

O QUE
MINHA ALMA
ME DISSE

AMOSTRA

AMOSTRA

O QUE
MINHA ALMA
ME DISSE

RICHARD BARRETT

AMOSTRA



ALTA BOOKS
GRUPO EDITORIAL
Rio de Janeiro, 2025

O Que Minha Alma Me Disse

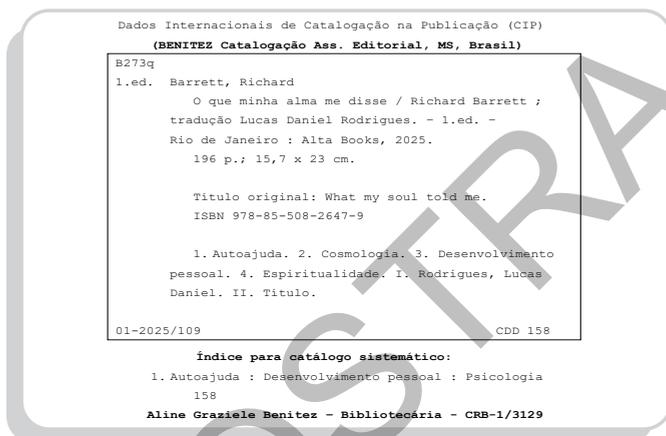
Copyright © 2025 Starlin Alta Editora e Consultoria Ltda.

Copyright © 2012 Richard Barrett

ISBN: 978-85-508-2647-9

Translated from original *What My Soul Told Me*. Copyright © 2012. ISBN 978-1-4717-7016-6. This translation is published and sold by Fullfilling Books, the owner of all rights to publish and sell the same. PORTUGUESE language edition published by Starlin Alta Editora e Consultoria Eireli, Copyright © 2025 by Starlin Alta Editora e Consultoria Ltda.

Impresso no Brasil – 1ª Edição, 2025 – Edição revisada conforme o Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa de 2009.



Todos os direitos estão reservados e protegidos por Lei. Nenhuma parte deste livro, sem autorização prévia por escrito da editora, poderá ser reproduzida ou transmitida. A violação dos Direitos Autorais é crime estabelecido na Lei nº 9.610/98 e com punição de acordo com o artigo 184 do Código Penal.

O conteúdo desta obra fora formulado exclusivamente pelo(s) autor(es).

Marcas Registradas: Todos os termos mencionados e reconhecidos como Marca Registrada e/ou Comercial são de responsabilidade de seus proprietários. A editora informa não estar associada a nenhum produto e/ou fornecedor apresentado no livro.

Material de apoio e erratas: Se parte integrante da obra e/ou por real necessidade, no site da editora o leitor encontrará os materiais de apoio (download), errata e/ou quaisquer outros conteúdos aplicáveis à obra. Acesse o site www.altabooks.com.br e procure pelo título do livro desejado para ter acesso ao conteúdo.

Suporte Técnico: A obra é comercializada na forma em que está, sem direito a suporte técnico ou orientação pessoal/exclusiva ao leitor.

A editora não se responsabiliza pela manutenção, atualização e idioma dos sites, programas, materiais complementares ou similares referidos pelos autores nesta obra.

Produção Editorial: Grupo Editorial Alta Books

Diretor Editorial: Anderson Vieira

Editor da Obra: J.A. Ruggeri

Vendas Governamentais: Cristiane Mutús

Gerência Comercial: Claudio Lima

Gerência Marketing: Andréa Guatiello

Produtor Editorial: Karma Brandão

Tradução: Lucas Daniel Rodrigues

Revisão: Christiano Sensi

Diagramação: Catia Soderi

Revisão Técnica: Gui Marback



Rua Viúva Cláudio, 291 – Bairro Industrial do Jacaré

CEP: 20.970-031 – Rio de Janeiro (RJ)

Tels.: (21) 3278-8069 / 3278-8419

www.altabooks.com.br – altabooks@altabooks.com.br

Ouvidoria: ouvidoria@altabooks.com.br



Editora
afiliada à:
abair
ASSOCIADO AO INSTITUTO BRASILEIRO
DE DIREITOS AUTORAIS



Sua alma tem um plano para sua vida: é por isso que escolheu seu corpo. Você pode embarcar no plano da sua alma ou ignorá-lo. A escolha é sua. Se você escolher o caminho de sua alma, sua vida não será mais sua: você terá que se tornar o servo de sua alma.

AMOSTRA

Sumário

Introdução	9
Prefácio	13
Prefácio	15
PARTE 1. MINHA COSMOLOGIA PESSOAL	
1. Todo mundo precisa de uma história	19
2. O modelo da consciência	29
3. A Quarta Dimensão da Consciência	39
4. A evolução da consciência	49
5. O campo de energia humana	61
6. As três mentes	75
7. Estágios do desenvolvimento psicológico	95
8. Níveis de consciência	103
PARTE 2. VIVENDO A VIDA DA SUA ALMA	
9. Dinâmica Ego-Alma	127
10. Conectando-se com sua alma	139
11. Fazendo amizade com sua alma	161
12. Confiando em sua alma	171
13. Tornando-se um com sua alma	179
Notas finais	191
Índice	193

AMOSTRA

Introdução

O que estou propondo neste livro desafia o conceito popular de realidade: não temos tanto controle de nossas vidas quanto pensamos que temos, e a alegria e a satisfação que buscamos só são alcançáveis se aprendermos a alinhar as motivações do nosso ego com as da nossa alma.

Como amante da clareza e para evitar confusão, parece-me importante explicar desde o início o que entendo pelo termo “alma” e, além disso, já que acredito que nossas personalidades são compostas por dois centros de percepção¹ — o ego e a alma — explicar também o que entendo pelo termo “ego”.

Sua *alma* é a razão pela qual você existe nesta realidade física tridimensional. Sua alma é um campo de percepção consciente que existe no reino energético da quarta dimensão da realidade, além do espaço e do tempo, no campo de energia quântica. É um aspecto individuado do campo de energia universal do qual tudo o que existe em nosso mundo físico deriva sua existência.

Sua alma se projetou em seu corpo físico logo após sua concepção e imbuuiu cada átomo e célula de seu corpo com percepção consciente e vontade de sobreviver. A vontade de sobreviver, encontrada em todas as criaturas vivas, é a vontade da alma de estar presente na forma física em nossa realidade tridimensional. A razão pela qual sua alma encarnou em seu corpo é para apoiar a evolução da consciência² aqui na Terra. Na busca desse objetivo, sua alma tem dois propósitos estratégicos, com os quais você pode escolher se alinhar ou não; primeiro, levar uma vida dirigida por valores e, segundo, levar uma vida dirigida por propósitos. Sua alma não pode cumprir esses propósitos até que seu ego seja capaz de se alinhar energeticamente com ela.

¹ N.T.: *Awareness* no original.

² N.T.: *Consciousness* no original.

Seu *ego* é um campo de percepção consciente associado ao seu corpo. Seu *ego*, assim como cada átomo e célula do seu corpo, está imbuído da vontade de manter viva a vontade da alma de estar presente na realidade tridimensional. Enquanto o propósito da percepção consciente de seus átomos e células é manter seu corpo vivo, o propósito da percepção consciente de seu *ego* é manter o corpo protegido de danos em seu ambiente físico, social e cultural. Portanto, seus átomos e células cuidam da estabilidade interna do corpo, enquanto seu *ego* cuida do equilíbrio externo do corpo — suas interações com seu ambiente físico, social e cultural.

Espero que essas definições, por hora, sejam suficientes para garantir que nós — você e eu, meu caro leitor — tenhamos um ponto de partida comum. Estou bem ciente de que, ao explicar o que quero dizer com os termos “*ego*” e “*alma*”, introduzi outros termos, como “realidade quadridimensional”, “realidade tridimensional” e “campo de energia universal”, que também podem exigir explicações. Tenha certeza de que farei o possível para fornecer uma explicação adequada da minha compreensão desses termos, quando e conforme for apropriado, à medida que você avança neste livro.

Há outra questão de clareza que também devo mencionar neste momento, que é a dificuldade de explicar nossa realidade quadridimensional usando linguagem, terminologia e conceitos que foram projetados especificamente para descrever nosso mundo físico tridimensional. Por exemplo, em um dos parágrafos acima, afirmo: “após sua concepção, a alma imbuíu seu corpo com percepção consciente e vontade de sobreviver”. Essa é uma perspectiva física tridimensional do que aconteceu.

De uma perspectiva energética quadridimensional, eu poderia dizer algo como: “Os campos de energia de sua mãe e de seu pai se uniram, e o campo de energia de um dos espermatozoides de seu pai interagiu com o campo de energia de um dos óvulos de sua mãe para criar um novo campo de energia nascente. O campo de energia de sua alma, que estava de prontidão, assumiu então o campo de energia nascente e esse novo campo de energia se tornou você”.

Esses conceitos e essa terminologia exigem um salto na cognição que tornaria este livro não apenas desafiador, mas extremamente difícil de ler. Para resolver esse problema, proponho deixar a história se desenrolar usando conceitos tridimensionais e introduzir gradualmente conceitos quadridimensionais

quando e conforme for apropriado. Ao final do livro, meu caro leitor, espero que você comece a desenvolver uma compreensão do que estou tentando transmitir.

Garanto que minha própria compreensão do que estou tentando explicar não está totalmente formada: de certa forma, eu até diria que é tênue. No entanto, particularmente neste momento da história da humanidade, acredito que é importante que todos tentem compreender a realidade de sua alma a fim de trazer maior profundidade e significado às suas vidas. Precisamos estar cientes dos propósitos de nossa alma. Acredito que a alma de todos esteja trabalhando, em algum nível, no mesmo projeto: a evolução da consciência humana aqui no planeta Terra.

Estou convencido de que nossas almas projetaram e construíram nossos corpos como veículos para seus propósitos. Também creio que nossas almas não serão capazes de fazer as contribuições que desejam para apoiar a evolução da consciência em nosso mundo tridimensional, a menos que nossos egos sejam capazes de se alinhar e apoiar energeticamente nossas almas.

Acredito que muitas pessoas acharão esse livro desafiador. Pode levantar questões que você não gostaria de enfrentar e você pode discordar de sua premissa e conclusões. Eu não acharia anormal se você tivesse essas reações. O que você vai encontrar entre essas páginas é a minha história: não é a sua história, embora eu tenha certeza de que alguns de vocês terão histórias semelhantes.

Tudo o que peço a você, caro leitor, é que evite a tentação de julgar meu relato somente porque meus pensamentos e crenças são diferentes dos seus. Julgar os outros é a forma que usamos para nos sentirmos bem. Eu quero que você se sinta bem por causa do que acredita, não por causa do que não acredita. Portanto, se você se sentir resistente a este livro, sinta-se à vontade para largá-lo, jogá-lo fora ou entregá-lo ao seu pior inimigo. O que você faz com ele não me diz respeito. Eu escrevi este livro porque minha alma me mandou. Eu dei o meu melhor e agora minha tarefa está completa.

Richard Barrett

Junho de 2012

AMOSTRA

Prefácio

Há mais de uma década, fui apresentado aos conceitos e metodologias de Richard Barrett. Desde então, minha jornada profissional e pessoal foi profundamente influenciada por essa abordagem, que une o desenvolvimento individual à evolução das organizações no seu aspecto sutil: a sua cultura. Trabalhando com o modelo Barrett desde 2012, tive a oportunidade de aplicar essa metodologia em mais de 100 projetos, contribuindo com líderes e organizações para alinhar seus valores e propósitos, visando a contribuir com mudanças profundas e sustentáveis.

Como Associado Global da Barrett Values Centre e Sócio-diretor da Crescimentum, acompanhei de perto a ressonância desses conceitos no Brasil. Testemunhei milhares de líderes e consultores se conectarem a uma nova visão sobre a jornada humana e a importância do alinhamento entre ego e alma. Essa perspectiva, que integra psicologia, espiritualidade e ciência, transcende as abordagens tradicionais e oferece um modelo unificador de consciência e evolução. É exatamente essa visão que Richard Barrett compartilha de forma acessível e transformadora neste livro.

O livro que você tem em mãos não é apenas um guia prático; é uma convocação à reflexão e à transformação. Ele nos convida a explorar o relacionamento entre nosso ego e nossa alma, propondo caminhos concretos para alcançar maior alinhamento interno e evolução pessoal. Barrett oferece uma estrutura que não apenas explica o processo de desenvolvimento humano, mas também ilumina o papel da consciência na criação de uma realidade mais harmônica, tanto para indivíduos quanto para comunidades.

Pessoalmente, ao me debruçar sobre a tradução desta obra, experimentei um profundo reencontro com os conceitos que já norteavam minhas práticas. A clareza e simplicidade com que Barrett apresenta suas ideias ampliaram minha compreensão e conexão com os temas abordados. É como se, a cada página, eu pudesse revisitar minha própria jornada e reforçar

os aprendizados que aplico diariamente em minha vida pessoal e atuação profissional.

Para quem busca evolução — seja pessoal, profissional ou organizacional — este livro é um mapa essencial. Ele nos desafia a expandir nossas percepções e a abraçar uma nova forma de enxergar o mundo, oferecendo ferramentas práticas para integrar valores e propósitos à nossa realidade. É uma oportunidade rara de acessar um modelo que, além de aplicável, é ao mesmo tempo simples e profundo.

Ao iniciar esta leitura, convido você a embarcar nesta jornada com abertura e curiosidade. Assim como transformou minha visão de mundo, acredito que este livro tem o poder de gerar saltos evolutivos em sua vida. Permita-se explorar, refletir e, acima de tudo, experimentar as mudanças que surgem quando alinhamos nossa alma e nosso ego em uma dança harmoniosa. Esta é a essência da mensagem de Richard Barrett: uma integração que transforma.

Gui Marback

Prefácio

Este livro fornece uma explicação detalhada da minha cosmologia pessoal. Peça por peça, eu reuni essa história ao longo de um período de quarenta e cinco anos — desde o momento em que terminei meus estudos universitários e tive tempo para pensar sobre minha vida até o momento presente. Minha história ainda não está completa; e concordo com a ideia de que, enquanto eu estiver vivo, talvez nunca esteja. Minha crônica pode crescer e se desenvolver, ou pode haver uma descoberta científica que me faça reinventar completamente minha história. Seja como for, no momento, a história que se desenrola nessas páginas é a narrativa que estou usando atualmente para dar sentido à minha vida.

A cada ano, durante esse período de vida relativamente longo, especialmente nas últimas duas décadas, novos elementos da minha história surgiram; e com o surgimento dessas novas informações, tenho me sentido apto a construir uma compreensão mais abrangente da minha vida. Mesmo agora, no processo de escrever este livro, novos pensamentos estão surgindo e novas conexões estão sendo feitas para tornar minha história mais crível para mim.

Tenha certeza, caro leitor, de que não estou compartilhando minha história para cumprir algum propósito evangélico: eu a estou compartilhando simplesmente porque minha alma se sentiu chamada a compartilhá-la. Nos últimos anos, descobri que muitos dos públicos com quem falei ressoam com minha história, particularmente aqueles que se cansaram do dogma religioso; aqueles que consideram a espiritualidade da nova era muito impraticável e indefinida; e aqueles que, como eu, acreditam que a “verdade” não está em um domínio, mas em algum lugar nonexo de teorias de ponta sobre as origens do universo, filosofia religiosa e psicologia transpessoal.

Além disso, caro leitor, não estou sugerindo que minha cosmologia seja de alguma forma superior à história de qualquer outra pessoa. As histórias que desenvolvemos são sempre intensamente pessoais. Elas são um reflexo