

“Cativante, descontraído e reconfortante quando necessário,
mas sem deixar de ser direto.” — STING

Eu não acredito em astrologia

O olhar de uma terapeuta sobre a
sabedoria das estrelas – e por que até
os mais céticos vão se surpreender

DEBRA SILVERMAN, M.A.

A todas as pessoas que, durante quase cinco décadas, abriram-se profundamente comigo e compartilharam suas histórias de vida.
Foi maravilhoso ouvir cada um de vocês.

Eu adoro os seres humanos e tenho um amor imensurável por todos que venceram suas dores e também por aqueles que as provocaram. O mal não tem vez diante da compaixão. Desejo que nós, enquanto espécie, saíamos ilesos da estreita travessia em direção à nova era, e que muito mais gente consiga atingir o ponto ideal da humildade.

Ao mirar o futuro com lucidez, seremos capazes de compreender nossa humanidade como uma experiência que está prestes a tomar um novo rumo. Espero que este livro inspire a compaixão necessária para que você e seu observador cuidem de si mesmos e dos demais. Esse é o caminho para a era dourada.
O futuro das nossas crianças depende de nós.

*A astrologia merece o reconhecimento irrestrito da psicologia,
pois é a soma de todo o conhecimento psicológico da antiguidade.*

– CARL JUNG

Deus não joga dados com o universo.

– ALBERT EINSTEIN

Introdução

A astrologia tem uma história ilustre em todas as nações e culturas da face da Terra que tenham atingido qualquer estágio de civilização. Nem os inimigos da astrologia podem negar esse fato.

– LUKE DENNIS BROUGHTON, *Elements of Astrology*, 1898

Vou tentar adivinhar:

(1) Você não acredita muito em astrologia, mas meio que gostaria de acreditar e se pergunta se eu conseguiria mudar sua opinião.

Ou:

(2) Você já acredita em astrologia, mas quer aprofundar seu conhecimento sobre a influência dos astros na sua vida.

Seja como for, você chegou ao lugar certo. O título original deste livro (e do meu podcast) é *I Don't Believe in Astrology* (Eu não acredito em astrologia) porque também já fui cética, mas isso mudou com o passar do tempo. Após décadas de prática profissional me baseando tanto na psicologia quanto na astrologia, testemunhei, em primeira mão, tudo que a astrologia é capaz de fazer. Hoje, acredito nela com convicção.

Algo trouxe você até aqui: uma suspeita, uma curiosidade ou a impressão de que a astrologia vai além de um esboço da personalidade ou de uma previsão superficial do dia. O que você aprendeu até o momento talvez não pareça convincente o bastante. Aposto que você já leu alguma coisa sobre seu signo

solar e talvez tenha se surpreendido ao se identificar tanto com ele. Talvez *queira* acreditar num mundo estrelado onde a vida por fim faça sentido.

A astrologia é controversa e pode parecer muito abstrata e fantasiosa. Para mim, está no mesmo patamar que a medicina, uma ferramenta capaz de mudar vidas e que faz uma diferença enorme, mesmo que você não entenda nada a respeito dela.

Pense comigo: não é preciso acreditar para que algo funcione. Aposto que você acredita no amor verdadeiro, mesmo que tenha sofrido algumas decepções ao longo do caminho. Acredita na força da gravidade, embora não consiga entendê-la. E acredita que uma lâmpada vai se acender se você apertar um interruptor, mesmo sem saber explicar por quê. Crença e entendimento não são requisitos para que o amor, a gravidade e a eletricidade façam seu trabalho.

O mesmo vale para a astrologia. Não é preciso entendê-la. Ela está aqui para você, acredite ou não. Com o passar do tempo, e com a ajuda deste livro, você descobrirá que esse corpo de sabedoria atemporal é muito útil. E não precisa acreditar na astrologia: ela acredita em você.

Você não é um erro. Ninguém empurrou você para dentro desse ônibus chamado vida. Sua existência é voluntária. Estamos aqui para cumprir uma missão. E não importa que você (ainda) não creia nisso, pois, em algum momento, ficará óbvio que todos temos um propósito e que há lições de vida esperando por nós.

Algumas questões surgirão repetidas vezes em sua vida até que você aprenda as devidas lições. Este é um livro sobre como transformar a sua confusão em propósito. É sobre as vozes negativas na sua mente, sobre a insatisfação constante, sobre o sentimento de não saber direito quem você realmente é. Você fica se perguntando se está seguindo seu propósito, se está desfrutando a vida para a qual estava destinado, se está com a pessoa certa, se está no trabalho ideal. Todos ouvimos essa voz interior nos dizendo que estamos fazendo algo errado, que deveríamos estar fazendo algo diferente ou que deveríamos nos tornar pessoas melhores.

As vozes na nossa cabeça (que eu chamo de gremlins) querem nos sabotar. Elas falam muito mal de nós! Nos atormentam até nos cansar, até chegarmos a um ponto crítico, até por fim ouvirmos a voz mais calma, mais gentil, mais compassiva, que eu chamo de “observador”. A astrologia nos mostra o caminho que atravessa o túnel dos gremlins em direção a um lu-

gar mais luminoso, onde os pensamentos negativos perdem força e deixam a verdade vir à tona.

A astrologia nos mostra quem realmente somos e diz: “Ei, esse é você, e está tudo bem. Você tem licença para ser sonhador (Peixes), ambicioso (Capricórnio) ou forte (Áries). Existem motivos para que coloque sua liberdade à frente dos relacionamentos (Aquário) ou a segurança financeira à frente das compras frívolas (Touro), ou para que prefira falar a ouvir (Gêmeos). Para você, é natural nutrir certa obsessão pelo sentido da vida (Sagitário) ou uma mórbida curiosidade pela morte (Escorpião). É natural se sentir melhor quando a família está toda reunida sob o mesmo teto (Câncer), adorar um romance (Libra) ou tentar atrair todas as atenções para si (Leão). Você não precisa lutar contra nada disso. Está apenas sendo você mesmo.”

A astrologia aciona o autoconhecimento. Se você é de Virgem, por exemplo, vai aprender que tende a se criticar. Estar ciente disso pode ajudá-lo a se acalmar e a entender a importância que você dá aos detalhes e ao método. A voz do seu observador (vou ensinar como encontrá-la e escutá-la) vai dizer: “É verdade, você se critica muito, mas não se preocupe. Está tudo bem.” E se alguém lhe disser “Relaxa, isso não é importante”, você se conhecerá o suficiente para saber que, no seu caso, isso é, *sim*, importante, e tudo bem também. Você é detalhista. Ao ouvir seu observador, você vai até conseguir rir um pouco de si mesmo e dizer genuinamente: “Isso é a minha cara!”

Existem desafios inerentes a cada um dos doze signos. Quando souber qual é o seu, você descobrirá o que veio aprender. Você não está aqui neste planeta por acaso. Há um currículo e uma pasta arquivada com o seu nome. A astrologia oferece um buraco de fechadura para você espiar e descobrir quais são suas lições. É reconfortante saber que suas dificuldades surgem por um motivo e, acima de tudo, que você não precisa se culpar.

Certa vez, uma cliente me disse ter sentido que um ano estudando astrologia tinha valido por dez anos de terapia. Com este livro, espero que você consiga o mesmo, embarcando numa jornada de autoconhecimento que deixará seus gremlins bem menos intrometidos.

E digo mais: o que você considera defeitos são seus pontos fortes. Esta é a verdade suprema sobre a astrologia: ela muda o que você pensava ser errado. As lições inerentes às suas batalhas levarão você rumo ao seu eu mais evoluído. Certos comportamentos repetitivos são difíceis de mudar, e

isso é bom, não ruim. Eles são suas placas sinalizadoras; estão no cerne da compreensão dos signos e da busca por autoconhecimento.

Como você já deve ter percebido, este não é um livro de astrologia como outro qualquer. É um livro de psicologia (sobre a *sua* psicologia), que utiliza a astrologia como guia, como base. Usaremos os signos para falar sobre suas idiossincrasias e para mostrar que você não precisa se sentir mal por características que julga serem defeitos.

Não há nada de errado com você. Você é um ser divino que se voluntariou para aceitar esta vida com a sua própria personalidade. Eu garanto que essa é a verdade. Veja só que ideia maravilhosa: você é exatamente quem deveria ser.

ASTROLOGIA COMO REMÉDIO

Eu entendo por que as pessoas tendem a reduzir a astrologia a uma pseudociência. É bem estranho pensar que o posicionamento do Sol pode influenciar sua personalidade, que a posição da Lua determina seu temperamento e que os demais planetas regem diversos aspectos da sua vida. Sei que parece bobagem, e fomos programados para ignorar bobagens. Eu com certeza fui. Se você não se identifica com coisas místicas e não simpatiza muito com magia, *por quê* acreditaria em astrologia? Mas saiba que também já duvidaram da psicologia. E ainda há quem duvide! Algumas pessoas sentem vergonha de admitir que fazem terapia e, como não veem resultado rápido, concluem que não funciona. Mas pense também na quantidade de gente que já se beneficiou dessa ciência.

Eu estudei psicologia clínica. Trabalhei com pessoas de grande destaque na sociedade, que vivem num mundo de sucessos e conquistas tangíveis. Sou pragmática e comecei a me dedicar ao ensino e à cura quando ainda era bem jovem. Tenho orgulho de mudar a vida das pessoas. Eu foco nos resultados. O objetivo de quem se dedica à cura é auxiliar aqueles com um problema ou uma dor, conduzindo-os por um processo que os leve – cada um deles – a sair da consulta com um plano de ação. Eu percebi que grande parte dos meus pacientes se sente melhor no final de uma sessão de astrologia. É sempre assim.

Em quase cinco décadas de atendimento, ainda me surpreendo com o alto nível de avanço que obtenho numa sessão de terapia só por buscar orientação num mapa astral, sem me limitar a uma “simples” terapia de fala. Quando uma pessoa me procura dizendo que tem algo de errado nela, eu refuto: “Não é bem assim, e quer saber? Eu posso explicar tudo isso observando o seu mapa. Está tudo aqui.”

O maior poder da astrologia é fazer você mudar drasticamente a maneira como fala de si mesmo. Ela altera as vozes na sua mente. Você passa a perdoar e a ser mais tolerante consigo e com os outros.

Mas jamais faltarão céticos. Recentemente, uma cliente me disse que, ao contar para o pai, que é médico, que estava se consultando comigo, ele começou a gritar com ela, algo que não era do seu feitio. Ela escutou do pai: “Essas pessoas são umas charlatonas! Filha minha não vai desperdiçar dinheiro com astrologia!” Isso acontece bastante. O pai dela é um exemplo da voz crítica, da voz da lógica simples que costuma operar em quem só consegue confiar no que pode ser comprovado. Por sorte, minha cliente conseguiu ouvir a própria voz. Ela saiu da nossa sessão munida de muitas verdades sobre si mesma. E entendeu que o que de fato queria era pedir demissão de um emprego que a deixava infeliz e voltar a estudar. E ela nunca chegaria a essa conclusão se ouvisse apenas a voz do pai. Em vez disso, conseguiu escutar a própria verdade... e tudo isso graças à astrologia.

Os preconceitos, as dúvidas, os questionamentos e o cinismo que as pessoas trazem para o meu consultório logo evaporam quando elas se sentem ouvidas e compreendidas, muitas vezes pela primeira vez na vida. Eu adoro os céticos. Adoro quando eles chegam ao final de uma sessão e dizem: “Como você sabia de tudo isso? Você me conhece melhor do que eu mesmo!” E voltam para casa com insights profundos sobre sua personalidade, com os olhos brilhando e o coração leve.

SOBRE ESTE LIVRO

Este não é mais um livro espiritual repleto de teorias. Não vou sugerir que você compre bebidas orgânicas com preços exorbitantes, tome os suplementos da moda nem colecion cristais. A verdade é que nenhum cristal vai fazer

efeito enquanto seu lado “humano” estiver no controle. Você pode passar o dia meditando e mesmo assim continuar alimentando seus gremlins.

Nosso planeta enfrenta uma epidemia de ansiedade, depressão e vícios, o que indica que estamos em busca de algum tipo de alívio. As indústrias bilionárias da terapia, do biohacking e da autoajuda podem ser resumidas a um único questionamento: você está em paz com quem de fato é? Posso garantir que sua resposta é “não”, e justamente por isso você está aqui.

O objetivo deste livro é ajudá-lo a acessar a voz da compaixão que sabe que você está bem, que é uma pessoa adorável e que tem uma alma linda. Aprender sobre si mesmo abrirá caminho para uma voz interior mais gentil. Quem não precisa disso? As pessoas amam astrologia porque a partir dela conseguem se ver de um jeito bem diferente dos críticos que carregam em si. Quando conseguir acionar e canalizar seu observador interno, você terá força para ativar sua voz positiva, de modo que os gremlins não exerçam mais influência sobre você.

Na Parte 1, você aprenderá sobre a natureza nada amigável da condição humana e descobrirá que não tem controle sobre ela. Você foi programado para se sabotar. E vai aprender como usar a psicologia e a astrologia para identificar os gremlins específicos que estão no seu mapa astral. Também conhecerá a técnica capaz de invocar seu observador interno de modo a ganhar acesso aos níveis mais elevados da sua personalidade. Você vai se apaixonar por essa loucura chamada vida.

A Parte 2 contém treze capítulos – um para cada signo convencional e um especial sobre o décimo terceiro signo, mas não vou falar a respeito agora. Cada capítulo inclui: uma análise psicológica do signo solar; o perfil de uma pessoa desse signo; como esse signo se apresenta em sua melhor e pior versão; como ele pode tirar proveito do seu observador interno (conceito que desenvolveremos em breve); o que você tem a aprender se for desse signo; do que você mais precisa para se sentir bem; e qual será sua configuração geral caso a Lua, Mercúrio ou Saturno estejam nesse signo, ou se esse for seu ascendente. No final de cada capítulo, antes do resumo, apresento uma meditação específica para você.

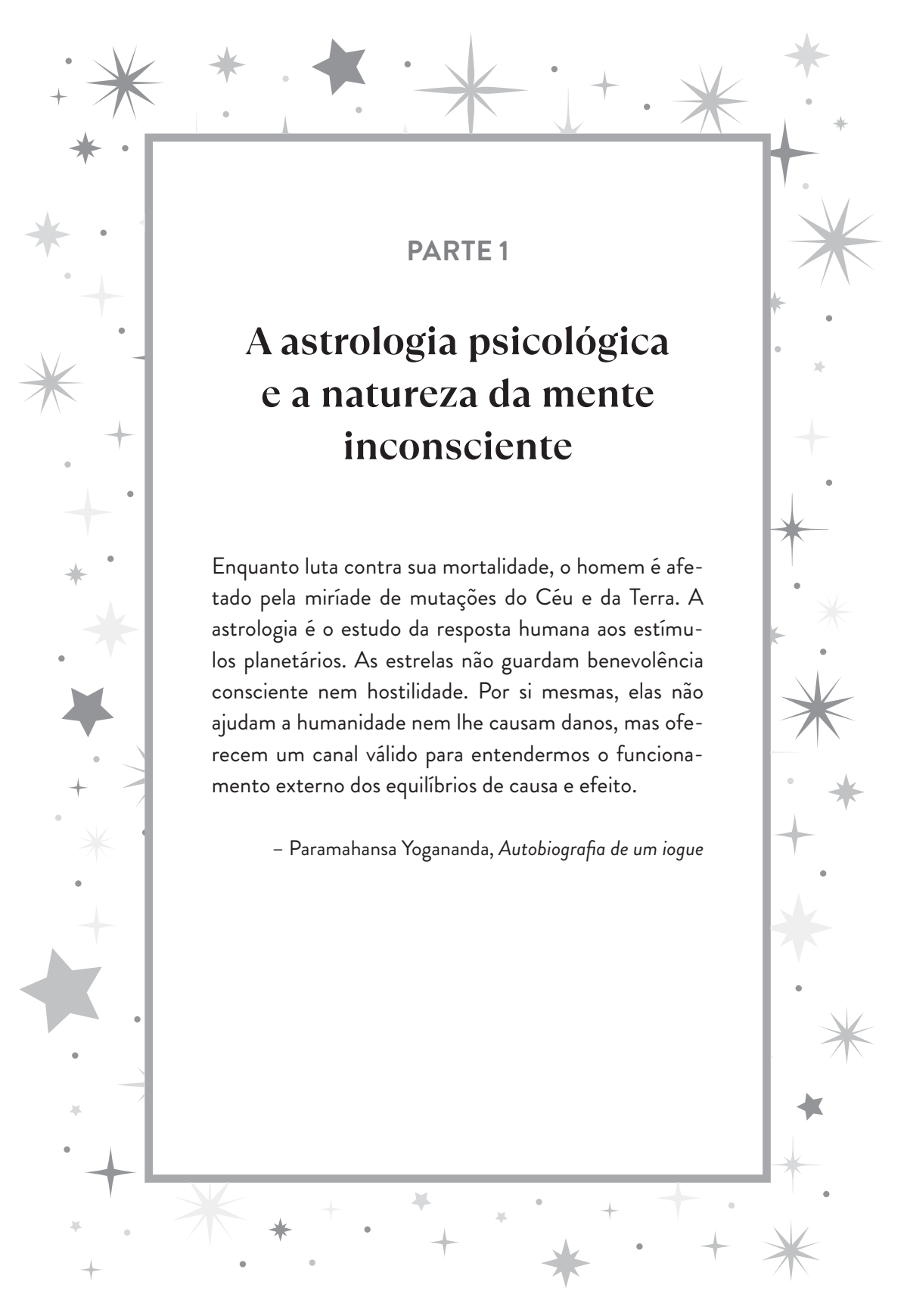
Mas saiba que nem todo mundo se identifica com o próprio signo solar. Na verdade, essa é uma das principais razões que levam algumas pessoas a não acreditar em astrologia. Há bons motivos para que alguém não seja um

exemplo perfeito do próprio signo. É possível que a Lua ou o ascendente apareça com uma influência mais forte. Se vários planetas estiverem presentes em outro signo (um *stellium*), ele terá destaque. Os planetas também têm suas próprias características e estavam em certas casas no horário em que cada um de nós nasceu. Tudo isso interfere na manifestação do signo solar (vou contar mais sobre essas interferências na Parte 1). A astrologia é complexa e tem muitos fatores operantes. Você não precisa entender tudo isso em nível profissional. O que importa é que seu mapa vai explicar quem você é, além de ajudá-lo a entender outras pessoas.

Duvido que você conheça alguém que não seja atormentado por alguma questão mental. Todos temos desequilíbrios que podem ser controlados. Vivemos tentando administrar e curar as vozes na nossa mente, e os doze signos representam muito bem isso. Vai ser quase divertido quando você enxergar a obviedade de tudo que seu monólogo interior vive repetindo. É incrível saber que as coisas que nos enlouquecem (e elas nos enlouquecem mesmo) são nossas melhores amigas. Cada uma das suas crises é um portal para o seu despertar. O disco arranhado que seus gremlins vivem tocando é um alerta que diz: “Acho que preciso de ajuda porque estou sempre enfrentando os mesmos desafios.”

A astrologia nos dá acesso a um conhecimento atemporal. A sua alma está aguardando que você desperte. Embora pareça um exagero dizer que este livro vai aproximá-lo da sua alma, é dessa forma que espero contribuir. Aposto que ninguém jamais lhe deu carta branca para que pudesse ser você mesmo. É isso que gera tanto desconforto e insatisfação. Você pode até acreditar que está vivenciando uma prática espiritual, mas essa experiência só será genuína quando você se apaixonar por sua alma singular e por suas peculiaridades.

O ponto central desta conversa sagrada é muito luminoso e repleto de sentido. Minha personalidade geminiana quer que você brinque comigo, e eu só quero que você embarque agora e comece o processo. Vamos lá?

A decorative border of various star shapes and constellations surrounds the central text area. The stars are in different sizes and orientations, some with long trails, creating a celestial theme.

PARTE 1

A astrologia psicológica e a natureza da mente inconsciente

Enquanto luta contra sua mortalidade, o homem é afetado pela miríade de mutações do Céu e da Terra. A astrologia é o estudo da resposta humana aos estímulos planetários. As estrelas não guardam benevolência consciente nem hostilidade. Por si mesmas, elas não ajudam a humanidade nem lhe causam danos, mas oferecem um canal válido para entendermos o funcionamento externo dos equilíbrios de causa e efeito.

– Paramahansa Yogananda, *Autobiografia de um iogue*

Apaixone-se pelo seu destino

Você já se perguntou o que veio fazer aqui? Como deve se portar nesta vida? Caso tenha se perguntado, já começou a viver de uma nova maneira. Eu acredito piamente que a função da astrologia é ajudar homens e mulheres a encontrar o propósito e o significado da vida, desde que busquem essas respostas. A astrologia tem pouco valor real a oferecer a quem não se faz tais questionamentos.

– DANE RUDHYAR

A natureza humana tem um sistema operacional estranho e nada lógico. Você não conseguiria mudá-la, mesmo se tentasse.

Todos somos culpados... de sermos humanos. Nós nos sabotamos. Não agimos de acordo com nossos maiores interesses. Partimos o coração dos outros, e vice-versa. Abandonamos e somos abandonados. Traímos e somos traídos. Alguém que você conhece vai enganar, cair no vício, dar um chá de sumiço. Teimamos em agir de maneiras contraproducentes, nocivas, que nos levam a questionar quem somos como indivíduos e até como espécie – e a resposta nem sempre é satisfatória. Somos assim.

Mas e se o fato de sermos mal projetados não for culpa de ninguém, nem dos nossos pais, nem dos nossos companheiros, nem das nossas es-

colhas de vida? E se não for culpa sua o fato de a sua mente não buscar por instinto o progresso e a sabedoria? Isso não seria um alívio?

Bem no início da faculdade de psicologia clínica, quando eu tinha 20 e poucos anos, um professor nos perguntou por que tínhamos escolhido aquele curso. Eu levantei a mão em meio a outros cinquenta alunos e respondi: “Quero entender por que não fazemos o que é bom para nós. Por que não nos exercitamos? Por que não nos alimentamos bem? Por que não procuramos as coisas que nos trazem liberdade? Por que não pedimos demissão de empregos que detestamos? Por que insistimos em relacionamentos que não são saudáveis?” Eu queria muito saber. Foi esse o motivo que me levou àquele curso. *Por que nós, humanos, não fazemos as coisas que nos deixariam felizes?*

A psicologia nunca conseguiu responder por completo a essa pergunta... mas a astrologia, sim. E a resposta é simples: tudo isso é culpa da forma como fomos projetados. As pessoas são tão ingênuas que nem sabem que são inteligentes. A boa notícia é que há solução para isso.

Estamos evoluindo. Você não estaria lendo este livro se não nutrisse um apetite pelo aprendizado e pelo crescimento. Porém, por mais evoluída que seja a espécie humana, na cabeça de todos nós vivem impulsos inconscientes que nos impedem de fazer o que é bom para nós. Não sabemos explicar por que é tão fácil se deixar levar pela preguiça, pela depressão ou pela ansiedade, essas típicas sabotadoras. Não conseguimos evitá-las. Por padrão, a natureza humana tende a se nivelar por baixo, como se puxada pela gravidade. É como a criança que rouba uma bala e diz: “Foi mais forte que eu!”

Sejamos sinceros: seguir o caminho mais elevado exige muito esforço. Nós duvidamos de nossos instintos e decisões. Não fomos programados para perdoar de imediato nem para sentir alegria com facilidade. Tendemos a culpar antes de perdoar. Apontar o dedo é uma reação automática, enquanto o perdão é uma habilidade que precisamos aprender, porque não vem de fábrica.

Eis alguns exemplos de como o ser humano foi mal projetado (e apontarei outros ao longo do livro):

★ **A paz nos escapa.** A primeira e maior falha de projeto da espécie

humana é que nossa mente não consegue se manter em paz. Temos dificuldade em nos dar bem uns com os outros. Vivemos envolvidos em dramas. Aliás, enriquecemos astros de cinema e atletas porque gostamos de assistir aos dramas à que eles dão vida. Temos medo das diferenças. Julgamos uns aos outros, muitas vezes sem piedade. Fazemos fofoca. Somos bisbilhoteiros. A cultura popular e as redes sociais só refletem tudo isso.

Acima de tudo, falamos mal de nós mesmos. Existe alguém que não viva com uma voz negativa na cabeça, duvidando de si mesmo e até se sentindo humilhado? Essas vozes vão ficando mais estridentes, seja aquela que critica o que vemos no espelho ou a que nos mantém acordados no meio da noite, preocupados com o que aconteceu ou está por vir. Nós nos preocupamos... e como! Tememos não estar fazendo a coisa certa, nem tomando as decisões corretas, nem aproveitando a vida ao máximo. Estamos sempre nos perguntando se somos mesmo amados ou se amamos o suficiente, se estamos desperdiçando nossa vida. Vivemos um incômodo constante. Nosso diálogo interno muitas vezes é repleto de medo, julgamentos e agitação. E isso é uma loucura!

★ **O perdão não vem naturalmente; a culpa e a vergonha, sim.** Para muita gente, pedir desculpas não é um ato natural. Nós logo culpamos o outro e nos afastamos com rancor. Não fomos programados para assumir a responsabilidade pela nossa vida. Não fomos preparados para nossa própria humanidade. Cometemos erros e, em vez de admiti-los, tendemos a culpar, negar, alimentar vícios, nutrir o escapismo e a vergonha.

É sempre culpa de outra pessoa que o relacionamento tenha dado errado, que o vício tenha se desenvolvido, que o trabalho tenha sido perdido, que o acidente tenha acontecido, que a infância tenha sido arruinada. Pense na criança que derrama um suco e aponta para o irmão dizendo “Foi ele!”, deixando a mãe estarrecida porque ninguém vai assumir a responsabilidade. Num piscar de olhos, todos estão com raiva, presos na teia da natureza humana. Culpar o outro é parte da condição humana. É bem mais fácil apontar o dedo do que

assumir que as nossas imperfeições podem nos ensinar muita coisa sobre compaixão.

★ **Somos patologicamente inseguros.** Outra estranha falha de projeto é nossa insegurança inerente. Ninguém escapa disso. Todos nos sentimos observados e julgados, se não pelos outros, pelas vozes que vivem em nossa cabeça, nesses intermináveis comentários que criam e alimentam as inseguranças. Mesmo com terapia e meditação, é muito comum que os resultados desapontem. Muita gente desiste quando o esforço não parece valer a pena, e muitos continuam batendo na tecla do “Tem algo errado comigo”. Concluimos que, se somos infelizes, então é porque somos pessoas ruins. Que tipo de lógica é essa? (Touro, Virgem e Câncer são os signos mais suscetíveis à insegurança.)

★ **Aprendemos do jeito mais difícil.** Muitas vezes, é preciso uma tragédia, como uma doença séria ou um episódio quase fatal, para mudar nosso comportamento ou atitude. Quando eu tinha 20 e poucos anos, fui apresentada aos livros de Alice Bailey, o ponto de partida da minha jornada espiritual. No livro *Iniciação humana e solar*, ela afirma que o objetivo desse jogo chamado vida é passar por iniciações (mais conhecidas como crises) e decidir se a alma deve ou não intervir. Em outras palavras, o objetivo da crise é ver se o indivíduo vai despertar, se vai buscar a própria alma para transformar essas lições em total aceitação. Bem-vindo ao planeta Terra, onde você aprenderá lições cheias de significado o tempo todo, disfarçadas de dramas pessoais traumáticos, até por fim captar a mensagem, quer você goste ou não. Essa é a única maneira de aprender de verdade. Pena que talvez ninguém tenha dito isso a você (até hoje).

★ **Priorizamos a satisfação imediata.** Escolhemos o prazer instantâneo em vez da paciência. Não fomos projetados para mirar no futuro. Procuramos a satisfação instantânea em vez de nos preparar para o que está por vir. Acho muito estranho que, enquanto parte de um coletivo, não sejamos capazes de olhar para as gerações futuras a fim

de contemplar as implicações dos nossos atos nos filhos dos nossos filhos. Humanos são máquinas de consumo. A humanidade não foi programada com uma visão de longo prazo nem com um controle de impulsos confiável. (Áries, Leão e Sagitário são os mais propensos a cair nessa armadilha.)

★ **Resistimos às mudanças.** Pense no passado e nos seus ancestrais; eles enfrentaram dificuldades, assim como você. Ficaram de coração partido, doentes, fizeram coisas das quais se arrependeram, foram feridos, viveram infelizes. Aqui estamos nós, gerações mais tarde, fazendo as mesmas coisas. Os pecados dos nossos pais e mães nos perseguem. Resistimos a mudar a história. Resistimos a qualquer mudança. Podemos até tentar, mas essa é uma tarefa fácil de imaginar e difícil de pôr em prática. Acho que podemos dizer que, enquanto espécie, somos preguiçosos, impulsivos e naturalmente desprovidos de sabedoria. (Touro, Câncer e Escorpião são muito resistentes a mudanças.)

★ **Temos gatilhos.** Ao ler um mapa astral, aprendo exatamente como pisar no calo da pessoa: para irritar um virginiano, faço bagunça e não arrumo; me recuso a conversar com alguém de Gêmeos; ignoro um leonino; discordo de um ariano; comento com a pessoa de Aquário que ela é igualzinha a todo mundo; insulto a família de um canceriano. Você pode ser uma pessoa muito sábia e educada, mas toda a sua compostura vai por água abaixo quando seu ego se sente ameaçado por um familiar, um chefe, um amigo maldoso ou um desconhecido na internet.

Pense na sua reação ao ser fechado por um carro no trânsito. Será que você mostraria o dedo do meio ou xingaria o outro motorista? Basta que alguém toque nos pontos sensíveis da sua psique para que você encare isso como um ataque pessoal. Quem diz que não leva nada para o lado pessoal está mentindo. Todo mundo faz isso, cada um à sua maneira. Um signo de ar vai reprimir os sentimentos e entrar em negação, dizendo: “Não estou nem aí.” Um signo de fogo talvez seja guiado por um comportamento destrutivo que sua-

vize momentaneamente a dor, como comprar compulsivamente ou se anestesiá-lo com drogas ou álcool. Talvez você se retraia como um signo de terra ou caia no choro como um signo de água. Fomos projetados para sofrer com gatilhos.

Nossa, mas só tem desgraça? Não existe esperança? Óbvio que existe. Nossa configuração humana pode parecer ineficaz, frustrante e ilógica, mas não se preocupe: há método nessa loucura.

Você foi projetado como um experimento em nome da evolução. As almas chegam numa sala de aula chamada Terra, programadas para viver insatisfação, tristeza, desarmonia e doença. A questão é: será que ainda somos capazes de amar, a despeito do que a vida nos reserva?

Você precisa errar para depois acertar. Tudo o que parece errado faz parte do seu currículo. É como um game show em que você sabe a resposta (seu drama pessoal) e precisa descobrir a pergunta. E a pergunta é: “O que a vida quer que eu aprenda?” Assim que você percebe que seus problemas não vão desaparecer, que sempre existirá algo na natureza humana que vai desafiá-lo, você começa a responder à pergunta: “Quais são as minhas tarefas?” É aí que entra a ajuda da astrologia. Seu mapa astral descreve suas tarefas. O principal desafio é aceitar com gratidão exatamente o que foi oferecido a você. Parece simples, mas eu garanto que não é.

O entendimento e a aceitação chegam quando percebemos que (1) estamos todos juntos neste barco e (2) todas as pessoas que conhecemos, sem exceção, têm segredos e supostos defeitos. Como psicoterapeuta e astróloga, aviso desde já: esses fatos são imutáveis. Quanto mais cedo você aceitar a condição humana, mais rápido encontrará a paz. A aceitação surge quando não existe mais resistência aos fatos da vida. É nesse momento que começa a cura.

O exercício de evolução que você aceitou vai muito além da memória consciente. Você não se lembra de ter concordado com as coisas que tanto o incomodam. Assim que você percebe que as falhas de projeto são reais e que não vão desaparecer... elas desaparecem. O aquariano pensa: “Sou muito estranho. Não sei me entregar às minhas emoções. Detesto me sentir humano.” Só que aí, por estar atento, ele conclui: “Opa, essa é a minha

tarefa!” Assim começa o livre-arbítrio. A saída é aceitar as coisas como elas são, sem resistência.

Se você for de um signo de terra ou de ar, vai reclamar durante toda a sua tarefa. Se for de fogo, vai tentar escapar da obrigação. Se for de água, vai se sentir agredido – não à toa esses signos são ligados à depressão: “Como assim? Preciso sofrer para me curar? Isso é tão triste! Acho que vou chorar!”

A única saída é se apaixonar pelo seu destino. Esse é o objetivo da vida. Finja que o seu trabalho consiste nisso e que você está com energia de sobra para pôr a mão na massa. Pronto, o foco vai mudar.

Desperdicei muitos anos pensando demais nas coisas. Debra Silverman quase me deixou louca. Não acredito que vivi tanto tempo ao lado dela. Mas certo dia percebi que ela não iria a lugar algum e que, se eu não aceitasse o fato de que tinha nascido grudada nela, acabaria me sentindo péssima, e ela também. (Isso é tão geminiano...)

Então olhei para a minha alma e disse: “Deb, sua coisinha carente, emotiva e sentimental. Temos que reagir.” Eu era um ser muito movido pelas emoções. Não teria resistido à minha tarefa durante tantos anos se alguém tivesse me dito logo de cara qual ela era. “Você sofre de dependência emocional e precisa aprender a ficar sozinha.” Eu tive que passar pelos 30, 40 e 50 anos imersa em equívocos. Que vergonha... Eu olho para trás e fico tentando entender o que se passava pela minha cabeça.

Por favor, não precisa me consolar. Sei muito bem que, naquela época, eu estava no auge da imaturidade. Neste momento, estou apenas compartilhando minha experiência humana, e tenho orgulho de dizer que sou um ser humano legal que carregava feridas psicológicas. Parei de sentir vergonha. (Ou melhor, sinto só um pouco.)

A natureza humana é constrangedora, para dizer o mínimo. Garanto que, quando analisarmos os aspectos psicológicos do seu mapa astral e pisarmos nos seus calos, você sentirá muita vergonha. Estou aqui não para dizer que todos os signos são um poço de fofura, mas para contar a verdade sobre nossas sombras. É ali que o tesouro está escondido.

A gente só muda de verdade quando a vida nos obriga. Só conseguimos abandonar padrões repetitivos quando somos submetidos a certo nível de desconforto. Então, sinto muito, mas trago más notícias. Você só

vai mudar quando sentir dor suficiente ou não aguentar mais determinada situação, ou seja, quando chegar ao fundo do poço. E essa será a hora da virada evolutiva.

Nós, como espécie humana, estamos quase chegando a esse ponto. Será uma onda de choque, uma chamada para o despertar. Há uma energia estelar de guerra civil permeando o mundo inteiro. A mudança será radical. Alcançará um ponto crítico, e não vamos gostar disso.

Este livro vai ajudar você a entender melhor a si mesmo e aos outros, suas motivações e qualidades nesses tempos turbulentos. Você vai enxergar por que as coisas estão acontecendo dessa maneira e por que reagimos da forma como reagimos. Suas atribuições nesta vida ficarão mais nítidas, desde que você tenha ferramentas para reconhecê-las. Este livro ensina a procurá-las e a usá-las.

Estou aqui para dizer a toda a humanidade: “Vocês estão ferrados... mas ainda gosto de vocês.” A boa notícia é que não importa o que aconteça nesta vida ou neste planeta, você e sua história são parte da evolução humana. Ela pode parecer vergonhosa e humilhante, assustadora ou impossível de suportar. Você não quer contar para ninguém que é viciado em pornografia, ou em açúcar, nem que é obcecado por TikTok. Não quer compartilhar com ninguém suas opiniões políticas. As pessoas à sua volta estão no limite, criticando, julgando, agindo de forma irracional. Não é fácil saber o que dizer ou fazer, e estamos todos tentando lidar com isso. Eu sempre fico chocada com a capacidade humana de aceitar o desconforto sem tomar medidas para combatê-lo.

Entender a astrologia pode mudar a sua vida porque, quando cai de amores pelo seu destino, você desperta e não consegue mais dormir. Vai querer ficar acordado, enxergando as coisas sob um novo prisma. Sua alma compassiva está comprometida a participar da evolução da nossa espécie, e você está prestes a ganhar um assento na primeira fila, então se prepare. É por isso que você está aqui.

Se está aqui, é porque sua alma quer ajudar. Existem bilhões de almas enfileiradas numa sala de espera, todas esperando para encarnar. Por que você acha que há 8 bilhões de pessoas neste planeta, e que esse número não para de crescer? É porque elas querem ser incluídas nessa experiência, aqui e agora.

“Quero ajudar”, diz a alma. “Me escolha!” E chegamos aqui com uma mochila carregada de pedras psicológicas e nos esquecemos do que tínhamos prometido fazer, uma vez que o peso é muito grande. Temos que passar pelo processo de sofrimento para recuperarmos a memória.

Quanto pior sua angústia, maior é a contribuição que você dá ao planeta. Quanto maior a história, maior o espírito. Se você conseguir se livrar de todo o sofrimento, é porque está no caminho da libertação. Do contrário, continue tentando.

Em geral, seres humanos não exibem a melhor versão de si mesmos, e é por isso que o experimento da vida não parece estar funcionando muito bem. Acontece que, sendo uma astróloga que olha para o futuro, nutro muita esperança na nova versão da humanidade. Acredito que os seres humanos de amanhã serão bem superiores aos de hoje. Já vejo isso em alguns adultos e crianças que conheço. A Era de Aquário está chegando!

Sim, há esperança e podemos superar nossas falhas de projeto. Mais do que nunca, precisamos de esperança e otimismo. E sabe como podemos encontrá-los? Combinando astrologia com psicologia.

CONHEÇA ALGUNS DESTAQUES DE NOSSO CATÁLOGO

- Augusto Cury: Você é insubstituível (2,8 milhões de livros vendidos), Nunca desista de seus sonhos (2,7 milhões de livros vendidos) e O médico da emoção
- Dale Carnegie: Como fazer amigos e influenciar pessoas (16 milhões de livros vendidos) e Como evitar preocupações e começar a viver
- Brené Brown: A coragem de ser imperfeito – Como aceitar a própria vulnerabilidade e vencer a vergonha (900 mil livros vendidos)
- T. Harv Eker: Os segredos da mente milionária (3 milhões de livros vendidos)
- Gustavo Cerbasi: Casais inteligentes enriquecem juntos (1,2 milhão de livros vendidos) e Como organizar sua vida financeira
- Greg McKeown: Essencialismo – A disciplinada busca por menos (700 mil livros vendidos) e Sem esforço – Torne mais fácil o que é mais importante
- Haemin Sunim: As coisas que você só vê quando desacelera (700 mil livros vendidos) e Amor pelas coisas imperfeitas
- Ana Claudia Quintana Arantes: A morte é um dia que vale a pena viver (650 mil livros vendidos) e Pra vida toda valer a pena viver
- Ichiro Kishimi e Fumitake Koga: A coragem de não agradar – Como se libertar da opinião dos outros (350 mil livros vendidos)
- Simon Sinek: Comece pelo porquê (350 mil livros vendidos) e O jogo infinito
- Robert B. Cialdini: As armas da persuasão (500 mil livros vendidos)
- Eckhart Tolle: O poder do agora (1,2 milhão de livros vendidos)
- Edith Eva Eger: A bailarina de Auschwitz (600 mil livros vendidos)
- Cristina Núñez Pereira e Rafael R. Valcárcel: Emocionário – Um guia lúdico para lidar com as emoções (800 mil livros vendidos)
- Nizan Guanaes e Arthur Guerra: Você aguenta ser feliz? – Como cuidar da saúde mental e física para ter qualidade de vida
- Suhas Kshirsagar: Mude seus horários, mude sua vida – Como usar o relógio biológico para perder peso, reduzir o estresse e ter mais saúde e energia

sextante.com.br

