

# Prefácio – Kathelen Branco

escrito por Kathelen Branco



## Sobre a linguagem deste espaço

Este não é um espaço para respostas prontas. É um convite à reflexão.

Os textos que você encontrará aqui exigem **atenção, mente aberta e coerência** de quem lê. Não para concordar, mas para dialogar consigo mesmo e tirar suas próprias interpretações.

Trabalho com a perspectiva de que **tudo é energia**. A matéria – nós, o mundo, a realidade em 3D – é energia condensada. E assim como a energia vibra, também nossas experiências vibram. Chamo de **energias negativas** aquelas que geram retorno de angústia, ansiedade, adoecimento. Já as **energias positivas** são as que fortalecem a pulsão de vida, ampliando a vitalidade e a presença.

Acredito que tudo o que você faz com **consciência** faz parte do seu livre-arbítrio. Mas se você caminha cegamente, preso às amarras de crenças herdadas, sem escolhas próprias, então não há liberdade – apenas repetição.

Busco equilíbrio ao escrever, porque sei que falar de “estar no aqui e agora” pode ser mal-interpretado. Não se trata de ignorar o outro, nem de fechar os olhos para a vida coletiva.

Significa apenas não viver à mercê de pensamentos ilusórios, de autoenganos que, inevitavelmente, levam ao sofrimento.

Por isso, aqui a maturidade é fundamental. Seja para fazer perguntas, seja para manifestar opiniões: o convite é sempre à responsabilidade. O foco é o ser humano e suas condições.

Eu mesma me coloco no lugar de **eterna aprendiz**. Escrevo como parte de um estudo que não tem fim, porque vejo a experiência humana como uma **escola contínua**: aprendemos até o último instante de vida. Quero companhia nessa caminhada, para pensar o mundo do qual fazemos parte, que afetamos e que também nos afeta.

---

## Sobre os termos usados aqui

Assim como nos livros, abaixo você encontrará descrições dos conceitos e termos recorrentes nos textos, para facilitar a interpretação:

- **Energia** → tudo o que existe; a base da vida e da matéria.
- **Energia negativa** → vibrações e experiências que geram retorno de angústia, ansiedade, sofrimento ou adoecimento.
- **Energia positiva** → vibrações e experiências que fortalecem a pulsão de vida, aumentam vitalidade e conexão.
- **Livre-arbítrio** → capacidade de escolha consciente, em oposição a seguir cegamente crenças e condicionamentos.
- **Aqui e agora** → prática de presença, sem se perder em ilusões mentais, mas sem abandonar a responsabilidade coletiva.
- **Maturidade** → disposição de refletir, questionar e se responsabilizar pelas próprias opiniões e ações.

---

□ Este espaço não é definitivo, mas em constante construção.  
Como eu, como você, como a vida.