

# David R. Hawkins – Uma vida dedicada a entender e mapear as transformações causadas pela espiritualidade

*Um mestre que dedicou sua vida a estudar, pesquisar e deixar um legado através de sua própria iluminação.*

Nós da Evolução Humana Consultoria fomos muito inspirados por ele, quando obtivemos a clareza de qual seria a nossa missão no campo do desenvolvimento humano e organizacional. A partir dali nosso lema diário, que podemos traduzir em uma frase passou a ser: **“A Evolução Humana trabalha a favor da Evolução da Consciência – Essa é nossa razão de existir!”**

**Maslow, David Hawkins, Richard Barrett, Baron Katie, Eckhart Tolle** e muitos outros mestres tem nos inspirado a seguir em frente com nossa missão. E por isso gostaríamos de compartilhar com vocês um pouco sobre o trabalho de **David Hawkins**.

O modelo de **Hawkins** centra os níveis de consciência ao redor de Valores/chaves fundamentais da vida humana, capazes de carregar o ser humano por todos os níveis, até o nível da iluminação e o da não dualidade.

## **Alguns ensinamentos de David Hawkins:**

O modelo de **Hawkins** centra os níveis de consciência ao redor de **Valores/chaves fundamentais da vida humana**, capazes de carregar o ser humano por todos os níveis, até o nível da iluminação e o da não dualidade.

Foram mais de 30 anos de pesquisas acadêmicas.

Uma vida dedicada a entender e mapear as transformações causadas pela espiritualidade – na pessoa e no coletivo.

Trecho extraído do livro **“Power vs. Force”**:

“Embora apenas 15% de toda a população do mundo esteja acima do nível crítico 200 de consciência, a força coletiva desses 15% tem o peso para contrabalancear a negatividade dos 85% restantes da população mundial. Devido ao fato da escala de força avançar logaritmicamente, um simples Avatar em um nível de consciência de 1.000 pode, na verdade, contrabalancear totalmente a negatividade coletiva de toda a humanidade.

Um indivíduo que vive e vibra na energia do otimismo e da disposição de não julgar os outros (nível 300) irá contrabalancear a negatividade de 90 mil pessoas que estão calibradas nos níveis mais baixos de força.

Um indivíduo que vive e vibra na energia do puro amor por toda a vida (nível 500) irá contrabalancear a negatividade de 750 mil pessoas que estão calibradas nos níveis mais baixos de força.

Um indivíduo que vive e vibra na energia da iluminação, graça e paz infinita (nível 600) irá contrabalancear a negatividade de 10 milhões de pessoas que estão calibradas nos níveis mais baixos de força (aproximadamente 22 desses sábios estão vivos hoje).

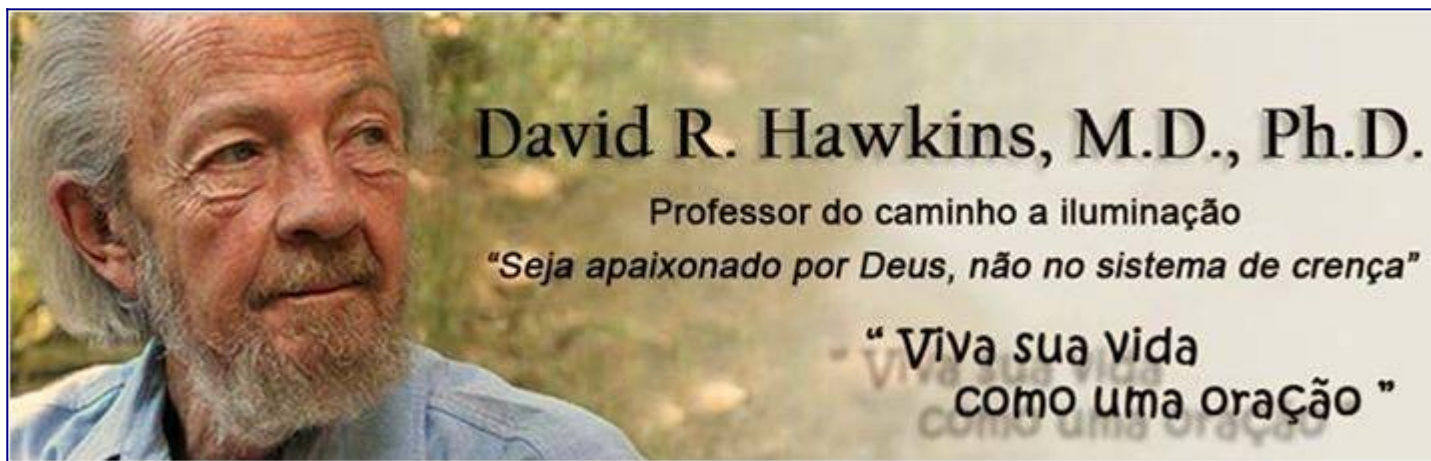
Um indivíduo que vive e vibra na energia da graça, do espírito puro além do corpo, num mundo de não-dualidade e unidade completa (nível 700), irá contrabalancear a negatividade de 70 milhões de pessoas que estão calibradas em níveis mais baixos de força (aproximadamente 10 desses sábios estão vivos hoje).“

**Dr David R. Hawkins, em “Força e Poder” – ver biografia completa.**

A escala de David Hawkins:

ÔMEGA		
	PADRÃO	FREQUÊNCIA (Hz)
EXPANDIDO	CONSCIÊNCIA FINAL	1000
EXPANDIDO	ILUMINAÇÃO	700 ou +
EXPANDIDO	PAZ	600
EXPANDIDO	ALEGRIA	540
EXPANDIDO	AMOR	500
	RAZÃO	400
	ACEITAÇÃO	350
	DISPOSIÇÃO	310
	NEUTRALIDADE	250
	CORAGEM	200
	ORGULHO	175
	RAIVA	150
	DESEJO (vício/vontade egocêntrica)	125
CONTRAÍDO	MEDO	100
CONTRAÍDO	PESAR (dor, sofrimento, mágoa)	75
CONTRAÍDO	APATIA (inércia)	50
CONTRAÍDO	CULPA	30
CONTRAÍDO	VERGONHA	20
ALFA		

Dr. David Hawkins, um grande exemplo pela dedicação às pesquisas acadêmicas e transpessoais. Certamente através de sua obra tem ajudado inúmeras pessoas a mudarem de calibração energética, passando a atuarem como **agentes de equilíbrio energético e de iluminação para a humanidade**. Por conhecer a importância deste estudo e por **amor à humanidade** é que temos que continuar disseminando e atuando como agentes de transformação. **Nosso planeta precisa, a raça humana precisa e as futuras gerações merecem que deixemos um planeta mais equilibrado e evoluído para elas.**



---

### ***Evolução Humana Consultoria – QUEM SOMOS:***

A “**Evolução Humana Consultoria**” leva à sua empresa experiência e customização aos projetos de Desenvolvimento Humano e Organizacional.

“**Criatividade & Inovação**” – marca registrada em nosso trabalho. Paixão por gente, foco do cliente, agilidade, qualidade, visão sistêmica são valores vividos e aplicados nos projetos de nossos clientes.

Oferecemos serviços em: **cultura organizacional e transformação cultural por valores**; gestão de mudanças – change management; desenvolvimento de liderança; coaching; avaliações de pessoas e/ou equipes – assessment; sistemas de pesquisas para DHO; inovação e sustentabilidade; educação corporativa com mais de 100 temas, disponíveis nos formatos de treinamentos, workshops, oficinas de aprendizagem, palestras, in company, formação para trainees; e por meio de parcerias atuamos também nas áreas de remuneração e pesquisa salarial.

Levamos nossos serviços para todo o território nacional ou países de língua espanhola e inglesa. Somos uma equipe multidisciplinar, formada por mais de 30 profissionais entre consultores e equipes de desenvolvimento e produção.

***Estamos prontos para lhe servir!***

***Evolução Humana trabalha a favor da “Expansão da Consciência”.  
Essa é nossa razão de existir!***

# Como despertar a Iluminação Espiritual – com Base em Dr. David R. Hawkins

**Iluminação Espiritual é observação, aceitação e amor incondicional constantes no momento Presente, sem cair nas seduções das consciências negativas.**

**Iluminação Espiritual** não é algo a ser alcançado, um estado que se chega, uma recompensa. É simplesmente Tornar-se a cada instante pura observação e testemunha.

**É o filtro constante daquilo que não é de Deus, que é do [ego](#).**

O estado de Iluminação é deixar de lado a cada instante as recompensas de prazeres sensoriais de curto prazo danosas e egoístas para atender o que se pede pela Vontade Divina.

## Crenças sobre a iluminação

E o ser iluminado, é alguém recluso?

Não, Ser Iluminado não significa que este ser não realize mais ações do cotidiano, como assistir um filme ou um vídeo, navegar na internet ou acessar as redes sociais.

A utopia de seres iluminados precisarem se retirar do convívio social para viver em mosteiros ou monastérios e usar vestes específicas já foi algo desmistificado por Buda há 2.500 anos.

Mas mesmo assim adoramos nos envolver em histórias de ficção espiritual e acreditar que a Iluminação Espiritual está longe, que temos que nos esforçar para alcançá-la em algum lugar no futuro ou seguir determinado tipo de ritual e vestes específicas.

## O que é a Iluminação Espiritual?

Iluminação Espiritual é justamente o contrário disso tudo.

É a constante troca de esforço por entrega.

Entrega e rendição contínua ao Divino, a algo maior, ao estado Búdico ou à consciência Crística, tanto faz, pois todos são uma e a mesma coisa.

**Iluminação Espiritual é Presença.**

Presença não é ausência de pensamento, mas o desapego dos fenômenos mentais como:

- sensações,
- pensamentos,
- ideias,
- opiniões,
- julgamentalismos,
- emoções
- e todas as outras distrações advindas da mente e do ego.

Iluminação é o estado de não acreditar na mente.

Desconstruir a crença de que somos a nossa mente ou nosso corpo físico.

A crença de que somos o que pensamos e de que nossos pontos de vistas e posicionamentos quanto ao mundo devem ser defendidos.

## **Iluminação Espiritual é humildade de não-saber.**

Aquele que acredita-que-sabe incorre em:

- presunção,
- ceticismo,
- soberba,
- orgulho ou
- arrogância

E, quando esse nível de consciência negativo ocorre, somos levados à:

- raiva,
- indignação,
- cinismo,
- inveja,
- ciúme,
- irritação,
- entre outros tantos sentimentos destrutivos.

**Aquele que presume com julgamentos não pode ser humilde.**

O Ser humilde sabe experiencialmente, mas está aberto a desapegar de uma crença menor por uma Verdade maior, sabendo que a consciência está em eterna busca por evolução.

Se não há a abertura em abrir mão de um saber menor por um maior, não há evolução.

Há estagnação ou involução. Sofrimento.

## **Iluminação Espiritual é aceitar o que É a cada momento.**

- Observar sem julgar
- Discernir se deve ou não intervir
- É agradecer tanto a ação quanto a inação.
- É cortar a cada momento que nasce um pensamento, o seu envolvimento e apego a ele. Observá-lo.
- Deixar de acreditar que está certo e que o outro está errado a cada instante: agora, e agora, e agora de novo e agora de novo, e mais uma vez, e de novo, e de novo.

Um trabalho constante. Nesta tabela abaixo é possível compreender melhor a diferença entre julgamento e observação:

•

JULGAMENTO	OBSERVAÇÃO
Acha que sabe o que é / foi / será	Percebe que é o que É
Esforço para ser coerente com o passado	Compromisso com o Presente
Foca no conteúdo e na forma	Foco no contexto e na essência
Defende e ataca	Flui
Leva à arrogância e à ilusão	Leva a humildade e à verdade
Autoengano	Auto-honestidade
Expectativa e frustração	Realidade
Resistência	Aceitação
Esforço	Entrega
Foco no destino	Foco na jornada
Divide	Une
Parte da certeza	Parte da incerteza
Condena opiniões diferentes	Compreende opiniões diferentes
Supervaloriza suas opiniões	Sugere de forma permissiva

Iluminação Espiritual não é complexidade. É simplicidade. Muita simplicidade.

É inocência pura. *“Vinde a mim as crianças e não as impeça, pois o reino dos Céus são daqueles semelhantes a elas”* de Jesus Cristo.

É um estado de ser criança e idoso (Lao-Tsé). A ingenuidade infantil com o discernimento maduro. Ambos juntos.

## O discernimento é o saber experiencial de que não sabemos de nada.

Se acharmos que sabemos, estamos fechados a aprender o novo.

E sem aprendizado não há evolução.

A ingenuidade, por sua vez, é o estado de confiar plenamente em que: **o que está acontecendo agora é o melhor para a evolução do Ser** e devo me ater apenas a aprender com cada momento.

Tanto discernimento quanto humildade são imprescindíveis para o aprendizado.

Por isso, ambos, por mais que pareçam divergentes e juntos pareçam paradoxais, são uma e a mesma coisa.

Iluminação Espiritual é o constante desapego do menor pelo Maior.

É o alinhamento pleno e contínuo com a vontade Divina. Mesmo que a Vontade Divina daquele momento seja não fazer nada, ou assistir Netflix, ou conversar com um familiar.

**Tudo é como É, e isto deve ser profundamente aceito.**

Pois se tivesse que ser diferente, seria!

Sendo o que somos

Para ser iluminado, primeiro deve-se quebrar a crença de que devemos ser diferentes do que somos, pois quem quer ser diferente, por comparação, é o ego.

O ego que busca algo fora e no futuro.

Iluminação é o estado de **autoaceitação** e aceitação com ausência de:

- querer,
- desejar,
- julgar.

É a troca da **condenação** pela **compreensão** que se torna **compaixão**.

Por si mesmo, pelos outros, por todos os seres encarnados e desencarnados que possuem uma vida física ou não física.

## **Compreendendo os níveis de consciência**

Dr. David R. Hawkins dedicou a sua vida a curar pessoas: física, mental e espiritualmente e a realizar trabalhos altruístas por todo o mundo, atendendo clinicamente, palestrando e escrevendo livros os quais inspiram as pessoas no caminho da autocura e da Iluminação Espiritual.

Seu primeiro livro, **Poder vs. Força** (best-seller traduzido para o português pela Pandora Treinamentos), foi embasado em sua tese de PhD, a qual revolucionou a compreensão da ciência através da comprovação dos níveis de consciência e da identificação da interconexão de tudo o que existe, existiu e virá a existir.

Dr. David R. Hawkins foi médico e PhD em psiquiatria, além de professor espiritual, e possui vasta experiência. Abaixo podemos ver algumas de suas qualificações e experiências:

- Psiquiatra clínico por mais de 50 anos;
- Escreveu livro vanguardista sobre Psiquiatria Molecular com o químico ganhador do Prêmio Nobel Linus Pauling;
- Entrou para o hall da fama da medicina ortomolecular;
- Criador do Mapa de Consciência;
- Palestrou em Oxford, Harvard, Westminster Abbey, Universidade de Notre Dame, Michigan, Universidade da Califórnia entre muitas outras;
- Consultor diplomático entre países com conflito político;

- Foi consultor em monastérios católicos, protestantes e budistas atestando a veracidade de estados avançados de consciência (estágios de Iluminação Espiritual) em monges e retirantes;
- Recebeu o título na Korea de “Rae Ryeong Seon Kak Tosa” – “antes de tudo, professor no caminho da iluminação”;
- Cavaleiro da Ordem Soberana dos Hospitaleiros de São João de Jerusalém, fundada em 1077;
- Dezenas de outros prêmio e honras podem ser vistos na lista completa em: <https://davidhawkins.com.br/david-hawkins/biografia-dr-david-hawkins/>

## Uma sequência de artigos

A sequência de artigos que vimos até aqui e que constam no final dessa página aprofunda cada [nível de consciência](#) descrito pelo Dr. David R. Hawkins cuja tabela desses níveis encontra-se em [seus livros](#).

**Cada nível de consciência**, em ordem crescente, tem poder de **influência e propensão a mudança** absurdamente maior do que o nível anterior, já que esta categorização de 0 a 1.000 representa analogamente uma escala logarítmica com base 10.

Ou seja, o nível de consciência 3 não é a soma de 2+1, mas sim o nível 2 elevado à décima potência, como um comparativo simples de entender.

Para quem tiver interesse em se aprofundar no entendimento sobre a checagem dos níveis de consciência, indico a leitura do livro [Power vs Force que pode ser encontrado na loja da Pandora Treinamentos](#), tradutora oficial dos livros do Dr. Hawkins para o português.

## Os estágios de Salvação, Iluminação Espiritual e Nirvana

De acordo com Dr. David R. Hawkins, existem diversos estágios de iluminação, já que a consciência é constantemente evolucionária.

Os primeiros estágios em **correlação às descrições de Buda**, acontecem ainda nos níveis de consciência de [Amor](#) e [Amor Incondicional](#).

### O primeiro estágio – Sotapanna

O estágio de **Sotapanna**, no nível calibrável de gratidão em 510, é considerado aquele que entra no fluxo.

Esse ser se livrou de três amarras que o mantém nas ilusões do mundo, do ego e da mente (Maya):

- crença em si mesmo separado do Todo,
- o apego a rituais e
- o ceticismo sobre o Caminho a Deus (iluminação).

Este Ser vai renascer no máximo mais sete vezes para aprender o suficiente sobre a Iluminação Espiritual e abandonar Samsara, o ciclo contínuo e ininterrupto de nascimentos e mortes físicas.

Dentro do conceito cristão, a Salvação através de Jesus Cristo é equivalente ao nível de consciência de 540, ou Amor Incondicional.



Assim, quando nos libertamos do corpo físico por espontaneidade (e não por forçarmos), a própria consciência Crística se “encarrega” de nos levar à iluminação ou unificação em Deus, nos reinos celestes, sem a necessidade de reencarnar se assim quisermos e se for de Vontade Divina.

## **O segundo estágio – Sakadagami**

O segundo estágio de iluminação budista, chamado **Sakadagami**, equivalente a 570 nos níveis de consciência, é considerado aquele que retorna apenas mais uma vez.

Esse ser além das três amarras que já cortou enfraquece o laço com mais duas: desejos sensoriais e má intenção. Renascerá apenas mais uma vez para dissolver seus resíduos cármicos.

## **O terceiro estágio – Anagami**

O terceiro estado de iluminação, ou **Anagami**, é equivalente ao nível calibrável de 600, ou chamado estado de Paz, descrito no artigo anterior desta série.

No ioga, este estado é denominado o primeiro estágio de **Samadhi**, ainda com resquícios de ego, denominado Savikalpa Samadhi, a compreensão da Existência e a comunhão com o Universo.

Este Ser é considerado aquele que não retorna, a não ser que seja de Vontade Divina para orientar a humanidade.

Este ser cortou os cinco primeiros laços mencionados de maneira permanente. Não renasce mais no domínio dos sentidos, renasce em um paraíso sem forma e se ilumina por lá.

Neste estágio, o Ser se torna o observador e a testemunha que intervém no mundo quando é Convocado.

Já não há mais a necessidade de fazer algo para alimentar seus prazeres pessoais, por mais que as preferências características daquela vida humana permaneçam, pois não há necessidade de serem alteradas ou deixadas de lado se forem de pura intenção, já que o estado é de plena aceitação.

Este nível é o nível de consciência de grandes mestres espirituais e santos como:

- Lao-Tsé,
- São Francisco de Assis,
- S. N. Goenka,
- Chico Xavier no final de sua vida quando já não lecionava mais, entre outros.

## **O salto para a autorrealização**

Ainda neste terceiro estágio, o Dr. David R. Hawkins explica que há uma evolução com características diferenciadas para o nível de consciência de Autorrealização em 700.

A partir deste nível e adiante, encontramos os grandes profetas espirituais que dedicaram sua vida para salvar a humanidade e nos ensinar a base de todas as religiões clássicas as quais temos conhecimento como:

- Cristianismo,
- Islamismo,
- Judaísmo,
- Budismo,
- Hinduísmo,
- entre outras.

**A Graça do Ser é descrita como inefável (indescritível, inominável, indivisível).**

Neste nível de consciência, encontramos sábios como:

- Maomé,
- Mahatma Gandhi,
- Madre Teresa de Calcutá,
- Teresa de Ávila,
- São Paulo de Tarso,
- Patanjali,
- Sri Nisargadatta Maharaj,
- Sri Ramana Maharshi,
- Mestre Dogen,
- Adi Shankaracharya,
- Mestre Eckhart (não confundir com Eckhart Tolle),
- entre outros.

Hoje, temos o conhecimento de um Ser presente na Terra neste nível de consciência conhecido como **Palden Dorje** (quem se interessar pode verificar brevemente sua história no [Wikipedia](#) e assistir a este vídeo no [YouTube](#)).

### **“O merecedor” – Arhat**

Após este estágio de grande plenitude, encontramos o tão comentado e requisitado por monges budistas, o estágio de **Arhat**, que significa ‘o merecedor’ ou ‘aquele que merece louvores Divinos’.

Calibrável ao nível 800, este ser cortou tanto as cinco amarras inferiores dos primeiros três primeiros estágios quanto as cinco amarras superiores sutis: desejo por existência com forma sutil (paraísos celestiais), desejo por existência nos reinos sem forma, conceitos, inquietação e ignorância. Nunca mais renasce. Atingiu e se mantém nos primeiros estágios de Nirvana ou Iluminação Plena. No ioga, este é o estágio de Nirvikalpa Samadhi, sem resquícios do ego.

Além deste nível de plenitude, existe ainda mais dois estágios possíveis de se alcançar na fisicalidade, mesmo que raros.

Este é o nível denominado **Vazio** e considerado por muitos o último estado de **Iluminação** ou **Búdico**, porém, de acordo com Dr. David R. Hawkins, ainda não é a Totalidade de Buda, ou da Consciência Crística.

Este estado é de tamanha **Graça**, que nada parece haver além dele, porém, de acordo com Hawkins, a interpretação do Vazio como estado Último é um erro de conceito sobre interpretações equivocadas das palavras de Buda.

### **Os sábios de Arhat**

Os números de sábios nestes níveis são raros (50% do tempo sem um desses seres nos últimos 1.000 anos).

Seus ensinamentos são essencialmente os mesmos, embora surgidos em **locais, tempos e culturas diferentes**, alguns deles são:

- Vedas,

- Upanishads,
- Baghavad Gita,
- Canone Pali,
- Novo Testamento,
- Zohar, etc.

Os grandes mestres deste nível, e acima, e seus ensinamentos emanam campos extremamente poderosos de **energia de alta frequência na consciência coletiva da humanidade**.

A este nível de consciência encontramos profetas e sábios como:

- Abraão,
- Moisés,
- João Batista,
- Huang Po e
- Os 12 apóstolos de Jesus.

Atualmente, temos conhecimento de apenas **um Ser encarnado** está neste nível de consciência denominado Venerável Pa-Auk Tawya Sayadaw (para mais informações pode-se visitar o site de seu [monastério](#), localizado em Myanmar, ou assistir uma parte de seu [vídeo legendado](#)).

De acordo com o livro “**Transcending the Levels of Consciousness**“, do Dr. David R. Hawkins, o saber necessário para superar este nível é que o **Amor Divino** que também é não-linear e sem sujeito, objeto, forma ou condicionalidade.

O erro do Vazio é negar até mesmo o Amor Divino por confundir com o amor do estado humano egoico de posse.

## O último estado de consciência do mundo físico

Como último estado de consciência possível de ser despertado no mundo físico, está o nível da **Totalidade**, que calibra em 1.000.

**O último vestígio do ego coletivo desaparece no silêncio da Presença.**

Este é o nível dos enviados Divinos, ou filhos de Deus, ou Avatares, onde encontramos:

- Jesus Cristo,
- Buda,
- Krishna e
- Zoroastro.

A **perfeição** impressionante e **beleza** da **Totalidade da Criação** como Divindade irradia.

*Gloria in Excelsis Deo* **é o próprio Estado.**

Todos estes níveis de consciência estão disponíveis para todos os seres humanos, em todos os tempos e todas as culturas.

**O único pré-requisito é se dedicar**, profundamente e constantemente, a buscar a **Verdade** e estabelecer um compromisso em alinhar suas intenções com a Vontade Divina.

*“O caminho é reto e os portões são estreitos. Não perca tempo”.*  
Dr. David R. Hawkins; MD; PhD.

**Este artigo faz parte de uma série de artigos que exploram os níveis de consciência humanos.**

**Abaixo a lista dos artigos sobre os níveis de consciência em ordem:**

[00. Entendendo os níveis de consciência](#)

[01. Como vencer a vergonha?](#)

[02. Culpa, para que serve?](#)

[03. Como se livrar da tristeza?](#)

[04. Enfrentando o medo.](#)

[05. O desejo é a fonte do sofrimento.](#)

[06. Como controlar a raiva.](#)

[07. Por que o orgulho nos prejudica?](#)

[08. Coragem é a base para o sucesso.](#)

[09. A neutralidade nos ajuda a não sofrer.](#)

[10. Disposição pode nos levar a resultados inimagináveis.](#)

[11. Aceitação, o caminho do perdão.](#)

[12. Apenas 4% das pessoas utilizam a razão.](#)

[13. O que é amor verdadeiro?](#)

[14. A Paz e o processo de Iluminação](#)

[15. Como despertar a Iluminação Espiritual](#)

<https://davidhawkins.com.br/niveis-de-consciencia/despertar-a-iluminacao-espiritual/>

# **O Poder do Amor Incondicional – com base em Dr. David Hawkins**

**O Amor Incondicional é a expressão da bondade, generosidade e misericórdia. Aquele que vive esta Graça de quase nada mais precisa, pois o próprio amor preenche qualquer vazio e necessidades ilusórias que buscam a felicidade fora.**

Quando o amor se torna mais e mais incondicional, alcança um estado de pureza, alegria constante e discernimento preciso. Se poucas pessoas alcançam o nível de consciência de Razão e Amor, no nível de **Amor Incondicional** encontramos apenas 0,4% da população.

## **E o que é o nível do Amor Incondicional?**

É o nível das curas físicas e emocionais, tais como os vícios.

A maior parte dos integrantes de boa parte dos grupos do AA chegam a este nível de consciência, por exemplo, onde cada participante busca amar o próximo de maneira incondicional e aceitar suas falhas de caráter em prol de suas curas.

Temos também grandes líderes conhecidos que alcançaram este estado de grande alegria interior:

Na política podemos encontrar:

- Nelson Mandela
- Abraham Lincoln,

Como representantes espirituais alguns exemplos como:

- A maioria dos Papas,
- Dalai Lama,
- Padre Pio,
- Chico Xavier,
- Chuang Tzu e
- Paramahansa Yogananda

Na música popular Louis Armstrong, e na arte clássica artistas como Mozart e Michelangelo

Seres que buscam a beleza e o amor como prioridade acima de qualquer detalhe.

## **Como alcançar o nível do amor incondicional**

Para se alcançar o nível de amor incondicional, o ser amoroso, que ama cada vez mais aqueles ao seu redor, deve se tornar amorosidade, ou seja, Ser amor independente de intervenções sociais.

**Descobre-se que não é necessário ter alguém para amar se for possível sentir amor a todo momento.**

Então amar os outros é apenas uma consequência de Ser amor. Quando se é amor, ama-se não somente outros, mas ama-se cada vez mais:

- a si mesmo,
- às situações,
- às consciências negativas como:
  - o [medo](#),
  - a [culpa](#),
  - a [raiva](#)

Sabe-se que essas emoções são apenas impulsos animais naturais.

Ama-se incondicionalmente a tudo, sabendo que **tudo é igualmente santo e sagrado perante o Todo**. O amor a Deus se sobressai e se torna o princípio primário e indubitável.

‘Amai a Deus sobre todas as coisas’ e ‘amai o próximo como a ti mesmo’ é experiencial e natural na grande maioria dos – se não quase todos – momentos e situações.

## Definindo o Ser

Simples bondade consigo mesmo e com tudo o que vive a todo momento, sem exceções, define o Ser em amor incondicional.

A alegria e radiância a cada situação vivenciada aumenta a todo momento para aquele que experimenta este nível e busca sua evolução constante.

O alinhamento da vontade pessoal à Vontade Divina se torna cada vez mais afinada e a simplicidade toma conta a cada dia, enquanto o potencial de realização se torna absurdamente poderoso.

## Sutilezas desse estado

A busca pelo reconhecimento se torna cada vez mais sutil e na maior parte do tempo não se manifesta.

**Tudo que é feito é entregue ao Divino.**

Não há mais **necessidades de louvores ou saudações**, mas quando vêm são recebidas com gratidão e novamente rendidos seus méritos à Vida.

**Expectativas** são quase inexistentes e, ao mesmo tempo, tudo que é colocada uma intenção pura, tende a se manifestar de forma espontânea, simples, rápida, fácil e de maneira não linear ou lógica.

Troca-se **esforço por entrega** e há o deleite por se descobrir esta Realidade experiencial.

**Quebra-se a crença** de que tudo que vem fácil merece desconfiança ou que todo **trabalho tem que ser árduo ou difícil**. Aceita-se com gratidão e alegria os presentes da vida.

Ao mesmo tempo que possa parecer uma inocência, e é, ela vem com enorme dose de discernimento e sabedoria para separar aquilo que é do ego, apego emocional, e aquilo que é Divino, intuitivo.

**Vivencia-se o estado de devoção**, onde toda a Graça é recebida e processada.

**O trabalho é realizado em prol do Bem Maior**. O estado de compaixão se sobressai e então é possível entender a dor e sofrimento de todos os seres e radiar sua alegria para que eles possam se curar de suas angústias, apegos e resistências.

**Este também é o estado dos homens santos e do êxtase em viver.**

Neste estado a Presença do Ser potencializa a cura de doenças físicas e emocionais tanto de si mesmo como daqueles que a buscam com fé e determinação.

Curas de doenças crônicas, alergias, vícios, depressões, pânico, entre outras são dissolvidas de maneira quase que inexplicável. Explicável apenas por quem vivencia e sabe.

## Como experienciar o estado de Amor Incondicional

### 1. Gratidão

- O Ser deve se ancorar em agradecer a todos os momentos, tanto aqueles que trazem **avidez** (senso de prazer, bom, agradável) quanto aos que trazem **aversão** (julgamento de desprazer, ruim, desagradável).
- Os elogios devem ser entregues ao Divino como agradecimento por ter sido um canal ou testemunha.
- Pessoas que falam o que precisamos ouvir ou nos criticam, podem ser vistas como vozes Divinas e não como fontes de culpa ou diminuição da autoestima.

### 2. Humor

- As dramatizações do ego precisam ser recontextualizadas para comédia leve.
- Ao invés de viver o drama da vida do ego, assistir a si mesmo em um stand up comedy inocente e de censura livre
- Nada de enxergar sarcasmo ou sadismo da vida, tudo é divertido e animado como em um desenho animado inocente e divertido.
- Um leve sorriso humilde de pano de fundo deve se revelar no surgimento de adversidades e situações inesperadas.

### 3. Desapego

- É preciso entregar as limitações do amor condicional à incondicionalidade. Isso requer render o amor como um apego positivo pessoal para que ele possa se tornar uma forma de estar no mundo e não como uma emoção separada.
- O amor deve se tornar uma expressão da essência pela qual o amoroso se torna amorosidade.
- O amor como um modo de existência não requer “outros” como objetos de realização ou expressão. É uma qualidade independente, sem sujeito, objeto, verbo, adjetivo e, portanto, não-linear e ilimitado.

### 4. Não-julgamento

- Por auto-honestidade e exame interno, as limitações são reveladas, geralmente como julgamentos residuais ou como o impacto de experiências anteriores.
- Colocar intenção em alterar a dualidade de percepção de “bom” vs “mau” para “mais preferível” vs “menos preferível”.
- Abandonar a fé na validade de seus pensamento e ideias, os identificando como apenas imagens e palavras sem realidade atual.

### 5. Misericórdia

- A chave do amor incondicional é a vontade de perdão para desfazer ressentimentos passados e a visão de pessoas como antipáticas e indignas de amor puro.

- Pela vontade de perdoar e render suas percepções, elas podem ser recontextualizadas como limitadas, menos preferíveis, ou influenciadas por programações do ego.
- Perdão decorre da humildade de entregar o mundo e seus eventos a Deus.

## **6. Discernimento**

- As dificuldades deste mundo parecem ser consequência de diferentes níveis de consciência juntos simultaneamente, o que resulta em turbulência social.
- Ao mesmo tempo que a disponibilidade de um espectro tão amplo permite a maior oportunidade de crescimento a partir do esgotamento do carma negativo e, por opção, o acúmulo de carma positivo, tornando este domínio o da oportunidade espiritual máxima com vasta multidão de opções para a evolução da consciência, sobre a qual se pode ser grato ao invés de ressentido

## **7. Rendição**

A rendição diante de um obstáculo é um pedido para o Espírito Santo revelar um milagre e é atendido a partir da vontade de entregar seus posicionamentos de percepções parciais e seu ganho egoísta para a revelação da verdade.

*Gloria in Excelsis Deo!*

<https://davidhawkins.com.br/niveis-de-consciencia/o-poder-do-amor-incondicional/>



# Escala Hawkins da Consciência: aprenda a vibrar na frequência dos seus sonhos

Esse texto foi escrito com todo o cuidado e carinho por um autor convidado. O conteúdo é da sua responsabilidade, não refletindo, necessariamente, a opinião do WeMystic Brasil.

A **consciência** fascina os seres humanos. Não são poucos os pesquisadores de diferentes áreas que se dedicam a entender como funciona o subconsciente e a influência das emoções. Complementares ou opostos, o fato é que a cada nova teoria temos a oportunidade de compreender um pouco mais sobre nós mesmos.

“O mal da grandeza é quando ela separa a consciência do poder”  
William Shakespeare

Para nos ajudar nesse mergulho interno que faz parte da transformação de vida que todos almejam, a **Escala Hawkins da Consciência** vai te ajudar a vibrar na frequência dos seus sonhos e mudar por completo a sua vida! Quando conseguirmos manter nossa vibração em um nível mais elevado, nos tornamos seres mais despertos e nos distanciamos das prisões do ego. Precisamos limpar-nos da dor, da vitimização, ódio, tristezas, depressões, modificar a nossa consciência para conseguir atingir um estado elevado e assim modificar nossos padrões.



Veja também

[Da vergonha à paz: em que frequência você vibra?](#)

## David Hawkins: o criador

David Hawkins foi um professor, filósofo e médico psiquiatra americano, cujos interesses incluíam também a matemática, economia, educação em ciências da infância e ética. Nasceu em El Paso, Texas, caçula de sete filhos de William Ashton Hawkins e Clara.

Hawkins frequentou a Hotchkiss School em Lakeville, Connecticut, mas saiu depois de seu primeiro ano para entrar na Universidade de Stanford. Inicialmente estudou química, mas depois mudou para a física antes de finalmente se formar em filosofia. Foi premiado com o seu B.A. em 1934 e M.A. em 1936, ano em que Hawkins entrou para a Universidade da Califórnia para trabalhar em seu doutorado.

“O que é necessário para mudar uma pessoa é mudar sua consciência de si mesma”  
Abraham Maslow

Tornou-se amigo de Robert Oppenheimer, com quem gostava de discutir filosofia hindu e questões da filosofia da ciência, como o princípio da incerteza e a complementaridade de Niels Bohr. Em 1940, Hawkins recebeu seu Ph.D. escrevendo uma tese sobre “Uma Interpretação Causal da Probabilidade”. Ele também serviu como assistente administrativo no Laboratório Los Alamos do Projeto Manhattan, um programa de pesquisa e desenvolvimento que produziu as primeiras bombas atômicas durante a Segunda Guerra Mundial.

## A Escala Hawking

A medição e a determinação matemática de níveis de consciência dos seres humanos é um dos trabalhos pioneiros e mais interessantes de Hawkins, trazido ao público no livro “Poder contra Força: Uma Anatomia da Consciência – Os Determinantes ocultos do comportamento humano”.

Hawkins realizou pesquisas usando a Cinesiologia e relacionou os níveis de consciência em estratificações que contém algumas semelhanças com, por exemplo, as estruturas dos chakras e os latiaf do Sufismo. Ele criou e calibrou um mapa extremamente útil da consciência humana, chamado de Escala Hawkins da Consciência. Nesse mapa ele associa os níveis de consciência com valores-chave da vida humana, usando os números como parâmetros para mostrar quais sentimentos estão mais perto da considerada iluminação, que, para ele teria o valor 1.000 e teria sido conseguida somente por Buda.

“A consciência é a voz da alma, as paixões são a voz do corpo”

Jean-Jacques Rousseau

Segundo Hawkins, infelizmente a humanidade de maneira geral estaria próxima do nível 200, o mínimo esperado para que a vida possa continuar. E quanto mais pessoas elevarem seu nível de consciência, mais a consciência global se eleva. Logo, podemos perceber que Hawkins estava sugerindo, há décadas atrás, que a elevação da consciência individual é a saída para que a qualidade e vida no planeta passe por uma transformação radical.



**Veja também**

**[Você consegue ouvir as batidas do seu coração?](#)**

---

## Avaliando as emoções e elevando a consciência

Hawkins identificou **três níveis de consciência**: consciência do medo, consciência moral-ética e consciência espiritual.

Por esses três níveis, circulam os sentimentos de [vergonha](#), [culpa](#), [apatia](#), tristeza, medo, desejo, raiva, orgulho, coragem, confiança, neutralidade, vontade, aceitação, compaixão, prazer, razão,

amor, alegria, paz e [iluminação espiritual](#). Através dessa análise podemos ter uma ideia do impacto que cada um desses sentimentos possui, tendo um norte, um horizonte que nos orienta em relação às nossas próprias emoções e domínio das mesmas.

“A prisão não são as grades, e a liberdade não é a rua; existem homens presos na rua e livres na prisão. É uma questão de consciência”

Mahatma Gandhi

1

### **Vergonha**

A vergonha seria a vibração emocional dos estados mais baixos de consciência humana. Uma pessoa com vergonha fica paralisada, aprisionada nesse sentimento e não toma decisões, não interage e se priva das experiências na vida, prejudicando muito o aprendizado e evolução. Em seu nível mais sutil se manifesta como timidez, e no nível mais exacerbado a pessoa pode até se suicidar. Sem dúvida é um sentimento que deve ser trabalhado e superado, quando o objetivo é a [evolução da consciência](#).

2

### **Culpa**

É um estado um pouco mais elevado que a vergonha, já que, para sentir culpa, a pessoa tem que ter um nível mínimo de autocritica. Uma pessoa com esse nível de consciência cria muito pouco e tende a se render ao [vitimismo](#), projetando em fatores externos sua frustração. Raramente tenta fazer alguma coisa nova, vive de recordações passadas e sente-se atormentada em função disso. A culpa deve receber a devida atenção, para que ela possa ser ultrapassada e a verdadeira essência de cada pessoa possa aflorar.

3

### **Apatia**

A apatia está diretamente ligada a ausência de esperança, um sintoma muito comum para quem sofre de depressão. É considerada também uma sensação de baixa vibração, pertencente ao polo de emoções que atrapalham a evolução, o crescimento e o aprendizado. As pessoas no estado de apatia, encontram-se paralisadas diante das circunstâncias da vida.

4

## Sufrimento

É um estado de tristeza que corrói a alma e possui uma vibração também muito baixa. Enfrentar a vida vai trazer sofrimento cedo ou tarde, mas é através de elevação consciencial que podemos vencer esse estado mental. Sempre que entrarmos nessa frequência, é recomendado tentar sair dela o mais rápido possível, pois esse aspecto da emoção humana quando muito prolongado vai trazer apatia, culpa, vergonha e outras sensações que também possuem uma vibração muito baixa.

5

## Medo

Uma preocupação excessiva e uma visão de mundo onde a [espiritualidade](#) não possui força gera insegurança e medo. O medo é muito perigoso, pois, assim como a vergonha, deixa a **alma humana paralisada**. Superar o medo é algo que todos têm de lidar, e a percepção de que ele é apenas uma crença interna ajuda a sair dessa frequência.

6

## Desejo

O desejo pode parecer um condutor ao crescimento, mas essa forma de enxergar essa emoção é equivocada. O desejo não tem fim e abre as portas para as frustrações. Uma pessoa nesse nível só tem ambições na vida, vive de vícios, desejo, luxúria e consumismo e raramente consegue valorizar o que possui e as pequenas riquezas da existência. Quem vive pelo desejo, nunca está satisfeito, aprisionando a consciência em um estado de materialismo e consumismo.

“Não sabemos nossa hora final, mas sabemos que estamos de passagem por aqui...  
Então, por que perdermos tempo acalentando emoções estranhas dentro de nós?  
Mágoa e apego não fazem ninguém crescer... Nem reclamações descabidas!”  
Wagner Borges

7

## Raiva

A [raiva](#) é um nível de frustração que, junto com a vergonha e a culpa, formam uma tríplice aliança conhecida. Nesses níveis baixos as pessoas só criam algo novo se tiverem algum inimigo para projetar a raiva. Em alguns casos, este nível consciencial pode estimular à ação em níveis mais elevados, mas normalmente torna a consciência prisioneira do ódio.

• 8

### **Arrogância**

Segundo Hawkins, esse é o estado humano dominando atualmente. É totalmente dependente de circunstâncias externas como **sucesso financeiro e reconhecimento, ambições típicas do ego**. Esse é o estado que leva ao nacionalismo, racismo, guerras e o desejo de extermínio do outro e da diferença. Morre o diálogo e cresce o autoritarismo. É um estado totalmente irracional de negação e defesa que não só impede o crescimento pessoal como faz com que o mundo retroceda.

• 9

### **Otimismo**

A partir daqui, começamos a entrar em uma esfera de consciência que podemos considerar como um pouco mais elevada e próxima da iluminação. Aqui o ego ainda existe, mas há uma visão diferente sobre a vida pois o indivíduo começa a olhar pra fora de si, buscando se alinhar com a verdade. O medo quase não existe e o sofrimento dá um descanso. É o começo de um [despertar espiritual](#), onde a vida passa a ser vista como um desafio agradável e não somente opressão.

• 10

### **Neutralidade**

A neutralidade constrói um sistema de crenças flexíveis. Aconteça o que acontecer, a pessoa consegue se manter firme em sua posição. A sensação de segurança e harmonia com o outro começam a aparecer quando forçamos o cérebro funcionar nessa frequência.

• 11

### **Complacência**

Neste nível, a pessoa começa a fazer um uso mais eficaz de suas próprias energias. Observar a vida acontecer não é mais uma opção e é preciso agir. É nível vibracional do desenvolvimento da força de vontade e da autodisciplina. É nesta faixa energética em que a consciência se torna mais organizada, disciplinada, e grandes marcos podem ser conquistados.

12

### Perdão

Através do [perdão](#), entramos nas esferas de consciência mais elevadas. Para que exista o perdão, é necessário um entendimento mais claro dos processos da vida e da origem espiritual de todos nós. Nessa frequência é que a verdadeira transformação consciencial acontece e velhos dogmas começam a ser abandonados. Tudo passa a ter um propósito e a empatia com o próximo atinge níveis espirituais. A pessoa começa a aceitar sua responsabilidade pelo seu papel no mundo e compreende com mais amor as dificuldades do outro e também as suas próprias.

13

### Contemplação

Uma consciência contemplativa começa a perceber de forma mais profunda a **beleza da vida e a conexão que há entre tudo que existe e o ser superior criador**. A pessoa consegue transcender os aspectos emocionais dos níveis mais baixos e começa a pensar mais claramente e racionalmente. Hawkins define este nível como o patamar da medicina, da ciência e o nível de consciência dos mestres e daqueles que estão em completa sintonia com a verdade e afastados das ilusões da matéria. Não há guerra nem luta. Aceita-se o mundo como ele é.

14

### Amor

Aqui, falamos de uma vibração poderosa e elevada. O amor é capaz de tudo e ultrapassa qualquer limite, inclusive o tempo, o espaço e a morte. Há um entendimento permanente da conexão com tudo o que existe, e a pessoa consegue colocar todos os seus talentos e habilidades em favor do próximo, um estado em que os verdadeiros propósitos de uma encarnação podem se realizar. Qualquer ação que tenha motivação no amor é pura e incorruptível, inacessível ao ego. **Quando agimos pelo amor, começamos a ser guiados por uma força maior e a intuição se torna muito forte**. Hawkins diz que esse nível é alcançado apenas por uma em 250 pessoas durante todo o seu tempo de vida. Uma parcela mínima das pessoas encarnadas no planeta vive nesse estado, algo próximo de 0,0001%.

15

## Alegria

A alegria é uma vibração sutil e elevada, um estado de consciência maior que o ego consegue atingir. É o início do desapego com a vida que proporciona uma visão mais leve sobre as dificuldades da matéria. É o nível dos santos e dos grandes mestres espirituais. É uma frequência que contagia e que consegue neutralizar qualquer outra emoção de baixa vibração. Nesse nível da consciência, a vida passa a ser orientada pela intuição e sincronicidade e não existe qualquer preocupação.

16

## Paz

A paz é um dos estados mentais mais próximos da iluminação. Na realidade, a paz é o estado consciencial que antecede a iluminação. **Hawkins diz que esse nível só é alcançado por uma pessoa em 10 milhões.**

17

## Iluminação

É o nível mais alto da consciência humana, onde a humanidade se confunde com a divindade e ocorre a união do ser com o todo. Morre individualismo, o eu, e o ego, e nasce o homem transcendental. É uma frequência vibracional extremamente rara e alcançado por poucos ao longo da história humana. **Buda seria um desses, junto com Jesus.** A iluminação é o objetivo das reencarnações, o estado que o espírito ambiciona atingir quando se submete ao aprendizado da encarnação na matéria.

<https://www.wemystic.com.br/escala-hawkins-consciencia/>