao longo dos últimos anos da Guerra Fria, tanto os EUA como a ex-União Soviética dedicaram imensas verbas e esforços de investigação à compreensão exata de quão real é a Matriz que liga tudo. Mais especificamente, as superpotências queriam saber se é possível viajar grandes distâncias através da Matriz utilizando a mente — as capacidades psíquicas de um determinado tipo de telepatia conhecido por *visão remota*. Os resultados obtidos parecem por vezes surpreendentemente semelhantes a alguns filmes muito conhecidos dos últimos anos e poderiam perfeitamente constituir a base dos seus enredos. As experiências tornam igualmente ainda menos nítida a linha já de si indistinta que separa factos e ficção.

Em 1970, os EUA começaram oficialmente a investigar a possibilidade de utilização de métodos psíquicos para «navegar» na Matriz e visionar territórios e alvos inimigos a grande distância. Foi então que a CIA financiou as primeiras experiências utilizando indivíduos psiquicamente sensíveis, como empáticos (indivíduos dotados da capacidade de sentir as experiências dos outros sem necessidade de indicações verbais ou visuais), com vista a concentrar as suas mentes em localizações secretas.³ Assim que o fizeram, foram treinados para descrever aquilo que viam com cada vez mais pormenores. Este programa, que recebeu o acrónimo de Scanate, de «scan by coordinate», foi um dos precursores

dos estudos, atualmente muito conhecidos, realizados com visão remota no Stanford Research Institute (SRI).

Muito embora, sob determinados aspetos, a visão remota possa parecer um pouco «extraterrestre», baseia-se na verdade em princípios quânticos sólidos, alguns dos quais já analisados neste livro. Mesmo especialistas reconhecem que ninguém sabe exatamente como funciona. O seu sucesso é em geral atribuído à ideia da física quântica segundo a qual, embora as coisas nos pareçam sólidas e separadas, estão na verdade ligadas a tudo o resto sob a forma de um campo universal de energia. Por exemplo, quando temos na mão uma bela concha, numa perspetiva quântica, existe uma parte energética desse objeto em todo o lado. Como a nossa concha existe para além do sítio local, diz-se que ela é «não-local».

Um número crescente de cientistas aceita os dados experimentais que indicam que o universo, o planeta e mesmo os nossos corpos são não-locais. Estamos por toda a parte, já e sempre. Como afirmou Russell Targ no capítulo 4, ainda que possamos estar fisicamente separados uns dos outros, nada nos impede de estarmos em comunicação instantânea — e é nisso que consiste a visão remota.

Na verdade, os visionadores do programa Scanate foram treinados a ter sonhos acordados ou «lúcidos». O seu estado transformado dava à sua consciência a liberdade de se concentrar em localizações exatas. Estes sítios podiam encontrar-se noutra divisão do mesmo edifício ou do outro lado do mundo. Esclarecendo melhor a ligação do nosso universo no domínio quântico, Targ afirma: «Não é mais difícil descrever o que está a acontecer nos confins da União Soviética do que o que está a ter lugar do outro lado da rua.»⁴ Os formandos receberam até três anos de instrução antes de lhes serem entregues missões secretas.

Os pormenores dos projetos de visão remota nas forças armadas americanas, que só recentemente foram colocados à disposição do público, descrevem pelo menos dois tipos de sessões. O primeiro, designado visão remota coordenada, envolve descrições dos visionadores sobre aquilo que encontram em coordenadas geográficas específicas, identificadas pelos respetivos valores de latitude e longitude. O segundo tipo de sessões, designado visão remota extensiva, baseia-se numa série de técnicas de relaxamento e meditação.

Embora os aspetos metodológicos específicos possam variar, os procedimentos de visão remota têm em geral início com os visionadores a entrarem num estado de relaxamento ligeiro, visto ser nesse estado que parecem estar mais abertos à receção de impressões sensoriais de localizações distantes. Durante as sessões, existe em geral uma outra pessoa, um guia, cujo papel é ajudar o visionador, instruindo-o a olhar para pormenores específicos. Através de uma série de protocolos que permitem ao visionador distinguir quais as impressões mais importantes para a «missão» em particular, consegue descrever aquilo que vê com um grau de pormenor cada vez mais profundo. As instruções do guia parecem distinguir esta forma de visão remota controlada do sonho lúcido que tem frequentemente lugar, espontaneamente, durante o sono.

As consequências para o secretismo foram imensas, abrindo caminho a uma nova Era de recolha de informações secretas com diminuição de riscos para o pessoal em ação nos teatros de operações — diminuição de riscos, isto é, até os programas de visão remota terem sido descontinuados em meados da década de 1990. Com nomes de código intrigantes como «Projeto Stargate», o último foi «oficialmente» descontinuado em 1995. Embora o processo fosse considerado por alguns ciência «na margem» e mesmo completamente menosprezado por certos céticos nas forças armadas, houve várias sessões de visão remota validadas por sucessos não-atribuíveis a coincidências. Alguns destes poderão ter mesmo salvado vidas.

Durante a primeira Guerra do Golfo de 1991, pediu-se aos visionadores remotos que procurassem mísseis inimigos dissimulados nos desertos da zona oeste do Iraque.⁵ O projeto conseguiu detetar localizações específicas de mísseis e descartar outras zonas. As vantagens deste tipo de busca psíquica são óbvias. Ao estreitar as localizações possíveis das armas, fazia-se todo o tipo de poupanças, desde tempo a dinheiro, passando por combustível. O maior benefício, porém, dizia respeito às vidas dos próprios soldados. A procura remota de mísseis letais reduzia o risco daqueles que, tradicionalmente, teriam tido de desempenhar essa missão no solo.

A razão pela qual menciono aqui estes projetos e técnicas assenta no facto de demonstrarem bem dois aspetos-chave da nossa compreensão da Matriz Divina. Em primeiro lugar, constituem mais uma indicação da sua existência. Para que uma parte de nós viaje até localizações remotas e veja pormenores de coisas muito reais sem chegar sequer a levantar-se da cadeira, tem de haver algo sobre o qual viaje a nossa consciência. A ideia principal que aqui defendo é a de que o visionador tem acesso ao destino, independentemente de onde este se encontre. Em segundo lugar, a própria natureza da energia que possibilita a visão remota ilustra a ligação holográfica que parece ser uma parte da nossa identidade. Na presença de indícios da Matriz Divina, as velhas ideias de quem somos e de como operamos no espaço-tempo começam a ruir.

A LINGUAGEM QUE ESPELHA A REALIDADE

Muito embora a ciência ocidental esteja a dar os primeiros passos na compreensão do significado do nosso relacionamento com o tempo e o espaço no contexto da ligação universal, os nossos antepassados indígenas estavam bem cientes destes relacionamentos. Quando o linguista Benjamin Lee Whorf estudou a linguagem dos Hopi, por exemplo, chegou à conclusão de que as suas palavras refletiam diretamente a visão que tinham do universo. A ideia que este povo tinha sobre quem somos enquanto seres humanos era muito distinta da forma como hoje nos pensamos — eles encaravam o mundo como uma entidade única cujo conteúdo se encontra ligado na fonte.

No seu livro revolucionário *Language, Thought, and Reality*, Whorf resumiu a mundivisão Hopi: «Na perspetiva Hopi, o tempo desaparece e o espaço é alterado, de modo que deixa de ser o espaço intemporal homogéneo e instantâneo da nossa suposta intuição ou da mecânica newtoniana clássica.»⁶

Por outras palavras, os Hopi simplesmente não pensam no tempo, espaço, distância e realidade como nós. Aos seus olhos, vivemos num universo onde tudo está vivo, ligado e a acontecer «agora». A sua linguagem espelha esta perspetiva.

Por exemplo, quando olhamos o oceano e vemos uma onda, podemos dizer: «Olha aquela onda.» Mas sabemos que, na realidade ela não existe sozinha. Só está lá graças às outras ondas. «Sem a projeção da linguagem», afirma Whorf, «ninguém viu uma onda». ⁷ Aquilo que vemos é «uma superfície em movimentos ondulatórios em mudança permanente». Na linguagem dos Hopi, porém, os que usavam da palavra diriam que o oceano se está a «ondular» para descrever a ação presente da água. Mais precisamente, segundo Whorf, «os Hopi dizem *walalata*, significando “ocorrências plurais de ondulação”, e podem chamar a atenção para determinado local da ondulação, tal como nós». ⁸ Desta forma, por mais estranho que nos possa parecer, são na verdade mais rigorosos na sua descrição do mundo.

De forma similar, o conceito de tempo, tal como tendemos a pensá-lo, assume um novo significado nas crenças tradicionais dos Hopi. Os estudos de Whorf levaram-no a descobrir que «o que é manifestado compreende tudo aquilo que existe ou que foi acessível aos sentidos, o universo físico histórico... sem qualquer tentativa de distinguir entre presente e passado, mas excluindo tudo aquilo a que chamamos futuro». ⁹ Por outras palavras, os Hopi utilizam as mesmas palavras para identificar apenas aquilo que «é» ou já aconteceu. Considerando as discussões anteriores sobre possibilidades quânticas, esta visão do tempo e da linguagem faz todo o sentido. Os Hopi descrevem as possibilidades escolhidas, deixando o futuro em aberto.

Dos aspetos que decorrem da linguagem hopi até aos exemplos provados de visão remota, a nossa relação com o espaço e o tempo tem obviamente mais que se lhe diga do que tradicionalmente fomos reconhecendo. A essência da nova física sugere que o espaço-tempo não pode ser separado. Assim, se repensarmos o que a distância significa para nós no seio da Matriz Divina, resulta claro que temos igualmente de reconsiderar a nossa relação com o tempo. E é aqui que as possibilidades se tornam verdadeiramente interessantes.

QUANDO ENTÃO É AGORA

Além de nos ajudar a fazer chegar os nossos filhos ao treino de futebol enquanto o resto da equipa ainda está em campo e de nos garantir que estamos no aeroporto a tempo do nosso voo, o que é verdadeiramente o tempo? Serão os segundos que constituem os minutos, que por sua vez formam o nosso dia, o único elemento que impede as coisas de acontecer em simultâneo, como se refere na citação de John Wheeler apresentada no início deste capítulo? Existirá o tempo se ninguém souber dele?

Talvez uma questão ainda mais profunda seja a de saber se as coisas que acontecem no tempo são «determinadas». Estarão os eventos do universo já inscritos numa linha temporal que simplesmente vai tendo lugar sob a forma das

nossas vidas? Ou será o tempo de alguma forma maleável? Em caso afirmativo, serão intermutáveis os eventos nele contidos?

O pensamento convencional sugere que o tempo só se move numa direção — para a frente — e que aquilo que já aconteceu está na verdade estampado no tecido temporal e espacial. Os dados experimentais, porém, indicam que as nossas ideias sobre passado e presente poderão não ser tão simples e «arrumadinhas». Não só, segundo parece, o tempo se desloca em duas direções, como postulado por Einstein, mas também as escolhas de hoje podem na verdade alterar o que teve lugar ontem. Em 1983, foi concebida uma experiência cujo objetivo era precisamente testar tais possibilidades. Os resultados são absolutamente contrários à forma como fomos levados a pensar o tempo, com implicações desconcertantes.

Para esta investigação, o físico John Wheeler propôs utilizar uma variante da famosa experiência da dupla fenda, com vista a testar os efeitos do presente sobre o passado. Eis um breve resumo da experiência original descrita no capítulo 2.

Uma partícula quântica (um fóton) foi disparada contra um alvo capaz de detetar a forma da sua chegada — como partícula de matéria ou como onda de energia. Antes de atingir o alvo, porém, a partícula teve de passar pela abertura de uma barreira. O mistério consistia em que o fóton, de alguma forma, «sabia» quando é que a barreira tinha um buraco e quando tinha dois.

Em presença de uma abertura única, a partícula viajava e chegava ao seu destino exatamente como iniciara a viagem: como uma partícula. Na presença dos dois orifícios, porém, embora iniciasse a experiência como uma partícula, deslocava-se como uma onda de energia através de ambas as aberturas em simultâneo e agia como uma onda no seu destino.

Em resultado destas observações, concluiu-se que, visto que os cientistas a executar a experiência eram os únicos que sabiam das aberturas existentes na barreira, esse conhecimento que detinham influenciava de alguma forma o comportamento do fóton.

A variante que Wheeler introduziu nesta experiência incluía uma diferença-chave concebida para testar as suas ideias de passado e presente. Alterou a experiência de tal modo que o fóton só fosse observado *depois* de já ter atravessado a barreira, mas *antes* de chegar ao seu destino. Por outras palavras, já está *a caminho* do alvo quando se toma a decisão sobre a forma de ser visionado.

Concebeu duas formas muito distintas de saber se o fóton atingira o seu alvo: numa delas, utilizava-se uma lente para «ver» o fóton, sob a forma de partícula, enquanto no processo alternativo se utilizava um ecrã que a percecionava como onda. Este aspeto é muito importante, pois as experiências anteriores haviam demonstrado que os fótons agiam como deles se esperava, consoante o modo como eram observados — isto é, eram partículas quando medidos como partículas e ondas quando medidos como ondas.

Deste modo, nesta experiência, caso o observador optasse por ver o fóton como uma partícula, a lente estaria instalada e o fóton viajaria unicamente

através de uma fenda. Já se o observador optasse por o ver como uma onda, o ecrã permaneceria instalado e o fotão atravessaria ambas as ranhuras sob a forma de uma onda. E eis o argumento decisivo: a decisão foi tomada depois de a experiência ter sido iniciada (o presente), mas determinava o comportamento da partícula aquando do início da experiência (no passado). Wheeler chamou a este teste a experiência da escolha adiada.

Com base neste tipo de investigação, parece que o tempo, tal como o conhecemos no nosso mundo (o nível do físico), não exerce qualquer efeito sobre o domínio quântico (o nível da energia). Caso uma escolha posterior determine de que forma algo acontece no passado, Wheeler propõe poder então «optar por conhecer uma propriedade depois de o evento já ter ocorrido».¹⁰ As consequências que se pode extrair desta afirmação abrem caminho a uma poderosa possibilidade, no que toca ao nosso relacionamento com o tempo. O que Wheeler sugere é que as escolhas que fazemos hoje poderão, de facto, afetar diretamente coisas que já aconteceram. Se for esse o caso, pode mudar tudo!

E então, é verdade? As decisões que tomamos agora mesmo influenciam ou determinam aquilo que já ocorreu? Embora todos já tenhamos ouvido, da boca dos grandes sábios, que dispomos do poder para transcender as nossas dores mais profundas, será que essa capacidade se estende à reescrita dos eventos passados que conduziram a essas dores? Quando colocamos tal questão, é difícil não pensar nas confusões que se geram quando a personagem principal do filme *Regresso ao Futuro*, Marty McFly (interpretada por Michael P. Fox) teve oportunidade de o fazer. Imagine, porém, as possibilidades que se colocariam se pudéssemos, por exemplo, aprender com os sofrimentos das guerras mundiais do século passado ou com o doloroso divórcio por que acabámos de passar, fazendo escolhas hoje que impedissem essas coisas de ocorrer. Caso fosse possível, constituiria o equivalente a um grande *apagador quântico* que nos permitiria alterar o curso dos eventos que trouxeram dor até nós.

Foi precisamente esta questão que conduziu a mais uma variante da experiência da «dupla fenda». Curiosamente, esta é na verdade designada experiência do «apagador quântico». Embora o nome pareça complicado, é simples de explicar e tem o potencial de romper paradigmas devido ao que dela decorre — vou, por isso, direto ao assunto.

A ideia fundamental demonstrada pela experiência é que o comportamento das partículas quando a experiência *se inicia* parece ser totalmente determinado por fatores que nem sequer tiveram lugar até a experiência estar concluída.¹¹ Por outras palavras, o presente tem o poder de mudar aquilo que já ocorreu. E este é o chamado efeito de apagador quântico: as coisas que acontecem após o facto podem mudar («apagar») a forma como as partículas se comportam no momento anterior.

A questão, aqui, é óbvia: este efeito só se aplica às partículas quânticas ou também a nós?

Apesar de sermos constituídos por partículas, talvez a nossa consciência seja a cola que nos mantém encerrados nos eventos — as guerras, o sofrimento,

os divórcios, a pobreza e a doença — que percebemos como realidade. Ou talvez esteja a acontecer algo mais: pode ser que já alteremos o nosso passado quando aprendemos com os nossos erros e o estejamos sempre a fazer. Talvez seja tão normal as nossas escolhas repercutirem-se para trás no tempo que tal suceda sem que tenhamos conhecimento ou sequer pensemos nisso.

Talvez o mundo que vemos hoje em dia, por mais duro que por vezes pareça, resulte daquilo que aprendemos, refletido para trás. É certamente algo sobre o qual vale a pena pensar e, de momento, parece que a investigação sustenta tal possibilidade. Se for verdade e o mundo agir de facto como um *loop* de *feedback* cósmico — em que as lições do presente alteram o passado —, pense só no que poderá significar! No mínimo dos mínimos, decorre daí que o mundo que vemos hoje resulta do que já aprendemos. E sem aquilo que aprendemos, as coisas poderiam ser muito piores ou não?

Independentemente de influenciarmos o passado, é evidente que as escolhas que fazemos hoje determinam o presente e o futuro. E todos os três, passado, presente e futuro, coexistem no recetáculo da Matriz Divina. Faz todo o sentido, portanto, que, sendo nós parte da Matriz, conseguíssemos comunicar com ela de uma forma útil e plena de sentido nas nossas vidas. Segundo as experiências científicas, bem como as nossas tradições mais acarinhadas, conseguimos-lo de facto. O denominador comum das investigações relatadas nos capítulos anteriores é duplo:

1. Mostra-nos que fazemos parte da Matriz Divina.
2. Demonstra que a emoção humana (constituída por crenças, expectativas e sentimentos) é a linguagem reconhecida pela Matriz Divina.

Curiosamente, embora por mera coincidência, estas foram exatamente as experiências apagadas dos textos bíblicos cristãos e desencorajadas na cultura ocidental. Nos nossos dias, porém, tudo está a mudar. Os homens estão a ser encorajados a fazer jus às suas emoções e as mulheres cultivam novas formas de explorar o poder, que é uma parte tão natural da sua existência. Manifestamente, emoção, sentimento e crença constituem a linguagem da Matriz Divina e há uma qualidade de emoção que nos permite experimentar o campo de energia que liga o universo de formas poderosas, curativas e naturais.

A questão agora é: «Se estamos a falar à Matriz Divina, como sabemos quando ela nos responde?» Se os nossos sentimentos, emoções, crenças e orações nos fornecem o modelo da matéria quântica do universo, o que nos dizem então os nossos corpos, vidas e relacionamentos sobre a nossa parte da conversa? Para responder a isto, devemos reconhecer a segunda metade do nosso diálogo com o universo. Então, como lemos as mensagens da Matriz Divina?

¹ The Expanded Quotable Einstein, p. 75.

² Yitta Halberstam e Judith Leventhal, *Small Miracles: Extraordinary Coincidences From Everyday Life* (Avon, MA: Adams Media Corporation, 1997).

³ Jim Schnabel, *Remote Viewers: The Secret History of America's Psychic Spies* (Nova Iorque: Bantam Doubleday Dell, 1997), pp. 12-13.

4 Russell Targ, do DVD *Suspect Zero*.

5 Jim Schnabel, *Remote Viewers*, p. 380.

6 Benjamin Lee Whorf, *Language, Thought, and Reality*, John B. Carroll, ed. (Cambridge, MA: MIT Press, 1964), pp. 58-59.

7 *Ibid.*, p. 262.

8 *Ibid.*

9 *Ibid.*, p. 59.

10 «Mathematical Foundations of Quantum Theory: Proceedings of the New Orleans Conference on the Mathematical Foundations of Quantum Theory», *Quantum Theory and Measurement*, J. A. Wheeler e W. H. Zurek, eds. (Princeton, NJ: Princeton University Press, 1983), pp. 182-213.

11 Yoon-Ho Kim, R. Yu, S.P. Kulik, Y.H. Shih, e Marian O. Scully, «Delayed “Choice’ Quantum Eraser», *Physical Review Letters*, vol. 84, no. 1 (2000), pp. 1-5.

TERCEIRA PARTE

MENSAGENS DA MATRIZ DIVINA: VIDA, AMOR E CURA

CAPÍTULO 6

*Quando amor e ódio estão ausentes, tudo se torna claro
e sem disfarces. Mas se se fizer a mais íntima distinção,
céus e terra serão infinitamente separados.*

— SENG-TS'AN, filósofo do século VI

Somos o espelho, e também o rosto que ele espelha.

— RUMI, poeta do século XIII

O UNIVERSO FALA CONNOSCO: MENSAGENS DA MATRIZ

Se falamos à Matriz Divina através da linguagem do sentimento e da crença, os capítulos anteriores descrevem igualmente de que forma a matriz *nos responde* nos eventos da nossa vida. Neste diálogo, as nossas convicções mais profundas transformam-se no modelo de tudo aquilo que experimentamos. Desde a paz no nosso mundo até à cura dos nossos corpos, de todos os nossos relacionamentos de amizade ou de amor até às carreiras que desenvolvemos, a nossa conversação com o mundo é constante e interminável. E como nunca pára, é-nos impossível sermos observadores passivos à margem da vida. Se somos conscientes, por definição, estamos a criar.

Por vezes, o dialogo é subtil, outras, não. Independentemente, porém, do grau de subtileza, a vida num universo refletido contém a promessa de que, dos nossos desafios às nossas alegrias, o mundo nada mais é — nem menos — do que a Matriz a espelhar as nossas crenças mais profundas e verdadeiras. Aqui incluem-se os nossos relacionamentos íntimos. Embora apresentem reflexos honestos, por vezes os espelhos que vemos de nós nos outros podem ser os mais difíceis de aceitar, mas também constituir a via rápida para a nossa maior cura.

A NOSSA REALIDADE REFLECTIDA

Em 1998, tive uma experiência no Tibete que me proporcionou uma metáfora poderosa para o modo de funcionamento da «conversação» quântica. A caminho da capital, Lhasa, o nosso grupo excursionista seguia de automóvel e descrevemos uma curva na estrada que conduzia a um pequeno lago, no sopé de uma escarpa. O ar estava absolutamente parado, permitindo à água refletir na perfeição tudo em volta.

Do nosso ponto de observação, via-se, espelhada na água, a imagem gigantesca de um Buda, magnificamente esculpido. Parecia encontrar-se algures na escarpa sobranceira ao lago, embora nesse preciso momento eu não conseguisse ver a escultura propriamente dita — apenas o reflexo. Só quando descrevemos a curva e a estrada se endireitou novamente vi o que imaginara ser a origem do reflexo. E ali estava ele: esculpido em alto-relevo, o Buda presidia ao lago, libertado pelos seus escultores da rocha viva, qual testemunha silenciosa de todos os que por ali passavam.

Nesse momento, a imagem do lago transformou-se para mim numa metáfora do mundo visível. Enquanto descrevíamos a curva e eu via o Buda refletido na água, esse reflexo era para mim a única forma de saber da existência de uma estátua. Embora suspeitasse de que a imagem espelhava algo físico, simplesmente não conseguia divisar o objeto. Do mesmo modo, diz-se que o mundo de todos os dias é o reflexo de uma realidade mais profunda escavada no tecido do universo — uma realidade que simplesmente não conseguimos ver a partir do sítio que ocupamos nela.

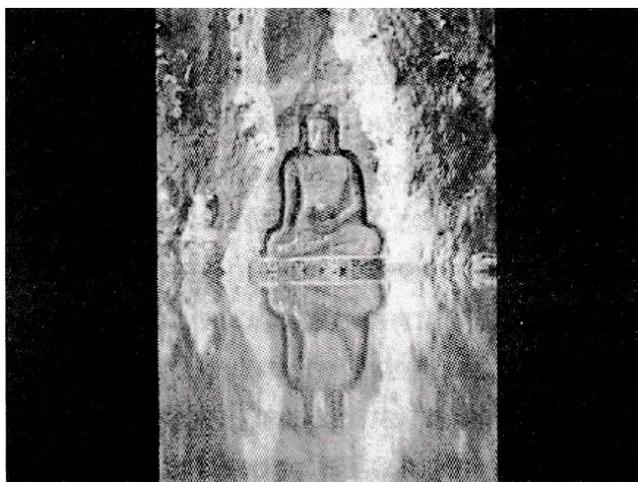


Figura 11. Um Buda refletido esculpido numa escarpa próximo de Lhasa, no Tibete.

Tanto a tradição antiga como a ciência moderna sugerem que aquilo que vemos enquanto relacionamentos da «vida» é, nada mais nada menos, o reflexo de coisas a acontecer noutro domínio, um local de que não nos conseguimos aperceber a partir do nosso ponto de observação do universo. Do mesmo modo que eu certamente *sabia* que a imagem na água espelhava algo real e sólido, podemos ter a perfeita certeza de que as nossas vidas nos informam de eventos que estão a ocorrer noutros domínios da existência. O simples facto de não os podermos observar não significa que não sejam reais. Na verdade, as tradições antigas sugerem que o mundo invisível é *mais real* do que o visível! Como dizia

Bohm na Introdução, simplesmente não podemos vislumbrar esta «realidade mais profunda» a partir do ponto em que nos encontramos no espaço-tempo.

Muito embora possamos não conseguir olhar diretamente para o interior deste domínio invisível, temos de facto algumas indicações do que lá acontece, visto observarmos o seu reflexo nas nossas vidas quotidianas. Deste ponto de vista, as nossas experiências diárias funcionam como mensagens destas realidades mais profundas — isto é, constituem uma comunicação do *interior* da própria Matriz Divina. Do mesmo modo que precisamos de compreender as palavras de qualquer linguagem para conhecer o seu conteúdo, temos de reconhecer a linguagem da Matriz Divina se quisermos beneficiar daquilo que ela nos diz.

Por vezes, as mensagens transmitidas são diretas e inequívocas, enquanto, outras vezes, são tão subtis que nos passam completamente ao lado. Muitas vezes, porém, podemos ser levados a pensar que nos está a ser mostrado algo quando, na verdade, as mensagens nos contam outra coisa muito diferente.

AS COISAS NEM SEMPRE SÃO O QUE PARECEM

Uma súbita rajada atingiu-me nesse instante, deixando-me os olhos a arder. Olhei para a zona em questão. Não havia absolutamente nada fora do vulgar.

— Não vejo nada — disse eu.

— Acabaste de o sentir — replicou. [...]

— O quê? O vento?

— Não apenas o vento — respondeu em tom severo. — A ti, poderá parecer-te vento, porque o vento é tudo o que conheces.¹

Neste diálogo, o feiticeiro índio yaqui Don Juan ensina ao seu aluno, Carlos Castaneda, as realidades subtis do mundo invisível. Na sua obra *Journey to Ixtlan*, Castaneda, um antropólogo que se dedica aos costumes dos antigos xamãs, aprendeu rapidamente que não podia confiar nos filtros das suas percepções, como fora condicionado a fazer no passado. O mundo, descobriu, está vivo a níveis simultaneamente visíveis e invisíveis.

Por exemplo, Castaneda sempre aprendera que quando os arbustos se mexem ao nosso lado e sentimos ar fresco nas bochechas, esses sinais provêm do vento em movimento. No exemplo acima, por seu turno, o professor de Castaneda recorda-lhe que aquilo só parece ser o vento porque o vento é tudo o que ele conhece. Na realidade, podia ser o vento, mas aquela sensação de uma brisa contra o rosto e a percorrer-lhe o cabelo poderia ser igualmente a energia de um espírito a fazer-se conhecer. Castaneda rapidamente descobriu que uma tal experiência nunca voltaria a Ser «apenas o vento».

Através dos filtros de percepção, damos o nosso melhor para ajustar os nossos relacionamentos amorosos, amizades, vida financeira e saúde no quadro-referência estabelecido pelas nossas experiências passadas. Porém, embora estas fronteiras possam funcionar, será que nos prestam de facto bom serviço?

Quantas vezes não respondemos à vida à semelhança do que aprendemos com outros, em vez de basearmos essa resposta naquilo que as nossas experiências nos ensinaram? Quantas vezes não nos impedimos de desfrutar de maior abundância, relacionamentos mais profundos ou empregos mais gratificantes, pelo simples facto de uma oportunidade que cruzou o nosso caminho se parecer com uma outra do nosso passado, fazendo-nos precipitar no sentido oposto?

ESTAMOS SINTONIZADOS COM O NOSSO MUNDO

No contexto da Matriz Divina, fazemos parte de cada folha de erva, de cada pedra, de cada ribeiro ou rio. Fazemos parte de cada gota de chuva e mesmo do ar fresco que nos aflora o rosto quando saímos de casa de manhãzinha cedo.

Se o nosso vínculo a tudo o que existe no mundo é tão profundo, fará sentido que observemos indícios dessa ligação nas nossas vidas, todos os dias. É possível que vejamos *de facto* tais indícios — e talvez os vejamos todos os dias, embora de formas que poderemos nem sempre reconhecer ou sequer aperceber.

Todos sabemos que quanto mais tempo estivermos na presença das pessoas, locais e objetos que nos rodeiam, mais nos sentiremos confortáveis com eles. Para a maioria de nós, entrar na sala de estar de nossa casa, por exemplo, sabe seguramente melhor do que entrar na «sala de estar» de um hotel de outra cidade. Apesar de o hotel poder ser mais novo e ter o último grito em tapeçaria e cortinados, simplesmente não nos faz sentir «em casa». Quando experimentamos algo parecido, o nosso conforto provém de uma afinação da energia subtil que nos põe em equilíbrio com o nosso mundo — e chamamos a esse equilíbrio *ressonância*.

Até certo ponto, estamos em ressonância com tudo, desde os nossos automóveis aos nossos lares (e mesmo com os eletrodomésticos de que dependemos todos os dias), razão pela qual afetamos as outras pessoas, o ambiente circundante e o nosso mundo, através da nossa simples presença. Não deverá, portanto, surpreender-nos que, quando algo muda dentro de nós ou naquilo que nos rodeia, essas mudanças se repercutam nas nossas vidas... e repercutem-se de facto.

Estas mudanças surgem por vezes de formas subtis. Por exemplo, tive um automóvel de fabrico americano cujo motor original tinha quase 500.000 quilómetros quando o vendi em 1995. Sempre dera o meu melhor para cuidar do meu «velho amigo», um veículo fiável que parecia novinho em folha e me transportava em segurança das montanhas do Colorado aos montes de Napa, Califórnia, e de volta ao deserto profundo do norte do Novo México.

Se eu conseguia sempre pôr o meu carro a trabalhar na perfeição e de seguida funcionava sem o menor problema, nunca deixava, pelo contrário, de «avariar» sempre que o emprestava a alguém. Invariavelmente, um novo ruído começava a ouvir-se no motor, uma luz de alerta aparecia no painel ou simplesmente deixava de funcionar quando outra pessoa, com um toque

diferente, passava para o volante. E era também certo que, assim que eu regressava ao lugar do condutor e o levava ao mecânico, o problema simplesmente se «curava a si próprio», desaparecendo misteriosamente.

Por mais que o mecânico me garantisse que «estas coisas estão sempre a acontecer», estou certo de que, ao fim de alguns destes falsos alarmes, ele próprio terá começado a mudar de ideias sempre que via o meu Pontiac de 500.000 quilómetros entrar-lhe no parque de estacionamento. Embora não o possa provar cientificamente, falei com pessoas suficientes para saber que esta não é uma experiência incomum. Objetos que nos são tão familiares como nós a eles simplesmente parecem funcionar melhor na nossa presença. Outras vezes, porém, a nossa ressonância com o mundo aparece-nos de uma forma menos subtil, com uma mensagem mais difícil de ignorar — como no exemplo seguinte.

Na Primavera de 1990, acabara de abandonar a minha carreira na indústria da defesa, em Denver, vivendo temporariamente em San Francisco. Durante o dia, desenvolvia seminários e escrevia o meu primeiro livro, enquanto à noite trabalhava como conselheiro psicológico. Dava, mais concretamente, orientações para ajudar à compreensão do poder da emoção nas nossas vidas e do papel que desempenha nos nossos relacionamentos. Uma das minhas primeiras clientes descreveu um relacionamento belíssimo e um exemplo de quão profunda — e quão literal — pode ser a nossa ressonância com o mundo.

Narrou o relacionamento duradouro que mantinha com o homem da sua vida como um «namoro interminável». Estavam juntos há mais de dez anos num relacionamento que parecia agora inevitavelmente paralisado. As conversas que mantinham sobre casamento pareciam acabar sempre em discordâncias azedas. No entanto, não se sentiam bem longe um do outro e desejavam partilhar as suas vidas. Certa noite, a minha cliente descreveu uma experiência de ressonância tão clara e poderosa que poucas dúvidas deixava sobre a existência de uma tal ligação com o nosso mundo.

— *Conte-me o que se passou consigo nesta semana — disse-lhe. — Como estão as coisas em casa?*

— *Oh, nem acredita nas coisas que aconteceram — começou ela. — Que semana mais estranha! Primeiro, enquanto eu e o meu namorado víamos televisão no sofá, ouvimos o som de qualquer coisa a rebentar na casa de banho. Quando fomos ver o que acontecera, não faz ideia do que vimos...*

— *Não posso fazer ideia — respondi — mas agora estou mesmo interessado... O que aconteceu?*

— *Bem, o cano da água quente debaixo do lavatório tinha explodido e rebentado com a porta do armário, arrancando-a das dobradiças e atirando-a contra a parede em frente ao lavatório —, respondeu.*

— *Uau! —, exclamei. — Nunca ouvi falar em tal coisa em toda a minha vida.*

— *E isso não é tudo — prosseguiu. — Há mais! Quando fomos à garagem buscar o carro, havia água quente por todo o chão: o radiador do carro tinha*

explodido e havia água por toda a parte. Então, quando recuámos o carro da garagem para o jardim, o tubo do radiador explodiu e espalhou anticongelante quente pelo chão!

Escutei com atenção o que a mulher me dizia, e reconheci de imediato o padrão.

— *O que é que se passou em casa nesse dia? — interroguei.*

— *Como descreveria o vosso relacionamento?*

— *Essa é fácil — disse ela. — A casa mais parecia uma panela de pressão. — Subitamente, calou-se e olhou-me simplesmente.*

— *Acha que a tensão do nosso relacionamento tem alguma coisa a ver com o que aconteceu?*

— *Na minha opinião — respondi — tem tudo a ver com o que aconteceu. Estamos sintonizados com o nosso mundo, e o nosso mundo mostra-nos de forma física a energia do que experimentamos emocionalmente. Por vezes, é mais subtil, mas, no seu caso, foi literal: a sua casa espelhou, literalmente, a tensão que acabou de descrever que existia nesse dia entre si e o seu namorado. E fê-lo através da própria essência utilizada há milhares de anos para representar a emoção: a água. Que mensagem poderosa, bela e clara recebeu do campo! E agora o que vai fazer com ela?*

Chave 17: A Matriz Divina funciona como espelho, no nosso mundo, dos relacionamentos que criamos nas nossas crenças.

Quer reconheçamos ou não a nossa ligação ressonante com a realidade à nossa volta, ela existe, através da Matriz Divina. Se tivermos a sabedoria para compreender as mensagens que nos chegam através do que nos rodeia, o nosso relacionamento com o mundo pode ser para nós um professor poderoso. Por vezes salva-nos mesmo a vida.

QUANDO A MENSAGEM É UM AVISO

Para a minha mãe, a seguir aos dois filhos, a melhor companhia tem sido um monte de energia de seis quilos, embrulhado no corpo de uma cadela *border terrier*, de nome Corey Sue («Corey» para os amigos). Como viajo frequentemente em digressões e seminários, faço o possível por telefonar à minha mãe pelo menos uma vez por semana, para saber dela e perguntar como lhe corre a vida, bem como para lhe dar notícias minhas.

Imediatamente antes da digressão de promoção ao meu livro *The Isaiah Effect* de 2000, liguei para casa. Era uma tarde de domingo, e a minha mãe fez-me saber da sua preocupação com Corey. Nem parecia a mesma ultimamente: não comia bem, o que a levou a ir com ela ao veterinário, para efetuar exames.

Durante a consulta, a cadela foi sujeitada a uma série de raios X, que mostraram aquilo por que ninguém esperava. Por alguma razão inexplicável, as chapas da Corey mostraram aglomerados de pequenas pintas brancas nos pulmões, que não deviam, de modo algum, encontrar-se lá. «Nunca tinha visto nada de parecido num cão», comentou o veterinário, perplexo. Decidiu-se então a sujeitar a Corey a mais testes, para tentar perceber o significado das pintas brancas.

Se a minha mãe estava obviamente preocupada com a cadela, eu, enquanto a ouvia, fiquei preocupado por outra razão. Partilhei com ela o princípio da ressonância e a forma como estamos sintonizados com o nosso mundo, os nossos automóveis, as nossas casas e mesmo os nossos animais de estimação. Falei-lhe em vários casos bem documentados de animais que assumiram os problemas de saúde dos donos semanas ou mesmo meses antes de os mesmos males serem detetados no corpo das pessoas que cuidavam deles. Tive a sensação de que algo de parecido estava a ocorrer entre a Corey e a minha mãe.

Depois de a conseguir persuadir de que a vida está cheia de tais mensagens, ela concordou em fazer um *check-up* na semana seguinte. Embora não sentisse desconforto algum e, a avaliar pelo seu aspeto, não tivesse qualquer razão para fazer exames, assentiu marcar vários, incluindo uma radiografia ao peito.

Bom, por esta altura, o leitor já pode adivinhar para onde a história se encaminha e por que a partilho consigo. Para grande surpresa da minha mãe, as radiografias mostraram uma grande mancha suspeita num dos pulmões, uma mancha não detetada num exame feito um ano antes. Aprofundando as investigações, a minha mãe descobriu que tinha tecido cicatrizado no pulmão direito, proveniente de uma doença que sarara na sua infância, e esta mancha tornara-se cancerosa. Três semanas mais tarde, foi operada, sendo-lhe completamente removido o terço inferior do pulmão direito.

Quando falei com o médico mais tarde, no quarto de convalescença, ele reafirmou-me a «sorte» que a minha mãe tinha tido por a mancha ter sido detetada a tempo, particularmente não havendo sintomas que alertassem para quaisquer problemas. Antes da cirurgia, sentia-se lindamente e levava a sua vida com a Corey, os filhos e o seu belo jardim, sem fazer a mínima ideia de que algo pudesse não estar bem. Este é um exemplo de como podemos aplicar os espelhos às nossas vidas. Por eu e a minha mãe termos aprendido as mensagens que a vida nos vai mostrando e por termos confiado o suficiente na linguagem para a aplicar de uma forma prática, esta história tem um final feliz. A minha mãe recuperou da cirurgia. No momento em que escrevo, sente-se otimamente e já há seis anos que está livre do cancro.

Curiosamente, as pintas detetadas nos pulmões da Corey, que originalmente nos haviam alertado e levado a averiguar o estado de saúde da minha mãe, desapareceram completamente após a cirurgia. Ela e a dona desfrutaram de mais seis anos juntas, de boa saúde, com toda a alegria que encontravam uma na outra e nas suas rotinas diárias.

(Nota: A Corey Sue deixou este mundo durante a revisão deste livro, devido a complicações resultantes da sua avançada idade. Quando morreu, prestes a completar quinze anos, tinha quase cem anos em «anos de cão». Viveu o período

após o aparecimento das suas pintas e a operação da minha mãe de boa saúde e com uma vivacidade que alegrava todos aqueles cuja vida tocava. Como dizia a minha mãe muitas vezes: «Ninguém era um estranho para a Corey Sue.» Adorava todos os que encontrava e dava-o a conhecer com um delicado beijo molhado cuja falta sentirão todos aqueles que a conheceram.)

Muito embora possa não ser possível provar de forma científica que o problema da Corey tivesse algo a ver com o que aconteceu à minha mãe, o que podemos afirmar é que o sincronismo entre as duas experiências é significativo. Porque não constitui um incidente isolado, temos igualmente de afirmar que, quando observamos tais sincronismos, existe uma correlação. Se podemos não compreender totalmente a ligação hoje, a verdade é que, mesmo que a estudemos durante mais cinquenta anos, poderemos ainda assim não a compreender completamente. O que podemos fazer, *isso sim*, é aplicar o que sabemos às nossas vidas. Quando o fazemos, os eventos diários transformam-se numa rica linguagem que nos dá uma visão dos nossos segredos mais íntimos.

De novo, num mundo em que a própria vida espelha as nossas crenças mais profundas, poucas coisas pode haver que sejam verdadeiramente secretas. Em última análise, é provavelmente menos importante de que forma nos surgem as curvas inesperadas da estrada da vida e mais importante saber se reconhecemos ou não a linguagem que nos adverte em relação a elas.

OS NOSSOS MAIORES RECEIOS

Como a Matriz Divina reflete constantemente as nossas crenças, sentimentos e emoções, através dos eventos das nossas vidas, o mundo de todos os dias proporciona-nos vislumbres dos domínios mais profundos do nosso eu. Nos nossos espelhos pessoais, podemos ver as nossas convicções, amores e temores mais íntimos. O mundo é um espelho poderoso (e muitas vezes literal) com que nem sempre é fácil confrontarmo-nos. Com total honestidade, a vida oferece-nos uma janela direta sobre a realidade última das nossas crenças e, por vezes, os nossos reflexos chegam-nos de formas por que nunca esperaríamos.



Recordo um incidente que me aconteceu num supermercado *Safeway* de um subúrbio de Denver, num fim de tarde de 1989. Tinha lá entrado a caminho de casa, vindo do trabalho, como frequentemente fazia, para comprar qualquer coisa para o jantar. Enquanto percorria a secção dos enlatados, levantei os olhos da minha lista de compras o tempo suficiente para me aperceber de que estava sozinho no corredor, com exceção de uma jovem mãe acompanhada da sua filha pequena, sentada no carrinho das compras. Estavam obviamente apressadas, e pareciam-me tão contentes por estarem a fazer compras ao fim de um longo dia de trabalho como eu.

Quando a minha atenção regressou à tarefa de comparar os nomes da minha lista com os das latas das prateleiras, fui subitamente surpreendido pelo som da criança. Não era um grito qualquer: tinha um volume e uma intensidade absolutamente invulgares. A pequenita estava sozinha no carrinho de compras e aterrorizada... absolutamente aterrorizada. Ao fim de poucos segundos, a mãe veio ter com ela, para a acalmar. A criança parou imediatamente de chorar e a vida regressou ao normal.

Embora todos já tenhamos presenciado este tipo de situação, houve qualquer coisa naquela noite que me pareceu fora do vulgar. Por alguma razão, em lugar de simplesmente ignorar um incidente tão vulgar, resolvi olhar mais profundamente para o que acontecera. Instintivamente, os meus olhos percorreram o corredor. A única coisa que vi foi que a mãe se afastara momentaneamente do carrinho de compras, deixando a filha de dois a três anos sozinha por momentos. Foi só isso — a menina ficou simplesmente sozinha.

Por que ficou tão assustada? A mãe só se afastara por um instante, desaparecendo do seu horizonte visual ao dobrar a esquina para o outro corredor. Por que razão se assustaria tanto com a situação uma pequenita rodeada por um mundo de latas coloridas e rótulos vistosos, sem ninguém por perto para a impedir de explorar as prateleiras? Por que não diria ela simplesmente para consigo: *Aqui estou eu, sozinha, com estas belas latas. Acho que vou explorar cada prateleira, uma lata de cada vez, e divertir-me à brava!* Por que razão a perspectiva de ficar sozinha, ainda que apenas por momentos, lhe terá tocado tão fundo, com a sua tenra idade, que o seu instinto a tenha levado a gritar a plenos pulmões?

Noutra ocasião, marcara uma sessão de aconselhamento psicológico com uma mulher na casa dos trinta com quem trabalhara muitas vezes. A nossa entrevista, à noite, começou da forma habitual: enquanto a jovem se descontraía na cadeira de verga colocada à minha frente, pedi-lhe que descrevesse o que acontecera ao longo da semana decorrida desde a nossa última conversa.

Começou por me falar do seu relacionamento com o marido, com quem estava casada há cerca de dezoito anos. Ao longo de grande parte do casamento, tinham discutido, por vezes de forma violenta. Ela desempenhava o papel de recetor do que pareciam ser críticas diárias relativamente a tudo, desde a sua forma de vestir, à maneira como geria a casa e cozinhava. Até mesmo na cama, segundo me contou, parecia nunca conseguir agradar ao marido. Muito embora o tratamento que ela descreveu nada tivesse de novo no contexto do seu relacionamento, a situação havia escalado ao longo da semana anterior.

O marido enfurecera-se quando ela o confrontara com perguntas sobre as suas «horas extraordinárias» e noitadas no escritório. Sentia-se infeliz relativamente ao homem que amara e em quem confiara durante tanto tempo. Agora, à sua infelicidade somava-se a ameaça muito real de violência física resultante das emoções descontroladas do marido.

Depois de a atirar ao chão no calor da sua mais recente discussão, o marido saíra de casa para viver com um amigo. Não lhe dera qualquer número de telefone, morada ou indicação de quando ou se voltaria — simplesmente

desaparecera. O homem que tornara tão infeliz, durante tanto tempo, a vida desta mulher, e ameaçara a sua segurança com explosões de emoção e abuso, fora por fim embora.

Enquanto ela descrevia a partida dele, fiquei à espera de observar algum sinal de alívio. Em lugar disso, porém, algo de surpreendente ocorreu. A mulher começou a soluçar incontrolavelmente perante a constatação de que ele saíra da sua vida. Quando lhe pedi para descrever o que sentia, o que ouvi não foi a determinação ou o alívio por que esperara. Em lugar disso, disse-me que estava a passar pelas dores da solidão e da saudade. Começou a descrever o quanto se sentia «esmagada» e «absolutamente devastada» na ausência do marido. Agora, perante a oportunidade de viver livre de críticas, insultos e abusos, sentia-se angustiada. Porquê?

A resposta nas duas situações que acabei de descrever é a mesma. Por maiores que sejam as diferenças entre ambas as situações, há um fio condutor. Há boas probabilidades de que o terror experimentado pela menina no corredor do supermercado e a devastação sentida pela mulher cujo marido abusador a abandonara pouco tivessem a ver com as pessoas que as haviam abandonado nesses momentos. A mãe da menina e o marido da mulher haviam servido ambos de catalisadores para um padrão subtil, mas poderoso, que se encontra tão fundo em nós que é quase irreconhecível... e muitas vezes completamente esquecido.

Esse padrão é o medo.

E o medo tem muitas máscaras na nossa cultura. Muito embora desempenhe um papel-chave na forma como construímos tudo, desde as amizades e carreiras aos relacionamentos amorosos e à saúde dos nossos corpos, o medo aflora quase todos os dias como um padrão das nossas vidas que não conseguimos reconhecer. Mas, curiosamente, este padrão pode nem sequer ser nosso.

Quando damos por nós tocados por uma experiência que traz à superfície da nossa vida poderosas emoções negativas, podemos ter a certeza de que há muito boas possibilidades de algo distinto daquilo que inicialmente pensámos ter gerado o medo, — algo tão profundo e primitivo que é fácil ignorar — isto é, até se atravessar no nosso caminho de uma forma inequívoca.

OS NOSSOS TEMORES UNIVERSAIS

Pelo simples facto de estar a ler este livro, é bem provável que tenha já analisado os muitos relacionamentos que manteve ao longo da vida. Refletindo, conseguiu decerto chegar a importantes conclusões sobre quais as pessoas que desencadearam determinadas emoções em si e porquê. Na verdade, é provável que se conheça tão bem a si próprio que, se eu lhe colocasse questões sobre a sua vida e o seu passado, me pudesse dar as repostas necessárias para chegar às conclusões corretas, num qualquer teste terapêutico. E é graças a essas mesmas respostas perfeitas e aceitáveis que poderá passar ao lado do padrão individual mais profundo que permeou a sua vida desde o dia do seu nascimento. É por esta razão que convido habitualmente os participantes dos meus

seminários a preencherem um questionário em que se lhes pede que nomeiem os padrões mais importantes das pessoas que deles cuidaram na infância e que pudessem considerar «negativos».

Peço os padrões negativos, porque raramente vi pessoas emaranhadas nos padrões positivos das suas vidas. De forma praticamente universal, as situações que fazem as pessoas sentirem-se bloqueadas têm as suas raízes nos sentimentos considerados negativos. Trata-se das emoções espoletadas pelas nossas experiências e o significado que têm para nós. Muito embora não possamos alterar *aquilo que aconteceu*, podemos compreender *por que é que* nos sentimos como sentimos e alterar aquilo que a nossa vivência significa para nós.

Depois de concluir o exercício, peço aos membros do público que mencionem aleatoriamente em voz alta as características que lhes chamaram a atenção como negativas nos homens ou mulheres que deles cuidaram na infância. Para muitos, trata-se do pai e mãe biológicos, mas, para outros, dos adotivos. Para alguns, são os irmãos e irmãs mais velhos, para outros, familiares ou amigos da família. Independentemente de quem se trate, a questão prende-se com as pessoas que deles cuidaram nos seus anos de formação — isto é, até à puberdade.

Qualquer timidez que pudesse existir até aí na sala desaparece quando os presentes começam a gritar os aspetos negativos que identificaram mais depressa do que sou capaz de os apontar no quadro. E, de imediato, começa a ocorrer algo muito interessante: Quando determinada pessoa partilha a sua recordação, outra menciona o mesmo sentimento, chegando mesmo a utilizar igual palavra.

Uma amostra dos termos resultantes de qualquer programa inclui adjetivos praticamente idênticos, como:

Colérico	Frio	Indisponível	Crítico
Opinioso	Abusador	Ciumento	Severo
Controlador	Invisível	Medroso	Desonesto

O ambiente na sala começa a aligeirar-se e as pessoas riem-se daquilo que observam. Caso não soubéssemos não ser assim, diríamos que todas são da mesma família. A semelhança das palavras escolhidas é mais do que mera coincidência. Como podem tantas pessoas de origens tão diversas ter experiências tão semelhantes? A resposta a este mistério é o padrão que corre profundamente no tecido da nossa consciência coletiva e que pode ser descrito como os nossos temores nucleares ou *universais*.

Os padrões universais de medo podem ser tão subtis na forma como se expressam e no entanto tão dolorosos de recordar que acabamos por criar artificialmente máscaras que os possam tornar suportáveis. Do mesmo modo que uma recordação familiar difícil está sempre presente, mas raramente é discutida, concordamos de forma inconsciente em disfarçar a dor do nosso passado coletivo em moldes socialmente aceitáveis. Somos tão bem-sucedidos

na ocultação dos nossos maiores temores que, para todos os efeitos, as razões originais da nossa dor são esquecidas, permanecendo unicamente a forma como são expressas — isto é, como são «postas cá para fora».

Tal como a mulher que perdeu o marido ou a menina do supermercado provavelmente não tinham a noção do que as motivou a sentir e reagir daquela maneira, o mesmo se passa connosco. Devido às várias maneiras como disfarçamos os temores, nunca temos de falar sobre as maiores dores das nossas vidas. Elas permanecem, contudo, connosco, arrastando-se, até algo acontecer e deixarmos simplesmente de poder olhar para o lado. Quando nos permitimos ir um pouco mais fundo no confronto com estes poderosos e indisfarçados momentos, descobrimos que, por mais diferentes que pareçam ser os nossos temores, se enquadram em não mais do que três padrões (ou combinação): O medo da separação e do abandono, o medo da baixa autoestima e o medo da entrega e confiança.

Analisemos cada um deles.

O NOSSO PRIMEIRO TEMOR UNIVERSAL: SEPARAÇÃO E ABANDONO

Há um sentimento presente de forma praticamente universal em todos nós: o da solidão. Em cada pessoa e em cada família, existe uma sensação não-verbalizada de nos encontrarmos de alguma forma separados de quem ou daquilo que é responsável pela nossa existência. Sentimos que, algures na névoa das nossas antigas recordações, fomos trazidos para aqui e de seguida abandonados, sem que nos fosse dada qualquer razão ou justificação.

Por que esperaríamos sentir outra coisa? Em presença da ciência que é capaz de pôr um homem na Lua e traduzir o nosso código genético, continuamos a não saber verdadeiramente quem somos. E certamente não sabemos com segurança como chegámos aqui. Sentimos a nossa natureza espiritual a partir de dentro, enquanto procuramos validar os nossos sentimentos. Da literatura ao cinema, da música à cultura, fazemos uma distinção entre os nossos sítios aqui sobre a Terra e um céu distante que se encontra algures. No Ocidente, afirmamos a separação em relação ao nosso Criador através da tradução que fazemos da grande oração da Bíblia que descreve esta relação: a Oração do Senhor.

Por exemplo, a versão ocidental vulgar mais traduzida começa da seguinte forma: «Pai-nosso, que estais no Céu», reconhecendo esta separação. Segundo esta interpretação, estamos «aqui», enquanto Deus está algures, muito longe. Os textos originais aramaicos, porém, contêm uma visão muito diferente da nossa relação com o Pai do Céu. Uma tradução da mesma frase começa por: «Radiante: Tu brilhas dentro de nós, fora de nós — até a escuridão brilha — quando recordamos»², reforçando a ideia de que o Criador não está separado nem distante. Em vez disso, a força criativa do nosso Pai — qualquer que seja o

significado que lhe atribuamos — não só está connosco, como «é» nós e impregna tudo aquilo que conhecemos como o nosso mundo.

A descoberta em 2004 do Código de Deus e da mensagem proveniente da tradução do ADN de toda a vida para as letras dos antigos alfabetos hebraico e árabe parece sustentar esta tradução. Quando seguimos as pistas que nos foram deixadas na obra mística do século I, o *Sepher Yetzinah*, descobrimos que cada um dos elementos constituintes do nosso ADN corresponde a uma letra destes alfabetos. Quando fazemos as substituições, descobrimos que a primeira camada de ADN dos nossos corpos parece, de facto, sustentar a antiga advertência de que uma grande inteligência reside por toda a parte, incluindo dentro de nós. No ADN humano lê-se literalmente: «*Deus — Eterno dentro do corpo*». ³

Quando sentimos um temor na nossa vida, ainda que não tenhamos uma noção consciente de qual, ele cria nos nossos corpos uma propensão emocional — uma experiência frequentemente descrita como uma «carga» ou um «botão vermelho». Isto emerge nas nossas vidas sob a forma das ideias firmes que temos relativamente ao que é «correto» ou «errado» em alguma coisa ou à forma como uma situação se «devia» desenrolar. As nossas cargas e botões vermelhos são a promessa de que criaremos as relações que nos mostram qual o medo que pede para ser curado. Por outras palavras, estas cargas mostrar-nos-ão os nossos medos — quanto maior a carga, maior o medo. E raramente se enganam.

Assim, se não recorda de forma consciente o seu medo da separação e abandono, por exemplo, há boas possibilidades de que ele emerja na sua vida de formas por que nunca esperaria e nas ocasiões mais inconvenientes. Nos seus relacionamentos amorosos, na sua carreira, nas suas amizades, por exemplo, acha que é «o que abandona» ou «o que é abandonado»?

Você é habitualmente o último a saber que a relação chegou ao fim? Casamentos, empregos e amizades perfeitamente «bons» parecem desmoronar-se perante os seus olhos, sem aviso ou razão aparente? E sente-se devastado quando estes relacionamentos se rompem e falham?

Ou estará porventura do outro lado? Será que abandona sempre os seus relacionamentos amorosos, empregos e amizades quando ainda estão fortes, só para evitar magoar-se? Dá por si a dizer algo do género: «Este é o _____ [preencher] perfeito. É melhor sair agora enquanto as coisas estão boas, antes que aconteça alguma coisa e me magoe.» Se este tipo de cenário já ocorreu na sua vida ou ocorre agora mesmo, há boas possibilidades de se tratar da sua forma artificialmente criada e socialmente aceitável de ocultar os seus mais profundos medos de abandono e separação.

Ao repetir estes padrões relacionamento após relacionamento, poderá reduzir a dor do seu medo a um nível suscetível de ser gerido. Isso pode mesmo ajudá-lo a avançar vida fora. A contrapartida, porém, é que o sofrimento se transforma em desvio. Torna-se a forma de fugir ao seu medo universal de ter sido separado da plenitude do Criador, abandonado e eventualmente esquecido. Como conseguirá algum dia encontrar o amor, a confiança e a intimidade por

que anseia se está sempre a abandonar ou a ser abandonado precisamente quando se aproxima?

O NOSSO SEGUNDO TEMOR UNIVERSAL: A BAIXA AUTOESTIMA

De forma quase universal, há um sentimento que habita cada pessoa de cada cultura e cada sociedade do nosso mundo: o de que não é suficientemente bom. Sentimos que não merecemos reconhecimento pelo contributo que damos para as nossas famílias, comunidades e empregos. Sentimos que não merecemos ser honrados e respeitados enquanto seres humanos. Por vezes, chegamos mesmo a surpreender-nos com a sensação de não sermos suficientemente bons para merecer estar vivos.

Embora esta sensação de baixa autoestima possa nem sempre ser consciente, está sempre presente e constitui os fundamentos da forma como abordamos a vida e os nossos relacionamentos com os outros. Enquanto mestres da sobrevivência emocional, damos frequentemente por nós a representar os cenários que mais se adequem aos valores imaginários que impomos a nós mesmos.

Por exemplo, todos nós temos sonhos, esperanças e aspirações a maiores realizações pessoais e, frequentemente, racionalizamos todas as justificações para não o conseguirmos. Como vimos em capítulos anteriores, a emoção é uma linguagem em si, precisamente a que responde a Matriz Divina. Quando sentimos que não conseguimos concretizar os nossos maiores sonhos, a Matriz limita-se a devolver-nos aquilo que lhe demos: adiamentos, desafios e obstáculos.

Embora possamos desejar coisas maiores, a dúvida no fundo de nós provém, em última análise, dos nossos sentimentos de baixa autoestima. Perguntamo-nos, *serei suficientemente bom para ter tal alegria na minha vida?* E por que haveria de ser de outra maneira? Na tradição judaico-cristã ocidental foi-nos dito, por aqueles que respeitamos e em quem confiamos, que somos de alguma forma seres «menores». Não somos tão bons como os anjos dos céus ou os santos com quem aprendemos. Esta mesma tradição convenceu muitos de nós de que, pelo simples facto de nos encontrarmos neste mundo, precisamos de ser redimidos da vida, por razões que, segundo nos é dito, escapam à nossa compreensão.

Desde o nascimento de Jesus há mais de 2000 anos, somos comparados à versão revista, condensada e truncada da vida de um homem a cujos calcanhares nunca conseguiremos chegar. Por vezes, as comparações surgem como sérias advertências, sugerindo que podemos ser condenados a uma pós-vida muito dura, caso não vivamos de determinada forma. Outras vezes, são mais suaves, limitando-se a recordar-nos a nossa imprestabilidade, colocando-nos perguntas sarcásticas do tipo: «Quem achas tu que és — Jesus Cristo?» ou «Como pensas chegar lá — caminhando sobre a água?» Quantas vezes não

ouviu o leitor estes ou comentários semelhantes, nos quais se insinua que, por mais que tente viver uma vida boa, nunca será tão digno como este mestre do passado? Muito embora raramente levemos a sério tais comentários, eles não deixam de nos lembrar, a um nível profundo, que de alguma forma somos imerecedores das maiores alegrias.

Ainda que tenha uma autoestima elevada, o leitor poderá até certo ponto acreditar nestas sugestões. Em última análise, e em determinado grau, é provável que todos o façamos. Em resultado disso, expressamos as nossas convicções através das expectativas de realização, do grau de alegria que nos permitimos viver e do grau de sucesso dos nossos relacionamentos. O nosso temor de não sermos suficientemente válidos para desfrutar de amor, aceitação dos outros, saúde e longevidade faz com que cada um dos nossos relacionamentos reflita a nossa baixa autoestima. E tal acontece de formas por que nunca esperaríamos.

Por exemplo, quantas vezes não se contentou com relacionamentos que não são o que deseja, racionalizando-os, dizendo coisas como: «Isto, por agora, chega» ou «Isto é um primeiro passo para algo melhor»? Nunca deu por si a dizer: «Adorava partilhar a minha vida com alguém que me amasse, fosse solidário comigo, cuidasse de mim e me acarinhasse, mas...» ou «Este não é o trabalho onde posso verdadeiramente expressar os meus dotes e talentos, mas...», seguindo-se todas as razões pelas quais os seus melhores sonhos não se podem realizar neste momento?

Se este ou cenários semelhantes já tiveram lugar na sua vida, é natural que constituam máscaras artificialmente criadas por si para questionar o seu valor. Através dos seus relacionamentos pessoais e profissionais, recorda as suas crenças nucleares, crenças que anseiam por uma cura maior.

O NOSSO TERCEIRO TEMOR UNIVERSAL: RENDER-SE E CONFIAR

Alguma vez experimentou algum tipo de relacionamento em que a sua confiança era tão completa que conseguia entregar-se por completo em troca de conhecer um eu superior? Para sermos claros, não estou a sugerir que se entregue, e a todo o seu poder, indiscriminadamente, em qualquer situação. Pelo contrário, a experiência relativamente à qual o estou a interrogar é aquela em que tem uma noção tão intensa de quem é que se permite abdicar das suas convicções sobre o quê ou quem deveria ser, em troca de uma maior possibilidade de mudança do seu eu.

Há, de uma forma praticamente universal, um sentimento em cada um de nós, de que não é seguro fazê-lo — não é seguro confiar nos outros, na sabedoria dos nossos corpos ou na paz do mundo. E por que haveríamos de pensar o contrário? Basta-nos olhar para o telejornal da noite para termos uma abundância de razões justificativas. Todos os dias nos são mostrados exemplos que parecem fundamentar, e mesmo perpetuar, a noção de vivermos num

mundo assustador e perigoso. Do terror, assassínios e assaltos até às violações de confiança e traições, passando pela miríade de preocupações de saúde que nos assolam, somos advertidos para nos precavermos, diariamente, contra a possibilidade de este planeta a que chamamos «lar» se transformar num local verdadeiramente assustador.

Em última análise, a nossa sensação de segurança neste mundo tem de ter na sua origem a segurança que sentimos dentro de nós. Para a experimentar, precisamos de confiar — precisamos de nos perguntar se temos fé na inteligência do universo, inerente a todas as situações e a toda a vida. Se a resposta a esta questão for negativa, teremos de nos perguntar *Porquê?* Quem ou o que é que a experiência nos ensinou que nos faz sentir que o mundo não é seguro e que não devemos confiar?

Acredita, por exemplo, no processo da vida? Quando descobre que o universo lhe pregou uma partida inesperada ou a um ente querido ou a um animal de estimação, começa imediatamente a assacar culpas de modo a sentir-se protegido? Quando os seus filhos saem de casa para a escola de manhã fica preocupado com algo que possa acontecer, que comprometa a segurança deles? Ou sabe que eles estarão seguros até sentir a alegria de os receber em casa quando o autocarro os trazer?

Muito embora as coisas assustadoras que vemos acontecer em nosso redor façam certamente parte de uma realidade, a chave para superar os nossos terrores está no facto de eles não precisarem de fazer parte da nossa realidade. Por mais que isto pareça uma filosofia *New Age* ingénua, é na verdade uma crença muito antiga, que passou a ser sustentada pela ciência de ponta. Sabermos que a Matriz Divina existe reflete-se nas nossas vidas, no que quer que pensemos, sintamos e acreditemos no nosso coração e na nossa mente. Temos consciência de que só é necessário uma mudança subtil na forma como nos vemos para que se produzam reflexos na nossa saúde, carreira e relacionamentos. E é aqui que a natureza irracional deste ciclo vicioso se torna aparente.

Chave 18: A raiz das nossas experiências «negativas» pode reduzir -se a um de três temores universais (ou a uma combinação deles): abandono, baixa autoestima ou falta de confiança,

Se queremos que algo mude, temos de romper o ciclo vicioso e dar à Matriz algo de diferente para ela refletir. Parece simples, não? Pode ser enganadoramente simples, pois mudar a forma como nos vemos é, provavelmente, a prática mais difícil com que alguma vez nos confrontaremos nas nossas vidas. Devido às nossas convicções mais profundas, experimentamos no mundo que nos rodeia a batalha grandiosa que se trava no seio dos corações e mentes de todas as pessoas: a luta que define aquilo que acreditamos ser.

Em presença de todas as razões para não confiar, é-nos pedido para encontrarmos uma saída para a prisão em que o nosso medo nos encerra. Todos os dias, as experiências nos pedem para mostrarmos o quanto somos capazes

de confiar... Não simplesmente confiar cegamente, sem razão aparente, mas sentir de facto a segurança que é nossa no mundo.

¹ Carlos Castaneda, *Journey to Ixtlan: The Lessons of Don Juan* (Nova Iorque: Washington Square Press, 1972), p. 61.

² Douglas-Klotz, *Prayers of the Cosmos*, p. 12.

³ Gregg Braden, *The God Code: The Secret of Our Past, the Promise of Our Future* (Carlsbad, CA: Hay House, 20095), p. XV.

CAPÍTULO 7

*Vida é um espelho que reflete de volta ao pensador o
que ele pensa sobre ela.*

— ERNEST HOLMES (1887-1960), fundador da *Ciência
da Mente (Science of Mind)*

*O reino está dentro de vós, e está fora de vós... Nada há
que esteja oculto que não se torne manifesto.*

— *Palavras de Jesus registradas por TOMÁS JUDAS
DÍDIMO, da biblioteca Nag Hammadi*

LER OS ESPELHOS DO RELACIONAMENTO: MENSAGENS DE NÓS PRÓPRIOS

Além de ser o recetáculo das nossas experiências, a Matriz Divina fornece o espelho quântico que nos mostra, no nosso mundo, aquilo que criamos nas nossas mentes. Através dos nossos relacionamentos com os outros, é-nos apresentado o exemplo mais evidente do que são, na realidade, essas crenças. Por vezes, os nossos espelhos são óbvios e dizemos: «Ora bem! É assim que as coisas funcionam.» Outras vezes, surpreendem-nos, refletindo a realidade subtil de um discernimento muito diferente daquilo em que *pensávamos* acreditar.

Independentemente do que os espelhos nos ensinam, é passando tempo com os outros que eles se tornam os catalisadores das emoções e sentimentos certos, exatamente nos momentos certos das nossas vidas, para nos ajudarem a curar as nossas maiores dores e feridas. Os nossos relacionamentos mostram-nos as nossas alegrias e amores, bem como temores. Mas, por raramente ficarmos «bloqueados» na alegria, os relacionamentos puramente apetecíveis não são em geral o que desencadeia as relações mais profundas da vida.

Os relacionamentos são a oportunidade de nos vermos de todas as formas imagináveis. Desde as maiores traições à nossa confiança, até às tentativas mais desesperadas de preencher os nossos vazios, toda a gente — incluindo os nossos colegas de trabalho, colegas de estudo e parceiros de vida — nos mostra algo sobre nós. Se tivermos a sabedoria para reconhecer as mensagens a serem refletidas sobre nós, descobriremos as crenças que provocam sofrimentos nas nossas vidas.

Conheci pessoas que me diziam estar a fazer um intervalo em todos os relacionamentos ou que nunca mais teriam relacionamentos, por os acharem demasiado dolorosos. A verdade é que estamos sempre em relação com alguém

ou com algo. Mesmo se vivêssemos no cume de uma montanha, sem avistar nenhum outro ser humano, continuaríamos a ter de interagir com essa montanha e connosco. Nessas interações, é-nos revelado o verdadeiro reflexo das nossas crenças nucleares. Porquê? Porque os nossos espelhos no mundo nunca param — estão sempre a funcionar. Não há escapatória! E os espelhos nunca mentem.

Chave 19: As verdadeiras convicções são refletidas nos nossos relacionamentos mais íntimos.

A Matriz Divina providencia uma superfície neutra que simplesmente reflete aquilo que sobre ela é projetado. A questão está em saber se compreendemos a sua linguagem. Talvez a melhor forma de formular a questão seja: reconhecemos as mensagens que estamos a enviar a nós mesmos sob a forma da Matriz Divina?

No século XX, o fundador de Ciência da Mente, Ernest Holmes, afirmou: «A vida é um espelho que reflete de volta ao pensador o que ele pensa sobre ela.»¹ Inúmeras tradições antigas reconheceram esta relação e valorizaram os reflexos de relacionamentos como a pista para a plenitude e a união com o Divino. Nos textos Coptas, Gnósticos e Essénios descobertos na biblioteca Nag Hammadi em 1945, por exemplo, é-nos mostrada uma série de espelhos que se depararão a toda a gente em determinado momento da vida. Embora possam estar sempre presentes, parece haver uma ordem na forma como os reconhecemos.

CINCO ANTIGOS ESPELHOS DO RELACIONAMENTO	
O Primeiro Espelho	Reflexões do momento
O Segundo Espelho	Reflexões do que discernimos no momento
O Terceiro Espelho	Reflexões do que perdemos, do que abdicámos, ou que deixámos que nos tirassem
O Quarto Espelho	Reflexões da nossa noite escura da alma
O Quinto Espelho	Reflexões do nosso maior ato de compaixão

Figura 12. Os nossos espelhos do relacionamento agrupados pela ordem em que habitualmente os aprendemos. Em geral, os espelhos mais óbvios são

reconhecidos em primeiro lugar, permitindo que o poder dos mais profundos e subtis emerja e se torne claro.

Nestas tradições espirituais, acredita-se que, à medida que as nossas sensações dolorosas são saradas, vamos dominando os padrões que permitem a existência da dor. Por outras palavras, para superar o medo que possa existir hoje nas nossas vidas, temos de começar por dominar os padrões que lhes permitem existir.

Ao longo das secções seguintes, tentaremos conhecer melhor os cinco espelhos do relacionamento, desde os mais óbvios aos mais subtis. A resolução de cada um, na devida sequência, é a equação codificada que permite a nossa maior cura no menor tempo possível. A investigação científica mostrou-nos que, quando mudamos a nossa forma de sentir relativamente ao que nos sucedeu no passado, alteramos também a química dos nossos corpos no presente. Vivendo num universo em que a forma como nos percebemos se espelha no mundo que nos rodeia, torna-se mais importante do que nunca reconhecer o que os nossos relacionamentos nos estão a dizer e aprender a ler a mensagem da Matriz Divina.

O PRIMEIRO ESPELHO: REFLEXOS DO MOMENTO

*Lestes o rosto do céu e da terra,
mas não reconhecestes o que está perante vós
e não sabeis como ler este momento.²*

— EVANGELHO DE TOMÁS

Os animais são excelentes espelhos para desencadear as emoções subtis a que chamamos os nossos «problemas». Na inocência de serem simplesmente quem são, conseguem desencadear poderosos sentimentos de controlo e discernimento sobre como as coisas deveriam ou não ser. Os gatos são disso um perfeito exemplo.

A minha primeira experiência com gatos teve início no Inverno de 1980. Trabalhava na altura como geólogo informático para uma empresa petrolífera e vivia num pequeno apartamento em Denver. Na qualidade de membro do recém-formado departamento técnico, passava grande parte do dia, serões e fins-de-semana a aprender as peculiaridades dos novos computadores e a aplicar o que aprendia aos conceitos tradicionais da geologia petrolífera. Nunca colocara a hipótese de ter animais de estimação, simplesmente porque não passava tempo suficiente em casa para cuidar deles.

Num fim-de-semana, um amigo visitou-me e trouxe consigo uma prenda inesperada: um belo gatinho de pelagem cor-de-laranja e dourada com cerca de cinco semanas. Era o mais enfezado da ninhada e chamava-se Tigger, em homenagem ao tigre do clássico da literatura infantil *Winnie the Pooh*. Apesar de não me ser permitido ter animais de estimação no apartamento, senti-me imediatamente atraído pelo Tigger e descobri que a forte presença que

transportava naquele pequeno corpo acrescentava tanto à minha vida que sentia a falta dele sempre que não estava em casa. Dizendo de mim para comigo que só se podia tratar de uma sensação temporária, decidi contornar um pouco as regras e ficar com ele. E assim, sem mais nem menos, Tigger e eu tornámo-nos uma família.

Treinei imediatamente o meu novo amigo a respeitar as «zonas proibidas» da nossa casa. Ensinei-o a afastar-se dos sofás, dos tampo das mesas e da parte de cima do frigorífico. Acima de tudo, não lhe era permitido empoleirar-se nos parapeitos das janelas, à vista de todos, enquanto eu estava no trabalho. Todos os dias, quando chegava a casa, ele estava a dormir num dos locais permitidos. Tudo parecia correr sobre rodas no nosso relacionamento secreto.

Um dia, no entanto, cheguei a casa, vindo do trabalho, mais cedo do que o usual. Quando abri a porta do apartamento, o Tigger despertou de um profundo sono de gato, empoleirado no armário da cozinha, adjacente ao lava-loiça — local que, definitivamente, identificáramos como proibido. Ficou tão surpreendido por me ver chegar a casa como eu por o descobrir sobre o armário. Saltou imediatamente para o chão, regressou ao seu sítio na cama e ficou à espera do que eu faria. Agora, eu estava cheio de curiosidade: tratara-se de um incidente sem história ou era uma indicação do que de facto acontecia quando eu saía de casa todos os dias? Será que conhecia os meus padrões tão bem que conseguia estar no sítio certo à hora certa, quando eu chegava a casa, todos os serões?

Nesse dia, fiz uma experiência. Dirigindo-me à varanda sobranceira a uma bela zona ajardinada, dissimulei-me por detrás dos cortinados, fingindo que tinha ido para o trabalho. Ao fim de poucos minutos, o Tigger saltou da cama diretamente para a cozinha. Convencido de que eu partira, regressou ao seu mirante sobre o armário, adjacente à torradeira e à centrifugadora. Pareceu tão confortável neste sítio que começou a cabecear e em breve dormia ao lado do lava-louça, sítio para onde nunca iria se soubesse que eu estava em casa.

Só quando falei com amigos que também tinham gatos fiquei a saber algo que provavelmente todos os que co-habitam com felinos já descobriram: não se treina um gato! Embora haja exceções, os gatos só fazem o que querem. Gostam de zonas altas — tampo de armários, frigoríficos e parapeitos de janelas, precisamente as que eu proibira ao meu. Por mais que respeitem as regras na nossa presença, quando estão sozinhos, são donos do seu mundo.

OS ESPELHOS ESTÃO POR TODO O LADO

A razão por que partilho esta história tem a ver com o que o comportamento do Tigger me «fez». Pelo simples facto de ele ser quem era, dei por mim frustrado quase ao ponto de me encolerizar. Ele olhava-me nos olhos e percebi que tinha a perfeita noção de quais os seus limites. Mas, mesmo assim, agia em desrespeito ao treino que eu lhe dera e fazia o que lhe apetecia, quando lhe apetecia.

Talvez não por coincidência, durante o período das minhas dificuldades com o Tigger, apercebi-me de paralelos com frustrações que sentia no trabalho. Na

verdade, era como se as pessoas que me cabia supervisionar andassem a fazer exatamente o mesmo do que o Tigger: ignoravam as instruções que eu lhes dava relativamente aos projetos que tínhamos em mãos. No seguimento de uma tarde particularmente dura, uma das minhas colegas dirigiu-se-me perguntando por que é que eu simplesmente não a deixava fazer o seu trabalho. Tinha-lhe atribuído uma tarefa e ela sentia que eu microgeria o seu desempenho passo a passo. Mais tarde, à noite, ao entrar no meu apartamento, constatei que o Tigger se encontrava na zona proibida da bancada da cozinha — novamente. E desta vez, quando olhou para mim, nem se deu ao trabalho de mudar de sítio. Fiquei furioso!

Sentado no sofá, a pensar no que me estava a ser mostrado, apercebi-me do paralelismo entre o «desrespeito» do Tigger pelas minhas regras e a atitude por parte dos meus colegas. Através das duas experiências simultâneas, embora aparentemente não relacionadas, o Tigger e os meus colegas haviam-me mostrado algo importante sobre mim. Cada um deles espelhara um padrão tão subtil que, até aí, nunca dele me apercebera. Seria o primeiro de uma série de espelhos que teria de reconhecer, antes de conseguir curar outros ainda mais poderosos e subtis nos meus restantes relacionamentos.

Ao longo das décadas de 1960 e 1970, era vulgar os profissionais de autoajuda afirmarem que, se não gostamos do que o mundo nos mostra, devemos olhar para nós. Ensinavam-nos que tudo, desde a ira dos nossos colegas até às traições à nossa confiança, é um reflexo das nossas convicções mais profundas. Os padrões com que mais vivamente nos identificamos são muitas vezes aqueles que nem sequer conseguimos divisar nas nossas vidas. Ocorria precisamente este cenário com o Tigger e os meus colegas.

Não estou com isto a sugerir que os meus colegas tivessem a noção de como me estavam a espelhar ou de como este padrão se estava a desenrolar na minha vida — tenho quase a certeza do contrário. Simplesmente, através da dinâmica que existia entre nós, vi algo sobre mim disponibilizado por eles. Nessa altura da minha vida, era o espelho do controlo. Como o reflexo teve lugar nesse preciso momento, e não horas ou sequer dias mais tarde, consegui perceber a ligação entre o meu comportamento e as reações deles. *Feedback* imediato era a chave da minha lição.

O ESPELHO DO MOMENTO

Percebemos melhor a importância de reconhecer a relação entre o que fazemos e o que acontece no mundo se considerarmos os estudos antropológicos realizados com tribos perdidas da Ásia. Quando os exploradores descobriram uma destas tribos (só estavam, evidentemente, perdidas para nós, pois *elas* sabiam exatamente quem eram e onde se situavam), ficaram surpreendidos com a descoberta de que os seus membros não estabeleciam qualquer ligação entre o ato sexual e a gravidez. O desfasamento de meses entre o coito e o momento do nascimento era tão grande que o nexos entre os dois eventos não era óbvio. É este o valor dos nossos espelhos — o seu imediatismo ajuda-nos a compreender as verdadeiras conexões subjacentes a ocorrências aparentemente distintas.

Se vemos as nossas crenças desenrolarem-se através dos nossos espelhos, então elas estão a acontecer agora. Qualquer reflexo que observarmos proporcionar-nos-á uma preciosa oportunidade. Uma vez reconhecido, um padrão negativo pode ser curado num abrir e fechar de olhos! Reconhecer a sua existência é a primeira pista para a razão da sua existência. Muitas vezes, chegamos à conclusão de que os padrões negativos espelhados nas nossas vidas se encontram enraizados num dos três temores universais que analisámos no capítulo anterior.

Quando vemos as nossas crenças refletidas em tempo real nos nossos relacionamentos com os outros, experimentamos o primeiro dos nossos espelhos e é precisamente disso que se trata: o espelho do momento. Outras vezes, porém, o reflexo do momento poderá estar a mostrar-nos algo ainda mais subtil do que aquilo que estamos a fazer nas nossas vidas — por vezes, revelar-nos-á aquilo que avaliamos nas nossas vidas. Quando isso acontece, estamos a experimentar o segundo espelho do relacionamento.

O SEGUNDO ESPELHO: REFLEXOS DO QUE AVALIAMOS NO MOMENTO

*Reconhecei o que está à vossa vista,
e aquilo que está escondido de vós
tornar-se-vos-á evidente.³*
— EVANGELHO DE TOMÁS

Na década de 1970, um dos meus instrutores de artes marciais partilhou comigo o segredo para ler um adversário: «Cada pessoa com quem competimos é um espelho de nós. Enquanto nosso espelho pessoal, o adversário mostrar-nos-á quem somos nesse momento. Se observarmos a forma como nos aborda, estaremos a ver a sua reação ao modo como nos percebe.» Ao longo da minha vida, recordei sempre as palavras do meu instrutor e ponderei-as muitas vezes. Mais tarde, comecei a aplicar que ele me ensinara sobre competição no dojo à forma como as pessoas se comportam na vida. Em 1992, dei por mim enredado numa experiência em que este espelho não fazia qualquer sentido. Foi então que descobri a subtileza do segundo espelho do relacionamento.

No Outono desse ano, três pessoas entraram na minha vida num curto período de tempo. Através delas, experimentaria três dos mais poderosos — e também dolorosos — relacionamentos que conheci em adulto. Embora na altura não o tenha percebido, cada uma destas pessoas tornar-se-ia para mim um mestre, de uma forma que nunca imaginaria. Juntas, ensinaram-me a lição que garantiu que a minha vida nunca mais fosse a mesma. Apesar de cada um desses relacionamentos me ter servido de espelho no momento exato, comecei por não reconhecer o que me ensinavam.

O primeiro relacionamento foi com uma mulher que entrara na minha vida com objetivos e interesses tão semelhantes aos meus que decidimos viver e

trabalhar juntos. A segunda foi uma nova parceria profissional destinada a proporcionar-me apoio de que muito necessitava na marcação e organização de seminários pelo país fora. O terceiro relacionamento foi uma combinação de amizade e trabalho, envolvendo um homem que cuidava da minha propriedade quando eu viajava, em troca de um sítio para viver num dos meus edifícios vazios, em vias de ser restaurado.

O facto de estes relacionamentos terem surgido em simultâneo deveria ter funcionado como o sinal de que algo se preparava — algo de grandes dimensões. Quase imediatamente, os três começaram a testar a minha paciência, assertividade e determinação. Senti que estavam a dar comigo em doido! Com cada um, houve discussões e desavenças. Como viajava muito, tendia a dar um desconto às tensões e evitar procurar uma solução. Dei por mim a assumir uma atitude de «esperar-para-ver» até regressar da minha viagem seguinte. Mas, quando voltava, as coisas estavam exatamente como as deixara ou, por vezes, pior.

Nessa altura, quando chegava ao aeroporto após cada seminário, seguia uma rotina. Recolhia as minhas coisas na área das bagagens, levantava dinheiro suficiente no multibanco para gasolina e uma refeição, e iniciava a minha viagem de quatro a cinco horas de automóvel para casa. Em dada viagem, porém, aconteceu algo que me fez concentrar todos estes relacionamentos num único enfoque. Depois de recolher as malas, fui ao multibanco fazer um levantamento. Para meu grande horror, a máquina imprimiu um recibo que me informava de que a minha conta não tinha sequer dinheiro para vinte dólares de gasolina!

Isto foi especialmente assustador, por ter recentemente contratado empreiteiros para o início da restauração dos edifícios de tijolo, com cem anos, da minha propriedade, e de ter acabado de lhes pagar com cheques dessa conta. Além de hipotecas, escritório, viagens e despesas familiares, a máquina dizia-me que não havia nada — absolutamente nada — para cobrir qualquer das minhas outras obrigações. Só podia ser engano. Mas eu sabia que às cinco e meia da tarde de um domingo, no Novo México, não havia nada a fazer — estava tudo fechado até segunda-feira. Depois de convencer o encarregado do parque e estacionamento de que pagaria a conta alargada de estacionamento enviando um cheque por correio, iniciei a longa viagem de regresso a casa, pensando no que acontecera.

Quando telefonei ao banco, na manhã seguinte, fiquei ainda mais surpreendido. Não queria acreditar no que me diziam: o saldo nulo não era engano; não tinha de facto dinheiro na conta. Na verdade, tinha menos do que nada — um levantamento não-autorizado pela mulher em quem confiara esvaziara completamente a minha conta. Devido às penalizações aplicadas a cada um dos levantamentos a descoberto, dei por mim confrontado com um saldo negativo em centenas de dólares de taxas por levantamento a descoberto.

Senti-me chocado e incrédulo. Rapidamente as minhas emoções se transformaram em ira, e a seguir a ira transformou-se em raiva. A minha mente disparava à ideia de todas as pessoas a quem passara cheques e junto de quem não conseguiria honrar as obrigações. A violação da minha confiança e o total

desrespeito por mim e pelos meus compromissos era mais dolorosa do que esperara.

Para piorar as coisas, a minha parceria profissional entrou em ebulição, mais tarde nesse dia. Quando abri a correspondência e passei os olhos pela contabilidade dos seminários que já realizara, encontrei discrepâncias nas despesas e em breve estava ao telefone a lutar pelo meu quinhão dos lucros, item a item.

Na mesma semana, ainda por cima, descobri que o inquilino que vivia na minha propriedade se dedicava a atividades que não só estavam em conflito direto com o que combináramos, como eram mal vistas pela lei do Novo México. Manifestamente, não podia continuar a fechar os olhos ao que se passava em nenhum dos meus relacionamentos.

HÁ MAIS DO QUE UM ESPELHO

Na manhã seguinte, caminhei ao longo da estrada de terra que seguia da minha propriedade em direção a uma grande montanha debruçada sobre o vale por detrás da casa. Em oração silenciosa, caminhei cuidadosamente por cima dos sulcos profundos na lama e da gravilha, pedindo a sabedoria para reconhecer o padrão que me estava a ser mostrado em moldes tão gritantes, apesar de não o conseguir ver. Qual era o fio comum que entretecia estes relacionamentos? Recordando o que me dissera o meu instrutor de artes marciais, interroguei-me: *Qual é o reflexo comum que estas pessoas me estão a mostrar através das suas ações?*

De imediato as palavras começaram a precipitar-se na minha mente, algumas tão depressa que desapareciam, enquanto outras se destacavam claramente. Ao fim de poucos segundos, emergiram quatro palavras sobre todas as outras: *honestidade, integridade, verdade e confiança*. Coloquei-me mais questões: *Se estas pessoas estão a espelhar aquilo que sou neste momento, estarão a mostrar-me que sou desonesto? Terei de alguma forma violado a integridade, a confiança e a verdade no meu trabalho?* À medida que colocava mentalmente estas questões, um sentimento despontou. Dentro de mim, uma voz — a minha voz — gritava: *Não! É claro que sou honesto! É claro que sou íntegro! É claro que sou verdadeiro e digno de confiança! Estas coisas são a base de todo o trabalho que partilho com os outros.* No momento seguinte, outro sentimento aflorou-me a mente — fugaz a princípio, de seguida mais claro e intenso, até se tornar solidamente presente, fácil de ver e conhecer. Nesse momento, o espelho tornou-se subitamente cristalino: as três pessoas que eu tão habilmente arrastara para a minha vida não me estavam a mostrar *o que eu era no momento*; em lugar disso, cada uma delas mostrava outro reflexo, mais subtil, do qual ninguém me falara. Através das nossas diferenças de convicções e estilos de vida, em vez de me mostrarem o que eu sou, *revelavam-me as coisas que eu julgo!* Estes indivíduos espelhavam as qualidades que geravam uma grande carga em mim — exatamente aquelas que eu sentia ter violado.

Nesse período da minha vida, emitia de facto imensos juízos críticos sobre a forma como as pessoas estavam ou não à altura dos atributos da honestidade

e da integridade. É muito provável que a minha carga se tivesse vindo a acumular desde a infância. Num único momento, as minhas experiências passadas tornaram-se subitamente claras. Recordei de imediato todas as vezes que estas mesmas qualidades haviam sido violadas na minha vida: relacionamentos amorosos passados nos quais as minhas parceiras não tinham sido verdadeiras relativamente a outras pessoas presentes nas nossas vidas, promessas de adultos feitas e nunca cumpridas, amigos bem-intencionados e mentores profissionais que me haviam feito promessas que nunca poderiam cumprir... a lista era interminável.

Os meus juízos críticos relativamente a estas questões acumulavam-se há anos, a um ritmo tão constante que nem sequer os conseguira reconhecer. Mas agora encontravam-se no centro de algo impossível de ignorar! A premência de ter uma conta bancária vazia garantia-me que teria de compreender a mensagem destes relacionamentos antes de seguir com a minha vida. Foi nesse dia que aprendi o mistério subtil, mas profundo, do segundo espelho do relacionamento: o espelho das coisas que julgo na vida.

RECONHECE OS SEUS ESPELHOS?

Convido-o a examinar os seus relacionamentos com os que lhe são mais próximos. De seguida, descubra quais os traços de personalidade e características pessoais que o irritam sem qualquer utilidade e parecem simplesmente querer dar consigo em doido. Depois de o fazer, coloque a seguinte questão: *Estas pessoas estão a mostrar-me como sou neste momento?*

É perfeitamente possível que sim. Se for esse o caso, percebê-lo-á de imediato, intuitivamente. Se, pelo contrário, a resposta for negativa, elas poderão estar a revelar-lhe algo ainda mais profundo e poderoso do que o espelho de quem o leitor é — poderão mostrar-lhe o reflexo das coisas que julga na vida. Reconhecer simplesmente que o espelho existe é o ponto onde começa a cura dos seus juízos críticos.

CURA EM CASCATA

Após ter reconhecido o espelho dos meus juízos críticos, visitei um amigo que vive e trabalha no Pueblo Taos, a pouca distância. É uma das mais antigas comunidades indígenas da América do Norte, tendo este local sido continuamente habitado ao longo de pelo menos 1500 anos. Robert (nome fictício) tinha uma loja em Pueblo e era um artista e artesão tremendamente talentoso. Em exibição na sua loja estavam esculturas, caça-sonhos, música e joalharia que faziam parte da tradição do seu povo desde antes de existir sequer uma «América».

Quando entrei, ele trabalhava numa escultura com mais de dois metros, que se encontrava de pé no corredor a seu lado. Depois de nos cumprimentarmos, perguntei-lhe pela família e pelo negócio, e passámos algum tempo a pôr a conversa em dia. Devolveu-me as perguntas, perguntando-me como ia a minha vida. Contei-lhe o que me havia ocorrido na semana anterior,

das três pessoas e do dinheiro desaparecido. Depois de ouvir o meu relato, refletiu por momentos antes de me contar uma história.

«O meu bisavô», disse-me, «caçava bisontes nas planícies do norte do Novo México». Percebi que isso devia ter acontecido há muito tempo, pois, tanto quanto sabia, não havia bisontes nessa parte do estado há muitos anos. «Antes de morrer, ofereceu-me o que de mais valioso possuía: a cabeça do primeiro bisonte que caçara em jovem.» Prosseguiu contando-me que esta cabeça de bisonte se tornara um tesouro também para ele. Depois da morte do seu bisavô, era uma das poucas relíquias tangíveis que o ligava ao seu passado.

Um dia, uma proprietária de uma galeria da cidade vizinha visitou Robert. Impressionada pela beleza da cabeça do animal, perguntou se a podia incluir numa exposição que planeava realizar na sua galeria, ao que ele consentiu. Após algumas semanas, Robert ainda não ouvira da amiga e dirigiu-se à cidade para saber dela. Para sua grande surpresa, quando chegou à galeria, não encontrou nada. As portas estavam fechadas, as janelas tapadas e a loja encerrada. A dona da galeria e a sua cabeça de bisonte haviam desaparecido. Robert levantou os olhos da sua escultura durante o tempo suficiente para me aperceber do quanto a experiência o magoara.

«O que é que fizeste?», perguntei. Esperava ouvi-lo dizer que fora atrás da mulher e recuperara o seu precioso objeto.

Quando os seus olhos se encontraram com os meus, a sabedoria da sua resposta não se perdeu na simplicidade: «Não fiz nada, porque ela vive com aquilo que fez.» Saí do Pueblo Taos nesse dia refletindo sobre a história.

Mais tarde nessa semana, comecei a considerar as opções legais de que dispunha para recuperar pelo menos parte do dinheiro desaparecido da minha conta. Rapidamente me informaram de que, embora a razão estivesse do meu lado, tinha de contar com um processo prolongado, arrastado e dispendioso. Devido à natureza do que sucedera, deveria reportar o caso às autoridades enquanto matéria criminal e não cível. A partir daí, deixaria de ter qualquer controlo sobre a questão e, se condenada, a mulher responsável poderia ser presa. Tudo isto se vinha somar a um relacionamento emocional prolongado com alguém por quem não sentia já ligação alguma.

Enquanto ponderava nas opções, refleti sobre a conversa que mantivera com o meu amigo no Pueblo e as lições que me ensinara. Não levei muito tempo a chegar a uma conclusão que me pareceu imediatamente correta: optei por nada fazer. E, quase de imediato, algo inesperado ocorreu — cada uma das três pessoas que espelhavam os meus juízos começaram a desaparecer da minha vida. Não estava já zangado com elas e deixara de nutrir ressentimentos relativamente às suas atitudes. Comecei a sentir uma estranha noção de «vazio» relativamente a cada uma destas três pessoas. Não houve esforço intencional da minha parte para as afugentar. Depois de ter redefinido o que acontecera entre nós em termos das experiências propriamente ditas, e não naquilo em que os meus juízos as haviam transformado, simplesmente não restava nada que mantivesse essas pessoas na minha vida. Cada uma começou simplesmente a desvanecer-se das minhas atividades quotidianas. Subitamente, havia menos telefonemas e cartas, ao mesmo tempo que cada vez menos pensava nelas

durante o dia. Os meus juízos tinham sido o íman que mantivera estes relacionamentos no lugar.

Não obstante estes novos desenvolvimentos serem interessantes, ao fim de alguns dias aconteceu algo ainda mais intrigante e um pouco curioso. Apercebi-me de que havia outras pessoas há muito na minha vida que começavam também a desvanecer-se. De novo, não houve qualquer esforço consciente da minha parte para pôr termo a estes relacionamentos; eles simplesmente pareciam já não fazer sentido. Nas raras ocasiões em que conversava com uma dessas pessoas, o diálogo parecia tenso e artificial. Embora anteriormente tivéssemos pisado território comum, nada havia agora senão desconforto e constrangimento.

Praticamente ao mesmo tempo que me apercebi desta mudança nos relacionamentos, reparei no que era para mim um novo fenómeno. Cada um dos relacionamentos que desaparecia da minha vida se baseara no mesmo padrão que trouxera aquelas três pessoas para a minha vida: os meus juízos. Além de serem o íman que trouxera até mim esses relacionamentos, os meus juízos tinham funcionado também como a cola que os mantivera coesos. Na sua ausência, esta dissolvera-se. Apercebi-me então do que parecia ser um efeito em cascata — assim que reconhecia o padrão em determinado sítio (isto é, em determinado relacionamento), o seu eco enfraquecia a outros níveis da minha vida.

Os espelhos dos juízos são subtis, fugazes e possivelmente não farão sentido para todos os que deles se apercebem. Quando os meus amigos e familiares souberam da minha decisão de «não fazer nada», sentiram que me encontrava numa atitude de negação do que acontecera. «Ela ficou-te com o teu dinheiro!», disseram. «Ela traiu a tua confiança! Ela deixou-te sem nada!» A determinado nível, é claro que as suas observações estavam corretas — tudo isso acontecera. A minha sensação foi a de que, caso tivesse seguido o padrão típico da vingança, teria dado por mim no ciclo vicioso de pensamento que alimenta tais experiências. A outro nível, porém, pelo simples facto de serem quem eram, as três pessoas mostraram-me algo sobre mim que tornar-se-ia crucial nas decisões profissionais que faria de futuro: uma poderosa lição de discernimento e confiança.

Antes de tudo isso, queria acreditar que a confiança é binária. Ou seja, ou confiamos em alguém ou não confiamos — e, se confiamos, podemos fazê-lo completamente. Embora não gostasse de pensar no mundo de outra forma, aprendera com estes três relacionamentos que há níveis de confiança que nos cabe discernir. Muitas vezes, confiamos nos outros a um nível e com um grau de responsabilidade que nem eles próprios têm em si. Experimentara precisamente isso.

O reconhecimento do juízo refletido num relacionamento é uma descoberta poderosa com repercussões em todos os aspetos da vida. Aquelas pessoas que me ajudaram a aprender lições, agradeço. E aos que me mostraram a minha humanidade, dedico o meu mais profundo respeito e enorme gratidão por segurarem impecavelmente o espelho à minha frente. Que bela forma de validar o mistério do segundo espelho do relacionamento!

(*Nota:* Na história anterior, aludi à reconciliação da carga do juízo sem descrever de forma completa e precisa como se pode levar a cabo tal reconciliação. Abordo esse tema no meu livro de 2006, publicado na editora Hay House, *Secrets of the Lost Mode of Prayer*, sob o título «O Terceiro Segredo: Bênção é Libertação». Para resumir esta poderosa chave de transformação dos nossos juízos, direi que a bênção é o antigo segredo que nos liberta dos sofrimentos da vida durante tempo suficiente para os substituir por outros sentimentos. Quando abençoamos as pessoas ou coisas que nos magoaram, suspendemos temporariamente o ciclo da dor. Que esta suspensão dure um nanossegundo ou um dia inteiro, não faz qualquer diferença. Qualquer que seja o período de duração, durante a bênção abre-se uma porta através da qual podemos começar a nossa cura e seguir em frente com a nossa vida. A chave da questão está em que, durante determinado intervalo de tempo, somos libertados da nossa dor o tempo suficiente para deixar entrar outra coisa nos nossos corações e mentes: o poder da «beleza».)

O TERCEIRO ESPELHO: REFLEXOS DO QUE PERDEMOS, ABDICÁMOS OU DEIXÁMOS QUE NOS TIRASSEM

O reino do Pai é semelhante a uma mulher que levava um pote cheio de farinha. Enquanto caminhava pela estrada, ainda algo distante de casa, partiu-se a pega do pote e a farinha foi caindo atrás de si, para cima da estrada. Ela não se apercebeu; não reparara na quebra da pega. Quando chegou a casa pousou o pote e encontrou-o vazio.⁴

— EVANGELHO DE TOMÁS

O seu amor, a sua compaixão para com os outros e os cuidados que lhes devota são como a farinha do pote desta parábola. Ao longo da vida, são aquelas partes de si que confortam, cuidam e sustentam os outros (bem como a si) nos tempos difíceis. Quando perdemos as pessoas, sítios e coisas que nos são queridos, o nosso amor e a nossa bondade permitem-nos sobreviver e superar tais experiências.

Por as partilharmos de bom grado, o amor, a compaixão e o cuidado com os outros são as partes de nós mais vulneráveis à perda, ao desperdício inocente ou a serem-nos tiradas por aqueles que têm poder sobre nós. Sempre que confiamos o suficiente para cuidar ou amar outra pessoa e essa fé é traída, perdemos um pouco de nós na experiência. A relutância em voltarmos a expor-nos a tal vulnerabilidade constitui a nossa proteção — a forma através da qual sobrevivemos às dores mais profundas e às maiores traições. De cada vez que encerramos o acesso à nossa verdadeira natureza de compaixão e cuidado, somos como a farinha que se escoia lentamente do pote que a mulher leva à cabeça.

Quando atingimos um ponto na vida em que realmente queremos abrir-nos e partilharmo-nos com os outros, procuramos em nós o amor, para descobrir tão-só que desapareceu e deixou em seu lugar um reservatório vazio. Descobrimos que nos perdemos pouco a pouco exatamente para aquelas experiências em que confiámos o suficiente para que entrassem nas nossas vidas.

As boas notícias são que essas partes de nós que parecem estar ausentes nunca chegam a desaparecer. Não é como se fossem obliteradas para sempre... fazem parte da nossa essência mais verdadeira, fazem parte da nossa alma. Tal como a alma nunca pode ser destruída, também o núcleo da nossa verdadeira natureza não se pode perder. Está simplesmente mascarado e oculto, por uma questão de segurança. Reconhecer de que forma a mascaramos é iniciar uma rápida viagem de cura. A maior expressão do nosso domínio pessoal é possivelmente o regresso às partes de nós que perdemos.



No início da minha carreira na indústria da defesa, trabalhei integrado numa equipa que desenvolvia *software* para sistemas de armamento. Os meus colegas e eu partilhávamos um pequeno espaço de trabalho disposto segundo os típicos regulamentos da Força Aérea, com secretárias, cadeiras e cubículos, e passávamos longas horas juntos. Como se pode imaginar, a privacidade não abundava. Porque não conseguíamos deixar de ouvir as conversas ao telefone de cubículo para cubículo, acabámos por ficar a conhecer-nos muito bem uns aos outros — tão bem, na verdade, que rapidamente nos tornámos conselheiros virtuais uns dos outros relativamente a todo o tipo de temas, desde opções de carreira ou sentimentais, até questões familiares e pessoais. Íamos várias vezes por semana almoçar juntos, com desvios ocasionais para depositar os cheques do ordenado e tratar de assuntos pendentes. Foi numa dessas aventuras que tive oportunidade de ver em primeira mão o espelho de uma experiência que criou um «inferno» pessoal na vida de um dos meus colegas, um homem que se tornara também meu amigo.

Esse meu amigo «apaixonava-se» pela primeira mulher que se lhe atravessasse no caminho ao longo do dia. Podia ser a empregada de mesa do restaurante ou caixa no supermercado. Honestamente, era quase qualquer pessoa (leia-se, mulher) que encontrasse. Acontecia em todo o lado e o padrão era sempre o mesmo: simplesmente olhava para os olhos da mulher e «tinha aquela sensação» que não conseguia explicar. Sem conseguir compreender do que se tratava, explicava o que lhe acontecia da única forma que era capaz — sentia-se apaixonado! E apaixonava-se várias vezes por dia.

A razão por que esse problema não era pacífico assentava no facto de ele ser casado. Tinha uma bela mulher que o amava e um filho de tenra idade, e adorava-os a ambos. A última coisa que lhe apetecia era magoá-los de qualquer forma e destruir o que tinham criado juntos. Ao mesmo tempo, porém, era quase esmagador o que sentia por outras mulheres e ficava para lá da sua compreensão.

Certa vez, acabáramos de regressar ao escritório após um almoço rápido, uma ida à estação de gasolina e ao banco. Foi no banco que ele se meteu em sarilhos. Trabalhava lá, ao balcão, uma bela bancária, precisamente a que nos depositava os cheques. (Foi no tempo em que ainda não havia depósitos eletrónicos.) Quando regressámos ao escritório, ele já só pensava nela. Não conseguia trabalhar, concentrar-se ou tirá-la da ideia. *E se ela está pensar em mim agora?*, perguntava-se. *E se ela for "a tal"?* Finalmente, pegou no telefone, ligou para o banco, descobriu a funcionária e convidou-a para tomar café a seguir ao trabalho. Ela aceitou. Mas, enquanto estavam na cafetaria, cruzou o olhar com a empregada de mesa e apaixonou-se por *ela*!

Conto esta história porque, por razões que não compreendia, este homem sentia-se compelido a iniciar contatos com mulheres por quem honestamente sentia afeto. Ao fazê-lo, arriscava tudo o que lhe era mais querido, incluindo a mulher, o filho e a carreira. O que lhe estava a acontecer?

Alguma vez teve uma experiência semelhante (embora, desejavelmente, em menor grau)? Alguma vez deu por si com um relacionamento perfeitamente feliz e comprometido, e subitamente «a coisa» acontecer? Ou talvez não tenha um relacionamento amoroso nem sequer esteja à procura de um, quando — sem aviso — segue por uma rua ou pelo corredor de um centro comercial, supermercado ou aeroporto e tem «a experiência». Alguém que nunca viu passa-lhe à frente. Nesse instante, os olhos de ambos cruzam-se e — *zing* — aí está o tal sentimento. Talvez seja apenas uma sensação de familiaridade ou de possibilidade, ou, pelo contrário, um impulso quase esmagador para estar perto da pessoa, para a conhecer melhor ou mesmo para iniciar uma conversa. Tenho perguntado isto muitas vezes nos meus *workshops*. Curiosamente, cheguei à conclusão de que, se formos verdadeiramente honestos connosco, este tipo de ligação não é tão incomum quanto isso.

Quando tem de facto lugar, o encontro segue em geral as seguintes linhas: apesar de os olhos de duas pessoas se terem cruzado e de ambas terem manifestamente sentido «aquilo», uma delas não atribuirá importância ao ocorrido. Durante uma breve fração de segundo, porém, ocorre algo incontornável... entra-se num estado alterado e tem-se uma sensação irreal. Nesse instante fugaz que se segue ao olhar casual, os olhos de ambos comunicam uma mensagem. Cada uma das pessoas estará a dizer algo à outra, nesse momento, de que provavelmente nenhuma das duas tem sequer consciência.

Então, quase seguindo uma coreografia, as mentes racionais de ambos criam uma distração — algo que quebre o constrangimento do contato. Pode ser o som de um automóvel ou outra pessoa a passar por perto. Pode ser tão simples como uma folha levada pelo vento ou um espirro. Pode ser pisar pastilha elástica no passeio! O que importa é que, utilizando seja o que for como pretexto, uma das pessoas muda o foco da sua atenção e o momento passa, assim, sem mais nem menos!

Quando temos uma tal experiência, o que está a acontecer?

ENCONTRAR NOS OUTROS AQUILO QUE PERDEMOS

Quando nos encontramos nestas situações, depara-se-nos uma excelente oportunidade para nos conhecermos de uma forma muito especial — isto, se reconhecermos em que consiste o momento. Se não o fizermos, porém, como descobriu o meu amigo engenheiro, esta ligação pode tornar-se confusa e mesmo assustadora! O segredo, em tais encontros, é a essência do mistério do terceiro espelho.

Para sobrevivermos, todos nós comprometemos partes enormes daquilo que somos. Sempre que o fazemos, perdemos algo, em moldes socialmente aceitáveis, mas que não deixam de ser dolorosos. Assumimos papéis adultos e encurtamos a nossa infância após uma separação familiar; perdemos identidade racional quando duas culturas são forçadas a conviver; sobrevivemos a um trauma precoce, reprimindo mágoas, cólera e raiva. Todos estes são exemplos de como perdemos grandes pedaços de nós.

Por que o fazemos? Por que razão traímos as nossas convicções, amor, confiança e compaixão, sabendo que constituem a exata essência daquilo que somos? A resposta é simples: sobrevivência. Em crianças, podemos ter descoberto que é mais fácil permanecer em silêncio do que expressar uma opinião e correr o risco de ser ridicularizados e menosprezados por pais, irmãos, irmãs e colegas de escola. Quando se é objeto de abuso numa família, é muito mais seguro «ceder» e esquecer do que resistir aos que detêm poder sobre nós. Como sociedade, aceitamos a morte de outros seres humanos, durante a guerra, por exemplo, e justificamo-la como uma circunstância excepcional. Todos fomos já condicionados a desfazer-nos de nós mesmos em face do conflito, da doença e das emoções esmagadoras, de formas que só agora começamos a compreender. Em cada um desses casos, temos a oportunidade de ver uma poderosa possibilidade, em lugar do juízo daquilo que é certo ou errado.

Por cada pedaço de nós de que tenhamos abdicado para estarmos onde estamos hoje na vida, há um vazio à espera de ser preenchido. Estamos permanentemente em busca do que quer que possa preencher este vazio particular. E quando encontramos alguém com as características de que nos desfizemos sabe-nos bem estar junto dele. A sua essência complementar preenche o nosso vazio interior e faz-nos sentir novamente inteiros. Esta é a chave para compreender o que aconteceu ao meu amigo engenheiro, bem como o que ocorreu nos outros exemplos que analisámos.

Quando encontramos nos outros os nossos pedaços «perdidos», sentimos-nos poderosa e irresistivelmente atraídos por eles. Poderemos mesmo convencer-nos de que possuímos ainda essas características e traços de personalidade. Podemos revelá-los e reintegrá-los nas nossas vidas. E, se o fizermos, descobriremos subitamente que deixámos de nos sentir atraídos de forma poderosa, magnética e inexplicável pela pessoa que originalmente nos espelhou essas características.

Reconhecer os nossos sentimentos para com os outros pelo que são e não por aquilo que o nosso condicionamento deles fez é a chave do terceiro espelho do relacionamento. Esse sentimento inexplicável que nos assola quando estamos

com alguém — esse magnetismo e esse fogo que nos fazem sentir tão vivos — é na realidade nós! É a essência dessas partes de nós que perdemos e o nosso reconhecimento de que as queremos de volta na nossa vida. Por isso, tendo isto em mente, regressemos à história do meu amigo engenheiro.

Havia seguramente boas possibilidades de o meu amigo, inadvertidamente, ter visto naquelas mulheres pedaços de si que perdera, de que abdicara ou que lhe haviam sido tirados ao longo da vida. Havia boas possibilidades de que também se deparasse com elas em homens, mas não se podia permitir ter os mesmos sentimentos, devido ao seu condicionamento. Na sua experiência, as coisas que perdera eram tão dominantes que encontrava vestígios delas em quase toda a gente com que se cruzava.

Sem compreender o que sentia, porém, sentia-se compelido a dar-lhes seguimento da única forma que conhecia. Acreditava honestamente que cada nova conhecida representava uma oportunidade de felicidade, visto sentir-se tão bem na sua presença. Não deixara de amar a mulher e o filho — em certa ocasião perguntei-lhe se algum dia os deixaria. O seu rosto ganhou uma expressão de choque. Não sentia o mínimo desejo de pôr fim ao seu casamento, mas seguiu o instinto até se envolver em situações comprometedoras, a ponto de a perda da sua família se ter transformado num perigo muito real.

COMO DESCOBRIR O QUE LHE DIZEM OS SEUS SENTIMENTOS DE ATRAÇÃO

Cada um de nós se desfez habilmente das porções de si que sentia comprometerem cada momento da sua sobrevivência física ou emocional. Quando o faz, é muito fácil ver-se como «menos do que» e deixar-se encurralar nas suas convicções sobre o que resta. Para alguns, a troca de uma coisa por outra ocorre antes sequer de se aperceberem e não têm a noção do que acontece: para outros, é uma decisão consciente.

Numa tarde, enquanto trabalhava na tal empresa de defesa com o meu amigo engenheiro, caiu-me sobre a secretária um convite inesperado. Tratava-se de uma apresentação informal à Casa Branca e a oficiais das Forças Armadas, do recém-financiado sistema de armamento de nome Strategic Defense Initiative (SDI), Iniciativa de Defesa Estratégica, vulgarmente conhecido por «Guerra das Estrelas». Durante a receção que se seguiu ao evento, tive oportunidade de escutar uma conversa entre um dos oficiais da mais alta patente e um presidente da nossa empresa.

A questão que o nosso presidente colocou tinha a ver com o custo pessoal em que o seu interlocutor incorrera para chegar à posição de poder que ocupava. «Que sacrifícios é que teve de fazer para chegar onde chegou?», perguntou. O oficial descreveu então como subira nas fileiras militares e fizera carreira no Pentágono, conquistando um cargo de destaque numa grande empresa multinacional. Escutei com atenção, enquanto o homem respondia com franqueza e honestidade pouco habituais.

«Para chegar onde estou hoje», começou, «tive de me entregar ao sistema. Sempre que progredia na carreira, perdia mais um pedaço de mim, da minha vida. Um dia, apercebi-me de que estava no topo e olhei para trás. O que

descobri foi que abdicara de tanta coisa em mim que não sobrara nada. As empresas e a tropa eram donas de mim. Abdicara daquilo que mais amara: a minha mulher, os meus filhos, os meus amigos, a minha saúde. Troquei tudo por poder, riqueza e controlo.»

Fiquei espantado com a honestidade dele. Apesar de este homem ter admitido ter-se perdido ao longo do processo, tinha a noção do que fizera. Sentia-se triste, mas achava que valera a pena ter pagado aquele preço pelo cargo de poder. Embora provavelmente não pelas mesmas razões, cada um de nós pode fazer algo semelhante no decurso da sua vida. Para muitos, porém, o objetivo tem menos a ver com poder e mais com sobrevivência.

Quando o leitor encontrar alguém que desencadeie em si uma sensação de familiaridade, convido-o a mergulhar de alma e coração no momento. Algo raro e precioso está a acontecer a ambos: encontrou alguém que conservou as partes de si que procurava. Esta é frequentemente uma experiência de dois sentidos, em que a outra pessoa se sente atraída por si pela mesma razão! Utilizando o seu poder de discernimento, se sentir que tal é adequado, inicie uma conversa. Comece a falar sobre qualquer coisa — qualquer coisa mesmo — para manter contato visual. Enquanto isso, coloque esta simples questão: *O que é que eu vejo nesta pessoa que perdi, de que abdiquei ou que deixei que me tirassem?*

Quase de imediato, obterá uma resposta. Pode ser algo tão simples como um sentimento de realização pessoal ou tão claro como uma voz interior que reconhece e que o acompanha desde a infância. As respostas são muitas vezes palavras simples ou frases curtas, e o seu corpo sabe o que tem mais sentido para si. Talvez percecione simplesmente beleza nesta pessoa que sente em falta de momento. Possivelmente, será a inocência da outra pessoa perante a vida, a graça com que se movimenta pelo corredor do supermercado, a confiança que demonstra enquanto executa uma tarefa ou simplesmente a vitalidade que dela irradia.

O seu encontro não precisa de durar mais de alguns segundos, porventura alguns minutos no máximo. Esses breves instantes são a sua oportunidade de sentir a alegria e o êxtase do momento. É o leitor a encontrar parte de si noutra pessoa, algo que já tem, bem como o sentimento desse algo a despertar.

Os que se atrevem a reconhecer o sentido de familiaridade em tais encontros momentâneos, provavelmente deparam-se com o espelho da perda todos os dias. Encontramos uma plenitude em nós quando os outros nos espelham a nossa natureza mais genuína. Coletivamente falando, estamos em busca da nossa plenitude e individualmente criamos as situações que nos levam a encontrá-la. Desde clérigos a professores, idosos a jovens, pais a filhos, todos são catalisadores do sentimento.

Nesses sentimentos, encontramos aquilo por que ansiamos em nós, o que continua connosco, mas oculto por debaixo das nossas máscaras, as máscaras daquilo que acreditamos que somos. É natural e é humano. Compreender o que os nossos sentimentos relativamente aos outros nos estão verdadeiramente a dizer sobre nós transforma-se na nossa ferramenta mais poderosa para descobrir o nosso maior poder.

O QUARTO ESPELHO: REFLEXOS DA NOSSA NOITE NEGRA DA ALMA

*Aquilo que tendes salvar-vos-á,
se o fizerdes emergir de vós mesmos.⁵*

— EVANGELHO DE TOMÁS

Durante o surto de alta-tecnologia do início da década de 1990, Gerald (nome fictício) era engenheiro em Silicon Valley, Califórnia. Tinha duas filhas lindíssimas e uma mulher igualmente bela. Estavam juntos há aproximadamente quinze anos. Quando o conheci, a sua empresa premiara-o recentemente pelo seu quinto ano nos quadros, com funções de resolução de problemas relativamente a determinado tipo de *software*. Essas funções tornavam-no um ativo precioso da empresa, e a necessidade dos seus conhecimentos especializados estendia-se muito além do típico dia de trabalho das oito às cinco.

Para estar à altura da procura que a empresa fazia das suas competências, Gerald começou a trabalhar até tarde e a fazer serões e fins-de-semana, bem como a viajar para feiras e exposições, noutras cidades, com o seu *software*. Ao fim de pouco tempo, deu por si a passar mais tempo com os colegas do que com a família. Percebia-se-lhe a dor nos olhos ao descrever como os respetivos caminhos se haviam apartado. Quando Gerald chegava a casa à noite, a mulher e os filhos já estavam a dormir e, no dia seguinte, de manhã, já estava a caminho do escritório antes de eles começarem sequer o dia. Em breve, começou a sentir-se um estranho em casa. Sabia mais sobre as famílias das pessoas do escritório do que da sua.

Foi então que a vida de Gerald deu uma radical volta. Aconteceu vir ter comigo para uma sessão de aconselhamento enquanto eu escrevia um livro intitulado *Walking Between the Worlds: The Science of Compassion*, onde descrevia de que forma os «espelhos» dos relacionamentos agem nas nossas vidas. Há mais de 2200 anos, os autores dos Manuscritos do Mar Morto identificaram sete padrões específicos que podemos contar encontrar nas nossas interações com os outros. À medida que Gerald ia contando a sua história, tornava-se claro para mim que estava a descrever um desses padrões, que constitui o reflexo, por parte da vida, do nosso maior temor, vulgarmente conhecido por «Noite Negra da Alma».

Entre os engenheiros que trabalhavam com Gerald, encontrava-se uma jovem e brilhante programadora, aproximadamente da sua idade. Tinham-nos posto a trabalhar juntos em diversos projetos, que duravam por vezes vários dias e os levavam a viajar por cidades de todo o país. Ao fim de pouco tempo, senti que a conhecia melhor do que à sua mulher. Nesta altura do campeonato, suspeito de que ele sabia aonde aquilo iria levar. Desconhecia porém o que aconteceu de seguida e a razão por que Gerald estava tão perturbado.

Não demorou muito até que Gerald se julgasse apaixonado pela colega e decidisse deixar a mulher e as filhas para começar uma nova vida. Esta decisão, na altura, parecia fazer todo o sentido, visto terem tanto em comum. Ao fim de

poucas semanas, porém, a sua nova companheira foi transferida para um projeto em Los Angeles. E Gerald, em retribuição de alguns favores, conseguiu ser transferido para o mesmo escritório.

As coisas começaram imediatamente a correr mal e Gerald chegou à conclusão de que perdera mais do que ganhara. Amigos de anos que partilhava com a mulher tornaram-se subitamente distantes e indisponíveis. Os colegas achavam que «perdera a cabeça» por abandonar o cargo e os projetos por que tanto lutara. Até os seus pais o criticavam por ter desfeito a família. Mas, apesar de tudo isso o magoar, Gerald esforçou-se por racionalizar a questão, dizendo para consigo que aquele era simplesmente o preço da mudança. Ia ter uma grande vida nova. Que mais se podia pedir?

E é aqui que entram o espelho do equilíbrio e a «Noite Negra da Alma». Exatamente quando tudo parecia encaixar, Gerald descobriu que tudo estava, sim, a desmoronar-se! Ao fim de poucas semanas, a sua nova parceira anunciou-lhe que o relacionamento não estava a ser o que ela esperara. Pôs-lhe fim repentinamente e pediu-lhe que saísse de casa. Assim, sem mais nem menos, estava por sua conta, sozinho e devastado. «Depois de tudo o que fiz por ela, como foi capaz?», murmurava com os seus botões. Abandonara a mulher, as filhas, os amigos e o emprego — em suma, abdicara de tudo aquilo de que gostava.

Em breve, também o seu desempenho profissional se começou a deteriorar. Após diversas advertências e avaliações negativas, o seu departamento pô-lo na prateleira. À medida que a história de Gerald se desenrolava, tornava-se claro o que de facto sucedera: a sua vida descambara do topo do topo, com excelentes perspetivas de um novo relacionamento, novo emprego e melhor salário, para o fundo do fundo, com todos esses sonhos a desaparecerem. Na noite em que Gerald me veio ver, fazia uma única pergunta muito simples: «Que aconteceu?» Como é que coisas que pareciam tão boas correram tão mal?

A «NOITE NEGRA DA ALMA»: RECONHECER O SINAL QUE DESENCADEIA TUDO

Quando o conheci, Gerald perdera tudo o que mais amava. A razão pela qual isso acontecera é crucial para esta história. Em vez de abdicar das coisas que amava porque se sentia completo e queria seguir em frente, só optou quando se convenceu de que havia algo melhor para as substituir. Por outras palavras, jogou pelo seguro. Graças ao receio de não encontrar nada melhor, permaneceu fisicamente no seu casamento e família até muito depois de ter saído emocionalmente. Ora, há uma diferença subtil, mas significativa, entre deixarmos os nossos empregos, amigos e relacionamentos amorosos por nos sentirmos preenchidos e permanecermos neles por medo de falta de alternativa!

Pode haver uma tendência, em todos os tipos de relacionamentos, para nos agarrarmos ao status quo até aparecer algo melhor. Esta falta de desprendimento pode provir de não termos a consciência do que estamos a fazer ou, por outro lado, dever-se ao nosso receio de agitar águas, confrontando-nos com a incerteza do que virá. E mesmo que possa perfeitamente representar um padrão de que não temos consciência, não deixa de ser um padrão. Quer se

trate de um emprego, de um relacionamento amoroso ou do nosso estilo de vida, podemos dar por nós envolvidos num padrão de conservação no qual não nos sentimos verdadeiramente felizes, sem nunca o termos declarado de forma honesta aos que fazem parte da nossa vida. Deste modo, ainda que o mundo esteja convencido de que as nossas vidas correm sem problemas, dentro de nós podemos clamar por mudança e sentirmo-nos frustrados por não sabermos como partilhar esta necessidade com os que nos são mais próximos.

Este é um padrão que provoca acumulação de negatividade. Os nossos verdadeiros sentimentos são disfarçados sob a forma de tensão, hostilidade ou, por vezes, simples afastamento. Efetuamos todos os dias os movimentos habituais do nosso emprego ou da partilha de vida e de casa com outra pessoa, embora nos sintamos emocionalmente distantes e num mundo diferente. Quer o nosso problema se coloque relativamente a um chefe, a um parceiro amoroso ou mesmo a nós próprios, racionalizamos, fazemos compromissos e esperamos. Um dia, então, sem mais nem menos — *bum!* — acontece. Como se surgissem do nada, aparecem-nos subitamente aquelas coisas por que esperamos e ansiámos. Quando o fazem, podemos atirar-nos a elas de cabeça, como se não houvesse amanhã.

No caso de Gerald, quando se mudou para uma nova cidade com a sua nova parceira, deixou para trás um vazio por resolver, no interior do qual o seu mundo mergulhou e onde entrou em colapso. Agora, tendo perdido tudo o que mais amava, Gerald estava sentado à minha frente, lágrimas no rosto. «Como posso recuperar o meu emprego e a minha família? Diga-me só o que hei-de fazer!»

Quando lhe passei a caixa de lenços de papel que mantinha por perto para momentos exatamente como este, disse-lhe algo que o apanhou completamente desprevenido: «Neste momento da sua vida, não se trata de recuperar o que perdeu, embora isso possa de facto ocorrer. Aquilo que criou para si vai muito mais fundo do que o emprego e a família. Acabou de despertar uma força que se pode transformar no seu aliado mais poderoso. Quando superar esta experiência, terá conquistado uma nova confiança, uma confiança inabalável. Terá entrado num período que os antigos conheciam e a que chamavam a Noite Negra da Alma».

Gerald enxugou os olhos, recostou-se na cadeira. «O que é que quer dizer com isso, "Noite Negra da Alma"?» perguntou. «Como é que nunca ouvi falar disso?»

«Uma "Noite Negra da Alma" é um período da nossa vida em que somos arrastados para uma situação que representa os nossos piores temores», respondi. «Um período destes ocorre em geral quando menos esperamos e sem aviso prévio. O que se passa», prossegui, «é que só podemos ser arrastados para esta dinâmica quando a vida nos assinala que estamos prontos! Então, precisamente quando parece que nada podia correr melhor, o ponto de equilíbrio que alcançámos assinala que estamos prontos para a mudança. O engodo que provocará o desejo de mudança é algo por que ansiamos na nossa vida, algo a que simplesmente não conseguimos resistir. De outro modo, nunca daríamos o passo decisivo!»

«Refere-se a um engodo como um relacionamento novo?», perguntou Gerald.

«Exatamente como um novo relacionamento», respondi. «Um relacionamento é o tipo de catalisador que nos oferece a promessa de seguirmos em frente na nossa vida.» E continuei, explicando como, ainda que saibamos que somos perfeitamente capazes de sobreviver a tudo o que a vida nos ponha à frente, não está na nossa natureza acordar um dia de manhã e dizer: «Humm... hoje acho que vou abdicar de tudo o que amo para entrar na minha "Noite Negra da Alma".» Simplesmente não funcionamos assim! Frequentemente os grandes testes da nossa "Noite Negra" parecem ocorrer quando menos os esperamos.

A possibilidade de a vida nos trazer exatamente aquilo de que necessitamos quando necessitamos faz todo o sentido. Do mesmo modo que não podemos encher uma chávena de água antes de abrirmos a torneira, o facto de termos uma caixa de ferramentas emocional é o sinal que faz abrir a torneira da vida, de modo a que se produza mudança. Até desencadearmos um fluxo, nada pode acontecer. O outro lado desta dinâmica é que, quando nos encontramos de facto numa «Noite Negra da Alma», pode ser muito tranquilizador sabermos que a única forma de termos chegado a um tal ponto da vida é termos sido nós a abrir a torneira. Quer tenhamos ou não disso consciência, estamos sempre prontos para o que a vida nos coloque à frente.

OS NOSSOS MAIORES TEMORES

O objetivo maior da «Noite Negra da Alma» é fazer-nos experimentar e curar os nossos grandes medos. O que há de verdadeiramente interessante na «Noite Negra» é o facto de, por cada um ter medos diferentes, aquilo que parece ser uma experiência assustadora para determinada pessoa poder ser perfeitamente banal para outra. Por exemplo, Gerald admitiu que o seu maior temor era ser abandonado. Pelo contrário, nessa mesma noite, eu falara com uma mulher que dissera que «estar só era a sua maior alegria».

Não é invulgar alguém que receia ficar sozinho tornar-se mestre em relacionamentos nos quais experimentará esse receio. Gerald, por exemplo, descreveu relacionamentos amorosos, amizades e interesses do seu passado que nunca, jamais, em tempo algum, poderiam ter durado! E, no entanto, quando cada um deles chegava ao fim, ele achava que o relacionamento tinha «falhado». Na realidade, esses relacionamentos eram tão bem-sucedidos que cada um deles lhe permitia ultrapassar o seu medo maior: o de estar sozinho. Como nunca curara, ou sequer reconhecera, os padrões da sua vida até aí, deu por si em situações nas quais o seu medo se tornava cada vez menos subtil. Em última análise, a vida levava-o a um ponto em que esta situação estava tão presente que tinha de lhe dar resposta antes de poder seguir em frente.



Embora possamos ter de passar por muitas «Noites Negras da Alma» ao longo das nossas vidas, a primeira é, em geral, a mais dura. É também frequentemente o mais poderoso agente de mudança. Uma vez que conseguimos compreender *por que* sofremos tanto, a experiência começa a ganhar novo sentido. Quando reconhecemos os sinais de uma “Noite Negra”, podemos dizer: «Ah! Conheço este padrão! Sim, sim, é definitivamente uma “Noite Negra da Alma”! Ora bem, o que é que me está a ser pedido que domine?»

Conheço pessoas que se sentem tão revitalizadas após curarem as suas experiências de «Noite Negra» que quase desafiam o universo a confrontá-las com a seguinte. Fazem-no pela simples razão de que, sabendo que sobreviveram à primeira, podem sobreviver ao que quer que seja. Só quando temos tais experiências sem compreendermos o que são ou por que estamos a passar por elas é que podemos dar por nós encerrados em anos ou mesmo vidas inteiras de um padrão que nos pode roubar todas aquelas coisas que mais estimamos... como a própria vida.

O QUINTO ESPELHO: OS REFLEXOS DO NOSSO MAIOR ACTO DE COMPAIXÃO

Mostrai-me a pedra que os construtores rejeitaram.

Essa será a pedra angular.⁶

— EVANGELHO DE TOMÁS

No final de 1980, o meu escritório situava-se num enorme edifício de muitos andares no sopé das montanhas de Denver. Embora o edifício fosse enorme, o fim da Guerra Fria e os cortes nas despesas públicas obrigaram a empresa em que eu trabalhava a fazer *downsizing* e contenção orçamental. Depois de outras divisões se terem mudado para as nossas instalações, o espaço passou a valer ouro. Eu partilhava o meu gabinete com uma colega, uma mulher com funções no departamento muito diferentes das minhas. Não havia entre nós concorrência nem partilha de responsabilidades e rapidamente nos tornámos bons amigos, trocando histórias sobre os nossos fins-de-semana em família, os amigos e os altos e baixos das nossas vidas não-profissionais.

Um dia, acabávamos de regressar do almoço, quando ela ouviu as mensagens deixadas no seu atendedor. Pelo canto do olho, vi-a ficar hirta e de seguida sentar-se com um olhar vidrado. O rosto ficou pálido que nem cal, com exceção dos lábios e das bochechas. Depois de desligar, dei-lhe um momento para se recompor, antes de lhe perguntar o que se passara. Olhou-me e começou a contar uma história ao mesmo tempo triste e poderosa.

Uma grande amiga sua tinha uma filha jovem que ostentava uma combinação invejável de beleza, capacidade atlética e talentos artísticos, que cultivara desde pequena. Quando cresceu, procurou combinar todos os seus atributos numa só carreira, tornando-se modelo. A família apoiou a sua decisão e dispôs-se a ajudá-la no que fosse necessário para concretizar o sonho. À

medida que foi mostrando o seu portefólio às agências, descobriu que muitas respondiam com entusiasmo. Recebeu ofertas de viagens, de formação e mais apoio do que alguma vez imaginara. Para quem assistia de fora, a sua vida parecia não poder ser melhor.

A um nível quase impercetível, porém, quem de facto a conhecia bem sabia que alguma coisa estava a mudar. O seu entusiasmo estava a ceder e a dar lugar à preocupação. As agências com que trabalhava procuravam um certo tipo de *look* nas mulheres que decidiam promover. Embora a jovem fosse seguramente senhora de uma beleza única, não era exatamente o que as pessoas procuravam nesse final dos anos 80. Obcecada com o que teria de fazer para conseguir essas características tão peculiares, pediu à família que a ajudasse a fazer uma série de operações plásticas que, no seu entender, a ajudariam a moldar o corpo, transformando-o no pretendido pelas agências de modelos.

Começou pelos procedimentos mais óbvios. Mas, apesar de a aproximarem do seu objetivo, não tinha ainda o *look* que desejava, e resolveu passar a procedimentos mais radicais. Desde criança que tinha o maxilar superior ligeiramente avançado. Concordou com uma reestruturação facial que implicava partir e reajustar o maxilar para obter uma melhor simetria. Tinha a boca cheia de arames e fechada há cerca de seis semanas quando os ossos sararam. Ao longo desse tempo, só ingerira líquidos. De seguida, os arames foram retirados e ficou de facto com um rosto magnificamente simétrico e maçãs do rosto realçadas, tendo a saliência do maxilar superior sido eliminada. Embora, quando olhei para uma fotografia que a minha colega de escritório tinha da filha da amiga, não tenha conseguido ver, devo confessar grandes diferenças entre as imagens pré e pós-operatórias.

Depois de ter perdido peso semanas a fio com uma dieta exclusivamente líquida, esta bela jovem começou a aperceber-se de que o seu corpo não tinha já a forma em V que ostentava antes da cirurgia. A *realidade* era que, devido à substancial perda de peso, a parte superior do corpo perdera o tónus muscular que lhe assegurara as proporções de «modelo». A sua perceção, no entanto, foi a de haver um problema suscetível de ser cirurgicamente resolvido e sujeitou-se a mais uma operação com o objetivo de retirar as costelas inferiores, ditas «flutuantes», de modo a adquirir maior definição e proporcionalidade.

O *stress* causado por todos estes procedimentos cirúrgicos fez o seu corpo entrar numa espiral descendente. Descobriu que já não conseguia controlar o aumento ou perda de meio quilo aqui e ali. Tinha o corpo em modo de «perda de peso» e emagrecia de dia para dia. Quando os pais finalmente reconheceram o que estava a acontecer, hospitalizando-a, era demasiado tarde. Alegadamente devido a uma série de complicações e não a um único fator, a filha da amiga da minha colega de escritório falecera nessa manhã. Era essa a mensagem do atendedor de chamadas.

O leitor poderá conhecer alguém que esteja a seguir um percurso semelhante, embora, desejavelmente, menos radical. Utilizei este exemplo para realçar um aspeto. A jovem desta história tinha uma determinada imagem de perfeição, que se transformou no seu padrão de comparação. Obrigava-se

constantemente a ficar à sombra da sua concorrência, utilizando a imagem mental como padrão de comparação para o seu aspeto físico. As suas convicções diziam-lhe que era de algum modo imperfeita e que as suas «imperfeições» podiam ser resolvidas através do milagre da tecnologia moderna. O que aconteceu a esta mulher, porém, é muito mais profundo do que os procedimentos utilizados para resolver os defeitos que percecionava — foi diretamente ao coração deste espelho.

Por que sentiu esta mulher que o seu sucesso exigia tais extremos? Por que a apoiaram família e amigos na sua busca da perfeição? Por que é que esta jovem, embora muito bela por direito próprio, se sentiu tão compelida a transformar-se em algo diferente? Que temor (ou temores) ganhou tal força na sua vida que tentou alterar a sua aparência física para conseguir aprovação dos outros? E talvez uma questão ainda mais importante seja: *O que podemos aprender com a experiência dela?* O que é que usamos como padrão de comparação? Qual é o ponto de referência que utilizamos para avaliar os sucessos e fracassos da nossa vida?

AS «IMPERFEIÇÕES» SÃO A PERFEIÇÃO

Conto muitas vezes esta história nos meus *workshops*. Logo de seguida, peço aos participantes que preencham um quadro simples, no qual fazem a sua autoavaliação em áreas como os seus desempenhos escolar, pessoal, profissional e desportivo. O quadro de avaliação é constituído por quatro categorias que vão desde «muito bom» até «muito mau». A chave, aqui, reside no facto de lhes dar muito pouco tempo para preencher os quadros. E faço-o por uma razão: a resposta em papel, propriamente dita, é muito menos importante do que o raciocínio envolvido.

Quaisquer que sejam as respostas, a realidade é que a autoavaliação não é a forma mais eficaz de nos conhecermos. A única forma possível de as pessoas se classificarem como sucesso ou fracasso é compararem-se com algo exterior à sua existência. Como todos sabemos, nós somos os nossos críticos mais ferozes. Por esta razão, este espelho é conhecido por ser o nosso maior ato de compaixão. Estamos a falar de compaixão por nós — aquilo que somos e aquilo em que nos tornámos. É através do espelho de nós mesmos que nos é pedido que forneçamos espaço à perfeição que já existe em cada momento da vida. Isto é verdade, independentemente da forma como os outros veem esse momento ou de como de facto ele se desenrola. Até atribuirmos um só significado ao resultado, cada experiência constitui uma oportunidade de nos expressarmos... Nada mais do que isso, nada menos do que isso.

Em que seria a sua vida diferente se permitisse que tudo aquilo que faz fosse perfeito exatamente como é, independentemente do resultado? Se tudo aquilo que fizemos e criamos for feito na medida das nossas capacidades, então, até que o comparemos com qualquer outra coisa, como pode ser menos do que excelente? Se um projeto profissional, um relacionamento sentimental ou um trabalho escolar não correr como o esperado, podemos sempre aprender com a nossa experiência e fazer as coisas de forma diferente na vez seguinte. Na Matriz Divina, é espelhada a forma como nos sentimos em relação a nós —

o nosso desempenho, a nossa aparência, as nossas realizações — sob a forma da realidade do nosso mundo. Com isto em mente, a cura mais profunda das nossas vidas pode igualmente transformar-se no nosso melhor ato de compaixão. É a bondade que oferecemos a nós mesmos.

PARA LÁ DOS ESPELHOS

Embora haja seguramente outros espelhos que nos mostram segredos ainda mais subtis da nossa verdadeira natureza, os que aqui apresentei são os cinco que permitem maior cura nos relacionamentos. Ao longo deste processo, descobrimos o nosso percurso mais verdadeiro enquanto criadores da Matriz Divina. Cada um dos espelhos é um degrau de acesso a um nível superior de domínio pessoal. Depois de os conhecer, não os pode «des-conhecer». Uma vez que os veja, não pode «des-vê-los». De cada vez que reconhece um dos espelhos em determinado sítio da sua vida, é muito possível que venha a encontrar esse mesmo padrão em ação noutras áreas.

Os problemas de controlo que geram tantas emoções, com a sua família, em casa, por exemplo, poderão vir à tona com uma intensidade muito menor quando discute o preço de um carro com um desconhecido. Isso deve-se, provavelmente, ao facto não ter o mesmo nível de intimidade com o vendedor. Muito embora os padrões sejam menos intensos, continuam lá. Esta é a beleza dos padrões holográficos da consciência. A determinação que encontra em si mesmo no seu relacionamento com o negociante de automóveis, a menina da caixa do supermercado ou o empregado de mesa que lhe trouxe um prato esturricado no seu restaurante preferido introduzir-se-ão igualmente nos seus relacionamentos familiares. Tem de ser assim, porque essa é a natureza exata do holograma. Quando um padrão se altera em determinado lugar, todos os relacionamentos que apresentam o mesmo padrão sairão beneficiados. As mudanças chegam-nos por vezes dos sítios que menos esperamos. Caso assim não fosse, seria natural que nunca nos levantássemos de manhã dizendo: «Hoje vou lidar com os relacionamentos que me mostram os maiores espelhos dos meus juízos mais profundos.» Simplesmente parecemos não funcionar assim — em vez disso, as oportunidades de nos curarmos através dos nossos espelhos chegam-nos frequentemente quando estamos a caminho da caixa do correio ou a encher os pneus do carro.

Há relativamente pouco tempo, encontrei um amigo que abdicara de carreira, família e amigos e de um relacionamento sentimental noutra estado para se mudar para os espaços desolados do norte do Novo México. Perguntei-lhe por que deixara tanto para trás para viver isolado nas profundezas do deserto. Começou por me dizer que tinha ido em busca do seu «caminho espiritual». Ao mesmo tempo, porém, explicou-me que ainda não conseguira dar o primeiro passo, porque nada lhe corria bem. Estava a passar por problemas com a família e mesmo com os empreiteiros que lhe construíam a nova casa «espiritual». A sua frustração era evidente. Ouvindo o seu relato, propus-lhe uma perspectiva que me pareceu que o ajudaria. Do meu ponto de vista, somos incapazes de qualquer outra coisa que não seja uma vida espiritual. Dito de outro modo, enquanto seres dotados de espírito, só somos seres capazes de

experiências espirituais. Independentemente do que a vida possa parecer, acredito que cada um dos nossos projetos e todos os nossos caminhos nos conduzem ao mesmo sítio. A partir desta convicção, as atividades de todos os dias não podem ser separadas da nossa evolução espiritual. Elas são *a nossa evolução espiritual*.

Sugeri ao meu amigo que, possivelmente, todas as dificuldades por que passava, naquele momento, eram o seu caminho espiritual. Embora não fosse esta manifestamente a resposta por que esperava, o que lhe disse causou-lhe curiosidade. Tinha a ideia de que a sua espiritualidade seria plenamente realizada vivendo em solidão e serena contemplação todos os dias.

Clarifiquei as minhas convicções, sugerindo-lhe que, não obstante todas estas coisas poderem tornar-se parte da sua vida, a forma como resolvesse todos os problemas com que se confrontava poderia representar exatamente o caminho que ele se dispusera a explorar. Olhando-me então com ar de surpresa estampado no rosto quando nos despedimos, retorquiu simplesmente: «Talvez seja!»

¹ Ernest Holmes, *The Science of Mind* (da versão original de 1926, Parte IID, Lição 4: Recapitulação).

² «The Gospel of Thomas», *The Nag Hammadi Library*, p. 136.

³ *Ibid.*, p. 126.

⁴ *Ibid.*, p. 136.

⁵ *Ibid.*, p. 134.

⁶ *Ibid.*

CAPÍTULO 8

Descobriste agora as condições em que o desejo do teu coração se pode transformar na realidade do teu ser. Permanece aqui até adquirires dentro de ti uma força que nada possa destruir.

— Palavras ditas ao místico GURDJIEFF pelo seu mestre em Meetings with Remarkable Men: Gurdjieff's Search for Hidden Knowledge.¹

REESCREVER O CÓDIGO PARA A REALIDADE: 20 CHAVES PARA A CRIAÇÃO DE CONSCIÊNCIA

A letra de uma popular balada rock dos anos 70, do grupo Ten Years After, ecoa o desejo profundo que ouvi a pessoas de todo o mundo que almejam desesperadamente a diferença, mas que se sentem impotentes: «Adorava mudar o mundo», diz o coro, «Mas não sei como fazê-lo/Por isso, deixo-te a tarefa a ti».² A minha esperança é que, nas páginas que se seguem, sejamos capazes de entretecer juntos tudo aquilo de que necessitamos, de modo a que as instruções nos proporcionem o conhecimento necessário para criar um mundo melhor.

No primeiro capítulo deste livro, contei a história do meu amigo nativo-americano e de como as pessoas que partilham as suas tradições acreditam que começámos há muito a esquecer o nosso poder de mudar o universo. Sugeriu ele que a tecnologia complexa utilizada nos nossos dias representa a tentativa de recordar esta capacidade, mimetizando no mundo aquilo que podemos de facto fazer nos nossos corpos. Com isto em mente, não é de surpreender que os computadores se tenham transformado numa parte tão integral das nossas vidas. Eles parecem, de facto, mimetizar a forma como armazenamos as nossas recordações e comunicamos uns com os outros.

A comparação entre tecnologia interior e tecnologia exterior pode mesmo ir mais longe do que suspeitava o meu amigo (ou, pelo menos, mais longe do que partilhou comigo nesse dia). Sob muitos pontos de vista, os nossos cérebros e mesmo a própria consciência têm sido comparados ao modo de funcionamento de um computador moderno. No seu livro revolucionário *Consciousness Explained*, Daniel Dennett, director do Centro de Estudos Cognitivos da Universidade Tufts, afirma que podemos, de facto, pensar nos nossos cérebros «como numa espécie de computador» e que isso nos proporciona uma poderosa metáfora para a compreensão do modo como utilizamos a informação.³ Sob

diversos aspetos, os conceitos da ciência informática fornecem-nos exatamente aquilo de que necessitamos para nos orientarmos no que ele designa terra incógnita, isto é, terra desconhecida, entre aquilo que a ciência nos diz sobre o nosso cérebro e aquilo que experienciamos através dele. Manifestamente, o sucesso do computador enquanto ferramenta de memória e comunicação oferece-nos uma excelente analogia para a compreensão do mistério da consciência.

Segue-se uma breve descrição do modo de funcionamento de um computador moderno. Embora imensamente simplificada, a informação é exata. Este modelo simples permitir-nos-á comparar o nosso mundo exterior de *hardware* e *software* ao funcionamento interno da própria consciência. Os paralelos são fascinantes e as semelhanças inequívocas.

Para começar, todos os computadores só precisam de três elementos para se tornarem úteis. Independentemente de serem grandes ou pequenos, complicados ou simples, os computadores necessitam sempre de *hardware*, de um *sistema operativo*, e de *software* para cumprirem a sua função. Até aqui, parece simples... mas, para lançar nova luz sobre a consciência, é importante compreender o que fazem de facto estes três componentes do computador.

O sistema operativo é o que nos possibilita comunicar com os *chips* e circuitos integrados do nosso computador e aquilo que, em última análise, aciona a impressora, o ecrã, e assim sucessivamente. Quer se trate dos conhecidos sistemas operativos *Macintosh* ou *Windows*, quer de outros mais peculiares, desenvolvidos para cumprir tarefas específicas, quando digitamos os nossos comandos no teclado, é o sistema operativo que lhes dá sentido no interior do computador. Ele traduz as nossas instruções em algo suscetível de ser reconhecido pela máquina.

O *hardware* é a estrutura física do computador. Inclui elementos como o monitor e o teclado, bem como os circuitos, os chips e os processadores — dispositivos através dos quais o sistema operativo funciona. O *output* do trabalho de um computador é, tipicamente, visualizado num outro tipo de dispositivo de *hardware*. Este, além do ecrã, poderá incluir impressoras, *plotters*, ou projetores que exibam, aquilo que criámos.

No *software* incluem-se os programas familiares como o *Word*, o *PowerPoint* e o *Excel* que utilizamos todos os dias nos nossos escritórios e escolas. É através da nossa interface com estes programas que o computador recebe de nós os comandos que o tornam tão útil!

E eis a chave para esta analogia: para todos os efeitos, o sistema operativo de um computador é fixo e inalterável. Por outras palavras «é» aquilo que é. Quando queremos ver o nosso computador fazer algo diferente, não mudamos o sistema operativo — *mudamos os comandos que com ele comunicam*. Razão da importância disto é o facto de a consciência parecer funcionar exatamente do mesmo modo.

Função	Computador	Computador da Consciência
Hardware	CPU, ecrã, impressora, etc.	Realidade (Matriz Divina)
Sistema Operativo	XP, Windows, Macintosh	↑ Consciência
Programas (Software)	Word, Excel, PowerPoint	↑ Sentimentos, emoções, oração, crenças
Para mudarmos a nossa realidade, precisamos de mudar os comandos do sentimento, emoção, oração e crença da realidade desse programa.		

Figura 13. A comparação entre um computador da consciência e um computador vulgar: em ambos os casos, altera-se o *output* através da linguagem reconhecida pelo sistema.

Se pensarmos na totalidade do universo como um gigantesco computador da consciência, então a consciência propriamente dita será um sistema operativo e a realidade o seu *output*. Tal como o sistema operativo de um computador é fixo e as mudanças devem provir dos programas que falam com ele, também, para mudarmos o nosso mundo, temos de alterar os programas que dão sentido à realidade: sentimentos, emoções, orações e crenças.

Chave 20: A Matriz Divina é o recetáculo que abraça o universo, a ponte entre todas as coisas e o espelho que nos mostra aquilo que criámos.

Tudo o que alguma vez possamos imaginar, e provavelmente também o que nunca considerámos, é possível quando nos vemos nestes moldes. Tal como programas como o *Word* e o *Works* são os meios através dos quais modificamos o *output* do nosso computador, também o sentimento, a crença e a oração alteram o *output* da nossa consciência, enquanto Matriz Divina. A beleza da analogia reside no facto de dispormos já destes poderosos programas de construção da realidade e de os utilizarmos todos os dias.

A cada momento, enviamos as nossas mensagens de emoção, sentimento, orações e crenças à consciência, que por sua vez traduz o código daquilo que

enviamos na realidade diária dos nossos corpos, relacionamentos, vidas e mundo. A questão agora tem menos a ver com saber se esta linguagem existe e mais com a intencionalidade com que a usamos nas nossas vidas.

Para compreendermos exatamente por que razão as nossas crenças são tão poderosas e como podemos fazer uma tal diferença num mundo de seis mil milhões, ou mais, de habitantes, vamos avançar mais um passo na nossa compreensão do holograma.

PADRÕES DO TODO

Por esta altura, deverá ser óbvio que somos seres holográficos. Deve ser igualmente evidente que somos corpos holográficos que vivem na consciência holográfica de um universo holográfico. Somos seres poderosos que se expressam através dos corpos que se estendem além da orla das nossas células, transformando-se no próprio universo.

«Sendo» simplesmente quem somos, abrangemos a totalidade da criação, espelhando tudo, desde o fenómeno mais grandioso até à ocorrência mais diminuta, do mais brilhante do mais brilhante até ao mais escuro do mais escuro. Os nossos amigos fazem parte desse todo, bem como os nossos parceiros, pais e filhos. Os nossos corpos espelham os padrões do universo, embutidos em mais padrões, por sua vez embutidos em ainda mais padrões e assim sucessivamente. A nossa existência holográfica não constitui, porém, segredo algum, e tem sido o objeto das mais profundas e comoventes prosa e poesia da história do nosso mundo.

Na obra Gnóstica *The Thunder: Perfect Mind*, por exemplo, uma mulher do século III declara ser nada mais e nada menos do que a encarnação de todas as possibilidades existentes em cada um. «Sou a primeira e a última», afirma. «Sou a meretriz e a santa. Sou a esposa e a virgem... Sou a mãe do meu pai e a irmã do meu marido... Na minha fraqueza, não me abandoneis, e não temais o meu poder... Por que me odiastes nos vossos conselhos?»⁴

Embora estas palavras possam descrever com rigor a nossa existência holográfica, foram escritas nos primeiros anos da Igreja cristã, e estavam muito à frente do seu tempo. Com isso em mente, quando o patriarcado teve de escolher quais os documentos que seriam truncados dos textos religiosos «oficiais», é fácil de perceber por que razão *The Thunder: Perfect Mind* se perdeu até à descoberta da biblioteca de Nag Hammadi, cerca de 1700 anos depois.

O que importa aqui destacar é o facto de cada um de nós ser inteiro e completo em si. Neste estado, encontramos a chave para padrões ainda mais alargados de cura presentes numa plenitude ainda maior. É este poderoso princípio que age nas nossas vidas, desencadeando as experiências e emoções que podem na verdade pouco ter a ver com aquilo que pensamos que são.

Existe, por exemplo, uma probabilidade considerável de a tristeza que sentimos quando assistimos a uma perda representada num filme pouco ter a ver com a cena em si. Por exemplo, a cena comovente dos soldados a disparar contra o lobo domesticado por John Dunbar (protagonizado por Kevin Costner)

no filme de 1990, *Danças com Lobos*, é um perfeito exemplo de como este princípio age nas nossas vidas. Através dos olhos de Dunbar, observamos os soldados que o aprisionaram atacar o lobo que se habituou a confiar nele e a vê-lo como amigo.

Já vi este filme diversas vezes e, de cada uma, a emoção que esta cena gera na audiência é poderosa, genuína — e, para alguns, um mistério. *Por que sentimos tanta tristeza ao ver o lobo Two Socks perseguido e abatido?*, perguntam. A resposta poderá surpreendê-los. A razão assenta no facto de haver uma boa probabilidade de a tristeza que sentem ter pouco a ver com o que acaba de ocorrer no grande ecrã. Há boas possibilidades de, no espaço de poucos minutos, o filme ter desencadeado nessas pessoas sentimentos que haviam fechado à chave depois de terem perdido ou de lhes ter sido tirado algo muito precioso.

Em última análise, não é de surpreender que os sentimentos evocados num filme tenham provavelmente mais a ver connosco — com aquilo que perdemos em nós mesmos para conseguirmos sobreviver às experiências de vida — do que com as pessoas que vivem os seus dramas ao longo do enredo. Sem sabermos que abdicámos de tanto, podemos dar por nós a reagir ao que desencadeiam em nós livros, filmes ou situações com que nos identificamos. Esta é a nossa forma de nos recordarmos de que continuamos a reconhecer as coisas que perdemos para sobreviver aos momentos mais dolorosos da vida.

As nossas vidas parecem funcionar da seguinte forma: cada um reflete aos outros fragmentos distintos do todo. Isto é-nos recordado no antigo princípio hermético do «tal como em cima, assim em baixo; tal como por dentro, assim por fora». Como sugeriu o físico John Wheeler, podemos ser semelhantes a *loops* de *feedback* cósmico num universo, dos quais o mesmo padrão se repete sucessivamente, em diferentes escalas. Levando esta ideia um passo adiante, as tradições antigas sugerem que o *loop* de «experiência» da vida prosseguirá enquanto nos levar a encontrar a nossa maior cura. Quando isso suceder, seremos libertados do ciclo ou, segundo a fé Hindu, o nosso *karma* estará completo.

ALGUÉM TEM DE COMEÇAR

No holograma vivo do computador da nossa consciência, todo e qualquer fragmento do holograma, por mais pequeno que seja, vive no domínio do seu espaço. Como tal, está ao serviço de um todo maior. As partículas subatómicas, por exemplo, são os elementos constituintes dos átomos e são elas que determinam como estes funcionam; os átomos, por seu turno, constituem as moléculas e determinam como *elas* funcionam; as moléculas constituem as células dos nossos corpos e determinam como nós funcionamos; e os nossos corpos são um espelho do cosmos... e assim sucessivamente.

Precisamente devido à natureza do holograma, como vimos na Segunda Parte, uma alteração em qualquer dos níveis reflete-se no todo. Não são, assim, necessárias muitas pessoas para ancorar uma nova forma de pensar ou crer no seio do padrão global da consciência. Desde os nativo-americanos do século XV

que aprenderam a «ver» o padrão anômalo de navios estrangeiros após o seu curandeiro tribal ter descoberto ao atualizar a sua visão até às populações de Israel e do Líbano que nos anos 80 experimentaram a paz após indivíduos especialmente treinados na meditação pacificante terem efetuado trabalhos contínuos nessas zonas de conflito só um pequeno núcleo de seres humanos consegue fazer uma grande diferença no resultado da nossa realidade coletiva. A chave está em que alguém dê o primeiro passo.

Uma pessoa terá de optar por uma nova forma de ser e de viver essa diferença, na presença dos outros, para poder ser testemunhada e introduzida irreversivelmente no padrão. Ao fazê-lo, atualiza os seus programas de crença e envia à consciência o modelo de uma nova realidade. Vimos este princípio em funcionamento muitas vezes, no passado: de Buda, Jesus e Maomé a Gandhi, Madre Teresa de Calcutá e Martin Luther King, Jr. inúmeros indivíduos viveram uma nova forma de ser na presença dos outros. Mudando, para tal a própria consciência. Mas é possível que tenhamos ouvido falar tantas vezes destes exemplos extremos de mudança que os damos por adquiridos hoje em dia.

Um olhar mais atento à forma como estes mestres semearam novas ideias num paradigma existente, porém, é sempre surpreendente. Caso o observássemos na nossa analogia do computador, seria o equivalente a o nosso *software* de processamento de texto subitamente se reprogramar para tratar de foguetões... Caso acontecesse, seria o epítome da inteligência artificial! E é esse mesmo o milagre que representa para nós criarmos uma grande mudança na presença das crenças que nos limitaram no passado.

É por isso que nos sentimos tão cheios de vigor quando arranjam uma nova forma de confiar no universo que nos dá boas razões para ter medo; encontramos perdão num planeta que se deixou entrincheirar na vingança; encontramos compaixão num mundo que aprendeu a matar aquilo que receia ou não compreende. Foi precisamente isto que os nossos mestres conseguiram. Vivendo a sua sabedoria, compaixão, confiança e amor, os visionários do passado alteraram o *software* da crença que falava ao «sistema operativo» da consciência. Enquanto sementes de novas possibilidades, «atualizaram» a nossa realidade.

Nos nossos dias, dispomos dessa oportunidade. Não temos de ser santos para fazer a diferença. Há uma diferença interessante entre as nossas opções atuais e as do passado. Os estudos científicos mostram-nos que quanto mais pessoas abraçarem uma nova crença, mais fácil é ancorá-la sob a forma de realidade. (Como mencionei na Segunda Parte, a «equação da raiz quadrada de um por cento» mostra-nos de forma simples quantas pessoas são necessárias para dar início à mudança.) Se é verdade que Buda, Jesus e os outros mestres podem ter sido os primeiros a conseguir o que conseguiram, os seus exemplos revelaram-se os catalisadores que nos abriram a porta para fazermos o mesmo. Até Jesus sugeriu que as gerações futuras fariam um dia o que parecia milagroso aos homens do seu tempo.

Muitos houve que seguiram o caminho desses visionários, proporcionando-nos a vantagem que temos sobre os visionários do passado. Hoje, *sabemos* que podemos curar os nossos corpos e viver até uma idade avançada. *Sabemos* que

o amor, a estima e a gratidão são as qualidades que afirmam a vida e enchem os nossos corpos de vitalidade e o nosso mundo de paz. E *sabemos* que, se munidos do conhecimento necessário para atualizar o que dizemos à Matriz Divina, um número relativamente pequeno de pessoas é capaz de fazer uma grande diferença.

Que fazemos então com tal conhecimento? Que sucederá se determinada pessoa escolher dar uma nova resposta a um velho padrão doloroso? Que acontece se alguém optar por responder à «traição» ou ao «abuso de confiança» com outra reação que não seja de mais dor e cólera? O que lhe parece que tem lugar numa família em que um dos elementos começa a ver o telejornal sem sentir necessidade de se vingar dos que agiram mal e violaram os direitos dos outros? O seguinte: esse indivíduo transforma-se numa ponte viva — simultaneamente pioneiro e parteiro — para qualquer outro com a coragem de escolher o mesmo caminho. Sempre que mais alguém faça essa escolha, tudo se torna um pouco mais fácil, porque outra pessoa deu o primeiro passo.

Como descobrimos antes, a chave do sucesso destas pessoas está em que, para o fazerem, têm de transcender o que as magoa, sem se perderem no decurso da experiência. Por outras palavras, Martin Luther King Jr. nunca conseguiria pôr fim ao ódio, odiando. Nelson Mandela não teria conseguido sobreviver mais de duas décadas numa prisão minúscula sul-africana caso tivesse desprezado os seus carcereiros. Da mesma forma, é impossível pôr fim à guerra criando mais guerra. Vimos um tremendo exemplo deste princípio na nossa incapacidade de chegar à paz no século XX. Ideia central a reter: num universo que espelha as nossas convicções, é absolutamente evidente que pessoas zangadas não podem criar um mundo pacificado. Já o tentámos, e a instabilidade do nosso mundo de hoje mostra bem aonde nos conduziram os nossos esforços.

Nos exemplos que demos de pessoas que alteraram os ciclos de opressão a partir de dentro da própria opressão, resultam dois padrões bem vincados:

1. A opção de ver para além do ódio tem origem no interior do sistema que a gerou, em lugar de ser imposta a esse sistema a partir de fora.
2. As pessoas que fazem tal opção transformam-se numa ponte viva para aqueles que mais amam. Encontram o seu poder mais verdadeiro vivendo a sua verdade num sistema que não sustenta nesse momento as suas crenças.

Que modelo poderoso! A consciência holográfica assegura que uma mudança realizada *em qualquer ponto* do sistema se transforma numa mudança que ocorre *em todo lado* no sistema. Mesmo num mundo de mais de seis mil milhões de habitantes, todos beneficiamos em maior ou menor grau das opções de paz e cura feitas por um número diminuto de pessoas. Posso dizê-lo com toda a certeza, porque já vimos este princípio em ação. Através do nosso conhecimento da Matriz Divina, dispomos agora de tudo aquilo de que necessitamos para abraçar o nosso poder de criação e aplicar o que sabemos aos grandes desafios do nosso tempo.

Quer se trate de escolhermos a paz no mundo ou nas nossas famílias, curar os nossos entes queridos ou curarmo-nos a nós mesmos, os princípios são exatamente os mesmos. Na nossa analogia do universo enquanto computador da consciência, dotado de sentimentos, emoções, crenças e orações que programam a realidade, faz todo o sentido dispormos de um manual de instruções que evidencie os passos necessários à construção da realidade. E dispomos de facto de tal manual: ao longo dos tempos, os mestres mais iluminados partilharam-no connosco fragmento a fragmento. As chaves que apresento na secção seguinte, retiradas dos ensinamentos desses mestres, procuram conduzir-nos passo a passo ao longo da sequência de princípios lógicos e ações que se provou gerarem a mudança.

Embora haja seguramente outra chave, esta sequência, que já resistiu à prova do tempo, revelou-se eficaz ao longo da história, bem como ao longo da minha experiência pessoal. É por isso que a apresento aqui sob a forma de um manual abreviado de instruções para a atualização dos nossos programas de realidade e mudança do mundo.

VINTE CHAVES PARA A CRIAÇÃO DE REALIDADE

Eis então as chaves que reúnem as ideias mais importantes deste livro. Individualmente, são interessantes. Coletivamente, contam uma história — a nossa história — recordando-nos o nosso poder de criação. Estas chaves podem ser consideradas um *software* utilizado pelo computador da nossa consciência para criar realidade... o nosso código de mudança. E, tal como qualquer código, há uma boa razão para as chaves serem apresentadas em sequência. Dito de uma forma simples, do mesmo modo que precisamos de ter todos os ingredientes antes de começar a fazer um bolo, as nossas chaves para criação de realidade também só funcionam se cada um dos passos do processo for compreendido e estiver à nossa disposição quando dele necessitarmos. Quando penso na compreensão destas chaves, vem-me à ideia uma sequência poderosa de conhecimento descrita no misterioso terceiro livro da Cabala, o *Sepher Yetzirah*. Nas instruções passo-por-passo que descrevem como o universo foi feito, o autor anónimo convida o leitor a ponderar cada passo da criação, um de cada vez. Ao fazê-lo, o leitor reflete sobre o sítio de poder de cada um. «Examina com elas, [E explora com elas]», diz o texto relativamente às antigas instruções. «Faz [cada] coisa ressaltar na sua essência.»⁵

Do mesmo modo, convido o leitor a considerar individualmente a sequência de chaves. Permita que cada uma assuma o seu próprio mérito enquanto agente poderoso de mudança. Trabalhe com ela até que faça sentido para si. Juntos, estes passos podem transformar-se no seu código para mudar o mundo e a si próprio.

VINTE CHAVES PARA A CRIAÇÃO CONSCIENTE

Chave 1	Matriz Divina é o recetáculo do universo, a ponte entre todas as coisas, o espelho que nos mostra o que criámos.
Chave 2	Tudo o que existe no nosso mundo está ligado a tudo o resto.
Chave 3	Para sentir a força do próprio universo, temos de nos ver a nós mesmos como parte do mundo, em lugar de separados dele.
Chave 4	Quando algo é unido, está sempre ligado, quer permaneça fisicamente junto, quer não.
Chave 5	O ato de concentrar a nossa consciência é um ato de criação. A consciência cria!
Chave 6	Todos dispomos do poder de que necessitamos para criar todas as coisas que desejamos!
Chave 7	O enfoque da nossa consciência transforma-se na realidade do nosso mundo.
Chave 8	Dizer simplesmente que escolhemos uma nova realidade não chega!
Chave 9	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 o sentimento servirá. Os que criam devem ser destituídos de ego e de juízo crítico
Chave 11	Temos de nos tornar, nas nossas vidas, as coisas que escolhemos experienciar como nosso mundo.
Chave 12	Não somos limitados pelas leis da física, tal como as conhecemos atualmente.
Chave 13	Num «algo» holográfico, cada fragmento espelha a totalidade
Chave 14	O holograma universalmente ligado da consciência encerra a promessa de que no próprio instante em que criamos os nossos bons desejos e orações, eles estão já a ser recebidos no destino.
Chave 15	Através do holograma da consciência, uma pequena mudança na nossa vida espelha-se por toda a parte no nosso mundo.
Chave 16	O número mínimo de pessoas necessárias para iniciar <i>uma mudança de consciência</i> é dado por 1% da população.

Chave 17	A Matriz Divina cumpre a função de espelho no mundo dos relacionamentos que criamos nas nossas crenças.
Chave 18	A raiz das nossas experiências «negativas» pode reduzir-se a um dos três temores universais (ou uma combinação deles): abandono, baixa autoestima ou falta de confiança.
Chave 19	As verdadeiras crenças espelham-se nos nossos relacionamentos mais íntimos.
Chave 20	Devemos transformar-nos, nas nossas vidas, nas próprias coisas que escolhemos experienciar no nosso mundo.



Partilhamos de forma praticamente universal, a noção de que há mais em nós do que está à vista. Algures bem no fundo das neblinas da nossa antiga memória, sabemos que dispomos de poderes mágicos e miraculosos. Desde a infância que fantasiámos com a nossa capacidade de fazer coisas além do domínio da razão e da lógica. E por que não? Enquanto somos crianças, temos de «aprender» as regras que dizem que os milagres não podem acontecer nas nossas vidas.

Os sinais que nos lembram o nosso potencial milagroso estão por todo o lado. Na segunda parte, sugeri que as «anomalias» das partículas quânticas poderiam ser algo mais do que simples manifestações de um comportamento «estranho» e «sobrenatural». Perguntei se a liberdade de movimentos de que estas partículas gozam no espaço-tempo não nos estará, na realidade, a mostrar uma realidade possível também nas nossas vidas. Intencionalmente, esperei até este momento para dar resposta a essa pergunta. No seguimento de todas as experiências e investigações, juntamente com a demonstração dos que transcenderam os limites das suas próprias crenças, estou convencido de que a resposta é positiva.

Se as partículas de que somos feitos podem estar em comunicação instantânea umas com as outras, existir em dois sítios ao mesmo tempo, viver tanto no passado como no futuro, e mesmo alterar a história através de escolhas feitas no presente, então também nós o podemos fazer. A única diferença entre essas partículas isoladas e nós é o facto de sermos constituídos por muitas delas mantidas juntas através do poder da consciência propriamente dito.

Os antigos místicos recordaram aos nossos corações e as experiências modernas provaram às nossas mentes que a força individual mais poderosa do universo vive em cada um de nós. Esse é o grande segredo da própria criação: o poder de criar no mundo aquilo que imaginamos. Embora isto possa parecer demasiado simples para ser verdade, estou convencido de que o universo funciona exatamente assim.

Quando o poeta Sufi, Rumi, observou que temos medo da nossa própria imortalidade, talvez pretendesse significar que, na verdade, é o poder de escolher a imortalidade o que verdadeiramente nos assusta.

Do mesmo modo que os iniciados de Christopher Logue, referidos na Introdução, descobriram que só precisavam de um pequeno empurrão para começarem a voar, talvez só nos falte uma pequena mudança para percebermos que somos os arquitetos do nosso mundo e destino, artistas cósmicos que expressam as suas convicções sobre a tela do universo. Se conseguirmos não nos esquecer de que somos em simultâneo a arte e o artista, talvez consigamos igualmente não esquecer que somos a semente do milagre, bem como o próprio milagre. Se conseguirmos operar essa pequena mudança, estaremos já curados na Matriz Divina.

*Caminha sempre, mesmo que não haja
para onde ir. Não tentes ver ao longe.
Isso não é para seres humanos. Move-
-te por dentro, mas não te movas do
modo que o medo te faça mover.*

— RUMI

¹ *Meetings with Remarkable Men: Gurdjieff's Search for Hidden Knowledge* (Corinth Video, 1987). Este filme baseia-se na vida de Gurdjieff e na sua busca infatigável pelo conhecimento dos segredos do passado. As suas viagens pelo mundo conduziram-no a um mosteiro secreto que se julga estar situado nas remotas montanhas desertas do Paquistão. Estas são as palavras que o seu professor lhe dirigiu quando atingiu o grau de Mestre que buscava há tanto tempo.

² Ten Years After, do seu álbum *A Space In Time* (Capitol Records, 1971).

³ Daniel Dennett, *Consciousness Explained* (Boston: Back Bay Books, 1991), P. 433.

⁴ *The Thunder: Perfect Mind*, The Nag Hammadi Library, pp. 297-303.

⁵ *Sepher Yetzirah: The Book of Creation*, Aryeh Kaplan, ed. (York Beach, ME: Samuel Weiser, 1997), p. 165.

AGRADECIMENTOS

A *Matriz Divina* é uma síntese das investigações, descobertas e apresentações inicialmente dirigidas às pessoas presentes numa pequena sala de estar de Denver, Colorado, em 1986. Desde então, muita gente cruzou o meu caminho e proporcionou a ponte e experiência que conduziu à mensagem poderosa e revitalizante deste livro. Essas pessoas participaram muitas vezes de formas de que nem elas tiveram consciência! E embora fosse necessário um livro inteiro para as nomear a todas, estas páginas são a minha oportunidade de exprimir o meu obrigado a todos aqueles cujos esforços contribuíram diretamente para tornar este livro possível.

Estou especialmente grato a:

Todos os fantásticos funcionários da editora Hay House! Manifesto toda a minha admiração e agradecimentos a Louise Hay, Reid Tracy e Ron Tillinghast pela vossa visão e dedicação à forma verdadeiramente extraordinária de trabalhar que se tornou a marca-de-água do sucesso da Hay House. A Reid Tracy, presidente e CEO, expresso a minha mais profunda gratidão pelo seu apoio e fé inabaláveis em mim e no meu trabalho. A Jill Kramer, director editorial, muito, muito obrigado pelas suas opiniões honestas e orientações; por estar sempre, quando apareço; e pelos anos de experiência que traz a cada uma das suas conversas.

Angela Torrez, a minha publicista; Alex Freemon, meu *copy editor*; Jacqui Clark, director de publicidade; Jeannie Liberati, directora de vendas; Margarete Nielsen, directora de marketing; Nancy Levin, directora de eventos; Rocky George, engenheiro de som — não podia querer um grupo de gente mais simpática com quem trabalhar ou uma equipa mais dedicada a apoiar o meu trabalho! O vosso entusiasmo e profissionalismo são inultrapassáveis, e orgulho-me de fazer parte de todas as coisas boas que a família Hay House leva ao nosso mundo.

A Ned Leavitt, meu agente literário: muito obrigado pela sabedoria e integridade que leva a cada objetivo que atingimos juntos. Graças às suas orientações para guiar os nossos livros num mundo editorial, chegámos a mais pessoas do que nunca através da sua mensagem cheia de energia, esperança e possibilidades. Se aprecio profundamente a sua orientação impecável, sinto-me especialmente grato pela sua amizade e confiança.

Stephanie Gunning, minha editora e amiga... muito obrigado pela tua dedicação e competência, e pela energia que pões em tudo o que fazes. Acima de tudo, obrigado por me ajudares a pegar nas complexidades da ciência encontrando as palavras certas para as partilhar de uma forma alegre e com sentido. Surpreende-me como fazes sempre as perguntas certas, da forma certa, para nos conduzir às escolhas mais clarividentes.

Orgulho-me por fazer parte da equipa virtual, e da família que cresceu em redor do apoio à minha obra ao longo dos anos, incluindo Lauri Willmot, a minha office manager preferida (e única). Tens toda a minha admiração e agradecimentos incontáveis por estares sempre aí — e especialmente quando mais importa! A Robin e Jerry Miner da Sourcebooks, muito obrigado por permanecerem connosco ao longo dos anos e por criarem grandes eventos e uma apresentação magnífica do material que sustenta os nossos programas. A M.A. Bjarkman, Rae Baskin, Sharon Krieg, Vick Spaulding e toda a gente na The Conference Works!... a minha mais profunda gratidão por tudo o que fazem para nos ajudar a partilhar a nossa mensagem com plateias tão bonitas em todo o país.

À minha mãe, Sylvia; e ao meu irmão, Eric... obrigado pelo vosso amor inquebrantável, e por acreditarem em mim. Embora a nossa família de sangue seja pequena, juntos chegámos à conclusão de que a nossa família alargada pelo amor é maior do que alguma vez poderíamos imaginar. A minha gratidão por tudo o que trazem a cada dia da minha vida estende-se além de quaisquer palavras que pudesse escrever nesta página. Eric, engenheiro audiovisual e guru técnico, um obrigado muito especial pela tua paciência com os diversos projetos e muitas vezes cheios de desafios em que nos encontramos envolvidos. Embora me orgulhe partilhar o trabalho contigo, sinto-me especialmente feliz por ser teu irmão.

À única pessoa que me vê no meu melhor, e no meu pior, Kennedy, minha adorada mulher e parceira de vida. Obrigado pelo teu amor sempre presente e o teu apoio inquebrantável e pela tua paciência nos nossos longos dias, curtas noites e bons-dias à distância. Acima de tudo, obrigado por tudo o que fazes para nos manteres fortes e saudáveis, e por me ajudares a cumprir a promessa de dar sempre o meu melhor! As tuas palavras de encorajamento chegam sempre na altura certa e de formas que se calhar nem imaginas!

Um obrigado muito especial a toda a gente que apoiou o meu trabalho, os meus livros, as minhas gravações e as minhas apresentações ao vivo ao longo dos anos. Sinto-me honrado pela vossa confiança e humildade perante a vossa visão de um mundo melhor. Através da vossa presença, aprendi a tornar-me melhor ouvinte e escutar as palavras que me permitem partilhar a nossa mensagem revitalizadora de esperança e possibilidades. A todos, nunca agradecerei o suficiente.