

Sinais de que sua consciência está se expandindo



“Expandir sua consciência” é apenas uma maneira elegante de dizer que o indivíduo está mais consciente do que faz, do que experimenta e de como reage às situações apresentadas pela vida. Existem vários níveis de consciência que necessariamente não estão ligados à idade cronológica, uma criança por exemplo pode possuir uma mentalidade mais evoluída do que de um adulto. Nossa consciência está sempre se expandindo, queiramos ou não, porém, o que muitos ainda não entendem é que expandir a consciência intencionalmente aumenta nossa capacidade de lidar com as dificuldades e os desafios. O que pode impulsionar o campo financeiro, amoroso e espiritual, já

que um ser humano consciente e balanceado não se deixa influenciar por suas emoções.

O indivíduo consciente vive em constante observação e reflexão. Ele busca sempre entender a si mesmo e ao outro de forma racional e imparcial. Infelizmente, falar sobre a expansão da consciência ainda está relacionado à temas que são alvos de críticas ao que ficou nomeado como metafísico ou de autoajuda. A verdade é que esse assunto deveria ser abordado e instruído nas escolas, nas empresas, em casa e até nas igrejas para influenciar positivamente mais pessoas a saberem da importância que o tema exige.

Expandir a consciência é a forma como as pessoas passam a entender que a vida nem sempre reflete a verdadeira realidade e que essa realidade pode ser modificada por si mesmo sempre que desejar. Lembra quando você passava dias chorando por um amor não correspondido na infância? Hoje você não se permitiria mais ficar da mesma forma, certo? Isso porque a sua consciência se expandiu sobre esse assunto e você entendeu a situação de uma forma diferente de alguns anos. Ou seja, agora que você observa, cuidadosamente, a mesma situação por uma perspectiva diferente. Isso é a consciência se expandindo, aprendendo e reagindo de formas diferentes a situações similares, mostrando mais uma vez que precisamos mudar nossa forma de ver o mundo e não a forma como os outros se comportam. Tudo muda quando você muda, verdade que você só constatará como verdade quando se tornar uma realidade na sua vida também.

10 Sinais de Expansão de Consciência

- 1.** Frustrações do dia a dia, como ficar preso no trânsito ou em filas intermináveis podem parecer um problema para você, mas se vê na mesma situação reagindo de forma diferente vai conseguir não perder mais a sua paz;
- 2.** Você passa a atrair pessoas mais amorosas e mais leais para sua vida. Pessoas que lhe roubavam a paz começam a sair da sua vida como em um passe de mágica;
- 3.** Você já não passa mais dias ou meses preso, mentalmente, em situações que não saíram de acordo com sua vontade e já não gasta sua energia dessa forma, pois percebe que é um ato que não merece sua atenção e percebe que seu tempo pode ser investido de uma forma mais produtiva;
- 4.** Passa a perdoar mais facilmente pois entende que todos estão em constante aprendizado. Aprende também a se perdoar e não se permite mais carregar culpas por entender que a culpa é um peso desnecessário e prejudicial para sua jornada;
- 5.** Você começa a ter consciência que precisa cuidar melhor do seu corpo. Com isso, passa a sentir uma vontade imensa de implementar hábitos mais saudáveis. Em alguns casos o desejo por alimentos mais nutritivos pode acontecer junto à repulsa por junk food;
- 6.** Já não tem mais vontade de assistir, ouvir ou estar em situações antes apreciadas, mas que hoje não fazem sentido algum para você. Como se a sua alma e a sua essência se

elevassem a um nível em que o supérfluo não é mais capaz de te saciar. Ou seja, você passa a buscar por conteúdos que alimentam a sua alma e o seu espírito de uma forma mais profunda e elevada;

7. Você já não faz questão de ter a última palavra, e até se solidariza com o outro que ainda busca por saciar o ego inflamado. Entende que julgar o outro, por estar em um nível diferente do seu, não o torna melhor que ninguém;

8. Você começa a ser grato por coisas que antes lhe pareciam não ter relevância alguma como o ar que respiramos, as folhas de uma árvore e os alimentos que nos mantêm de pé. Passa a observar mais a natureza, os momentos em família e até os cantos dos pássaros. Se torna um apreciador do presente e sempre busca formas de se manter alinhado com o agora;

9. Entende que não pode pensar que está em uma competição, pois todos somos jogadores com uma variedade de diferenças e que chegaremos ao ponto final em momentos variados e que, no fim, todos temos um caminho que não pode, de forma alguma, ser comparado ao do outro;

10. Você percebe que não faz mais julgamentos como antigamente e começa a ser invadido por uma incrível compaixão e empatia até pelos mais detestáveis da sociedade. Entende o que Jesus falou sobre amar o próximo como a si mesmo.

Ainda não aprendemos sobre amar o outro como a nós mesmos porque, na verdade, não aprendemos amar a nós mesmos. O

amor a si próprio não é em forma de narcisismo, como muitos acreditam, mas sim um amor que começa por si mesmo e se expande para todos. Você sabe que aprendeu a se amar, saudavelmente, quando passa a compreender o outro de forma livre de qualquer tipo de julgamento.