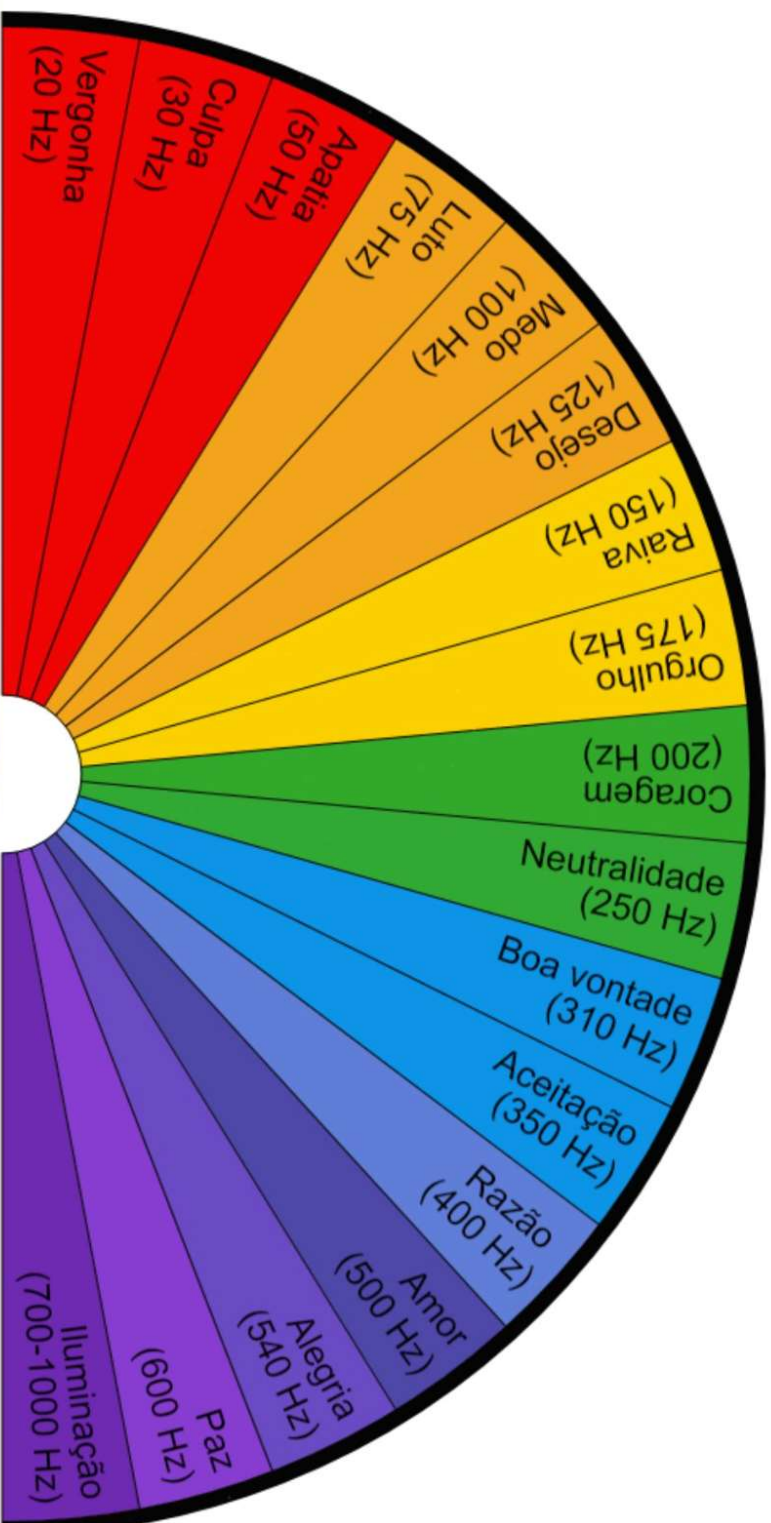
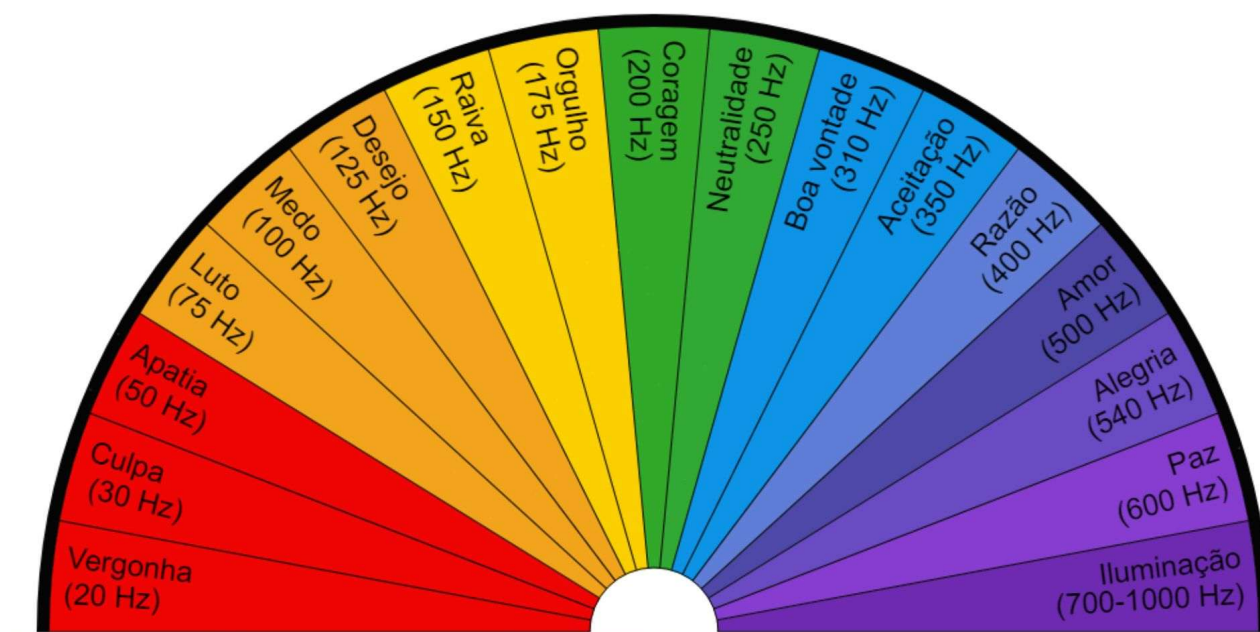


## Escala de Hawkins



## Escala de Hawkins



### **VERGONHA: Vibra em 20 Hz – Comportamento antissocial**

É a vibração mais baixa, levando à falta de decisão e a comportamentos de isolamento. A pessoa tende a se esconder das situações que a vida oferece para o seu crescimento, deixando de aprender e agir, tornando-se reativa.

É uma frequência perigosa, pois a timidez extrema pode evoluir para um estado de vergonha profunda, conduzindo à automutilação e até ao suicídio, em função do ódio voltado a si mesma. Sentem-se desprezadas, e sua emoção dominante é a humilhação. Esse processo ocorre de forma inconsciente e representa um movimento de autonegação.

### **CULPA: Vibra em 30 Hz – As vítimas.**

Seu padrão vibratório é um pouco mais elevado que o da vergonha, pois sentir culpa exige um mínimo de ação, o que não ocorre no nível anterior.

Pessoas nessa vibração tendem à vitimização, culpando os outros e as circunstâncias pelos resultados que deixam de alcançar.

Focam no passado, negligenciam o presente e não planejam o futuro. Usam o comportamento alheio como justificativa para permanecer na zona de conforto, onde a culpa as mantém presas.

Podem tornar-se vingativas e praticar atos de maldade. Nesse nível, a emoção predominante é a acusação, e o processo é de autodestruição — geralmente inconsciente. O primeiro passo para sair dessa frequência é reconhecer o que está acontecendo e buscar elevar a vibração.

### **APATIA: Vibra em 50 Hz – Paralisação**

Caracteriza-se pela perda da esperança e pela vitimização. É comum em pessoas que perderam tudo e vivem em extrema desesperança.

Sentem-se condenadas e sem saída, dominadas pela emoção da abdicação. Essa frequência conduz à estagnação e a um estado constante de desespero e perda.

### **MÁGOA: Vibra em 75 Hz – Depressão**

Apresenta um padrão de dor e tristeza intensa, especialmente diante de perdas.

É o nível da depressão, mas diferente da apatia, há uma busca por novos caminhos para sair da dor — pois a vibração já é 25Hz mais alta.

A pessoa tende a se mostrar desdenhosa, com uma visão trágica da vida. Sua emoção predominante é o arrependimento, e o processo é de desânimo.

**MEDO: Vibra em 100 Hz – Estresse**

Aqui predominam a insegurança e o estresse. A vida parece perigosa e imprevisível, e a pessoa vive em constante preocupação.

As crenças limitantes formadas principalmente até os 7 anos influenciam suas atitudes e reduzem sua qualidade de vida.

Essas crenças geram auto sabotagem, impedindo a ação e o progresso. Muitas vezes é necessário apoio terapêutico para romper esse ciclo.

O medo leva o indivíduo a se punir e a viver assustado, desenvolvendo ansiedade e desconfiança até de si mesmo.

**DESEJO: Vibra em 125 Hz – Materialista**

Neste nível, a pessoa nunca se sente satisfeita com o que tem.

Torna-se impaciente, ansiosa e consumista, buscando compensar o vazio interior com excessos materiais. Predominam emoções como negação, desapontamento e súplica, que acabam gerando um processo de escravização aos desejos e vícios.

**ANTAGÔNICO: Vibra em 150 Hz – Raiva**

Quando suas expectativas são frustradas, a pessoa reage com fúria e agressividade.

Mesmo que o episódio dure poucos minutos, é o suficiente para gerar culpa e vergonha pela falta de controle.

A raiva constante cria inimigos imaginários e pode aprisionar o indivíduo em ciclos de ódio e vingança. Esse estado destrutivo, se mantido, agrava ainda mais o desequilíbrio emocional e energético.

**ORGULHO: Vibra em 175 Hz – Arrogância**

Aqui, a pessoa vive em negação e defesa, acreditando que críticas são ataques pessoais.

Depende de fatores externos — como dinheiro e status — para se sentir segura.

Essa vibração pode levar ao nacionalismo extremo, racismo e guerras religiosas.

Predomina a emoção do desprezo, expressa em atitudes presunçosas e exigentes. A aparência de força esconde uma profunda fragilidade interior.

**CORAGEM: Vibra em 200 Hz – Otimismo**

Coragem é a capacidade de agir apesar do medo.

Neste nível, o indivíduo começa a olhar para fora em busca da verdade e se abre para novas experiências.

A vida deixa de parecer opressora e passa a ser desafiadora.

Surge o otimismo, a vontade de agir e de transformar. A emoção predominante é a afirmação, e o processo é de fortalecimento interior.

**SATISFATÓRIO: Vibra em 250 Hz – Neutralidade**

A pessoa sente-se mais segura, desapegada e equilibrada.

Trabalha suas crenças de forma tranquila e convive bem com os outros.

Entretanto, esse estado confortável pode se tornar uma armadilha se não houver movimento para o crescimento.

A emoção principal é a confiança, e o processo é de desprendimento.

**BOA VONTADE: Vibra em 310 Hz – Complacência**

Aqui há autodisciplina e força de vontade.

A pessoa utiliza sua energia de maneira eficiente, sentindo-se inspirada e esperançosa.

Predomina a emoção do otimismo, e o processo é de intenção e realização.

**ACEITAÇÃO: Vibra em 350 Hz – Perdão**

Neste estágio, o indivíduo começa a viver seus propósitos e abandona velhos dogmas.

Compreende melhor os processos da vida e manifesta níveis elevados de espiritualidade.

Torna-se proativo, estabelece metas e se responsabiliza pelo próprio caminho.

A emoção dominante é o perdão, e o processo é de transcendência e harmonia.

**RAZÃO: Vibra em 400 Hz – Contemplação**

É o nível da clareza mental e do pensamento racional, associado à ciência e à medicina.

A pessoa observa o mundo como um todo e busca contribuir de forma significativa.

Vive em contemplação e sabedoria, livre das desilusões dos níveis inferiores.

A emoção é o entendimento, e o processo é de abstração e expansão da consciência.

**AMOR: Vibra em 500 Hz**

Aqui, a ação passa a ser guiada pelo coração.

A pessoa realiza seu verdadeiro propósito e é movida por uma força superior.

Sua intuição se intensifica, e o amor se torna o centro da existência.

É o nível da reverência, da gratidão e da revelação — onde o ser vibra em profunda conexão com o divino.

**ALEGRIA: Vibra em 540 Hz – Humor**

É o estado de felicidade inabalável e desapego.

A consciência se expande e a vida flui em sincronicidade.

É o nível dos grandes mestres espirituais, em que não há necessidade de buscar metas — o ser simplesmente é.

Predomina a emoção da serenidade, e o processo é de transfiguração.

**PAZ: Vibra em 600 Hz**

Representa a total transcendência.

Segundo Hawkins, apenas uma em cada dez milhões de pessoas alcança esse estado.

Há união com o todo, visão clara da perfeição divina e a emoção do êxtase.

O processo é o da iluminação em manifestação.

**ILUMINAÇÃO: Vibra em 700 a 1000 Hz**

É o nível dos seres como Cristo e Buda, onde ocorre a completa união com o todo.

Desaparece o individualismo e o ser alcança a Superconsciência — o estado mais elevado da existência humana.

Aqui, o indivíduo vê o mundo como ele realmente é: Consciência Pura.