

HARTA CONȘTIINȚEI ® ...	11
PREFAȚĂ ...	13
Beneficiile aduse de Harta Conștiinței ...	14
Curajul ...	15
Speranța ...	16
Depășirea dificultăților ...	16
Acceptă ceea ce ești ...	18

INTRODUCERE ... 21

Despre Dr. Hawkins ...	22
Descoperiri ...	29
Marea descoperire ...	30
Căsătoria cu Susan: Harta Conștiinței prezentată lumii ...	35
Despre această carte ...	38
Înțelegerea nivelurilor conștiinței ...	40
Abordarea cărții ...	46

Partea I - Fundamentele ... 49

Capitolul 1 - Privire de ansamblu ... 53

Înțelegerea calibrării conștiinței ...	53
Baza de date a conștiinței ...	57
Baza științifică a tiparelor atrătoare ...	59
Aplicații ale atractorilor ...	64
Coloanele Hărții ...	65
Întrebări și răspunsuri ...	70

Capitolul 2 - Nivelurile conștiinței ... 77

Nivelul 20 al energiei: Rușinea ...	78
Nivelul 30 al energiei: Vinovăția ...	79
Nivelul 50 al energiei: Apatia ...	80
Nivelul 75 al energiei: Durerea/Doliul ...	81
Nivelul 100 al energiei: Frica ...	81
Nivelul 125 al energiei: Dorința ...	82
Nivelul 150 al energiei: Furia ...	83
Nivelul 175 al energiei: Mândria ...	84
Nivelul 200 al energiei: Curajul ...	85
Nivelul 250 al energiei: Neutralitatea ...	86
Nivelul 310 al energiei: Bunăvoință/Disponibilitate ...	87
Nivelul 350 al energiei: Acceptarea ...	88
Nivelul 400 al energiei: Rațiunea ...	90
Nivelul 500 al energiei: Iubirea ...	91
Nivelul 540 al energiei: Bucuria ...	92
Nivelul 600 al energiei - Pacea ...	93
Nivelurile energetice 700-1000: Iluminarea ...	94
Exemple din viața cotidiană despre felul în care nivelurile conștiinței determină comportamentul uman ...	95
Corelarea nivelurilor conștiinței și problemele sociale ...	96
Întrebări și răspunsuri ...	100

Capitolul 3 - Evoluția conștiinței ... 105

A avea - a face - a fi ...	105
Evoluția de la supraviețuire la iubire ...	107
Calibrarea sub nivelul 200 ...	108
Calibrarea peste nivelul 200 ...	109

Evoluția umană ... 110
Diferențele dintre „sub 200” și „peste 200” ... 112
Considerații pentru șapte arii ale vieții ... 116
Intenția: evoluția dincolo de cauzalitate ... 126
Întrebări și răspunsuri ... 130

Partea a II-a - Aplicații practice ... 137

Capitolul 4 - Sănătatea și fericirea ... 141

Corpul se supune minții ... 142
Depășirea programelor negative ... 145
Procesul autovindecării ... 148
Pașii pentru autovindecare ... 149
Compașiunea față de sine ... 152
Starea de libertate interioară ... 153

Capitolul 5 - „ABC-ul succesului în 10 pași ... 157

Pasul 1: Intenția ... 159
Pasul 2: Plăcerea ... 161
Pasul 3: Capacitatea de a servi ... 162
Pasul 4: Estetica ... 163
Pasul 5: Atracția ... 165
Pasul 6: Încrederea ... 166
Pasul 7: Noblețea ... 167
Pasul 8: Calitatea ... 170
Pasul 9: Împărțirea ... 172
Pasul 10: Bunăvoința ... 173
Practici zilnice pentru succes ... 176
Alinierea busolei ... 177

Capitolul 6 - Eliberarea de dependențe ... 179

Adevărul despre adicție ... 180
Câmpurile de energie și adicția ... 181
De ce să renunți la o adicție? ... 184
Procesul care se petrece în conștiință în perioada de recuperare ... 185
Cei 12 Pași: eliminarea blocajelor ... 189
Cei 12 Pași ai Alcoolicilor Anonimi ... 190
Puterea vindecătoare a unui grup iubitor ... 195
„A obține prin osmoză” ... 196
Recunoștință, grație și serenitate ... 197

PARTEA A III-A - Conștiința avansată ... 199

Capitolul 7 - Transcenderea barierelor înspre conștiința superioară ... 203

Voința spirituală ... 203
Rolul Grației ... 205
Experimentatorul: prova ego-ului ... 207
Dualitățile ego-ului: atracții și aversiuni ... 210
De la Rușine la Mândrie ... 226
De la Curaj la Extaz ... 230
Calea renunțării ... 232

Capitolul 8 - Adevărul spiritual, învățători și învățături ... 235

40 de caracteristici ale învățătorilor integri și ale învățăturilor integre ... 235
Educația spirituală ... 240

Experiența mistică ... 245
Stări divine ... 248
Întrebări și răspunsuri ... 252

Capitolul 9 - Ghid pentru aspiranții spirituali ... 263

Diracția spirituală ... 265
Întrebări și răspunsuri ... 266
Cele mai valoroase calități și atitudini ale aspirantului spiritual ... 270
12 Adevăruri Spirituale ... 270
14 Principii Spirituale ... 272
Întrebări și răspunsuri ... 280
Concluzii - Esența Căii ... 287
Unelte simple și de mare valoare pentru călătoria spirituală ... 288

ANEXA A - CALIBRAREA CONȘTIINȚEI ... 291

Istorie și metodologie ... 291
Tehnica de testare ... 292
Folosirea procedurii de testare în acest studiu ... 296
Discrepanțe ... 298
Limite ... 299
Descalificări ... 299

ANEXA B - LISTE DE CALIBRĂRI PENTRU ASPIRANȚII SPIRITUALI ... 301

Nivelul calibrat al unor învățători și al unor scrieri din palierul 600 ... 303
Nivelul calibrat al unor învățători/învățători din palierul 700 ... 304
Nivelul calibrat al unor învățători și scrieri situate peste nivelul 850 ... 305
Practici și experiențe spirituale ... 305
Practici ... 306
Experiențe ... 307

NOTE BIOGRAFICE ȘI AUTOBIOGRAFICE ... 311

GLOSAR ... 325

RESURSE PENTRU CONTINUAREA STUDIULUI ... 335

GHID PENTRU CITITOR ... 337

...altă secțiune a cărții va prezenta corelarea dintre funcționarea creierului și rata fericirii cu nivelul conștiinței.

- Coloana din extrema stângă a Hărții arată viziunea despre Dumnezeu pentru fiecare nivel de conștiință. Fiecare nivel are propria sa înțelegere, un fapt care explică existența atâtor teologii și credințe religioase. Cum îl vede/înțelege cineva pe Dumnezeu nu are nimic de-a face cu Dumnezeu, ci, mai degrabă, cu nivelul lor de conștiință care determină viziunea despre Dumnezeu.

La baza Hărții vedem descrierile demonice ale lui Dumnezeu, proiecțiile antropomorfe ale unui Dumne-zeu pedepsitor, capricios, crud și înspăimântător. În anumele cărți ale Bibliei și în credințele primitive, Dumnezeu pare să fie domolit de sacrificările animalelor și oamenilor. Până și-n ziua de azi, predicțiile pentru „sfârșitul timpurilor” descriu evenimente naturale cum ar fi tsunami, ca dovadă a furiei lui Dumnezeu sau a împlinirii anumitor predicții din Biblie. Aceasta este partea negativă a religiei și motivul pentru care mulți oameni devin spirituali și nu religioși. Marea eroare a acestor descrieri ale lui Dumnezeu este evidentă atunci când ne gândim la tsunami, cutremure și uragane care s-au petrecut pe această planetă cu mult înainte de apariția omenirii! E aproape sigur că un dezastru natural a șters de pe Pământ dinozaurii. Și, atunci, a fost Dumnezeu furios pe dinozauri? Asemenea viziuni despre Dumnezeu sunt în mod evident niște proiecții negative ale ego-ului uman.

La nivelurile înalte ale conștiinței, Dumnezeu este văzut a fi binevoitor, înțelept, infinit iubitor și

milostiv. De la aceste niveluri, Dumnezeu este înțeles a fi sursa iubirii, a unității, a tuturor celor ce sunt. Divinitatea însăși strălucește din fiecare lucru, iar Gloria in Excelsis Deo (Slavă lui Dumnezeu, celui mai înalt) este tot ceea ce se poate spune.

- Harta are și o coloană care conține perspectiva asupra propriei vieți. Cei de la niveluri mai joase se urăsc pe ei înșiși și își proiectează ura asupra lumii, văzând răul peste tot. Urcând scara, viziunea despre sine și viața persoanei devin din ce în ce mai pozitive și, în sfârșit, se simte mai confortabil cu sine însuși. „Fii așa cum ești” calibrează la 590, nivelul conștiinței lui Joseph Merrick, cel denumit Omul-Elefant datorită unei boli a oaselor care l-a desfigurat. În ciuda tachinării, ridiculizării și respingerii sociale, atitudinea și conduita lui au fost descrise ca sfinte. Era blând, iertător, nu reacționa și avea compasiune chiar și în fața celei mai crase ignorante. Unicitatea lui implică faptul că viața sa singulară simboliza o experiență spirituală în condiții extreme. El a ignorat tentația de a-și plânge de milă, de a fi o victimă și de a purta resentimente și ură față de cei care-l chinuiau. La un nivel calibrat de 590, el a stat la porțile Iluminării și a fost în pace cu el însuși și cu lumea.

O viziune benignă asupra voastră înșivă este un pas important deoarece afirmă adevărul că faceți tot ce puteți mai bine. În realitate, fiecare om face tot ce poate mai bine de la o clipă la alta. Nimic altceva nu este posibil cu excepția unei mențineri ipotetice. De la un câmp energetic negativ, oamenii își creează ipoteze ale unor idealuri imposibile pentru ei și apoi intră în vinovăție sau autopedepsire dacă nu reușesc să le îndeplinească.

Neutralitatea (250), nivelul în care suntem mulțumiți cu noi înșine, conferă o considerabilă eliberare din conversațiile negative cu noi înșine și îndoielile față de sine care ne imobilizează în nivelurile mai joase. Oamenii care operează de la un nivel mediu integru pot descoperi că există o anumită arie în viața lor care suferă de o viziune negativă despre sine și poate fi foarte eliberator...

Dacă nu ar exista aceste contrabalansări, omenirea s-ar autodistrage datorită masei de negativitate căreia nu i se opune nimic. Totuși, diferența în putere dintre un gând iubitor și unul de frică este enormă, atât de mare încât este peste capacitatea imaginației umane de a o înțelege. Putem înțelege din analiza de mai sus că și numai câteva gânduri de iubire în timpul unei zile, prin însăși pura lor putere, contrabalansează mai mult decât toată negativitatea celorlalte gânduri ale noastre.

Singura modalitate pentru ca puterea unui individ în lume să crească este creșterea integrității, a capacității sale de a fi înțelegător și de a avea compasiune. Dacă diversele populații ale omenirii pot fi aduse la această înțelegere, supraviețuirea societății umane și fericirea tuturor membrilor săi vor fi mai sigure. Simpla cunoaștere că o creștere în nivelul conștiinței unui individ reduce negativitatea în lume este un factor motivator pentru intenția de a urca mai sus pe scară.

Intenția: evoluția dincolo de cauzalitate

Aspirantul sincer trebuie să știe numai câteva lucruri. Și, numai dacă doar aude de ele sau le citește, deja începe procesul. Cel mai important lucru de știut este că totul se petrece de la sine. Nimic nu este „cauzat” de altceva. Toate fenomenele sunt consecința automată a câmpului infinit. Câmpul are o putere invizibilă, infinită, omnipotentă. Cuprinde totul, ca un câmp electromagnetic gigant, fără a avea un început și un sfârșit în spațiu sau în timp, mereu și pentru totdeauna prezent. Prezența sa este excepțional de blândă și de puternică. Este astfel încât întreaga potențialitate este activată pentru a deveni actualitate.

Dintr-o stare de conștiință pură, suntem martorii faptului că toate lucrurile se petrec spontan în virtutea infinitei puteri a câmpului Divinității. Totul se întâmplă în și din propria sa natură ca o consecință a ceea ce este, nu ca o consecință a ceea ce face, ceea ce ar implica dualitatea unui executant în acțiune.

Ceea ce lumea consideră evoluție este, în realitate, observare - suntem martorii creației care este continuă. Nemanifestatul devine Manifestat de Providența Divină ca Totalitate a Creației și apare

fără efort. În interiorul câmpului, potențialitatea este adusă în actualitate de intenție. Drept consecință, fiecare lucru apare manifestându-și moștenirea karmică. Karma sa este potențialul său înnăscut și atunci când condițiile sunt potrivite, atunci potențialitatea devine o realitate, în și din sine, ca o consecință a puterii infinite a câmpului.

Câmpul este atât de puternic încât, dacă cineva menține un gând în mod continuu, acesta va apărea ca manifestare. Altfel, nimeni nu ar deveni iluminat. Prin urmare, intenția este atotputernică. Ego-ul este foarte deștept. Pe măsură ce potențialitatea începe să se manifeste, ego-ul consideră că este meritul său. Dacă cineva ia o foarfecă și taie creanga unui măr, egoul crede că el a produs căderea mărului pe sol! Ego-ul ignoră gravitația, dar acesta este felul în care toate lucrurile se petrec. La fel cum oamenii nu sunt conștienți de gravitație, în absența căreia am cădea toți în afara globului, oamenii nu sunt conștienți de Divinitate - câmpul infinit al puterii fără de care nicio existență nu ar fi posibilă.

Intențiile apar din corpul eteric - nu din mintea ego-ului, cum ne-ar putea face să credem paradigma newtoniană a cauzalității, în momentul în care decideți că doriți să vă mișcați, mișcarea s-a petrecut deja. Am descoperit această realitate la vârsta de 16 ani când un iepure a sărit în fața mașinii. Piciorul a apăsător instantaneu frâna, iar eu mi-am surprins ego-ul că-și aroga meritul, gândind „Eu am apăsător frâna pentru a salva viața iepurelui.”. Nu, frâna era deja apăsător înainte ca mintea să fi procesat mental acest lucru. Miezului „experimentator” al ego-ului îi trebuie 100 de microsecunde pentru a se deplasa de la fenomen la subiectiva afirmație. Ego-ul este monitorul care înregistrează ceea ce s-a întâmplat în 0.0001 secunde după...