

MÉTODO DE INTEGRAÇÃO 2.1

OS QUATRO FUNDAMENTOS DA REALIDADE



VOL. 1

POR MARIA PEREDA



OLÁ EU SOU MARIA PEREDA, PH.D, OU M.C. PEREDA, COMO SOU CONHECIDA NO MUNDO LITERÁRIO. A PARTIR DESTE NOVO TRABALHO, SINTO UM GRANDE ENTUSIASMO EM OFERECER UMA NOVA SÉRIE DE 4 E-BOOKS GRATUITOS.

EU ESTOU FOCADA NO PROCESSO DE ELEVAR A CONSCIÊNCIA ATRAVÉS DO FORNECIMENTO DO CONHECIMENTO QUE PODERÁ LEVA-LO A UMA MAIOR CONEXÃO COM O SEU VERDADEIRO “EU”.

ASSIM, EU ESCOLHI DETALHAR MELHOR COMO FUNCIONA A REALIDADE PERCEBIDA - O SEU MUNDO PESSOAL, SEPARANDO OS QUATRO COMPONENTES FUNDAMENTAIS QUE A COMPÕE:

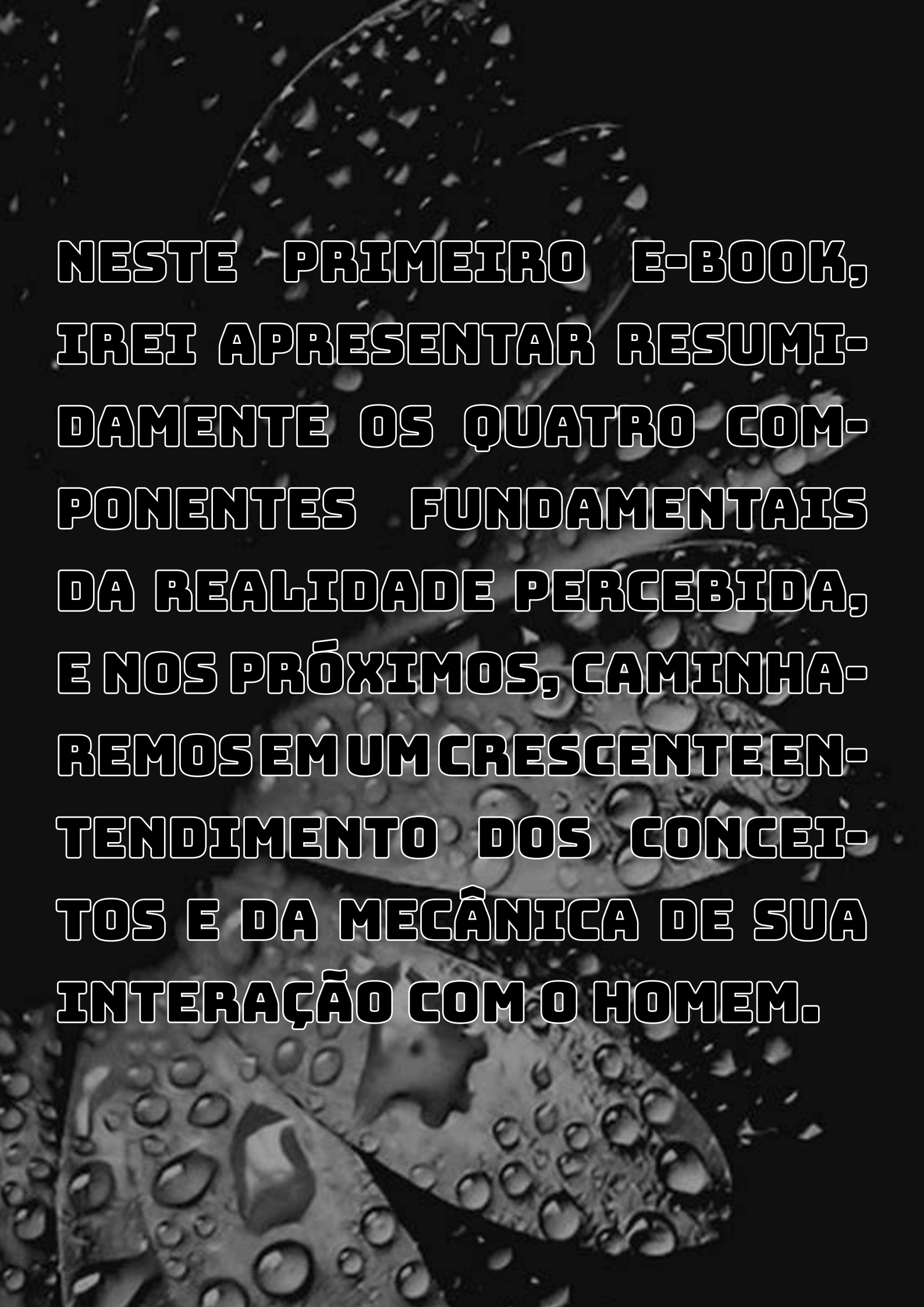
ENERGIA

MATÉRIA



ESPAÇO

TEMPO



**NESTE PRIMEIRO E-BOOK,
IREI APRESENTAR RESUMI-
DAMENTE OS QUATRO COM-
PONENTES FUNDAMENTAIS
DA REALIDADE PERCEBIDA,
E NOS PRÓXIMOS, CAMINHA-
REMOS EM UM CRESCENTE EN-
TENDIMENTO DOS CONCEI-
TOS E DA MECÂNICA DE SUA
INTERAÇÃO COM O HOMEM.**



Você Está Pronto?

*Então, sigamos unidos
através desta realização!*



1. *Matéria: A Configuração
do Mundo Percebido*

A MATÉRIA surge constantemente através do PLANO da CONSCIÊNCIA. Há consciência no Todo e em suas partes - na pedra, na planta, no ar, em absolutamente tudo o que esteja a sua volta. A Consciência não é exclusividade dos humanos ou de organismos biológicos. Tudo o que EXISTE está consciente, em um determinado grau e seu comportamento está baseado em um propósito a ser manifestado em um mundo de regras e limites.

A REALIDADE PERCEBIDA assim o é, devido a um projeto matemático, um sistema computacional onde uma fração da Consciência do Todo, atua através de uma devida manifestação. A Consciência manifesta o sistema e o experiência, ao mesmo tempo. O que se percebe são os parâmetros desse jogo, suas regras, limites, liberdade de ação e configuração de suas partes integrantes no Universo Criado.

Assim entendido, essas partes atuam no Universo Criado (ou, Manifestado) perfazendo um SISTEMA QUÂNTICO INTERLIGADO. O que interliga as partes aos múltiplos e potenciais universos existentes, é a informação complementar ressonante, e, as probabilidades de ocorrência.

Informação é energia que em determinado momento, poderá se transformar em matéria e ao mesmo tempo, retornar ao campo de energia universal. Portanto, matéria é informação manifestada por e para um propósito. Analisando o que acabamos de dizer, resumidamente: toda informação é uma fração consciente, seja ela qual for, de maior ou menor expressão, sujeita a variados gradientes de controle e restrição de atuação devido ao universo material.

Assim, apenas revisando:

A MATÉRIA é INFORMAÇÃO presente na densidade (carga energética que surge no campo de energia, se transforma em massa e ocupa um determinado volume - espaço), portanto é uma fração CONSCIENTE MANIFESTADA em um sistema programado e limitante. Enquanto se vive na matéria, é esse sistema que rege as regras de liberdade possível – Liberdade entre os limites e regras impostos. A MATÉRIA TEM A SUA PRÓPRIA CONSCIÊNCIA, a qual pode ser chamada de Ego – essa porção consciente surge para perpetuar a EXISTÊNCIA da Consciência na Matéria, melhor entendida como VIDA.



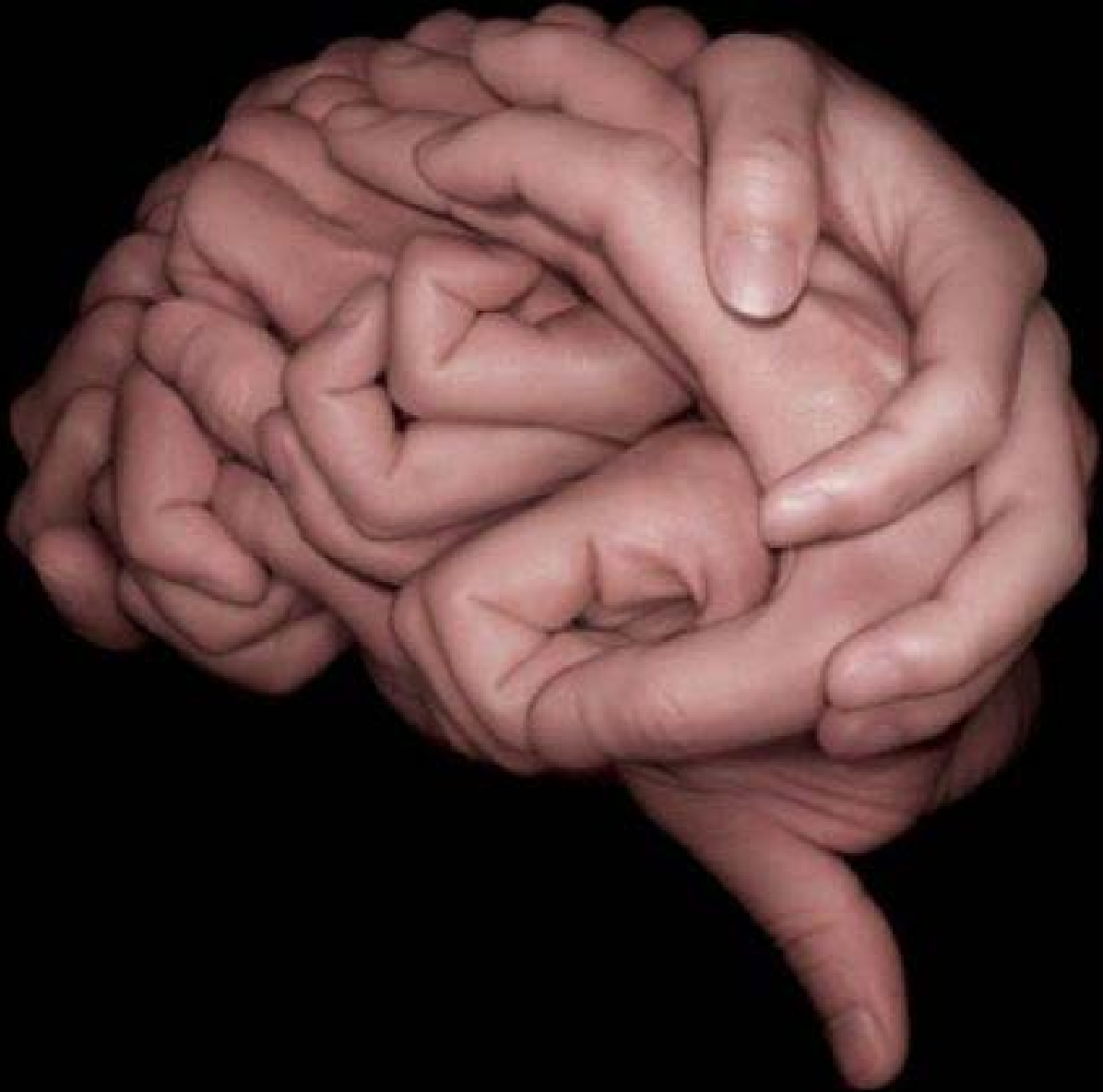
A consciência superior cria o universo inferior através de uma configuração material capaz de processar informações e criar inter-relações entre os seus componentes. É a relação existente entre todas as partes que define a bolha de realidade que será percebida pela Mente Terrena de cada Ser Humano. A consciência inferior (ego*) está programada para sobreviver acima de qualquer coisa e qualquer um. Ela quer existir e se perpetuar (multiplicando-se) em condição privilegiada e para que isso seja possível, fará qualquer coisa que esteja ao seu alcance.

Isso explica o comportamento dos organismos vivos, desde células até o Homem.

O caminho para modular esse comportamento é o da fusão entre a Consciência Superior com a da Consciência Inferior, mantendo-se em perfeito equilíbrio de vetores de forças (ordem estrutural que antecede a formação da matéria).

Escolas filosóficas e diversas religiões pregam a luta constante entre a mente inferior do homem com a mente superior, comumente representado pela luta entre seres alados contra serpentes ou dragões. A constante rejeição da natureza terrena, configuração da experiência na matéria através da consciência isolada nela presente, trará apenas dor, sofrimento e confusão. O Despertar acontece com a fusão entre estas duas consciências e não com a tentativa da fuga de uma delas. A fusão leva à coerência entre as forças criadas por estas duas consciências (equilíbrio perfeito), gerando uma terceira consciência, capaz de atuar na fisicalidade com extrema conexão, por estar integrada e participativa com tudo o que pertence a esse sistema de realidade.

Definição das Funções da Mente



O “campo” - “Mente Superior” (ou “Consciência superior”) cria o desejo de experienciar novos ângulos de realidade = Criador

O cérebro Recebe = Receptor

A mente humana Percebe = Perceptor.

Nossa mente é um instrumento, uma ferramenta. Está ali para ser usada em tarefas específicas. Sendo assim, podemos afirmar que 80-90% dos pensamentos não só são repetitivos, mas, sem sentido e negativos. Observe sua mente e verificará como isso é verdade. Essa atitude causa uma perda significativa de energia vital. Esse tipo de pensamento compulsivo é, na verdade, um vício.

Somos viciados em pensar porque estamos identificados com esse processo. A questão é quem está pensando? Seria a Mente Superior – acima da Consciência da matéria - ou a Mente Inferior, aquela que unicamente trabalha com o objetivo de sobreviver e perpetuar-se da melhor forma possível? A Mente inferior também pode ser chamada de Ego* - Para o Ego o momento presente dificilmente existe. Só o passado e o futuro são considerados importantes.

Note bem: quem vive focado no passado apresenta um comportamento neurótico, e, quem vive focado no futuro, geralmente na forma de ilusões, demonstra um frequente comportamento psicótico. Portanto, de forma simplista, podemos dizer que ambos estão “fora do tempo”. Estar no tempo presente é um indicio de equilíbrio mental e conexão com a Mente Superior. Nesse processo o medo está praticamente ausente e a confiança predomina, portanto, a paz.

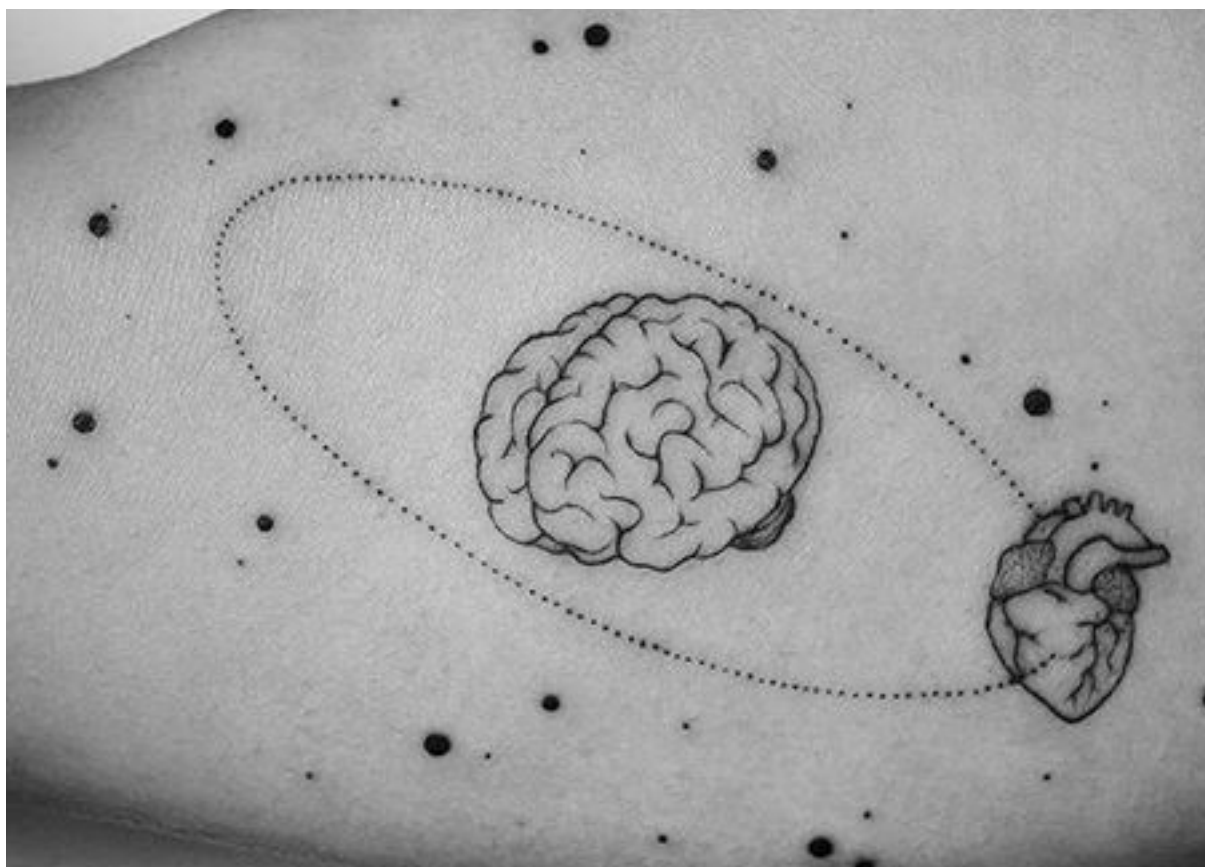
Os Neuróticos: A neurose está, assim, em relação inversa ao estado consciente; quanto menos o sujeito está consciente de si, do que sente, do que deseja, mais perto se encontra da esfera da neurose. Existe, portanto, uma relação entre a neurose e a incapacidade do indivíduo de realizar um contato saudável com o mundo. Pode-se concluir que o neurótico não se situa no aqui-e-agora, mas fixa-se em situações passadas ou vive uma angústia antecipatória em relação ao futuro. Há na neurose uma inabilidade de estabelecer contatos de forma autêntica, sendo considerada uma perturbação das funções do self. Vejamos uma descrição de Perls (1988) do neurótico:

“...E agora vem nosso neurótico - ligado ao passado com modos obsoletos de agir, vago quanto ao presente porque o vê apenas através de óculos escuros, torturado em relação ao futuro porque o presente lhe escapa” (p.57).

*Ego – o conceito aqui apresentado não é exatamente o divulgado por Freud e sim, um conceito mais amplo, entendido como entidade de consciência inferior ligado à matéria. Um maior detalhamento será dado nos próximos e-books pertencentes a esta série.

Emoção:

A Reação do Corpo à Mente



Muitas pessoas declaram que suas emoções as dominam mais do que sua própria mente.

A mente é mais do que “pensamentos”, ela inclui emoções, assim como todos os padrões de reações mentais e emocionais inconscientes. A emoção nasce no lugar onde a mente e o corpo se encontram. Neste local uma “informação mais densa” fica gravada e pode ser acessada a qualquer momento, entretanto, essa “consciência quase-física” faz parte de uma porção reativa e inconsciente da mente terrena.

A Consciência espiritual trabalha em dupla com a Consciência terrena e pode ser entendida através de uma escala em sentido vertical. Visualize um processo de ascensão por uma escala de tom emocional (vibração + emoção). Quanto maior o tom, mais próxima a mente superior e vice-versa. É por isso que nas escolas esotéricas é falado sobre a “ascensão da consciência” e, de fato, isso faz todo sentido, já que o que ocorre nos processos de aumento da conexão com a porção menos densa, mais energia do que matéria, é receber mais informação. Energia é informação, portanto, ao subirmos

na escala de tom emocional, estamos aumentando a frequência, diminuindo densidade e aumento a conectividade com o Eu Superior.

Assim, a medida que a consciência do Homem sobe na escala, aumentando, sua porção espiritual, conquista mais espaço, portanto, ele passa a dominar o tempo, e, ao dominar o tempo, fica em momento presente, pois o AGORA é tudo o que precisa para manifestar mais realidade de forma consciente (Eu Superior) ao invés de inconsciente (Ego – eu inferior). Nesse estado, não mais está preso no passado (neurótico) ou apenas olhando para o futuro (psicótico).

Revisão: A EMOÇÃO nasce no lugar onde a mente e o corpo se encontram. É a reação do corpo à mente ou, podemos dizer, um reflexo da mente no corpo. Por exemplo, um pensamento agressivo ou hostil vai acumulando, aos poucos, uma energia no corpo – a raiva. O corpo está se preparando para lutar. Já a ideia de que nos encontramos sob uma ameaça física ou psicológica faz com que o corpo se contraia, o que é a manifestação física daquilo que chamamos de medo. As pesquisas têm demonstrado que as emoções fortes causam até mesmo mudanças na bioquímica do corpo. Essas mudanças bioquímicas representam o aspecto físico ou material da emoção (Energia sobre o universo físico).

Em geral, não temos consciência de todos os nossos padrões de pensamento. Só é possível trazê-los à consciência quando observamos nossas emoções. Iremos aprender a observar nossas emoções, nos próximos e-books desta série.

Quanto mais identificados estivermos com nossos pensamentos, com as coisas que nos agradam ou não, com nossos julgamentos e interpretações, ou seja, quanto menos “presentes” estivermos como consciência observadora, mais forte será a carga de energia emocional, tenhamos ou não consciência disso.

Se você não consegue sentir as emoções, se as mantém à distância, terminará por senti-las em um nível puramente físico, como um sintoma, um problema físico ou toda a sorte de acontecimentos sem sentido.



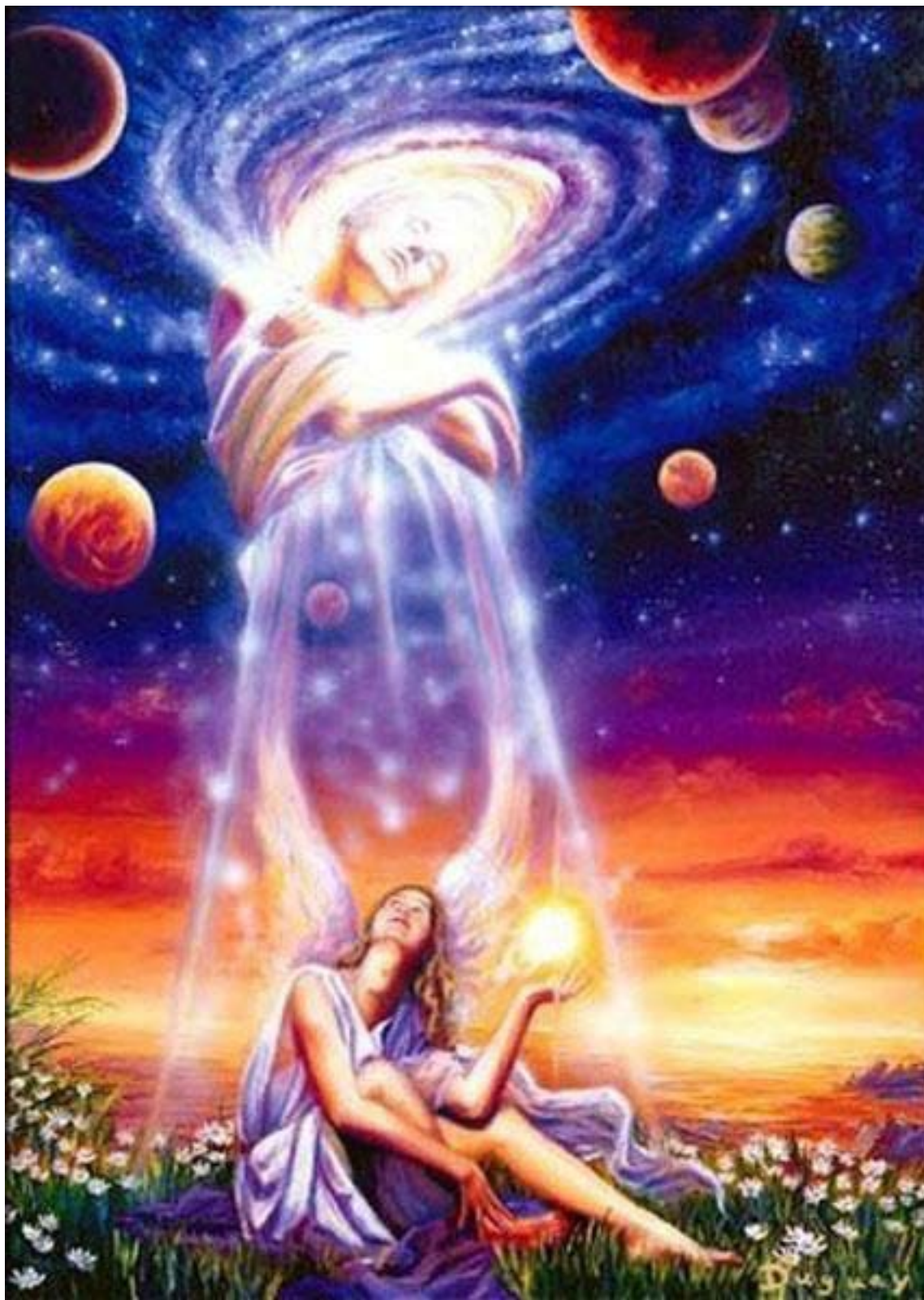
Eckhart Tolle diz - “é possível que um forte padrão emocional inconsciente venha a se manifestar como um acontecimento externo, algo que parece acontecer só com uma determinada pessoa. Por exemplo, tenho observado que as pessoas que guardam muita raiva dentro de si - mesmo sem ter consciência e sem falar sobre o assunto - são mais propensas a ser atacadas verbalmente, ou até mesmo fisicamente, por outras pessoas cheias de raiva, com frequência e sem motivo aparente. A razão é que elas desprendem uma raiva tão forte que acaba sendo captada de forma inconsciente por outras pessoas no mesmo padrão de vibração, e isso aciona a raiva latente que trazem dentro de si”.

2. *Energia*



Energia da Consciência

O Grande Influenciador



A energia é o tecido do universo e toda a matéria se origina da energia. Energia é a informação, incluindo pensamentos, orações, intenções e crenças. A esse respeito, algumas das mais altas frequências energéticas na consciência são verdades espirituais universais encontrados em todos os textos sagrados.

A consciência é o campo de informação onisciente que conecta tudo e todos. O campo de energia da consciência inclui:

- Formas de pensamento subconsciente e consciente de todos os seres humanos.
- Consciência da alma - Eu Superior.
- Consciência de tudo o que é criado pelo Divino – Universo.
- Consciência do Divino.

Tudo o que Existe é a coalescência de informação (energia). As transformações que estão ocorrendo na mente do homem, em sua porção mais material do que conectada com a Mente Superior, claramente apontam para um processo de reconexão com a realidade menos densa, menos ligada ao ego. A humanidade está no meio de uma grande mudança de paradigma, migrando de uma mentalidade de competição para uma de cooperação. Isso quer dizer que estamos no conectando - religando às partes que nos pareciam separadas do Todo.

A raça humana passa por uma Grande Mudança de consciência ao criar novos sistemas de cooperação e unidade na terra. O impulso energético que catapulta o processo, vem das frequências codificadas em seu DNA. Estas frequências incluem as baixas vibratórias, efeito sombra associado ao medo e as frequências de presente vibracionais mais elevadas associadas a frequência do amor.

Assim que você transcender seus medos e entrar em um estado de amor incondicional, você transformará sua consciência, elevando-a para uma faixa de frequência maior que energiza o seu DNA criando uma profunda cura em seu corpo-mente. DNA é um computador quântico de campos biológicos e, como tal, conecta você com as energias da dimensão espiritual e consciência.

Todas as energias influenciam uns aos outros, às vezes de forma sutil, mas mais frequentemente de maneiras altamente significativas e não usuais. Se as ondas de energia se unem em coerência formando um padrão de interferência construtiva, eles criam uma onda de energia de maior amplitude, aumentando assim a quantidade de energia transportada pela onda. Aumentar a energia de uma onda tem potencial para ampliar o seu efeito sobre a matéria, incluindo o seu corpo-mente.

Como uma intenção quântica, cada pensamento tem o poder potencial de oração. Isto é porque toda a energia contém informações, e como uma intenção, ele também contém consciência. Quando uma onda energética de uma intenção específica entra em coerência com outra forma de onda, o seu impacto sobre a matéria resulta em criação: Você é o Criador de seu Mundo. Aprender, conscientemente, como transmutar formas de pensamento negativo é uma maneira poderosa de influenciar positivamente o seu ambiente, especialmente o seu corpo-mente.

Existem maneiras de criar formas de ondas coerentes em seu corpo para influenciar positivamente partes centrais do está relacionado com a intuição e a comunicação não-verbal. O principal regulador dessas habilidades é o seu campo de energia do coração.



A prática regular de criar campos de energia coerentes no coração, através de técnicas de meditação, pode ser bem efetiva. Falaremos sobre isso nos próximos e-books.



3. Espaço

A percepção de Tempo existe em função da Matéria e o Espaço que ela ocupa. Sendo assim, a Consciência elevada experiencia o tempo de maneira diferente da consciência terrena. A Mente do Homem foi configurada para criar uma percepção de tempo aumentado, ou diminuir a sua percepção, fruto de mecanismos diversos, como os objetivos e subjetivos. Quando o Homem está conectado a estados mais elevados de vibração, o tempo dilata, gerando entre outros efeitos e resultados, um menor envelhecimento físico e mental, além de ser capaz aplicar maior coerência ao analisar os desafios de sua vida, solucionando-os com extrema habilidade. Quanto mais habilitado, mais capacitado para confrontar a vida e jogar seu jogo individual, mais espaço é criado, maior o grau de liberdade alcançado pelo Ser, consequentemente, imensa é a sensação de felicidade.

A felicidade não é o resultado da obtenção de mais matéria e sim da criação de espaço percebido – linha de ação. Isso deve ser entendido como a capacidade em avançar pelos caminhos da vida, confrontando, contornando e vencendo obstáculos colocados à sua frente. A ideia aqui é “Ser” como a água que constantemente ganha mais e mais espaço, espalhando-se ou seguindo um fluxo, pois se uma pedra estiver em seu caminho, ela se moldará à ela, para poder contorna-la, caso sua força não seja o suficiente para removê-la.

4. *Tempo*



Em um ponto central do ensinamento do SUFISMO, existe um ditado que diz: “O sufista é filho do momento presente”. E, Rumi, o grande poeta e mestre do sufismo, ensina: “Passado e futuro ocultam Deus de nossa vista, ponha fogo em ambos”.

Mestre Eckhart, mestre espiritual do século XIII, resumiu tudo isso com poucas e belas palavras, ao afirmar: “O que impede a luz de nos alcançar é o tempo. Não há maior obstáculo para Deus do que o tempo”. A melhor maneira de estar no momento presente é não ficar acrescentando passado e futuro ao seu presente. Você não precisa apagar definitivamente o passado, muito menos deixar de fazer planos para o futuro, e sim ter consciência de que o agora é o único tempo que você realmente tem. Faça com que seus pensamentos estejam na maior parte do tempo focados no presente, e quando precisar revisitar o passado para resolver algum assunto da sua vida ou planejar o futuro na intenção de progredir ou realizar sonhos, faça uma visita rápida a eles e volte ao agora, onde você deve estar para então agir.





Chegando ao final deste e-book, eu espero ter conseguido leva-lo a um passeio interessante pelos Quatro Fundamentos da Realidade percebida. Nos próximos e-books, eu os abordarei com mais profundidade e foco, através de textos que trabalharão a sua maior compreensão e aplicação prática em sua vida.

*Com Todo Amor,
Maria Pereda, Ph.D*