

DAGOBERTO ARANHA PACHECO



***O SER HUMANO E SEU  
GRADATIVO  
DESENVOLVIMENTO***

(Texto baseado em experiências pessoais do autor)

Edição: novembro de 2017

## **DEDICATÓRIA**

**A todos os grandes mestres com os quais tive a  
oportunidade de aprender sobre a vida, especialmente o  
maior de todos,**

**Irmão Abel Monsenhor.**

## ***O SER HUMANO E SEU GRADATIVO DESENVOLVIMENTO***

Nos idos da década de 70 tive a oportunidade de participar de um workshop ministrado por Eric Berne, o criador da Análise Transacional, em San Francisco, na Califórnia. Foi uma experiência fascinante e de volta ao Brasil dei início a um Curso de Relações Inter e Intrapessoais que teve muito sucesso e foram ministrados na Pontifícia Universidade Católica – PUC, na Fundação D. Aguirre, em Sorocaba e em cursos avulsos de fins-de-semana no Rio de Janeiro e em Belo Horizonte.

Agora, estou retomando esse mesmo tema e integrando-o, de forma totalmente original, com a análise transacional, com os ensinamentos das tradições orientais e as interpretações de Jung.

Vamos lá, vou transmitir o que aprendi em muitos anos de leitura e meditação de uma forma didática e numa linguagem simples, que possa ser entendida por todos, mesmo que não familiarizados com o tema proposto.

A análise transacional ensina que o ser humano é uma trindade: a CRIANÇA, o MESTRE e o ADULTO.

A tradição hindu e particularmente o budismo ensina que o ser humano se desenvolve através da abertura gradual dos **sete chakras** e da integração entre eles.

O método que adotarei para transformar esses temas complexos e de difícil entendimento é narrar, gradativamente, com muitos exemplos de minha vida pessoal e das observações que logrei efetuar, de forma que os conceitos fundamentais sejam passados através de exemplos práticos, que qualquer pessoa poderá se identificar com eles e saber em que nível se encontra. Ademais, poderá identificar também o nível em outras pessoas de suas relações e compreender o comportamento delas como absolutamente natural e previsível, sem julgá-las.

## INTRODUÇÃO BREVE AOS FUNDAMENTOS DA ANÁLISE TRANSACIONAL

Devemos considerar, em primeiro lugar, os conceitos da trindade:

CRIANÇA—MESTRE—ADULTO

CRIANÇA:

Todos já foram uma e sabem o que é. A criança é um ser em formação, sem consciência, sem linguagem, com poucos meios de comunicação. Apenas sente e sua vida é governada por sentimentos. Sente fome, sede, frio, dor e procura por vários meios aperfeiçoar as sensações de seus sentidos.

Essa criatura necessita de alguém que cuide dela e atenda às suas necessidades essenciais. Essa pessoa poderá ser a mãe, a avó, o pai, o padrasto, o avô, uma cuidadora, o que seja que a sorte dessa criança lhe reservou. De qualquer maneira, essa pessoa vai influenciar o comportamento da criança e introduzi-la nos primeiros passos de sua vida. Para a criança essa pessoa ou o conjunto de pessoas que interagem com ela serão assimiladas sensorialmente como mestre.

MESTRE:

A partir de um certo tempo, quatro anos ou mais, a criança deixará de ser apenas criança para ser criança e mestre, ao mesmo tempo. Isso ocorrerá quando terá incorporado o mestre, deixando de ser uma unidade para ser uma dualidade.

Seu comportamento se altera com frequência, ora se comporta como criança, manifestando sentimentos, temores, ansiedade, felicidade. Em outros momentos se comporta como mestre adquirindo as expressões corporais e verbais do mestre incorporado.

Quando criança, terá uma **Vida Sentida** e quando mestre uma **Vida Ensinada**.

Todos que já tiveram ou se relacionaram com uma criança de até 4 anos, sabem que terão de se comunicar com ela com expressões genéricas.

—Não faça isso. Nunca se aproxime do fogão. Não ponha o dedo na tomada.

Esses comandos genéricos são necessários porque a criança ainda não tem o conhecimento do perigo nem a capacidade intelectual para relacionar fatos e efeitos, para ela própria tomar uma decisão. Isso levará muito tempo, ainda.

A expressão corporal do mestre é de dentro para fora: aponta o dedo em riste, estica o braço com a mão espalmada para fazer a criança parar ou abre os dois braços para acolhê-la num abraço carinhoso. Essas expressões corporais e as verbais genéricas que as seguem vão sendo arquivadas no cérebro da criança e vão dando formação ao mestre incorporado, ainda em criação.

Portanto, no conceito que temos aqui, a criança incorpora um mestre que é uma somatória das experiências que vai adquirindo de várias pessoas em seus primeiros passos de aprendizado.

Vamos ficar por aqui, por enquanto, sem falarmos sobre o ADULTO que deixaremos para mais tarde. Usaremos neste trabalho a expressão pessoa crescida para diferenciar a criança de uma pessoa grande que nem sempre será adulta, no conceito transacional. Aliás, muito poucas pessoas se tornam adultas. A maioria permanece na dualidade criança-mestre como podemos constatar em alguns exemplos, observando a expressão corporal da pessoa em causa e as expressões que utiliza ao falar.

### **Numa conversa de bar ouve-se o seguinte diálogo:**

João—Veja só, o nosso presidente está oferecendo cargos de ministro para deputados votarem a favor de suas propostas. Não é vergonhoso?

Alex—Não adianta, este país não vai para a frente mesmo, é melhor desistir e ir embora daqui. *(balança a cabeça com tristeza e coloca a mão no peito)*

Ricardo—Qual nada! O que este país necessita é de um cabra macho que tenha coragem de por toda essa cambada de políticos no olho da rua e fechar o Congresso. *(fala gesticulando com os braços e apontando com o indicador)*

Diagnóstico: O Alex está ligado na criança, expressa sentimento de frustração e incapacidade.

O Ricardo aponta a solução salvadora, dedo em riste e gesticulando com os braços, fala de generalidades. Está ligado na figura do mestre incorporado. Ambos continuam agindo como crianças. Nenhum dos dois apresenta sinais de racionalidade.

### **Vejamos outro exemplo:**

Maria é uma boa esposa e ótima mãe. Pelo menos é o que ela pensa.

Hoje, passou a manhã fazendo uma faxina na casa e próximo da hora do almoço, que ainda terá de preparar, se sentia cansada e frustrada naquele momento. Daí chegou sua filha Luiza, vinda da rua, e disse para a mãe:

—A senhora assinou aqueles formulários que lhe entreguei ontem para que possa levá-los à escola?

—Ai meu Deus, tudo cai em cima de mim, tenho de atender a tudo sozinha! Por que não deu para seu pai?

—Porque ele está viajando pela empresa, se esqueceu?

Diagnóstico: Maria, embora bem crescida, neste momento se comportou como criança. Iniciou falando de si, manifestando sentimentos; logo alternou para mestre indicando o que a filha deveria fazer..., mas não respondeu à pergunta.

Se você observar, com atenção, verá que muitas pessoas ao seu redor atuam dessa maneira, alternando papéis que representam sem apresentar o mínimo de racionalidade. Talvez, com essas observações venha a perceber ser uma delas, também, o que representará um grande progresso.

Analisaremos, a seguir, o desenvolvimento humano baseado na abertura gradativa dos sete chakras, relacionando-os com os conceitos transacionais.

## I - A CRIANÇA E O CHAKRA DA RAIZ (MULADHARA)

Mantra: LAM Cor: Vermelho terra

Segundo a tradição hindu, o desenvolvimento do ser humano, desde o nascimento até a velhice, passa por várias transformações e estas têm relação com as sensações que sentimos em determinadas partes do corpo.

A identificação de quais partes do corpo são responsáveis por essas sensações dependem do desenvolvimento gradativo da consciência.

Se observarmos um nenê em seus primeiros meses de vida, constatamos que ele não tem consciência dos fenômenos que o cercam, nem mesmo de sua individualidade. Para ele, a mãe e outras pessoas que interagem com ele, fazem parte de um todo no qual ele não se identifica como indivíduo isolado.

Com o passar do tempo, observa-se um trabalho contínuo de desenvolvimento dos cinco sentidos. A criança leva tudo à boca, se encanta com chocalhos, porque produzem ruídos, seus olhos são sensíveis à luz e a objetos luminosos e coloridos que chamam imediatamente sua atenção. Quando se cansa de um brinquedo o atira longe e volta sua atenção para outro objeto que representa sua nova experiência.

A criança aparenta ter um comportamento egoísta. Tente dar um objeto para uma criança e retirá-lo, em seguida. Ela fará um escarcéu, chora, esperneia. A mãe pode interpretar que a criança é egoísta, quer tudo para ela, mas para a mãe trata-se de um objeto sem importância e para o nenê é a descoberta nova de sua vida.

Chakras são centros de energia, situados na linha do meio do corpo que começa nos músculos da pelve e sobe até o centro superior da cabeça. Nessa linha estão dispostos os sete chakras e eles tem uma importância fundamental em nossa saúde física, mental, psíquica e espiritual. Das características de cada um falaremos ao longo dos sete capítulos.

O chakra que nos toca hoje é o da raiz e sua localização em nosso corpo é na pelve, bem na base da coluna, entre o ânus e o órgão genital. É representado pelo elemento TERRA.



A criança, tal e qual uma semente, inicia seus primeiros passos desenvolvendo as raízes básicas que lhe darão sustentação e alimento nos tempos que estão

por vir. Está na fase do ‘vir a ser’. A energia predominante é yin, que é a energia da terra que tudo absorve e transforma e tem característica feminina. Daí o nenê ter melhor empatia com a mãe.

As pessoas, normalmente não dão atenção aos chakras e nem sabem onde ficam. Este chakra raiz é muito importante e o desenvolvimento do músculo da pelve com exercícios muito simples, evitam a incontinência urinária e prolongam a atividade sexual e o prazer pela maior parte da vida.

Esse chakra é o que confere à criança, na medida em que ela cresce e se desenvolve, as primeiras sensações de seu corpo e lhe permitirá, mais tarde, tomar consciência da sua individualidade separada das demais pessoas.

Pode-se observar que numa determinada época da vida do bebê ele adquire a mania de morder os dedos dos pés, das mãos e de outras partes do corpo. Não é preciso consultar um psicólogo para ver se há algo de anormal. É um processo sadio e normal da criança descobrir o seu próprio corpo como separado de seu ursinho. Se ele morde o pé tem uma sensação no pé e na boca, mas se morde o ursinho só sente a sensação da boca e com a repetição de várias experiências nessa “fase”, vai descobrindo os limites do próprio corpo.

Esse chakra é responsável por desenvolver o nível mais básico da autoconsciência – a consciência ‘do meu’.

A realidade dominante é material, a criança consegue diferenciar o corpo do meio ambiente, mas ainda permanece identificada só com o corpo, excluindo a mente. O ego em formação já é capaz de interagir com o meio para manipulá-lo em benefício próprio. Por isso, a criança nessa fase parece ser muito egoísta por querer tudo para si, sem a capacidade de partilhar suas coisas. Querer corrigir a criança nesta fase é contraproducente, pois ela ainda não tem as habilidades para o altruísmo e necessita completar inteiramente a experiência do ‘egoísmo’.

A interrupção desse processo natural poderá produzir, mais tarde, um ser crescido extremamente egoísta, que agirá como uma criança manhosa.

Muitas pessoas crescidas (não usarei o termo adulto porque, como verão, tem outro significado aqui) continuam nessa fase infantil sem ter desenvolvido outros chakras.

Demonstram orgulho de possuir, prazer de acumular coisas materiais, sem se incomodar com a real utilidade das coisas que adquire, são consumistas inveterados, tem prazer em acumular, quando podem, carros de luxo, iates, jatinhos não pela necessidade ou conforto, mas como brinquedos que querem só para si. São refratários a mudanças que costumam ser vivenciadas como ameaças. Tendência de controlar o mundo exterior e a de projetar nos outros as próprias culpas e vícios e, quando contestados, se sentem ameaçados, vitimados ou perseguidos.



Se religioso, tende para a superstição, para a crença exagerada em milagres, a oração serve para pedir privilégios para si, nunca para agradecer ou pedir por outras pessoas que sabe estar necessitadas. O medo é predominante nesta fase do primeiro chakra e se manifesta em relação a perda de seus bens materiais o que torna comum a prática de atacar como melhor defesa.

Tanto na criança como em um ser crescido, as expressões corporais se voltam para si. A pessoa põe a mão no peito, cruza os braços, fala de si mesma. A vida da criança é uma vida regulada pelos sentimentos que estão surgindo de forma ainda descontrolada, podendo passar de um choro convulsivo para um sorriso cativante, em fração de segundos. Por isso, denominamos a vida da Criança, na fase do chakra raiz, de VIDA SENTIDA.

A criança quando desenvolve este chakra, que a ajuda a se diferenciar do meio e das demais pessoas, começa a perceber que os outros são melhores do que ela própria. Porque eles falam melhor e com mais fluência, porque se portam bem à mesa sem esparramar comida pela toalha, porque tem melhor controle motor, porque são mais poderosos. Por isso a criança desenvolve um sentimento de que é **negativa**.

Isso não é mau, faz parte do processo de seu crescimento. Ela escolhe alguém como modelo que pode não ser o pai nem a mãe, mas um tio com o qual tenha convivência. Esse tio pode ter uma compreensão maior do processo da criança e desenvolver uma empatia com ela de modo a estabelecer uma relação mais íntima e confiável, isenta de julgamentos. A criança ficará mais aberta a se desenvolver para ficar mais parecida com o tio, cujas atitudes e modos irá incorporando ao seu mestre interno.

O processo se resume no seguinte: a criança se sente negativa e acha o tio positivo. Então se esforçará para ser como o tio e isso implica numa série de sacrifícios como aprender a andar de skate, a tomar modos na mesa, como ensina o tio, a fazer exercícios, a estudar mais, pois essa é a motivação que anima a criança a aprender tanta coisa para ser como a pessoa crescida que estima e admira.

As pessoas crescidas continuam com sua Criança dentro que as vezes aflora e isso é muito bom porque essas pessoas são mais sensíveis e sabem demonstrar seus sentimentos. Contudo, se a Criança interior não teve a oportunidade de desenvolver adequadamente o chakra raiz, pode se tornar numa pessoa crescida de características infantis, com traços egoístas, maniqueístas, difícil de aguentar. Eis um exemplo:

**O marido pergunta à mulher:**

—Onde você guardou meu celular?

—Por que só eu tenho de saber de suas coisas? (*põe a mão no peito e se expressa falando de si própria*)

—Desculpe amor, pensei que você pudesse tê-lo visto.

—Sou sempre a culpada de tudo nesta casa. (*mais uma vez prossegue se lastimando como a Criança faz*).

Então se percebe que a esposa, naquele momento, estava se sentindo negativa como uma criança. Ou seja, sua expressão verbal e corporal fez transparecer a Criança malformada de sua trindade.

Uma maneira importante de desenvolver este chakra é no ato da amamentação. A mãe deveria ficar deitada, ou com a criança no colo, deixando que ela procure a teta por si. O bebê vai apalpando, cheirando o corpo da mãe e com certa dificuldade faz algumas sucções em lugares errados, mas não desiste e segue procurando. Quando encontra o seio materno terá imenso prazer de sugá-lo, também por tê-lo conquistado com seu próprio esforço. Esse exercício é de fundamental importância na formação da estrutura interna do ser, conferindo à bebê autoconfiança, segurança própria e principalmente iniciativa, que serão as características que mostrará mais tarde. Homens e mulheres que mamaram bem e de forma prolongada, têm os pés no chão, são firmes, decididos, corajosos e objetivos. Têm raízes bem plantadas. Os que não tiveram essa sorte são sonhadores, vivem no mundo da lua e são vulneráveis à depressão.



Fazendo uma metáfora, suponha um jovem que enturmado com um grupo de amigos resolve escalar o Pão de Açúcar. Seu pai, bastante endinheirado e preocupado em proteger o filho, o leva de helicóptero diretamente ao cimo e o deixa esperando pelos colegas. Como se sentirá o rapaz quando os amigos chegarem esbaforidos e arranhados? Sentirá o prazer da conquista? Se sentirá mais seguro e autoconfiante que os demais?

Contudo, lamentavelmente, muitas mães não têm consciência da importância da interação de corpos no ato da amamentação e preferem que a babá administre a mamadeira. Graças a elas, os psicólogos terão uma sobrelida com melhores rendimentos.

O desenvolvimento do chakra raiz é uma fase difícil que exige muito da criança, que ainda não tem uma estabilidade em suas emoções por falta do desenvolvimento de outros chakras. Então, com frequência, fica impaciente e agressiva e, por essa razão, o chakra raiz é representado por um ELEFANTE, difícil de ser desalojado e que as vezes investe com fúria. Aja paciência para suportar essa fase, mas é sumamente necessário para a sanidade do novo ser.

## II – A INFÂNCIA E O CHAKRA GÔNADAS (SVADHISTHANA)

Mantra: VAM Cor: Alaranjado

A CRIANÇA, à medida que cresce, seu organismo vai se transformando sob o comando de um relógio biológico que não deve ser adiantado ou atrasado, como horário de verão. Chega uma hora que a menina não quer mais brincar com bonecas e o menino não quer mais acumular brinquedos.

Quando a *kundalini*, a energia adormecida na base da coluna do primeiro chakra, desperta e começa a subir pela coluna até a cabeça, as transformações podem ser perturbadoras, fazendo o menino ou a menina sentir um espírito de aventura, um anseio divino que desvia a pessoa das preocupações de acumular bens materiais para empreender o difícil caminho da busca de sua própria identidade. É a fase que, mais tarde, prepara o adolescente para se afastar dos pais em busca de maior privacidade e independência, que torne possível essa difícil e confusa jornada.

O que desencadeia esse processo, o qual exige enorme paciência dos pais e muito cuidado e compreensão, é o CHAKRA GÔNADAS, situado quatro dedos acima do chakra raiz, na altura dos órgãos internos que compõem o aparelho genital. Associado à sexualidade e a expansão da vida é representado pelo elemento ÁGUA. Nesta fase, as relações humanas adquirem maior importância que as posses materiais e a razão é que este chakra começa a desenvolver a consciência do “eu” e “tu”.



Do ponto de vista da consciência, o nenê estava sob a terra, num processo de germinação, só com ele mesmo. Nesta fase do segundo chakra ele se despreza da terra coberta pela água e adquire outros graus de liberdade, como mover-se por si próprio e encontrar outros seres que também habitam aquele espaço. Inicia, então, o processo de consciência de sua identidade e diferenciação. O meio onde está é frio e a luz muito tênue e difusa. O ser imerso na água está no estado subconsciente.

Agora está preparado para ter vislumbres de consciência do que é o amor, a amizade, a aceitação. Deseja conservar o amor dos pais, a aprovação dos amigos e esse desejo tem forte apelo emocional associado ao medo, uma vez que a perda do amor representa a perda da vida.

O êxito nas relações passa a ser o principal objetivo, o comportamento, as vestimentas, o corte de cabelo é fortemente influenciado pela grande preocupação sobre o que os outros possam pensar. O jovem vai aos poucos abrindo sua consciência para outros valores, que não sabe o que é e nem como lidar com os sentimentos envolvidos. Essas experiências e manias subjacentes que adquire fazem parte do processo. Quando bebê, mordia os pés para perceber o seu corpo. Agora, imita o que o grupo faz para ir descobrindo, pouco a pouco, as diferenciações de sua individualidade e valor. O jovem desta fase ainda não tem um centro de valorização próprio. Portanto, é inseguro e volúvel. É típico dessa fase a compulsão por novas conquistas sexuais ou por se sentir valorizado ao despertar o interesse sexual de outro ser. O relacionamento é instável, o amor pode se converter em ódio se não satisfizer a necessidade básica de ser aceito. É difícil, ainda, desenvolver relações estáveis porque falta a maturidade emocional que só é alcançada quando se consegue ter um centro de valorização pessoal desenvolvido, ou melhor, a consciência do que se é.

Como nossa sociedade valoriza em demasia o ‘Ter’, em detrimento do ‘Ser’, geralmente os investimentos em novas conquistas sociais se somam aos investimentos por posses materiais desenvolvido na fase infantil, que permanece, apenas com outras características.

No nível de consciência propiciado pelo segundo chakra, sexo e espiritualidade são frequentemente vivenciados como opostos em conflito. A imersão intensa na espiritualidade pode implicar na repressão sexual ou vice-versa. A psicanálise enfatiza que é necessário tomar consciência de seus impulsos para se obter saúde psicológica.

O que significa isso? Se o jovem foi desprezado ou humilhado pelo pai, poderá sentir um impulso de matá-lo. Isso não o torna um criminoso nem, possivelmente, sairá à procura do pai munido de uma arma. A vontade é um impulso natural, o assassinato é uma ação consciente e programada que deve ser reprimida e castigada.

O que o jovem poderá fazer é o processo de entrar em contato profundo com suas emoções e efetivamente ‘matar o pai’ mentalmente, o que associado com fortes emoções que o processo desperta, pode se transformar numa benvinda catarse. Esse ato significa eliminar o pai virtual que possui em sua mente, de forma a compreender o processo de sua dolorosa experiência e sentir que pode se libertar, com suas próprias forças, da dependência das ações inaceitáveis de seu pai real. O mesmo processo será aplicado ao parceiro amoroso que desistiu de continuar a relação. A solução não é sair matando. É

desenvolver uma consciência mais apurada de que sua vida não depende da opinião e do comportamento dos outros, mas de si mesmo.

Como podem observar, este segundo chakra é cheio de perigos. Simbolicamente é representado pela SERPENTE MARINHA que habita as profundezas do mar que, por sua vez, representa o nosso inconsciente. A liberdade pessoal neste nível é lograda pelo ritual de iniciação que consiste em matar o monstro das profundezas que quer nos devorar e que, em última instância, representa as convenções sociais ou coações familiares das quais queremos nos libertar.

Essa luta quase incessante é necessária para que o jovem se torne consciente de seus demônios e os enfrente com coragem e altivez iniciando o desenvolvimento de um centro interno de valorização de sua individualidade, para que possa estar preparado para a próxima batalha.

### III – O ADOLESCENTE E O CHAKRA SOLAR (MANIPURA)

Mantra: RAM Cor:Amarelo

Após as vivências proporcionadas pelos dois primeiros chakras, se nosso adolescente teve uma iniciação segura e bem orientada de modo a incorporar de forma integrada a aventura vivida, estará preparado para sair da água e penetrar o ar, a atmosfera ampla e iluminada e ter sua primeira visão do céu azul e infinito.

Na infância terá vencido a luta do aprendizado pela imitação. Esta fase denominamos a fase do PAPAGAIO, a ave que aprende a falar palavras após ouvi-las, repetidamente, embora não alcance o significado delas.

Tendo, mais tarde, escolhido o seu mestre, em nosso exemplo o tio, sujeito bacana que tinha mais a ensinar do que a criticar, pelo processo da repetição e imitação adquiriu muitos conhecimentos básicos e de comportamento, fundamentais para sua vida. Os incorporou tão bem que junto a seus amigos repete com a mesma ênfase os gestos do tio e as ideias e verdades que supõe ser suas. Essa é a fase do GALO, uma ave que quer tomar conta do galinheiro, mas que ainda não descobriu a serventia de suas asas.



De qualquer modo, estará preparado, razoavelmente para este terceiro chakra, representado pelo elemento FOGO porque vai despertar a consciência da vontade, do domínio e do poder. As glândulas estão superativadas e o sangue cheio de adrenalina e o corpo desperta com novas e incontroláveis energias.

O chakra solar está localizado no plexo solar, no centro superior do abdome, abaixo do diafragma. Se apertar o ponto logo abaixo do osso externo, sentirá uma pulsação forte, caso já tenha emergido das profundezas do oceano.

O simbolismo oriental indica que o ser passou pela iniciação do batismo no segundo chakra, um símbolo de purificação; o adolescente inicia, então, o processo de se libertar das imposições paternas nos ensinamentos de sua infância, procurando libertar-se das amarras que o prendem àquela situação, em busca de sua própria identidade.

Agora, o iniciado se prepara para entrar em contato com o sol, símbolo da luz eterna, reconhecendo-se como filho de Deus, com sua alma imortal. No antigo Egito, a jornada pelos mundos inferiores antecede a viagem gloriosa com Ra, o deus do sol e do poder.

É uma fase na qual queimamos de desejo, de poder e de raiva. O desencadear da tempestade de paixões emocionais, frequentemente de forma descontrolada, gerando conflitos e dolorosos sofrimentos, é também uma fonte renovadora de energias e, quando controladas e dominadas, a pessoa sente o poder interno que adquire em seu meio.

A repressão, característica dos chakras anteriores, o jovem a sente suspensa, mas continua governado por emoções impulsionadas pela ambição e fortes desejos. A impulsividade e a compulsão estarão presentes em muitas manifestações. Há um desejo de dominar, associado ao medo de ser dominado.

Nesta fase, torna-se presa fácil de cooptação por parte de movimentos radicais, possuidores de ideologias que pregam a salvação do mundo, a extinção da corrupção, a eliminação dos infiéis, e por aí vai. O jovem se sente aceito e valorizado num grupo ou numa instituição, recebe uma série de instruções que aparentemente tem alguma lógica, atende a uma necessidade do jovem de ser útil, de fazer parte de uma obra redentora e, por vezes, recebe armas para fazer valer sua ânsia de poder.

O símbolo desta fase é a ÁGUIA, uma poderosa ave carnívora que voa alto, enxerga de longe e agarra suas presas sem piedade.

Na simbologia da análise transacional, se a criança se sente negativa e busca imitar um mestre que lhe parece positivo, nesta fase há inversão dos papéis: o mestre é incorporado pelo jovem que agora pensa saber tudo e adquire as expressões corporais, frases e ensinamentos ao se comunicar com os demais.

### **Vejamos alguns exemplos:**

A mãe:

—Nossa, não sei onde guardei meus óculos!

O filho, com o dedo em riste:

—Você não guardou, largou em qualquer lugar como faz sempre.

—Que é isso, meu filho, esse é modo de responder a sua mãe?

—Não estou respondendo, estou dizendo que você deve ser mais atenta com suas coisas.

Neste chakra predomina a consciência do coletivo, de ‘nós todos’. Num desvio do processo, algumas pessoas encontrarão, como meio de evolução ou expressão, o uso de seu poder pessoal para influenciar multidões na defesa de particulares ideologias.

Percebe-se que uma pessoa está vivenciando este chakra quando se impõe com arrogância aos outros e age como ‘dono da verdade’. Em geral, não tem paciência para escutar o outro e logo faz questão de impor a sua particular visão. Não há muito o que fazer com as águias. Melhor é fugir delas.

Essas pessoas são boas administradoras, tem boa lógica e raciocínio, dão mais valor ao status, honrarias, títulos e posições de mando do que na conquista de posses materiais e até em conquistas sexuais.

Este chakra é essencialmente um desviador de caminhos, como se pode perceber. O ego enfrentou os obstáculos da inconsciência, conseguiu a independência das amarras que o protegiam e pensa ter alcançado a liberdade. Porém, se os outros dois chakras não foram incorporados de forma integrada ou foram suprimidos, haverá grandes problemas. A continuidade do desenvolvimento sadio depende essencialmente da integração de todos os níveis.

A pessoa neste nível tem um ego forte e o demonstra como forma de mostrar poder, atemorizar e atacar, como melhor defesa, porque o medo de ser defenestrado de suas conquistas o acompanha de perto.

A boa nova é que o ápice do desenvolvimento do ego não vai além deste terceiro nível. No próximo, trataremos da transcendência do ego.



## IV – A GRANDE JORNADA ESPIRITUAL CHAKRA DO CORAÇÃO

### (ANAHATA)

Mantra: YAM Cor: Verde

Em certa ocasião, fui com minha mulher Betty, já falecida, à cerimônia do fogo num templo budista, situado em Diadema na cidade de São Paulo. Trata-se de um ritual muito bonito e imponente. Uma fogueira enorme foi preparada num terreno e o público que assiste ao espetáculo fica ao redor.

Um monge budista entoava cânticos e orações defronte a um altar montado no local e vários jovens, com os trajes do monastério, dançam ao redor da fogueira empunhando bambus. Em certo momento, o monge vira-se para a fogueira, que já está finalizando, e manda espalhar o braseiro sobre o terreno, o que os discípulos fazem utilizando os bambus. Segundo a tradição, esse ritual é para expulsar as salamandras, espíritos elementares do fogo, para que a brasa não queime.

Para demonstrá-lo, o monge e seus discípulos descalçaram suas sandálias e atravessaram o braseiro em fila e calmamente, numa extensão de uns dez metros.

Betty, tirou seus sapatos e foi atrás, atravessou todo o braseiro e ainda apanhou uma brasa viva com a mão e a guardou em sua bolsa, à tiracolo.

Ao final dessa incrível jornada, examinei os pés dela que não apresentavam queimaduras, apenas círculos vermelhos nos pontos correspondentes aos sete chakras. Foi estranho constatar que a bolsa, na qual guardou uma brasa, apresentava um furo de queimadura.

Interpreto esse acontecimento como uma iniciação para um nível espiritual mais elevado, onde o medo é controlado pela fé, pela aceitação e pela entrega aos desígnios de um Ser maior.

Este é o objetivo principal do despertar do 4º CHAKRA. Este está situado no músculo do coração, deslocado para a esquerda da linha vertical onde se situam os demais. Ocorre neste chakra a descoberta de algo impessoal que não pertence ao corpo nem à mente, objetos manifestados pela consciência nos chakras anteriores. É como se após a passagem pelo fogo das paixões e da incessante luta entre a emoção sem freios e a força de vontade se lograsse uma calma para respirar e vivenciar outras experiências mais gratificantes. Por isso, este chakra é simbolizado pelo elemento **AR**.

Segundo Jung, a abertura deste chakra pode ser vivenciada simbolicamente nos sonhos como uma passagem pelo fogo. Fogo e sol, podem ser criativos ou destruidores dependendo da maneira como os utilizamos. De maneira controlada e segura, ambos são fontes de luz, calor, prazer e energia, muito úteis em nossas vidas. Sem segurança e controle podem produzir devastação em nossa saúde, nos bens que possuímos e ameaçar nossas vidas ou até aniquilá-las.

A paz e quietude que experimentamos quando a consciência se desloca das paixões para se identificar com emoções mais sutis, como o amor e a compaixão, decorre do desenvolvimento do chakra cardíaco, que fará bem ao coração e nossa consciência se volta para as energias mais sutis do espírito, simbolizadas pela respiração.



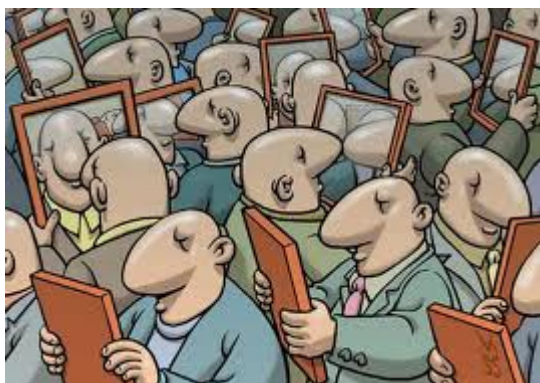
O ser nesta fase começa a perceber a futilidade do poder, da competição e da busca incessante do prazer que, de certa forma, são fontes de sofrimento.

Pela primeira vez, começamos a vivenciar a natureza divina do SELF, com características muito mais abrangentes do que o ego, o herói dos chakras anteriores, tem a oferecer.

A imagem simbólica é a do homem montado em seu cavalo que significa a integração do corpo e mente numa unidade. O cavalo é o corpo comandado pela mente do homem e o cavalo representa a vitalidade dos instintos, da força física, das emoções e do sexo. O homem é o condutor e treinador que com sua mente consegue dominar os impulsos do animal tornando-o dócil aos seus comandos e útil na função.

Assim como o adolescente teve de ‘matar’ o seu mestre para alcançar a liberdade de errar por si mesmo e aprender o caminho da liberdade responsável, também aqui deve aceitar a ‘morte’ do seu ego.

Essa perspectiva pode parecer assustadora, mas é necessária como veremos mais adiante.



Antes, porém, vamos esclarecer os conceitos de ego e self.

**Ego** é a imagem que um indivíduo faz de si mesmo. É a instância psíquica pela qual o indivíduo se reconhece como uma pessoa distinta e separada das demais; é o centro da consciência inferior; é a soma total dos pensamentos, ideias, sentimentos,

lembranças e percepções sensoriais; é a concepção que a pessoa faz de si mesma.

As pessoas, comumente, confundem esses termos importantes como sinônimos.

Self: o ‘Si mesmo’ é o centro de toda a personalidade.

De acordo com Jung, o ‘Si mesmo’ representa o objetivo do homem inteiro, a saber, a realização de sua totalidade e de sua individualidade”.

O Self vem de dentro para fora e se baseia em escolhas conscientes. Quanto maior o autoconhecimento, mais livre se torna o indivíduo no resgate da sua essência verdadeira.

Para você ter uma ideia do que é o ego, pergunte a si mesmo o que você é. Todas as respostas que vierem à sua mente, como sou trabalhador, emotivo, sou gerente de banco... estarão se referindo ao ego.

No ego estão os mecanismos de defesa, para lidar com as situações da vida, os estresses, as perdas, os problemas, os obstáculos. Esses mecanismos podem ser primitivos ou evoluídos.

O exemplo de um mecanismo de defesa primitivo é a negação. A pessoa nega a realidade, recusa-se a melhorar ou tomar medidas para resolver os próprios problemas.

Outro mecanismo de defesa primitivo é a projeção, a tendência de culpar os outros e o mundo pelos seus próprios problemas.

Quando algo desfavorável lhe acontece e procura ver o lado positivo dos acontecimentos e capitalizar o aprendizado, está utilizando um mecanismo de defesa evoluído.

O ego está contido no self. O self é a própria autoconsciência. O ego é um dos componentes do self. Para o self crescer e expandir será necessário o desligamento do ego, transferindo sua remota importância para o self.

Pessoas com egos doentes, que se utilizam de mecanismos de defesa primitivos, possuem um self frágil. Geralmente são pessoas narcisistas,

egoístas, depressivas, (Criança), donos da verdade, arrogantes, dominadores. (Mestre).

Pessoas com egos saudáveis e equilibrados possuem um self confiante. Geralmente são pessoas que canalizam suas energias mentais para atividades socialmente aceitas, ou seja, uma força de trabalho criativa, sem necessidade de controlar os outros nem as depreciar, sem arroubos e manifestadas de forma simples, equilibrada e generosa.

Resumindo, o Ego representa nosso centro decisório, pautado nas aspirações puramente pessoais, conduzindo-nos sempre pelo campo rasteiro dos interesses imediatos.

O Self, por sua vez, pode ser entendido como a manifestação de nosso Eu Superior, que nos capacitará à conquista da integração de todos os nossos dons potenciais que ainda estão por se desenvolver.

Mas, se em nossas experiências humanas, Ego e Self lutam entre si, esqueçamos o Ego e estaremos nos harmonizando com as leis naturais que nos possibilitam a conquista da felicidade.

No ocidente, os estados de não-ego têm sido considerados patológicos e isso desencorajou os processos de desenvolvimento psicológicos para além do ego.

A função do ego terminou no terceiro degrau desta escalada. Ele serviu ao seu propósito de fazer a evolução alcançar este novo estágio, mas para avançar será necessário desenvolver uma nova identificação para além do ego. Esse processo é o que constitui **transcender o ego**.

No primeiro chakra, a criança desenvolve a consciência do corpo, apenas. No segundo, o jovem se desperta para a consciência da mente, a qual confere maior valor. Deixou de ser o cavalo para ser o cavaleiro, mas o corpo continua intacto. Se não, não haverá o cavalo.

Na evolução, uma conquista não exclui a outra.

O ego não desaparece, mas é necessário transcendê-lo, deixando de se identificar apenas com ele para voar para outros níveis muito mais satisfatórios que tornam a vida fascinante, agradável, criativa e prazerosa.

Esta nova jornada começa quando as paixões, adequadamente guiadas pela razão, se transformam em valores mais elevados. Ao compreender a unicidade de todos os seres, os valores egoístas se deslocam para serviços altruístas, os julgamentos para a compaixão, a competição se transforma em cooperação, em vez do proveito próprio, o proveito coletivo.

Nas relações pessoais, a família, a comunidade e a humanidade como um todo tornam-se mais importantes do que o proveito e satisfação individual. A valorização do amor ao próximo e da compaixão são forças presentes neste nível como força impulsionadora de vida.

O poder mais importante e característico deste chakra é a **invisibilidade**. Significa que devemos renunciar ao desejo de aparecer, de ser notados, de exaltar nossos feitos ao desmerecer as realizações dos outros, de procurar ser o centro das atenções.

Outro poder é o de entrar no corpo de outra pessoa. Isto significa assumir o lugar do outro, procurar compreender as razões de suas atitudes, de seus sentimentos em conflito, adquirindo a capacidade de empatia para ouvir o outro com toda a atenção, sem julgá-lo, sem tentar modificá-lo, permanecendo invisível, ou seja, sem efetuar comparações pessoais ou tentar desempenhar o papel de mestre.

É, em última instância, **aceitar** a orientação divina e **entregar-se** ao divino como um instrumento de sua causa.

Foi aqui lançada a semente para o surgimento do ADULTO verdadeiro, ao qual poucas pessoas terão acesso.

## V – A ARTE DA COMUNICAÇÃO

### CHAKRA DA GARGANTA

#### (VISUDDHA)

Mantra: HAM Cor: Azul claro

O quinto chakra está associado ao som, rege a garganta, a tireoide, as cordas vocais e os ouvidos. Tem enorme importância na comunicação, nas suas mais variadas formas. O desenvolvimento adequado deste chakra permite a comunicação oral de forma fluida e eficiente, criando um ambiente de grande empatia entre o comunicador e seu público.

Outras formas de comunicação, como através das artes plásticas, poesia, teatro, dança, expressão corporal e da própria arte de escrever, capaz de prender a atenção do leitor despertando-lhe a motivação pela atualidade do texto, pela clareza, didática e capacidade de síntese, estão diretamente ligados ao despertar deste chakra.

Quando em desequilíbrio pode produzir vários incômodos como gagueira, dislexia ou troca de sílabas, ansiedade, asma, laringite e problemas respiratórios.



A prática continuada da meditação facilita o desenvolvimento deste quinto chakra. Porque a meditação é um treinamento para fazer cessar o diálogo interno, a tagarelice de pensamentos confusos e inúteis que giram em nossa mente. O controle sobre os pensamentos é o que vai permitir uma comunicação clara e purificada de desvios e relações sem importância.

Também ajuda muito a dominar a ansiedade que nos impede de ouvir o nosso interlocutor com atenção porque, enquanto ele fala, já estamos formulando a nossa resposta ou argumentação.

Aprender a escutar é uma das formas mais comunicativas. A pessoa, quando fala acaba por aprender, ao escutar a si própria. Então dê ao outro a oportunidade de que aprenda alguma coisa por si mesmo.

Outro benefício da meditação é desenvolver a capacidade de uma eficaz comunicação interna, ou intrapessoal. A comunicação consigo próprio conduz a um melhor conhecimento de si e, conseqüentemente, à apurada sensação de segurança, autoestima e satisfação pessoal, elementos importantíssimos para ampliar a relevância e clareza da comunicação com o exterior.

Do ponto de vista da análise transacional, aqui começa o despertar do ADULTO, a terceira pessoa da trindade humana. Até aqui, mostramos como a pessoa, mesmo crescida, se comporta como criança, manifestando sentimentos e voltada para si própria. Outros fazem o mesmo, mas se comportando como mestres, dando ordens, usando expressões genéricas e com atitudes corporais voltadas para fora, como esticar o braço com o indicador em riste, como se estivesse se dirigindo à uma criança.

A característica comum a essas pessoas é que não são racionais, não conseguem analisar objetivamente uma situação porque ora são derrotistas, achando que tudo está perdido, ora já sabem a solução salvadora da sua ideologia dominante, incorporada. São pessoas de cabeça lavada, como se diz. É frequente uma pessoa nessas condições alternar o seu comportamento várias vezes ao dia de mestre para criança e vice-versa. A razão disso é a falta de harmonização no desenvolvimento dos chakras anteriores, o que pode causar bloqueios que paralisam o desenvolvimento integral e harmônico do ser.

Se o ser em crescimento de consciência chegou até o 5º chakra, então terá a oportunidade de se despertar para a terceira pessoa de sua trindade, o ADULTO.

Para desenvolver essa fase, a pessoa terá feito um extraordinário trabalho de conscientização interior a ponto de conseguir se desprender de seu ego primitivo e iniciar o processo de unificação ao Eu Superior, processo que teve seu início no 4º chakra.

Terá avaliado toda sua hierarquia de valores, construída ao longo de sua educação e assimilado, conscientemente os valores importantes que direcionarão sua vida ética daqui em diante. Um valor que lhe foi transmitido, no passado, pelo seu mestre, o pai ou a mãe, agora será analisado podendo ser rejeitado ou assimilado, não como um valor aprendido, mas como um valor aceito por si mesmo, com o uso da razão, do bom senso e da experimentação.

Quando criança, aprendi de meus pais várias regras de conduta moral que foram importantes para eles, na época em que viveram. Quando crescido, analisei essas regras de conduta, verifiquei que meus pais eram coerentes, porque praticavam o que me transmitiram, mas eu tive de rejeitar algumas por serem inapropriadas para a minha realidade e aceitei outras, não porque me foram ensinadas, mas porque pela minha experimentação, estava convencido de que eram procedimentos adequados e corretos.

Esse trabalho de depuração evita o fenômeno da cabeça lavada, com ideias assimiladas na infância sem o escrutínio da própria consciência e que permanecem nas pessoas crescidas como dogmas.

Ao efetuar a depuração da hierarquia de valores que serão o sustentáculo de sua conduta de forma consciente e aceita, o ser em desenvolvimento terá construído o seu adulto que passará a ser a pessoa dominante da trindade.

A característica dominante é a racionalidade, a percepção arguta, uma boa dialética que lhe confere a arte de discutir com argumentos lógicos e fundamentados e, apesar do chakra ser da garganta, nunca precisar levantar a voz para expressar suas ideias.

No aspecto religioso, despertará o ser para a vontade de estudar sua crença com mais profundidade e também outras para um estudo comparado, evoluindo da fase infantil do catecismo para uma adesão consciente à utilidade e responsabilidade envolvida nas práticas religiosas. A intolerância religiosa é completamente banida como algo nada religioso. A essência na construção do Adulto é a VIDA REFLETIDA.

Como já mencionei, no processo de desenvolvimento há um desligamento das fases anteriores, mas elas permanecem vivas e atuantes como suportes do ser. Assim o adulto, neste novo conceito, toma as rédeas de sua vida, mas continua a ter e a manifestar sentimentos, deixando aflorar sua criança naturalmente e sem temores. Outras vezes, terá de ser um mestre para alcançar uma comunicação com uma pessoa ainda de baixa evolução e que por essa razão, necessita de um guia e de uma liderança firme. O ser, com o adulto desenvolvido, terá o mestre e a criança sempre presentes e harmonizados, mas estes não substituirão o adulto na condução de sua vida. É esse o diferencial mais evidente.

### **Vejamos um exemplo do comportamento dessa trindade:**

*M – Esses nossos políticos são todos ladrões e deveriam estar na cadeia e não no Senado e na Câmara.*

*A – Você, M, está generalizando. Acho que pode ter razão se concordar que a maioria dos nossos políticos são desonestos e agem em benefício próprio, mas há alguns, infelizmente poucos, que são honestos, idealistas e merecedores de nosso respeito e voto.*

*C – Ah, sei não, acho que esse sistema está podre, não tem mais concerto e eu só voto em branco.*



*A – Cuidado amigo, você pode ser julgado como racista.*

O quinto chakra é representado pelo elemento **ETER**, algo que até recentemente não se sabia se era matéria ou apenas conceito, pois se tratava de um elemento teórico da física que preenche todo o espaço, penetra todas as matérias, mas não é encontrado em nenhuma parte. Recentemente, cientistas quânticos revelaram que conseguiram medir e constatar a presença do éter, filtrando-o da presença de outras partículas em profundas cavernas rochosas, com aparelhos sensíveis às partículas subatômicas. O simbolismo do éter é a sutileza e invisibilidade. Está muito apropriado porque entramos, neste chakra, no espaço dos fenômenos psíquicos.

A pessoa neste nível começa a perceber que a realidade material não passa de um mundo de ilusões e aparências e os valores e ideias abstratas se tornam reais como fontes de experiência. A computação moderna, a inteligência artificial, a internet das coisas está mostrando um mundo que seria inconcebível há relativamente poucos anos atrás e certamente está impulsionando as novas gerações para despertarem sua consciência para a nova era das comunicações globais.

*"Você, suas alegrias e tristezas, suas memórias e ambições, sua noção de identidade e seu livre-arbítrio nada mais são do que a interação de um vasto conjunto de células nervosas".*

(Afirmção do inglês Francis Harry Compton Crick, biólogo molecular, que desvendou o enigma da molécula DNA, junto com o americano Watson e cujos estudos sobre a consciência humana abriram os caminhos para a neurociência).

## VI – CHAKRA DO TERCEIRO OLHO

(AJNA)

Mantra: OM Cor: Violeta

Este chakra situa-se bem no centro da cabeça pouco acima das sobrancelhas.



As indianas marcam um ponto que pintam sobre a testa para lembrar que devem desenvolver essa terceira visão. É governado pela glândula hipófise.

No quarto chakra o desenvolvimento da consciência permitiu à pessoa a percepção de que a mente e o corpo não são uma dualidade, mas uma unidade, representada na figura do cavaleiro e seu cavalo. Foi quando começamos a deixar para trás a ideia do ego, porque começamos a perceber o surgimento do self ou EU SUPERIOR conectado com a consciência divina, como sempre esteve, mas só então começou a ser percebido.

No quinto chakra essa percepção se amplia para os fenômenos psíquicos, quando percebemos que não somos limitados ao corpo e a mente, mas que nos expandimos para outras experiências extracorpóreas associadas ao centro cardíaco e passamos a vivenciar a compaixão, o amor e a percepção de que podemos estar muito conectados com as pessoas que amamos e cuja dor e sofrimento nos atingem, assim como a alegria, o prazer e as conquistas. Sentimos mais do que uma proximidade, mas como se as vivências do outro fossem as nossas próprias vivências. Sofremos juntos e nos alegamos juntos.

Neste sexto chakra a consciência começa a perceber a existência de outros mundos ainda mais amplos e desconhecidos. É quando, através do Eu Superior passamos a ter a experiência direta de que essa nova unidade, recém experimentada, não se faz apenas com nossos entes mais queridos, mas se expande para toda a criação. Sentimos verdadeiramente sermos unos com o universo.

Já vimos que se perguntarmos à uma pessoa o que ela é, certamente responderá que é oficial do exército ou gerente comercial. Isso comprova de que estará no nível do terceiro chakra, ainda muito ligado ao ego inferior. Uma pessoa do sexto chakra, em razão de sua percepção de unidade universal, provavelmente responderá que é uma partícula do criador do universo ou algo que expresse um sentido de transcendência.

Uma experiência característica deste chakra é a intuição, um dom mais comum nas mulheres às quais se atribui a qualidade do sexto sentido, pelo qual

percebe a verdade diretamente pela intuição e não pela dedução, característica predominante nos homens. Manifesta-se aqui a sabedoria, a experiência de vida e surge o Adulto maduro, experiente, seguro e fortemente centrado.



Em razão dessa transformação, a pessoa se torna mais solitária, mais introspectiva, já não tem mais o interesse pelos prazeres externos, quase sempre barulhentos e agitados. Procura mais a vivência interior que se torna mais significativa e rica. O símbolo desta fase é o CONDOR, uma ave solitária que vive nos picos das montanhas, nos Andes argentinos, e flutua no ar sem aparente esforço, movida pelo vento que a sustenta em suas imensas asas. Infelizmente, algumas pessoas julgam erradamente que atingiram essa fase evolutiva, quando afirmam que estão condor aqui, condor ali, condor acolá.

A mente é mais sutil neste nível e dádivas espirituais são conquistadas à medida que ela desperta e evolui. A experiência pessoal se desconecta dos medos, dá menos importância ao ego menor, é pouco afetada pela opinião dos outros, pelas ameaças e perigos e está convicta de que todas as experiências são criações da própria mente. Ao meditar nesse nível, todas as cores, luzes e imagens desaparecem, enquanto a mente descansa na luz branca do vazio.

Abre-se o portal do sétimo chakra.

## VII – CHAKRA LOTUS DAS MIL PÉTALAS (SAHASRARA)

Mantra: SHAM Cor: Branca

O sétimo chakra está situado no cimo da cabeça, é representado por um anel luminoso de cor branca, como a que aparece representada nas imagens e figuras de santos. É governado pela glândula pineal que tem o tamanho de um grão de arroz e se situa no interior da massa encefálica entre os dois lóbulos.



A coroação dos reis tem o significado de que o soberano, que vai exercer o poder de conduzir uma nação, está no nível do sétimo chakra e, portanto, portador da sabedoria e da luz divina. Infelizmente, isso é mais uma forma de enganar o povo crédulo e ignorante.

Quando a consciência se abre para este chakra, a Consciência Divina impera e a percebemos pelo Eu Superior; o ser se imerge na Unidade deixando de existir como uma entidade à parte. É quando atinge a ILUMINAÇÃO. A cor branca, característica deste chakra, é ela própria a composição de todas as cores do espectro solar.

Todos os níveis anteriores são compreendidos como manifestação deste, ou em outras palavras, tal estado máximo



de consciência não é visto como algo separado de outros estados, mas intrinsecamente presente em todos eles. A energia é poderosa e se irradia fortemente através da aura podendo operar cura milagrosa e transformar o espírito das pessoas que permaneçam na zona de influência da aura do Iluminado.

Sensitividade, clarividência, precognição, mediunidade, hiperestesia, telepatia—os chamados fenômenos transpessoais—e os relacionados aos estados de meditação, geralmente ocorrem em pessoas neste nível de consciência.

‘Transpessoal’ significa que algum tipo de processo está a ocorrer na pessoa que, em certo sentido, expande-se para além das fronteiras habitualmente reconhecidas como indivíduo.

*“Somente quando conseguires transcender o conceito de fronteiras e transmutar a separação em união é que alcançarás a Iluminação. Então, estarás consciente que és uno com o Universo. Então saberás que teu verdadeiro eu, não é só teu organismo, mas toda a criação. Terás, então, a resposta precisa para a pergunta ‘QUEM SOU EU’. Tal estágio excede o campo da psicologia e se aprofunda nas experiências místicas do cristianismo esotérico, do taoísmo, budismo, judaísmo e outras religiões e doutrinas. (Assim falou Irmão Abel em nossos diálogos descritos em minha “Antologia Pessoal”, publicado pela Amazon).*



Como podem ver, na aventura da vida “muitos são os chamados, mas poucos os escolhidos”.

O mantra característico da unidade que integra todos os demais níveis é: **AUM**, segundo os tibetanos, cujo símbolo é mostrado acima.

Em um de meus encontros com Irmão Abel no Parque Florestal de Monsanto, situada em Lisboa, recebi seus ensinamentos relacionados com este sétimo chackra. A certa altura, pediu-me que fechasse os olhos, ampliasse a percepção sensorial e tentasse escutar o meu Mestre Interior por algum tempo.

*Assim fiz e, não sei se influenciado pelo diálogo, penetrei num estado imensamente profundo, onde já não sentia meu corpo. Minha mente, embora tranquila e vazia de pensamentos, permanecia presente, observando os fenômenos que ocorriam, mas sem interferir.*

*Visões deslumbrantes em cores vivas e variadas, com grande riqueza de detalhes e beleza indescritível, se sucediam diante do observador extasiado e contemplativo. Pude sentir as vivências e perceber, com a totalidade do meu ser, a maravilhosa experiência de sentir-me dissolvido no universo, uma partícula da humanidade, parte integrante dela e, ademais, de todo o cosmo, de toda a criação. Senti, de forma absolutamente real, mas impossível de descrever através da pobreza das palavras, minha unificação com o universo.*

*Aquilo que me parecia apenas uma especulação intelectual, tornou-se uma realidade tangível.*

*Confesso que foi uma experiência maravilhosa e inesquecível. Quando retornei ao nível objetivo e abri os olhos, notei que Irmão Abel, tal como chegara, se havia retirado sem fazer o menor ruído. Talvez eu tenha alcançado a chamada Iluminação, a que Irmão Abel se referiu, mas isso não me preocupa e nem tem, para mim, nenhuma importância.*

*Importa apenas que, agora, eu sei quem...EU SOU.*

Lisboa, 1990. (Transcrito do livro do autor ANTOLOGIA PESSOAL)

\* \* \*

Para os prezados leitores e leitoras que me acompanharam até aqui e que possivelmente terão interesse em informações mais aprofundadas e em exemplos de experiências vividas, recomendo fortemente a leitura de meu ANTOLOGIA PESSOAL, publicado e difundido mundialmente pela Amazon.

Livro no formato e-Book para ser lido em seu computador, iPad, iPhone, com o leitor Kindle que pode ser adquirido, gratuitamente, diretamente no site da Amazon.

Siga o link: <http://www.amazon.com/dp/b009z8u9ek>