

Expansão da Consciência (Os 4 graus)



A mente que se abre a uma nova ideia jamais volta ao seu tamanho original.
Albert Einstein

A consciência expandida é a base para o **mindset** milionário. Ela é a forma como vivenciamos a nós mesmos. A maior parte de nossa vida é limitada por conta do nosso passado.

Ele acumula dentro de nós experiências dolorosas que tivemos em nossa infância e em nossa criação, os fracassos que enfrentamos, alguns sonhos que não conseguimos realizar, entre traumas e memórias negativas. Tudo isso funciona como uma névoa, que impede que o Sol brilhe e aqueça, ou seja, impede que vivamos nossa existência de forma plena. Percebemos a nós mesmos limitados em nossos corpos.

Isso gera uma obsessão em relação ao possível sucesso e aos inevitáveis fracassos que temos ao longo de nossa história. Essa experiência de si mesmo é a consciência. Já pensou como seria se essa vivência de si mesmo pudesse se expandir? E se você pudesse sentir todo o Universo, sentir que você é todas as formas de vida, que você não é separado das pessoas, das árvores, que não existe divisão entre você e ninguém?

Como já foi dito, somos um e universal. Quando expandimos a consciência, a nossa noção de self torna-se ilimitada e nos vemos como parte de tudo, sem divisão ou fronteiras. E se a vida pudesse ser vivenciada numa consciência expandida, com atenção plena? Essa é a proposta da jornada do despertar da consciência. Ela tem relação direta com o nosso conhecimento de self e com o rompimento do ciclo de obsessão que criamos.

Enquanto estivermos apegados às coisas, às conquistas, à esposa, aos **filhos**, à sociedade, não daremos a devida importância ao que somos e ao que queremos ser, consequentemente deixaremos de ver todas as infinitas possibilidades que existem no Universo. Conforme vamos expandindo nossa consciência, passamos de uma concepção simplista e restrita da realidade para uma concepção cósmica. Essa expansão é gradativa, claro. Nada se expande repentinamente.

Tudo que você fez até aqui, todos os cursos, leituras, orações, enfim... tudo nos conduz a uma expansão que acontece como uma borracha que lentamente cede a um peso. Nossa mente vai se tornando mais “pesada” com o acúmulo de percepções, até atingir um nível em que tudo está conectado.

OS GRAUS DESSA EXPANSÃO PODEM SER NUMERADOS EM QUATRO E SÃO OS SEGUINTE:

1º GRAU – CONCEPÇÃO LOCAL;

2º GRAU – CONCEPÇÃO GLOBAL;

3º GRAU – CONCEPÇÃO QUÂNTICA;

4º GRAU – CONCEPÇÃO CÓSMICA.

1º grau – Na concepção local a consciência diz respeito a uma percepção do que está mais próximo e que é palpável, como as relações imediatas (familiares, amigos, cônjuges e colegas de trabalho), até chegarmos a uma ideia de nação (patriotismo, relação de pessoas nascidas em um mesmo lugar). Surge, dessa expansão mínima da consciência, ideias de superioridade, de intolerância e de julgamento do próximo (analisando e falando dos outros), o que resulta em conflitos étnicos e políticos.

Nesse ponto, a vida é apenas matéria e corpo, limitado e finito, e tudo é feito com muito esforço e luta, sem que haja gratidão em cada gota de suor. Vemos uns aos outros de forma distanciada, e o mundo exterior é o lugar em que vamos satisfazer nossos desejos e em que nos enchemos de uma felicidade que pode até parecer genuína, mas é momentânea. Essa fase da consciência,

quando estamos o mais próximo possível do terreno e do material, possui as seguintes características:

a) Luta pela sobrevivência: a preocupação de nossa mente está no simples fato de que precisamos sobreviver. Estamos nos importando apenas com água, alimentos, roupas e um lugar que nos mantenha seguros. Não há muito tempo para pensar em coisas mais profundas ou transcendentais, por isso o sentimento que predomina é o da frustração, do desespero, do medo e da tristeza.

b) Segurança: a segunda característica é o pensamento constante na preservação da própria vida e daqueles que estão ao redor. A consciência se concentra em manter o lugar no qual acordamos todas as manhãs e para os quais vamos todas as noites, em continuar no emprego que paga as nossas contas e põe comida na mesa. A ansiedade é um sentimento constante, o medo do futuro nos leva a acumular bens e dinheiro para garantir estabilidade em caso de algum imprevisto.

c) Prazeres materiais: em paralelo com uma consciência focada na sobrevivência e na segurança, sentimos necessidade de felicidade momentânea, que pode ser conseguida pelo bem-estar físico e satisfação dos prazeres sexuais. Os sentidos são aguçados com roupas, joias, perfumes, festas, música, sexo e drogas.

d) O poder do ego: outra característica da fase da consciência familiar é o desejo de domínio e de posse de pessoas, lugares, coisas, acontecimentos, além do acúmulo de dinheiro e bens materiais que não são funcionais e só servem para ser consumidos desenfreadamente. Há um desejo crescente por nos sentirmos aceitos socialmente, uma busca por prestígio, reconhecimento, fama, posição social. Tudo isso visa ao crescimento do próprio ego, a poder olhar para si mesmo como um ser superior, soberano.

e) Falta de missão: uma coisa em comum entre todas as características descritas é o sentimento constante de insatisfação e **frustração**. A quinta característica é sentir que as metas e os valores não conseguem mais preencher o espírito e a vida, que se torna algo vazio e sem sentido. Começam a ocorrer questionamentos a respeito da própria existência, se ela vale a pena, quem nós somos, qual é o propósito de tudo; tudo isso, em busca de algo a mais que não pode ser apreendido com bens materiais.

2º grau – Na concepção global nos propomos a trilhar o caminho que leva ao despertar da consciência, passamos da concepção familiar para a planetária. Saímos daquela visão de mundo limitada e passamos para uma visão mais abrangente, para a ideia de uma família global, em que impera o amor ao planeta Terra. Passamos de uma visão particular, segundo a qual nos importamos apenas com a nossa vida e no máximo com a vida daqueles com os quais nos relacionamos diretamente, para uma visão planetária.

Claro que ela ainda não é suficiente para atingir o nível quântico, mas é necessária para alcançar outros níveis. Nesse momento, começamos a questionar nossa verdadeira posição na Terra. Passamos de um nível de total

incompreensão com o que está ao nosso redor para o entendimento de que temos influência no planeta. Compreendemos que a nossa felicidade depende de nosso próprio esforço, mas também de uma sociedade que esteja em paz.

Nesse estágio, não conseguimos ver como o Universo é abundante, mas conseguimos perceber a perseverança e o amor comunitário como base indispensável para uma vida próspera de todos os seres vivos. Um dos grandes desafios que encontramos no caminho de uma vida plena em significados tem relação direta com a consciência global: como podemos encontrar um caminho que inclua todos, tanto os humanos quanto a natureza?

É necessário que seja um caminho que possibilite a elevação da compreensão do ser humano, não apenas como um ser que vive em comunidade em relação constante com outros seres humanos, mas como um ser integrado ao cosmos.

3º grau – A concepção anterior leva à concepção quântica, de pertencimento a um macro-organismo vivo e pulsante, a uma consciência ecológica que nos faz discutir ideias e ideais. Ela é importante para que entendamos que a morte de um ser vivo é parte do ciclo da vida, mas a dizimação de uma população inteira ou a extinção de uma espécie é responsabilidade de todos.

Quando alcançamos a tão desejada consciência holística, nossa visão se amplifica e conseguimos captar todas as energias desde as do nosso Sistema Solar até as das galáxias. O Dr. Edgar Mitchell, o sexto homem a pisar na Lua com a missão Apollo 14, percebeu quão valiosa é a Terra e como ela está integrada a todo o resto. O que isso quer dizer?

Quer dizer que a percepção planetária de que estamos integrados a todos os elementos terrestres passa pela visão de que estamos integrados a todos os elementos do Sistema Solar e da mesma forma, a mesma matéria presente em Júpiter está presente em nosso organismo. Tudo tem a mesma natureza, seja Plutão, seu cachorro, seus amigos, o pequeno inseto que circula pela sala. Qualquer partícula é consciente e inteligente.

É uma ilusão nossa acreditar que alguma matéria viva está inerte, que vivemos por viver. Se entendemos verdadeiramente que somos todos parte de uma energia universal, percebemos que a separação das outras formas de vida é uma ilusão e uma mentira que contamos a nós mesmos. Já disse o poeta inglês John Donne: Nenhum homem é uma ilha isolada.

Cada homem é uma partícula do continente, uma parte da terra; se um torrão é arrastado para o mar, a Europa fica diminuída, como se fosse um promontório, como se fosse a casa dos teus amigos ou a tua própria; a morte de qualquer homem diminui-me, porque sou parte do gênero humano. Essa concepção nos leva a compreender que as diferenças entre os homens nada mais são do que as diferentes formas de o Universo se expressar. Ela nos direciona a um pensamento subjetivo, a uma reflexão mais profunda sobre tudo o que nos cerca.

4º grau – A evolução máxima, o grau maior está na concepção cósmica, aquela em que abrimos nossos sentidos e nossa mente para as inúmeras e infinitas possibilidades, comparadas com a infinitude do próprio Universo. É o grau em que nossa consciência transcende a matéria. Transcender a matéria significa expandir a consciência ao campo invisível que nos constitui.

Eu sou cristão e acredito que Deus nos criou, nos ama e nos rege. Sinto que minha consciência consegue se expandir ao nível cósmico e encontra Deus em diversos momentos do meu dia, estando em meditação, em oração, às vezes em treinamento, quando me conecto com as pessoas. A consciência cósmica é a relação com o mundo de uma dimensão invisível, espiritual, mas realmente cósmica. É uma conexão com tudo que existe, mesmo o que não se vê. É um nível de consciência tão amplo que dele conseguimos observar todos os sistemas aos quais pertencemos como se olhássemos de cima. Temos uma visão de divindade.

A iluminação chega com a consciência cósmica universal, que significa o despertar da luz e da verdadeira concepção da existência. Nesse nível, acontece a transformação de alguém que vive apenas a realidade, valores e comportamentos terrenos em um ser que realiza a busca interna para elevar-se aos níveis superiores de entendimento. Contempla o renascimento do espírito, a compreensão da energia que circula e rege o mundo como sendo o próprio divino, a busca por um aprofundamento em nossa própria essência. O amor e o servir aos outros passam a ser uma realização interna. Nada é forçado, nenhum ato é feito com o objetivo de ter alguma recompensa.

Qualquer ação ou movimento é a expressão física de um sentimento genuíno dentro do peito, sentimento de que estamos todos conectados e vivemos ao som das mesmas notas. Nessa última fase de expansão da consciência, em que atingimos a **transcendentalidade**, vivenciamos os seguintes estágios:

a) Busca: o alívio preenche nosso corpo quando, ao procurar as respostas para as perguntas internas, chegamos a uma consciência única, à prosperidade e à abundância. Começamos, então, a procurar conhecimento, a investigar as religiões tradicionais e outras crenças, lendo livros e frequentando cursos para investigar a espiritualidade. Inicia-se a caminhada rumo a uma elevação, tendo em mente o quão importante é a espiritualidade.

b) O primeiro despertar: também chamado de “o alvorecer”, essa fase diz respeito a uma compreensão, até então não obtida, de que o período de trevas pelo qual passamos é um problema espiritual. Até adquirirmos esse entendimento, ainda existe um sentimento de confusão sobre a real natureza da espiritualidade.

c) O segundo despertar: pode ser chamada também de “o amanhecer”, pois, a partir do momento em que a luz vai clareando a nossa essência, o sentimento de escuridão da alma diminui. Já conseguimos ver partes que nos compõem e que antes estavam escondidas e ofuscadas por medos, inseguranças e dúvidas, que continuam a nos acometer, mas com menos frequência.

d) Comprometimento: a verdade que alimentamos em nosso interior se torna tão forte que não pode mais ser ignorada ou jogada para as sombras. Na consciência familiar, a espiritualidade não era a prioridade, a energia toda era gasta com as coisas do mundo, que compreende família, trabalho, prazer, fama ou fortuna. O estágio do comprometimento começa quando invertemos as prioridades, pois, nesse momento, a espiritualidade é mais importante do que os assuntos mundanos.

e) Iluminação: a viagem da escuridão para a iluminação termina, finalmente, na claridade completa. Esse último estágio pode ser chamado de “terceiro despertar”, “reintegração à unidade”, “nascimento do espírito”, entre outras menções. Nesse momento, o ápice da vida, acontece a compreensão da verdadeira identidade. Conseguimos transcender os limites da matéria e nos integramos conscientemente à unidade, à vivência da união com o todo e à visualização da verdadeira divindade.

A iluminação é o ponto mais alto ao que podemos chegar em nossa vida na Terra. Porém, podemos dizer que é apenas o começo de uma vida de plenitude espiritual, uma vez que é o ponto de reencontro com um espírito totalmente livre, é a autorrealização. Muita gente consegue se conectar com a expansão cósmica e com os níveis transcendentais, mas em geral as pessoas não têm consciência disso e não sabem como lidar com esse processo. Mas expandir a esse ponto é termos consciência da consciência cósmica, ou seja, é aprendermos a usar esse nível de consciência estando conscientes de que conseguimos acessá-lo e usufruir dos seus benefícios, como lidar sabiamente com nossas emoções, com a razão e com os mais poderosos movimentos energéticos que circulam entre nós.