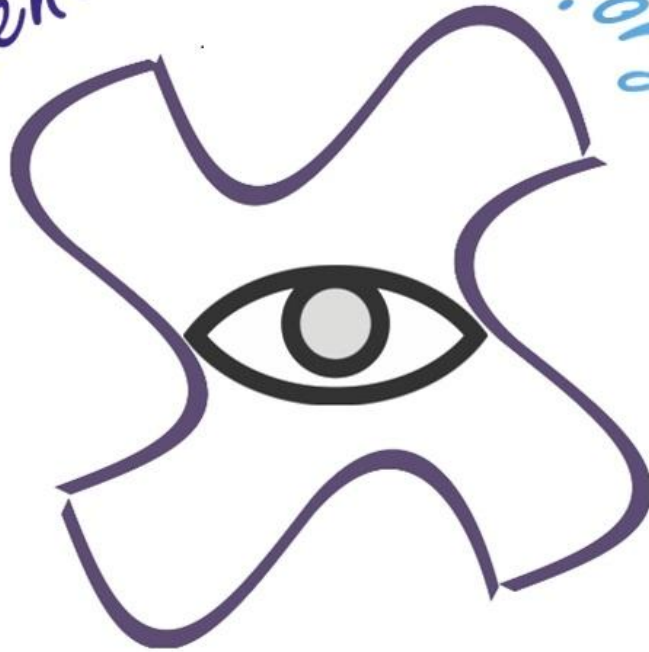


Mente de Poder.org



Guia para despertar a consciência

ε

Para a iluminação

Escrito por Edu Campos

Sumário

Sumário.....	1
Prefácio	2
Explicando a realidade	3
O agora como meditação	5
A kundalini.....	7
Projeção astral	8
Conclusão	9
Outras informações	10

Prefácio

Estamos em uma época de grandes conceitos. Ideias são preparadas a todo instante nas mentes humanas. O tempo não existe, não é algo palpável. Tudo o que significa, toda a noção de espaço e tempo foi criado pela mente, para que se tenha uma noção ou uma base para viver momentos e realizar tarefas sem se perder.

Criações nascem, novos aparelhos são criados e pesquisas se confirmam. Algumas são lentas para se criar, outros demoram um piscar de olhos. Dias, meses e séculos resumem bem a criação humana. Tudo fruto mental, de crenças e pensamentos. Colocamos valor em muitas coisas que não existia antes. Ferramentas criadas e modeladas por mentes pensantes.

A realidade dos fatos não é a mesma que achamos que conhecemos. O mundo não é do modo como enxergamos. Sábios antigos já olhavam isso de uma maneira diferente, será que vivemos ou estamos em um grande sonho na consciência cósmica?

Difícil prever, mas com certo grau de iluminação, um removedor de véu que podemos utilizar. Nossa percepção do mundo vai mudando, criamos um discernimento de realidade e criação mental. Não é ruim utilizar a mente em horas necessárias, mas se você utilizar para viver a vida, você nunca vai viver o tempo presente, vai viver momentos que já não existem.

Neste e-book estou tratando dos assuntos acima, da iluminação pessoal. Tenho feito descobertas fantásticas nessa área, encontrando respostas, vivenciando experiências incríveis e conhecendo transformações profundas e duradouras. Algumas que nos acompanharam por toda a nossa existência.

É possível evoluir sem distinção de religião e credos. A espiritualidade é um bem do ser humano, não de uma única seita ou crença. Não existem preconceitos quando se trata de energia espiritual. Só se é afirmado o desejo de crescer, de encontrar o caminho próprio de luz e conhecimento.

A única advertência é entender que não existe consciência e espiritualidades sem entender o agora. Ter consciência do que estamos fazendo na realidade como espíritos, como seres de extrema luz. Estamos reagindo no momento presente, não em pensamos passados ou futuros.

Espero que esses conhecimentos sejam úteis para todos que baixarem este e-book para ler.

Paz, luz e iluminação!

Edu Campos

www.mentedepoder.org

Tudo isso podemos aprender com a observação do que fazemos no tempo presente. Posso estar presente no agora enquanto estou digitando, enquanto leio o que estou escrevendo neste e-book, ouvindo pessoas conversarem, animais.

A consciência é algo essencial para que possamos ser criadores do nosso mundo, da nossa vida. Os pensamentos e crenças fazem com que você consiga cumprir suas tarefas e materializar coisas, mas é a consciência que banca sua natureza divina de amor, paz e esperança.

O corpo é o instrumento, o templo que torna possível essa consciência viver entre o mundo material e espiritual. É muito importante saber usar os dois tipos de dom. A consciência para iluminação e a mente para o desenvolvimento da vida. Cuide bem do seu corpo, ele é o templo da alma.

Refleta sobre a consciência, sobre a vida, sem preconceitos. Vamos aprender a focar no tempo presente, sem pensamentos o tempo todo. Não deixe uma oportunidade passar para ficar preso na sua mente. O carro que você quer comprar pode estar passando do seu lado enquanto você pensa no trabalho de amanhã e assim acaba não notando, ou o amor da sua vida.

Esse tipo de coisa acontece frequentemente. Oportunidades passando do seu lado o tempo todo, mas não costumamos ver por prestar mais atenção a pensamentos que no fundo não são verdadeiros. Depois vamos falar que Deus não nos atendeu ou que a lei da atração não funciona e que técnicas não funcionam.

A realidade é que estávamos colocando atenção em pensamentos pouco produtivos, em preocupações que não deveriam estar ali e que não adiantariam de nada.

Pense em tudo isso, reflita!



O agora como meditação

Focar no tempo presente é uma espécie de meditação. Meditar é contemplar, focamos em algo sem deixar que pensamentos influenciem, observamos sem julgar, com a mente em estado alterado de consciência.

Vamos começar nosso exercício sentindo o nosso corpo. Comece a prestar atenção em cada sensação que passa no seu corpo, observe como ele reage a atividades que você está desempenhando, sem julgar nada, só observe.

Esteja ciente de cada respiração, de cada toque, veja com atenção a atividade que está desempenhando. Comendo, escovando os dentes, dirigindo. Aproveite essas atividades para ficar consciente, aliás, aproveite ao máximo, sinta prazer ser consciente. Coma com cuidado e zelo com o seu corpo, sinta o sabor do alimento.

Tome um banho consciente, sinta água cair na sua pele, sinta o cheiro do xampu, a temperatura da água. A energia que tudo exala. Não deixe de observar o agora, o que está fazendo. Não deixe seus pensamentos te levarem pra longe.

Até mesmo caminhando para o trabalho. Não se estresse, comece a observar os momentos, sinta o clima, os pássaros, pessoas andando na rua. Sinta gratidão pelo momento. Entenda que o no momento agora você não sente raiva, nem nada de ruim. Só existe gratidão pelo momento!

Sem julgamentos, sem sofrimentos e dores, nossa mente é levada ao caminho da iluminação. A meditação é válida para isso, temos vários tipos de meditação, mas o exercício que propus acima é uma espécie de meditação e causa o mesmo efeito.

Existe uma meditação similar a esse exercício de contemplação, de viver o agora. É uma espécie de meditação andando, que você faz acordando e enquanto caminha. Você presta atenção ao seu redor, aos sons, passos, respiração, pessoas, conversas e tudo mais que possa perceber.

Com o tempo você vai pegando o jeito de como realizar esse tipo de meditação, esse exercício e vai ver que tudo o que eu falei ali em cima faz sentido. Nossas mentes vão alcançando um grau de evolução elevado e próspero.

Recomendo vídeos, filmes e o livro o Poder do agora, de Eckhart Tolle. Não é segredo que tirei essas ideias da filosofia que ele propõe. Posso dizer que abriu minha mente. Eu já era espiritualista, mas depois dele sinto que o nível de compreensão triplicou. Estou tendo ideias, motivações e entendimentos completamente diferentes de quando eu não tinha ideia.

Posso dizer que tomei, Eckhart Tolle, como um guru. Um homem comum, mas como me disseram um dia, homem cheio de sabedoria, um iluminado. Também ouvi dizer que hoje em dia esses iluminados não estão mais escondidos em templos isolados, mas vivendo no nosso meio, no meio de pessoas comuns.

Isso tudo significa que todos nós podemos alcançar a iluminação, um grande grau de iluminação. Todos podem ser conscientes, atrair situações favoráveis, encontrar o paraíso e muito mais que só pessoas de extrema sabedoria possuem a dádiva de achar.

Ser consciente, ter sabedoria é não julgar, não ter conceitos já prontos de algo. Aí entra a humildade, saber desfrutar do momento presente, dos outros seres, dos momentos, sem julgamentos, só com compaixão e amor.

No meu blog escrevi um artigo relacionado a isso. Apesar de ser um lugar onde o carro chefe é o poder da mente, tudo está interligado. Poder da mente, lei da atração, iluminação, tudo é parte do mesmo. Tudo necessita de consciência presente e ativa. Isso é ser espiritualista de verdade.

Se quiser ler mais sobre tudo isso, vou deixar o link aqui:

<http://www.mentedepoder.org/2012/12/o-poder-do-agora.html>

Abaixo temos Eckhart Tolle



A kundalini

A Kundalini é uma energia muito poderosa. A energia pura e verdadeira da alma. Assim como no processo de consciência, de viver no agora, podemos despertar através da Kundalini.

A Kundalini é como uma serpente que está na base da nossa coluna e quando desperta sobe por toda a coluna, passando pelos centros de energia do nosso corpo, os chakras. Quando estamos despertos, é sinal que a Kundalini está liberta em nosso ser.



A Kundalini vai subindo, limpando e interligando os chakras, até ficarem completos e cheios de energias. Nessa hora surge a iluminação. Recomendo que estudem os chakras, a kundalini e tentem despertar ela.

Para despertar a Kundalini, recomendo a meditação Sahaja. Sou praticante e posso garantir que é uma meditação muito benéfica.

Faça o curso gratuito no link abaixo:

<http://www.onlinemeditation.org/br/>

*Outra alternativa é pesquisar no Google como despertar a Kundalini. Dando destaque para os ensinamentos de **Osho**. Ele possui meditações fantásticas para isso.*

Podemos destacar também o tantra que trabalha com a Kundalini de maneira única. Lembre-se, não tenha preconceito!

Projeção astral

A projeção astral é outra forma de entrar em contato com o mundo espiritual, com a iluminação. Projetar é sair conscientemente do corpo, encontrar lugares, espíritos, mestres e guias. Podemos aprender muito nesses encontros e viagens. Eu mesmo tenho inúmeras experiências.

Não vou falar sobre experiências, mas gostaria de falar sobre um projeto em especial. Estou falando sobre o e-book **VI Encontro Projetivo**.

O projeto é parte do **Instituto PEC – Instituto Projeção astral, espiritualidade e consciência**. O objetivo é passar técnicas novas e exclusivas para comprovação extrafísica.

O e-book é gratuito e cheio de informações. Escrevi este livro em parceria com o meu amigo Fernando Pokator. Posso dizer que ele escreveu a maior parte e eu complementei com a minha especialidade, que é o poder mental, despertar da consciência. Posso dizer que esse e-book é um complemento útil ao projeto.

Indico todo o site do IPEC. É um site em que a especialidade é a projeção astral, mas que engloba a espiritualidade em geral. Lá podemos encontrar artigos, palestras, cursos e muito mais. **Sem custo nenhum!**

Para quem deseja conhecer o IPEC, o site é:

<http://www.instituto-pec.com/>



Conclusão

Estamos entrando em uma nova era, um lugar de novos conhecimentos, de muita reflexão interna e conhecimentos, consciência. O ficar consciente, viver no aqui agora é fundamental para se entender está nova era.

O amor deve prevalecer e reinar. A paz interior e a sabedoria, assim como a presença divina em nós, deve se libertar. Posso garantir que se seguir tudo o que foi proposto aqui, você vai se transformar em uma nova pessoa. Um ser iluminado.

O trabalho é um pouco árduo, mas depois que começamos, não possui mais fim nem começo, só o prazer de viver em um mundo novo, cheio de coisas boas, sem faltas, sem medos e com pleno entendimento.

Não se deixe levar pelo mundo, não seja mais um no meio da multidão. Seja a perfeição do seu ser, da espiritualidade. Tenha consciência da sua divindade, seja a luz do mundo que Cristo falou. Se ilumine e ilumine os outros.

Comece a prestar atenção no agora e quando sua mente for tomada por pensamentos, volte o mais rápido possível para o caminho da atenção e vigilância, volte ao ser consciente, preste atenção no que está vendo, fazendo e sentindo.

O seu SER necessita de tudo isso, cuide-se, você é parte do mundo e ele é parte do seu ser. Não existem outros, não existe material, existe um ser dono de tudo.

Outras informações

Para acompanhar meu trabalho, acesse:

www.mentedepoder.org

Lá eu escrevo artigos, vídeos, áudios, cursos e muito mais. Fique atento, sempre posto novidades e logo mais teremos palestras e cursos.

Lembrando que este e-book é gratuito e pode ser compartilhado desde que não retire os devidos créditos.

Qualquer dúvida, reclamação ou sugestão:

poderdamente@r7.com