

# TEMPOS DE INTEGRAÇÃO

NILTON T.

Que vivemos em um mundo separado, já sabemos. Vivemos separados uns dos outros; vivemos separados da natureza; vivemos separados do Universo. Frequentemente achamos que todo o Universo existe somente para nós, seres exclusivos da criação ou do acaso. Dividimos o corpo do espírito. Às vezes negamos o espírito e cultuamos o corpo; outras vezes cultuamos o espírito e negamos o corpo. Vivemos, assim, nesse movimento pendular entre os extremos. Frequentemente deixamos um extremo para pular para o outro.

Dividimo-nos em cidades, países; diversas culturas, em várias raças, diversas religiões. E, é claro, frequentemente achamos que a nossa cidade é a melhor do mundo, também o nosso país, a nossa cor, a nossa cultura, a nossa religião.

Tudo isto faz com que vivamos separados de tudo – em primeiro lugar, de nós mesmos. Isso nos traz grandes sofrimentos, grandes desequilíbrios interiores. Não sabemos quem somos. Aos poucos vamos percebendo que passar a vida correndo atrás de dinheiro, de fama, de bens de consumo é uma grande farsa, que só nos satisfaz por um breve momento.

Agora, com tanta energia de alta frequência chegando à Terra, um ciclo para nós se encerra e outro está em curso, tomando o lugar do velho, muito mais evoluído. É a época da integração, em todos os sentidos. E a primeira integração a fazer é integrar a nossa consciência com o todo o Universo, começando por nos integrarmos conosco mesmos. Integrar a consciência com a mente e esta com o coração. Nosso Eu Divino, Superior ou nossa Fonte Interior – chame isso da maneira que melhor lhe agradar – deve dirigir nossos aspectos separados para que, em primeiro lugar, o desequilíbrio dentro de nós possa começar a desaparecer, a ser curado.

Nesse processo, a nossa atenção passa do mundo exterior ao nosso mundo interior. Começamos a estudar as nossas emoções, as nossas ações, os nossos comportamentos e vamos tomando conhecimento de tudo aquilo que herdamos da sociedade - crenças, valores familiares, valores culturais, etc – que só nos limitam e só nos geram conflitos. Quando identificamos corretamente um conflito, ele tende a desaparecer espontaneamente.

E assim entramos em nossa casa interior; vamos à sala, onde tudo parece certinho, tudo arrumadinho, para recebermos visitas (é a nossa personalidade). Vamos depois aos quartos, onde o ambiente já é de maior intimidade; o porão fica por último. É lá que estão nossas maiores “sombas”, aquilo que passamos a vida inteira sem querer ver, empurrando para baixo do tapete. Mas percebemos que esta atitude não resolve e o conflito está sempre se manifestando. O avestruz, diante de um perigo, dizem, enfia a cabeça na areia e assim não vê o perigo, mas o mesmo continua lá. Da mesma maneira se ignorarmos o nosso porão, as “sombas” que lá habitam não deixarão de existir.

As “sombas”, ou seja, tudo aquilo que não aceitamos em nós, está lá nos causando desequilíbrios. Como lidar com isso? Quanto mais pensamos nessas “sombas”, mais elas se tornam poderosas, a ponto de, muitas vezes, nos sufocar. Tentar tirar essas “sombas” de nós é separação. Esses aspectos que não gostamos em nós também fazem parte, quer queiramos ou não, do nosso Eu Divino. Então, vamos integrá-los ao nosso Eu, aceitando esses fatos como frutos de experiências que, consciente ou inconscientemente, nós fizemos durante a nossa estadia na Terra. Nós escolhemos fazer essas experiências, quer aceitamos isso ou não. Vamos deixar de lutar contra elas e integrá-las ao nosso ser. Lembre-se que estamos vivendo numa época de integração.

Sabemos que, com o nosso pensamento, criamos o nosso mundo. O que pensamos neste Agora será o nosso futuro. Se o nosso pensamento for de amor, paz, harmonia, é exatamente isso que teremos amanhã.

E o passado? O que nos atormenta, de modo geral, são fatos que ocorreram no passado; portanto, não temos controle sobre eles. Não é bem assim. O grande lance é que **PODEMOS MODIFICAR TAMBÉM O PASSADO!** Aconteceu um fato que o traumatizou? Ou mesmo você descobriu que teve uma vida passada bastante traumática? Faça o seguinte: pegue o fato, as pessoas que o traumatizaram e invente uma outra história, a partir desses fatos. Transforme tudo isso em uma nova história de final feliz, onde todos passam a se entender. Você vai ver que sua visão do fato muda de foco, ou seja, muda para essa nova história de final feliz. Você duvida? Faça a experiência e veja os resultados. Você poderá ter uma agradável surpresa!

18/10/2016