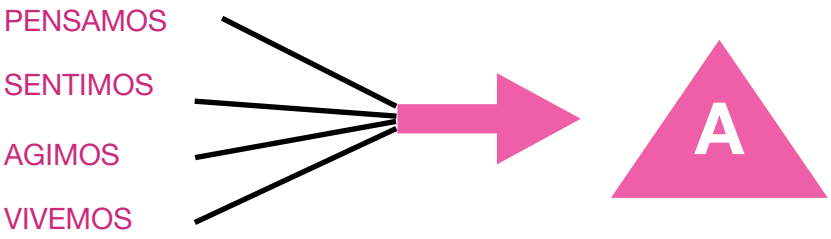
SEXTA SEMANA

A coerência entre mente, emoção, corpo e espírito

Pensar A, sentir B, agir C e viver D é a maneira que a maioria das pessoas funcionam. Viver com falta de coerência é „estar morto em vida“ .Muitos nascem, crescem, se reproduzem e morrem na incoerência, repassando o mesmo de geração em geração.

Nosso objetivo como seres humanos é conhecermos a nós mesmos e isso só conseguimos com o alinhamento:



Viver com falta de coerência é viver 24 horas com máscaras, o que induz a pessoa à um vazio e à infelicidade, dando o sentimento de que sempre está faltando algo

- **O QUE PENSO E COMO PENSO?**
- **O QUE SINTO E COMO ME SINTO?**
- **COMO ME COMPORTO EM CASA E LÁ FORA?**
- **COMO GOSTARIA DE VIVER E COMO VIVO REALMENTE?**

Estas perguntas ajudam o indivíduo a ativar o processo de sincronicidade no seu ser, trazendo a coerência da infância de volta e deixando todas as máscaras caírem e se desmancharem no campo eletromagnético.

Exemplo:

Patrícia, 38 anos, mãe de 4 filhos, casada, formada em psicologia, vida financeira estável, religiosa

O que ela pensa: Eu queria ser livre, ser feliz, completa e não ter obrigações na vida.
Como ela pensa: Eu queria voltar no tempo para refazer minha vida, se eu tivesse escutado meus pais, hoje seria tudo diferente.
O que ela sente: Eu sinto um vazio por até hoje não ter alcançado o que eu sempre sonhei.
Como ela sente: Fico gripada 1x no mês, tenho queda de cabelos, alergias, dores nas costas.
Como ela se comporta em casa: Fico irritada, grito com meus filhos, engulo as broncas do meu marido, fico depressiva e não tenho vontade de fazer as obrigações de mãe e esposa.
Como ela se comporta lá fora: Mostro uma família perfeita, sou calma, compreensiva, ajudo no que for preciso, dou risada, sou divertida e nunca mostro sintomas de tristeza.
Como ela gostaria de viver: Eu gostaria de não ter horários, que meus filhos fossem mais calmos, que meu marido me tratasse como princesa, de viajar pelo mundo e ser quem realmente sou, sem ter medo de críticas
Como ela realmente vive: Sou uma ótima atriz, vivo uma personagem que não tem nada a ver com a minha pessoa, sou triste por não viver a vida que queria, me mostro forte e feliz, mas estou quebrada por dentro e não quero que ninguém perceba

„QUALQUER INDIVÍDUO SÓ SE SENTIRÁ FELIZ A HORA QUE DEIXAR AS MÁSCARAS CAÍREM E VIVER TOTALMENTE ALINHADO E COERENTE.

Como vocês puderam observar o exemplo de Patrícia, ela vive no passado, nos sonhos e nos planos de uma adolescente que nunca se concretizaram.
Ela tinha um estado de consciência X quando fez suas escolhas e conforme sua consciência foi se transformando, ela começou a se arrepender de certas decisões que tomou em sua vida, achando que se agisse ou decidisse de uma outra forma, tudo seria diferente hoje.

A verdade, é que mesmo que ela tivesse filhos calmos, um marido extraordinário, nenhuma obrigação na vida e viajasse o mundo inteiro, ela também não seria feliz! Porque não são os resultados que nos completam, mas sim a coerência de pensarmos, sentirmos e sermos da maneira que realmente somos.

A incoerência forma uma assinatura vibracional desalinhada com o que viemos fazer aqui na Terra, onde criamos situações, que aos nossos olhos carnais não fazem sentido algum e desta maneira, criamos também uma vida que não nos agrada.

Nosso propósito de vida é vir desfrutar de tudo que temos direito aqui na Terra, somos nós quem decidimos o que queremos alcançar para que possamos nos organizar com o tempo passado, presente e futuro, algo que nossa biologia conhece e necessita para sobreviver nesta dimensão. Se não entrarmos em coerência, não temos como seguir um propósito, pois eles sempre falharão de alguma maneira, pela insatisfação e estado de consciência fora do presente.

Atividade da semana

- ☑ **Faça este exercício conscientemente todos os dias!** Imagine uma camera ligada 24 horas no dia por 1 semana, acompanhando todos os seus passos para onde quer que você vá e gravando todas as suas atitudes, palavras e comportamentos. O que você percebe ao rever o filme do seu dia? Observe o cenário deste grande teatro, que é as nossas vidas, inclusive todos os personagens.

- ☆ Seus pensamentos estão coincidindo com as suas atitudes?
- ☆ Suas atitudes estão coincidindo com as suas emoções?
- ☆ Você vê a mesma pessoa em casa e fora de casa?
- ☆ Você está se comportando conforme seus desejos e vontades?
- ☆ Você está fazendo somente aquilo que realmente pensa em fazer?
- ☆ Você vive sem medo de mostrar o que pensa e o que é?
- ☆ Por que você age desta maneira?
- ☆ Qual a consciência você precisa ter e ser para que você seja VOCÊ todo tempo?
- ☆ Imagine e contemple seu SER transparente vivendo de uma forma transparente a cada minuto, sendo livre e auto confiante. TODOS PODEM OUVIR SEUS PENSAMENTOS, porque você é coerente em tudo o que pensa, sente e faz.

Boa aula e muito sucesso com esta atividade :-)