ANGELA MARIA LA SALA BATA

MEDICINA PSICO-ESPIRITUAL



http://groups.google.com.br/group/digitalsource

SINOPSE:

Este livro é uma indagação sobre as verdadeiras causas da doença e sobre o seu significado evolutivo e espiritual.

Medicina Psico-Espiritual é uma tentativa de criar uma ponte entre a Medicina do Ocidente e a Medicina do Oriente, entre a interpretação psicossomática, que se baseia na psicologia profunda, e a visão intuitiva da Medicina Esotérica, que vê o homem como um centro Consciência Espiritual que procura expressar-se por meio de um corpo e de uma psique visto como um agregado de energias.

Como em todos os livros a Autora usa uma linguagem acessível, obediente a uma norma que ela própria estabelece nas primeiras páginas deste volume: *"O dever do estudioso de esoterismo, hoje, é o de estar no mundo e não o de abstrair-se dele, e de levar ao mundo o conhecimento e a luz que ele possui, tornando-se intérprete das verdades ocultas e traduzindo-as em termos compreensíveis e aceitáveis."*

ISBN: 85-315-0417-1

Tradução

de Pier Luigi Cabra

EDITORA PENSAMENTO São Paulo

Título do original: *Medicina Psico-Spirituale*

SUMÁRIO

Prefácio

PRIMEIRA PARTE

Capítulo I

Relações entre psique e corpo

Capítulo II

Noções de anatomia e fisiologia ocultas

Capítulo III

As doenças do ponto de vista esotérico

Capítulo IV

Doenças por congestão

Capítulo V

Doenças por inibição

Capítulo VI

O mecanismo da consciência

Capítulo VII

As doenças e o grau evolutivo do homem

Capítulo VIII

Doenças cármicas coletivas e individuais

Capítulo IX

Doenças evolutivas

Capítulo X

Transferência das energias do Plexo Solar para o Centro

do Coração (Primeira Parte)

Capítulo XI

Transferência das energias do Plexo Solar ao Centro

do Coração (Segunda Parte)

Capítulo XII

Transferência das energias do Centro Sacral para o Centro da Garganta (Primeira Parte)

Capítulo XIII

Transferência das energias do Centro Sacral para o Centro da Garganta (Segunda Parte)

Capítulo XIV

Transferência das energias do Centro da Base da espinha dorsal para o Centro da Cabeça

Capítulo XV

Harmonia e integração da personalidade

SEGUNDA PARTE

Capítulo I

Significado evolutivo da doença

Capítulo II

Doenças físicas que precedem o despertar do Si

Capítulo III

Relação entre tipo psicológico e doença física

Capítulo IV

Distúrbios psíquicos que precedem o despertar (Primeira Parte)

Capítulo V

Distúrbios psíquicos que precedem o despertar (Segunda Parte)

Capítulo VI

O despertar do Si

Capítulo VH

Depois do despertar

BIBLIOGRAFIA

PREFACIO

O projeto de escrever este livro surgiu em minha mente em conseqüência de algumas experiências pessoais, as quais levaram-me a refletir profunda e longamente e incentivaram-me a investigar o campo tão interessante, embora misterioso ainda, das verdadeiras causas da doença e do seu significado evolutivo e espiritual.

Não sendo médica, tive muitas dúvidas antes de tomar uma resolução, pois temia parecer presunçosa ou pouco competente. O desejo de escrevê-lo, porém, foi tão forte que tive de satisfazê-lo, na esperança, sobretudo, de que as minhas reflexões, as minhas observações e as minhas intuições servissem de estímulo para que outros continuassem e aprofundassem esta investigação, chegando a resultados mais precisos e satisfatórios do que os meus.

Por outro lado, tenho absoluta certeza de que o estado de desarmonia a que chamamos "doença" esconde uma mensagem a ser decifrada, de que os seus sintomas têm uma linguagem precisa e que o sofrimento que nos inflige tem significados e fins bem mais profundos e amplos do que à primeira vista supomos. Se pudéssemos compreender tal mensagem, interpretar a linguagem dos sintomas, valer-nos do sofrimento que provocam, disporíamos de uma preciosa chave para progredir, para buscar uma auto-realização mais rápida e fácil, transpondo obstáculos, desarmonias, impurezas e resistências que não percebemos conscientemente.

Hoje, também a Medicina oficial está se abrindo (sobretudo graças â psicanálise) a uma interpretação menos materialista e mecanicista das causas da doença. O ramo psicossomático da medicina está se afirmando e se espalhando cada vez mais, contando, hoje, com adeptos e seguidores sempre mais numerosos. Começa-se a admitir que a doença não deve ser considerada, e portanto tratada, somente em razão de uma "ação exterior", mas também a partir do "interior", investigando-se as suas causas psicológicas e as suas motivações e raízes profundas. Começa-se a perceber que, por trás da "máquina" biológica, por trás das somatizações, encontra-se o homem na sua totalidade, na complexidade da sua

natureza, do seu Ser Real, com seus sofrimentos morais, seus problemas existenciais, suas aspirações aos valores superiores, suas mais altas potencialidades ...

Ao expor os resultados das minhas reflexões e experiências, levei em consideração não somente os postulados da medicina psicossomática, como também as percepções da medicina esotérica, procurando revelar pontos de contato e semelhanças entre as duas posturas. Eis por que dei o título *Medicina psico-espiritual* ao meu livro: para exprimir a tentativa de criar uma ponte entre a interpretação psicossomática, que se baseia na psicologia profunda, e a visão intuitiva da medicina esotérica, que vê no homem um Centro de Consciência Espiritual, um Si que procura se exprimir por intermédio de um corpo e de uma psique, vistos como um agregado de energias.

Na realidade, poderíamos também dizer: tentativa de criar uma ponte entre Ocidente e Oriente, visto que a medicina psicossomática (tal como a psicanálise), com seu rigor científico, com o extremo cuidado e prudência de suas afirmações, é fruto da mentalidade ocidental, enquanto a medicina esotérica, que se vale de uma percepção e de uma sensibilidade subjetivas, de experiências interiores e da intuição, considerando o homem uma centelha divina encarnada num corpo material, é fruto da mentalidade oriental.

Ocidente e Oriente representam dois pólos, duas modalidades de pesquisa e de expressão, ambos válidos, os quais, partindo um do exterior e o outro do interior, deverão afinal se encontrar e se integrar um ao outro.

Procurei levar sempre em consideração estas duas modalidades, salientando não os contrastes, mas as correspondências, não as diferenças, mas as semelhanças, recorrendo àquela porção de intuição que se desenvolveu em mim e àquilo que pude verificar e experimentar pessoalmente.

Trata-se de um campo de estudos e investigações ainda novo e, portanto, aberto a infinitas possibilidades e revelações, e mesmo que o Ocidente ainda não tenha admitido, como o Oriente, que o corpo físico do homem é somente um símbolo

de realidades mais profundas, começa porém a admitir que aquilo que constatamos através dos sentidos, ou mesmo das experiências de laboratório, não é tudo. Realizam-se experiências e pesquisas que visam a descobrir o que há além da matéria. O estudo dos fenômenos chamados "paranormais" difunde-se cada vez mais e os pesquisadores avizinham-se da descoberta de novas e misteriosas dimensões ...

Também a psicanálise inicialmente materialista evolui, sendo a psique vista como algo independente da somatização. As mais modernas escolas de psicologia admitem a existência de processos inconscientes superiores ao lado dos inferiores, investigando não apenas as camadas mais profundas da psique mas também as mais altas.

Por este motivo, talvez, as teorias esotéricas, que admitem níveis e dimensões de realidades hiperfísicas, e energias sutis e invisíveis que fogem à mensuração científica, não parecem mais, hoje em dia, tão absurdas e inacreditáveis.

Devemos, portanto, nos abrir também à investigação livre de preconceitos e aceitar todas as hipóteses, tentando todos os caminhos de pesquisa e experimentação.

Um destes caminhos poderia ser justamente o estudo e a análise dos nossos distúrbios e males físicos e psíquicos, a fim de encontrar-lhes as causas profundas e, assim, remontar do sintoma físico ao problema subjetivo e interior que ele subentende.

Se é verdade, como não apenas o esoterismo mas também a psicologia profunda afirma, que somos inconscientes de nós mesmos, que devemos nos conhecer a fundo para chegarmos à auto-realização, então devemos utilizar todos os meios para alcançar essa meta e interpretar todas as nossas manifestações exteriores e físicas como mensagens simbólicas de uma realidade oculta.

Se é verdade, como afirmam unanimemente os grandes pesquisadores, os sábios, os iluminados de todos os tempos, que o Verdadeiro Homem ainda não se manifestou, mas que ele deverá "nascer" em nós, vencendo obstáculos, resistências, condicionamentos, automatismos, erros que se foram formando na energia da nossa

personalidade, não nos fechemos então à intuição, às novas idéias que nos poderiam ajudar a encontrar maior harmonia e consciência e nos orientar na superação de nossas limitações e sofrimentos.

Angela Maria La Sala Batà

Janeiro de 1980

Primeira Parte

Capítulo I

RELAÇÕES ENTRE PSIQUE E CORPO

A misteriosa relação existente entre vida e forma, entre psique e corpo e, por fim, entre Espírito e Matéria, sempre atraiu o interesse do homem, não apenas do ponto de vista científico como também do filosófico, sendo as mais diversas possíveis as respostas dadas a este problema.

Se, por exemplo, nos reportarmos a Descartes, veremos que ele afirma existir "uma irredutibilidade radical entre a alma e o corpo". Recuando ainda mais no tempo, nos deparamos com Platão a declarar: "É esse o grande erro do nosso tempo... Os médicos mantêm separada a alma do corpo". Com base nisso, percebe-se que ele julgava existir uma imprescindível unidade entre o espírito e a matéria, entre a psique e o corpo, e assim chegava a concordar intuitivamente com aquela que é uma das verdades fundamentais do esoterismo: a unidade da vida.

"É um dos postulados fundamentais do esoterismo o de que matéria e espírito são uma mesma coisa, não se distinguindo senão por suas respectivas manifestações e pelas percepções limitadas que são as do nosso mundo sensível." (Das *Cartas dos mahatmas*.)

Isso concorda perfeitamente com o continuum postulado por Einstein como base da física universal. De fato, com suas geniais descobertas sobre a constituição da matéria, Einstein provocou uma reviravolta na concepção dual energia e matéria, reconduzindo tudo a uma única realidade, talvez inacessível ao entendimento

intelectual, mas a partir da qual é possível estabelecer matematicamente propriedades e deduzir leis físicas experimentalmente verificáveis.

Todavia, o homem ainda está longe de poder reconhecer efetivamente esta unidade, pois a sua consciência se acha identificada com a forma exterior, que ele julga ser a única realidade, e entra em contato com o mundo objetivo somente através dos cinco sentidos, enquanto ele ainda não desenvolveu a sensibilidade no plano das energias sutis e invisíveis.

Por isso, tudo o que nos pode provar a existência de uma "relação" entre o que há para lá do mundo sensível e da matéria é útil para nos conduzir pouco a pouco à reconquista da unidade subjacente à aparente dualidade.

Algo que nos pode ajudar nesse sentido é o estudo das influências da psique sobre a somatização, estudo de que se ocupa a medicina psicossomática, uma das correntes da medicina atual que admite haver determinada influência das emoções e dos estados psíquicos sobre o organismo, capaz de produzir distúrbios, mal-estares e doenças reais.

Há alguns decênios, o corpo e as suas funções eram considerados pela medicina somente em termos fisioquímicos, sendo o ideal do médico tornar-se, como diz Alexander, famoso médico psicossomático americano, "um engenheiro do corpo humano".

Hoje, ao contrário, foi se delineando no campo da medicina uma corrente bem definida, que considera o homem uma unidade biopsíquica, um indivíduo, não somente um corpo, mas um conjunto de pensamentos, de emoções e tendências funcionando de maneira coordenada sob a orientação de um eu consciente. Cada um desses aspectos do indivíduo influencia o outro, pois guardam todos entre si relações que, mesmo ainda não totalmente esclarecidas pela ciência, deixam no ar a sua presença.

Foi o advento da psicanálise que modificou as concepções materialistas da medicina, com a descoberta do inconsciente e o estudo dos bizarros fenômenos da

sintomatologia neurótica, que produz distúrbios que podem ser considerados verdadeiros processos patológicos.

Sobretudo, o estudo da "conversão de sintomas" na histeria possibilitou a compreensão de como os conflitos psíquicos inconscientes, os traumas removidos, podem se "converter" em mal-estares e distúrbios somáticos, pois tendo sido impedida a sua descarga externa pela repressão inconsciente, eles são descarregados sobre o físico.

Pouco a pouco, após novas observações e estudos, o campo de investigação e descoberta foi se ampliando a ponto de, hoje, a medicina psicossomática admitir a presença de influências emotivas e psíquicas sobre a somatização, não somente nos indivíduos neuróticos como também nos normais que tenham, porém, problemas emotivos não resolvidos, preocupações que se furtam de enfrentar e reconhecer, ou então nos que são submetidos a um stress contínuo e torturante. A palavra stress deriva da física e da engenharia, onde, como é sabido, ela tem um significado bastante preciso, qual seja "solicitação", tratando-se de uma força que, aplicada a um dado sistema, pode alterá-lo. Em sentido patológico, tal palavra passou a designar qualquer problema ou situação que nos provoque um estado de ansiedade ou de tensão. Isso nos leva a pensar que, se conseguíssemos manter um estado interior de serenidade, de calma e confiança em todas as situações difíceis de nossa vida, em face de qualquer acontecimento, mesmo grave, de modo a poder enfrentá-lo com coragem, lucidez e sobretudo com perfeita tranqüilidade emocional, provavelmente poderíamos evitar a maior parte dos nossos mal-estares físicos. Todavia, esta "tranqüilidade emocional" representa uma meta a ser alcançada depois de uma série de amadurecimentos e progressos; por enquanto, portanto, as palavras expressas acima representam somente uma indicação teórica.

Mesmo as doutrinas espirituais e esotéricas interpretam a maior parte das doenças físicas como conseqüência da falta de harmonia interior.

No livro de A.A. Bailey, *A Cura Esotérica*, pode-se ler: "Todas as doenças são

efeito de desarmonia entre forma e vida. O que une forma e vida... é a alma no homem e o Si humano. Quando é falho o alinhamento entre estes dois fatores, alma e forma, vida e expressão, sujeito e objeto, insinua-se a doença..." (p. 27).

A harmonia entre "vida e forma", entre alma e personalidade, pode ser alcançada somente quando se der o alinhamento e a integração de todos os aspectos do homem, ou melhor, podemos dizer que toda vida é uma passagem da desarmonia para a harmonia, da desordem para a ordem, da multiplicidade para a unidade. Isso nos indica, em certo sentido, o programa a ser desenvolvido, o caminho a ser seguido para o nosso amadurecimento interior, meta esta que toda a humanidade, mesmo inconscientemente, tende a alcançar através de crises e sofrimentos, até que a consciência, desperta, não assuma o direcionamento das energias que compõem a nossa personalidade e não cumpra voluntária e conscientemente o trabalho de harmonização e de integração.

Em nível diverso, a psicologia profunda também persegue este objetivo e procura levar o homem para a completa auto-realização, orientando-o ao longo do caminho do conhecimento integra de si mesmo e da superação dos conflitos interiores.

A esta altura, torna-se necessário dizer que a origem da doença não é somente psicológica e subjetiva, mesmo que a maioria das doenças tenha sempre um componente psíquico. Existem outras causas que as doutrinas esotéricas reportam ao Carma individual e também coletivo de toda a humanidade.

Tal assunto é extremamente amplo e, para dizer a verdade, ainda um pouco obscuro e complexo, pois o aspecto esotérico das doenças e o seu estudo é algo ainda muito novo para o estágio atual de evolução da humanidade, tanto como a própria medicina psicossomática, que mesmo tendo muitos adeptos e seguidores entre os médicos, ainda é hostilizada e mesmo ignorada pela maioria. Faz pouco que o pensamento dos homens começou a se orientar nessa direção, por isso somente uma minoria começa a se fazer sensível às energias sutis e ao mundo, das causas e significados, oculto sob as aparências fenomênicas. Portanto, tudo o que se exprime a

esse respeito será necessariamente parcial e incompleto, sendo apresentado sobretudo como um argumento sobre o qual refletir e meditar. Nessa matéria, nada mais fácil do que recair na superstição e na atitude anticientífica, o que pode levar a um ocultismo e a um fenomenismo nocivos, que devem ser evitados a qualquer custo, pois estes, ao invés de nos guiar para a luz e para um progresso efetivo, nos levariam para trás, provocando a nossa regressão a estágios evolutivos há muito superados.

Hoje, as doutrinas esotéricas também devem ser difundidas como uma ciência, como um conjunto de conhecimentos baseados em pesquisas sérias e no estudo de aspectos e manifestações que, se não agora, certamente no futuro, poderão ser verificados e experimentados cientificamente.

Eis por que, juntamente com o estudo dos enunciados e explicações esotéricas e espirituais referentes às doenças do homem, é oportuno levar em consideração também tudo aquilo que foi observado pela medicina psicossomática e, além disso, procurar traçar um paralelo entre esta última e a medicina esotérica, destacando, na medida do possível, as analogias e os pontos de contato entre as duas.

O dever do estudioso do esoterismo, hoje, é o de estar no mundo e não o de abstrair-se dele, e de levar ao mundo o conhecimento e a luz que ele possui, tornando-se intérprete das verdades ocultas e traduzindo-as em termos compreensíveis e aceitáveis.

É útil, portanto, saber até que ponto chegaram as pesquisas e experimentações da medicina psicossomática e acompanhar os progressos — contínuos, embora lentos — da ciência em direção ao descobrimento da verdadeira natureza do homem. Devemos, portanto, considerar, mesmo que rapidamente, os pontos de vista da medicina psicossomática.

A medicina psicossomática, conforme dissemos, reconhece o peso das influências emotivas e psíquicas sobre a saúde e divide os doentes em três categorias, conforme está escrito no tratado *Medicina psicossomática* de Weiss e English (ed. Astrolábio):

1º grupo: Todos os que, não sendo loucos e tampouco neuróticos, apresentam uma doença que nenhuma alteração orgânica definida pode explicar. A medicina psicossomática se interessa sobretudo por esse primeiro grupo. São os casos puramente "funcionais" da medicina prática.

2º grupo: Todos os pacientes que apresentam distúrbios parcialmente provocados por fatores emotivos, mesmo que se verifiquem alterações orgânicas. Este segundo grupo é mais importante do que o primeiro do ponto de vista do diagnóstico e da terapia, pois o fator psicogênico pode provocar, nesse caso, danos muito mais graves, devido à presença também de uma doença orgânica.

3º grupo: Todos os distúrbios geralmente considerados de domínio essencialmente somático, mas que implicam também o sistema nervoso vegetativo, como, por exemplo, a hemicrania, a asma, a hipertensão essencial etc.

Com base nessa subdivisão esquemática, é possível deduzir que no pensamento dos médicos está se delineando também um outro problema muito importante, ou seja, o da eventual relação entre distúrbio psicológico e alteração anatômica.

Em geral, os médicos psicossomáticos distinguem as doenças como sendo orgânicas e funcionais. As primeiras são as que apresentam alterações celulares e lesões anatômicas, as segundas são as que não apresentam alterações celulares nem lesões anatômicas e, portanto, devem ser consideradas "psicogênicas".

A concepção de doença que vem se transmitindo desde o século XIX poderia ser indicada da seguinte maneira:

Alteração celular - lesão anatômica - distúrbio funcional.

No século XX esta fórmula sofreu uma mudança e passou a ser expressa da seguinte maneira:

Distúrbio funcional - alteração celular - lesão anatômica.

Nada se sabe ainda, do ponto de vista científico, quanto ao que poderia preceder o distúrbio funcional, mas no futuro talvez se possa apontar um distúrbio

psicológico como responsável por uma alteração funcional, através de uma determinada relação comprovável cientificamente.

A fórmula citada acima poderia, então, ser expressa da seguinte maneira: Distúrbio psicológico - deficiência funcional - alteração celular - lesão anatômica.

A medicina psicossomática admite esta relação como uma hipótese bastante provável e, mesmo considerando a relação entre estado emocional e órgão físico ainda misteriosa, não afasta a possibilidade de que um fator psíquico venha, com o passar do tempo, a influir até mesmo sobre a matéria física e a produzir até mesmo uma lesão anatômica.

Isto é extremamente importante, pois nos traz de volta ao problema que mencionamos no início, ou seja, à misteriosa relação que une a psique ao corpo, o espírito à matéria.

Do ponto de vista esotérico, o homem é considerado uma unidade complexa, constituída de vários aspectos ou "veículos" subordinados a um centro de consciência de origem espiritual, o qual é chamado Si, Alma ou Eu Superior, sendo considerado o Verdadeiro Homem.

O corpo físico é o mais exterior destes veículos, sendo tido somente como um instrumento de expressão e de experiência do Si no plano material. Portanto, não há uma "cisão" entre o espírito e a matéria, mas somente uma graduação de nível vibratório, pois todos os aspectos do Si, inclusive o veículo físico, emanaram do próprio Si para poderem se exprimir. Voltaremos mais detalhadamente a este ponto num dos próximos capítulos.

Portanto, o problema da relação entre vida e forma, se considerado do ponto de vista das doutrinas esotéricas, pode ser facilmente resolvido, porquanto se trata de um fenômeno semelhante ao da indução eletromagnética. De fato, é preciso imaginar os veículos do homem como "campos de energia" em contínuo movimento e em comunicação entre si.

Estes campos de energia (que poderiam corresponder à "psique" da

psicologia) constituem a ponte entre o espírito e a matéria, entre o Pai e a Mãe, como são simbolicamente chamados estes dois aspectos do Uno.

"O Pai-Mãe fia um tecido, cuja extremidade superior está presa ao Espírito-Luz da Escuridão Una e a inferior a seu escuro fim, a Matéria. Este é o Tecido do Universo, tecido com as duas substâncias fundidas em uma" (H. P. Blavatsky: *Doutrina Secreta - Estâncias de Dzyan*).

O homem, microcosmo que reflete o macrocosmo, revive em si mesmo esta verdade universal e nele o corpo físico pode ser considerado "o escuro fim do Tecido", e o Espírito "a Luz", enquanto a sua psique (isto é, os vários veículos) representam "o tecido do meio".

Portanto, para o esoterismo a relação entre Espírito e corpo não representa um mistério, sendo considerada, do ponto de vista energético, como sempre presente e atual. A cisão existe do ponto de vista da consciência, pois o homem não tem consciência de si mesmo, já que se identificou com a extremidade mais densa e exterior do "tecido", com a parte mais superficial e mecânica de sua natureza, vivendo na inconsciência de sua origem e de sua realidade profunda.

Esta é a razão pela qual a ciência que pesquisa e indaga dos fenômenos baseando-se no seu aspecto objetivo e partindo, por assim dizer, do exterior, topa freqüentemente com obstáculos intransponíveis e aparentemente inexplicáveis. De fato (citando Aurobindo), "parece evidente que analisando o físico e o sensível nunca chegaremos ao conhecimento do Si, de nós mesmos ou d'Aquele que chamamos Deus... Portanto, se existe um Si, uma Realidade não evidente para os nossos sentidos, é preciso procurá-la com outros meios que não os da ciência física". (De *A síntese da Yoga*, vol. II, p. 22.)

E que outros meios são esses?

Sobretudo o estudo da consciência do homem, que é uma realidade subjetiva, em face da qual até mesmo os cientistas se sentem perplexos. O conhecido biólogo C. H. Waddington escreve a este respeito: "Nos deparamos, no que respeita à

consciência de si, com um mistério fundamental que ocupa o centro de toda a nossa vida ..."

De fato, não há como classificar e estudar "cientificamente" a consciência, entendida como autoconsciência, fenômeno em si totalmente independente dos fatos físicos.

É justamente na análise dos fenômenos subjetivos da consciência e no desenvolvimento gradativo desta que o esoterismo e a ciência talvez possam se encontrar através da psicologia, que se pode considerar hoje como uma ciência verdadeiramente fundamental para a vida.

A medicina psico-espiritual procura investigar as causas das doenças do homem servindo-se não somente dos meios oferecidos pela psicologia como também dos meios oferecidos pelas doutrinas esotéricas e, considerando as doenças como alterações da relação existente entre psique e corpo, e espírito e matéria, pode ajudar a nos conhecermos melhor e a alcançarmos a harmonia e a auto-realização.

Capítulo II

NOÇÕES DE ANATOMIA E FISIOLOGIA OCULTAS

O homem é um ser extremamente complexo. Ele não se reduz à matéria, mas é também intelecto, sentimento, vontade e sobretudo Espírito. Portanto, para compreendê-lo realmente devemos recorrer não somente à biologia, mas também à psicologia, à religião e sobretudo às antigas doutrinas esotéricas, as quais afirmam existir um homem "visível" e um homem "invisível".

O que significam tais palavras?

Que o homem tem não apenas um corpo material, visível, sólido, mas outros "corpos" ou veículos, invisíveis aos olhos. De acordo com o esoterismo, não existem somente três dimensões, mas também outras que não podem ser percebidas pelos nossos sentidos físicos, limitados e enganosos, e para cada uma dessas dimensões o espírito do homem, o Si ou Alma individualizada, tem um veículo ou "corpo" de expressão.

Todavia, antes de falar destes corpos, gostaria de me deter um pouco para descrever, mesmo que rapidamente, a constituição do homem em geral.

O homem tem dois aspectos principais: o pessoal e o espiritual.

O pessoal poderia ser dividido, de acordo com S. Paulo, em:

a) corpo ou soma, e

b) psique,

ambos reflexos existenciais do Pneuma, ou Espírito, "que É, e se encarna... somente de maneira fragmentária no mundo do espaço-tempo".

Se considerarmos que *tudo é energia* em diferentes níveis vibratórios, desde a matéria até ao Espírito, poderíamos dizer, recorrendo a termos de física, que o homem "é um feixe de ondas estacionárias submetido a um crescimento e a um desenvolvimento constantes. O modelo o torna objetivo no mundo das coisas, e ele deriva a sua forma de um imenso complexo de forças e de energias, que agem umas com as outras em todos os níveis: espiritual, psíquico e físico" (de *O espelho da vida e da morte*, de L. Bendit).

Começando pelo corpo físico, denso e visível, vemos que ele é um sistema altamente complexo de energias diversas, isto é:

a) energias químicas;

b) energias vitais e bioelétricas.

A vida depende de uma interação entre os campos de energias químico-vitais, os quais se influenciam reciprocamente.

A psique é aquela região do homem nem física nem espiritual, correspondendo ao que as doutrinas esotéricas chamam de "corpos sutis". São "corpos", na medida em que, como dissemos, são "feixes de ondas estacionadas" (como, por exemplo, um raio de luz), mas se parecem mais com "campos de força", por se acharem em estado de contínuo movimento e fluxo.

Os corpos sutis do homem, que constituem o seu lado psíquico, são três:

1) corpo etéreo (que é também físico, sendo a contrapartida vital e bio-elétrica

do corpo físico denso);

2) corpo emotivo ou astral, ou corpo das emoções e dos sentimentos;

3) corpo mental, ou aspecto intelectivo da psique.

O corpo que mais nos interessa neste momento, em que tratamos da medicina psico-espiritual e sobretudo da relação entre psique e corpo material, é o corpo etéreo que, conforme dissemos, é quem torna esta relação possível.

O tema do corpo etéreo e dos seus centros de força é muito amplo e complexo. Por esse motivo, poderemos tecer somente algumas considerações gerais a respeito, deixando o caminho livre para a reflexão, a pesquisa e sobretudo para a experiência direta àqueles que desejarem aprofundar este argumento.

A principal dificuldade, provavelmente, surge do fato de que não temos consciência do corpo etéreo, e somos polarizados geralmente pelo corpo físico denso, que, no entanto, deve ser considerado somente "um robô", um instrumento do verdadeiro veículo do Si no plano físico, isto é, do corpo etéreo.

De fato, este, no *Tratado de magia branca*, de A. A. Bailey, é descrito da seguinte forma:

"O grande símbolo da Alma no ser humano é o seu corpo etéreo ou vital, visto que:

1. É a contrapartida física da Luz interior, chamada Alma ou corpo espiritual. É também chamado de "taça de ouro" (vasinho) na Bíblia, distinguindo-se:

a) por sua luminosidade;

b) por sua freqüência vibratória, sempre sincronizada com o desenvolvimento da Alma;

c) por sua força de coesão, que une e relaciona todas as partes da estrutura física.

2. É a trama ou rede microcósmica da vida, pois compenetra todas as partes da estrutura física..." (pp. 64-65).

O corpo etéreo, portanto, quando o homem tiver alcançado um alto grau

evolutivo, poderá ser efetivamente o instrumento da Alma, ou Si, no plano físico, e irradiar energias espirituais em seu ambiente. Ele constitui, de fato, "a aura" de uma pessoa, variando a sua qualidade e vibração conforme o grau de pureza e realização interior.

O corpo etéreo é composto de matéria física muito sutil, sendo portanto, invisível ao olho comum. Esta matéria (que os cientistas chamaram "éter" e os esoteristas "prana") permeia e penetra não somente todos os corpos e todas as formas existentes, mas também todo o espaço, de maneira que inexiste o vazio. O éter é o veículo de todos os tipos de energia, às quais serve de condutor, sendo por essa razão que o corpo etéreo do homem pode receber e transmitir as energias de todos os outros níveis de vida e mesmo as energias espirituais.

O corpo etéreo tem forma igual à do corpo físico, ao qual ele penetra e extravasa por alguns centímetros, formando a aura de que falamos acima. Este corpo é formado por uma complicada rede de pequenos canais de energia que se entrecruzam (os nadis), exata contrapartida etérea do sistema nervoso.

Nesta densa rede de "nadis", encontram-se sete pontos focais ou plexos, chamados em sânscrito *chakram* (ou seja, centros de força). Na realidade, tais plexos são muito mais numerosos, mas os mais importantes e conhecidos são sete, correspondendo às sete glândulas endócrinas principais.

Observemos atentamente estes sete plexos, conforme aparecem na figura apresentada a seguir.

Destes centros, três estão localizados abaixo do diafragma, sendo chamados "inferiores", e três acima do diafragma, "superiores". Um sétimo centro encontra-se entre as sobrancelhas, tendo por função integrar e sintetizar todos os outros.

Cada um destes centros exprime um tipo especial de energia, embora as energias fundamentais sejam essencialmente três:

1) a energia da Vontade (Atma);

2) a energia do Amor (Buddhi);

3) a energia da Inteligência Criativa (Manas).

Na realidade, estas três energias refletem os três aspectos da triplicidade divina, expressa em quase todas as religiões pelas três Pessoas da Divindade:

Pai	Brahma	Osíris
Filho	Vishnu	Hórus
Espírito Santo	Shiva	Isis

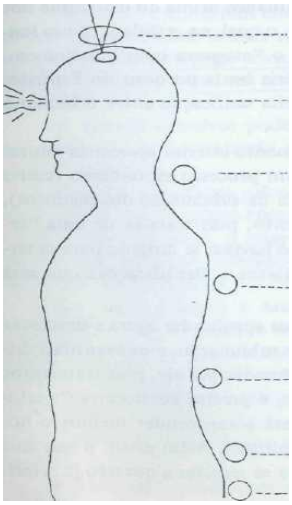
Semelhante concepção de um Deus uno e trino reflete uma verdade profundamente oculta, que se pode encontrar em todos os níveis, mesmo no homem, onde as energias fundamentais são expressas através dos três centros superiores:

1) Centro localizado no alto da cabeça (Sahasrara Chakram), Vontade Espiritual;

2) Centro localizado na garganta (Vishudda Chakram), Criatividade Espiritual;

3) Centro localizado no coração (Anahata Chakram), Amor Espiritual.

OS SETE CENTROS ETÉRICOS



1- Centro localizado no alto da cabeça (Sahasrara Chakram)

2- Centro localizado entre as sobrancelhas (Ajna Chakram)

3- Centro localizado na garganta (Vishudda Chakram)

4- Centro localizado no coração (Anahata Chakram)

5- Centro localizado no Plexo Solar (Manipura Chakram)

6- Centro Sacral (Svadhistana Chakram)

7- Centro localizado na base da espinha dorsal (Muladhara Chakram)

1- Vontade espiritual 1000 pétalas (glândula pineal)

2- Integração e síntese 96 pétalas (corpo pituitário)

3- Criatividade superior 16 pétalas (glândula tiróide)

4- Amor universal 12 pétalas (glândula timo)

5- Emotividade e afetividade pessoal 10 pétalas (glândula pâncreas)

6- Sexualidade 6 pétalas (glândulas gônadas)

7- Auto-afirmação 4 pétalas (supra-renais)

Do ponto de vista dos instintos fundamentais, eles se acham em perfeita correspondência com os três centros inferiores, que também exprimem as mesmas energias, conquanto degradadas e de reduzida vibração:

1) Centro do plexo solar (Manipura chakram), Amor egoístico (instinto gregário);

2) Centro sacral (Svadhistana chakram), Criatividade inferior (instinto sexual);

3) Centro localizado na base da espinha dorsal (Muladhara chakram), Vontade egoística (instinto de auto-afirmação).

O "Centro localizado entre as sobrancelhas" (Ajna chakram), conforme já mencionamos, exprimirá a síntese e a integração dos três centros superiores e dos três inferiores, quando o homem tiver transferido todas as energias do "baixo" para o "alto" em conseqüência do despertar da consciência do Si.

Esta transferência ou elevação das energias instintivas dos três centros situados abaixo do diafragma para aqueles situados acima do diafragma nos indica todo o processo evolutivo do homem, o qual, na realidade, é um longo caminho interior, árduo e tormentoso. É o "magnum opus" do homem, a alquimia espiritual que transforma a matéria bruta no ouro do Espírito. É a "redenção da matéria, que leva à perfeita unificação entre o humano e o divino.

Como seria de esperar, este empreendimento interior apresenta muitas

dificuldades, e mesmo sendo na realidade um processo espontâneo (como também a psicanálise constatou, com a teoria da sublimação dos instintos), requer superações, renúncias, luta e sofrimento, pois trata-se de uma "re-orientação" das energias que por longo tempo haviam se dirigido para determinadas direções, criando automatismos, hábitos e identificações que será preciso superar com um esforço considerável.

De qualquer maneira, não queremos nos aprofundar agora e descrever em detalhes as diferentes fases do processo de sublimação, e os eventuais distúrbios e mal-estares psíquicos e físicos produzidos por ele, pois trataremos disso nos próximos capítulos. Por enquanto, é preciso conhecer a "anatomia" do corpo etéreo e as suas funções, para compreender melhor o homem e a sua complexa natureza biopsico-espiritual. Além disso, o que nos interessa mais de perto agora, sobretudo para se resolver a questão já referida relação entre a psique e o corpo, é a correspondência entre este corpo sutil com o corpo físico denso, por um lado, e com o Espírito, por outro.

No que diz respeito à correspondência com o corpo denso, já mencionamos a relação entre os "nadis" do corpo etéreo e o sistema nervoso. Todavia, a relação mais interessante é provavelmente a que se verifica entre os sete centros de força e as glândulas endócrinas; de fato, para cada chakram corresponde uma glândula (ver a figura).

Hoje a medicina também admite uma grande influência do sistema endócrino não somente sobre a saúde física do homem, mas também sobre o seu estado psíquico e sobre o seu comportamento. Tentou-se também, como se sabe, até mesmo uma biotipologia baseada nas glândulas de secreção interna.

A endocrinologia deu uma grande contribuição aos estudos psicossomáticos ao verificar que a maior parte das glândulas endócrinas depende dos centros mais elevados do encéfalo, isto é, da vida psíquica. De fato, as emoções e o stress têm uma enorme influência não somente sobre o sistema nervoso mas também sobre o sistema endócrino.

"Em muitos distúrbios endócrinos, as perturbações emotivas prolongadas são provavelmente fatores etiológicos importantes. Tem-se uma clara demonstração disso no papo tóxico, cujo aparecimento pode estar freqüentemente relacionado a traumas emotivos." (Alexander: *Medicina psicossomática*, p. 36.)

Os fatores emotivos podem influir até mesmo sobre o metabolismo dos carboidratos, acarretando vários distúrbios e até doenças, como, por exemplo, o diabete.

Segundo a medicina psico-espiritual, as glândulas endócrinas são o reflexo e o símbolo no plano físico dos centros etéreos e das energias sutis que os atravessam. Portanto, a origem dos distúrbios endócrinos deve ser procurada no funcionamento alterado ou errado de um determinado centro, o que é manifestado em seguida por doença física.

Para cada glândula e sua secreção corresponde um estado psíquico bem definido. Por exemplo, a secreção das cápsulas supra-renais é a adrenalina, que é produzida quando uma determinada situação psíquica ou física requer do homem combatividade, instinto de defesa e luta. De fato, é sabido que a adrenalina dá maior força e energia ao homem. Portanto, neste caso percebe-se claramente a relação entre a glândula física e a sua secreção com o centro correspondente, que exprime justamente auto-afirmação e agressividade.

É interessante notar que as três glândulas mais conhecidas e cujas funções foram estudadas a fundo são as que correspondem aos centros localizados abaixo do diafragma: as supra-renais, as gônadas (ou glândulas intersticiais) e o pâncreas. Isso acontece porque tais centros são os mais ativos na humanidade média e portanto se manifestam mesmo no plano físico, mais clara e nitidamente. Já das glândulas localizadas acima do diafragma, até pouco tempo não se conhecia com clareza e certeza a função, e de algumas nem sequer se conhecia a secreção, justamente porque (afirma o esoterismo) tais glândulas correspondem aos centros superiores do homem, que são ativos e desenvolvidos somente em uma pequena parte da

humanidade.

São exatamente estes centros superiores que constituem os pontos de contato e de correspondência entre o ser no plano físico e o Ser Espiritual: o Si.

De fato, eles exprimem, conforme dissemos, os três aspectos do Si: Vontade, Amor e Inteligência Criativa, e são despertados somente quando o homem se torna receptivo às energias espirituais e transfere as energias dos centros inferiores para os superiores, dando início, assim, à sua "regeneração oculta".

Então o Si, ou Alma, poderá exprimir-se e operar também no plano físico através do corpo etéreo, que realmente se tornará a "taça de ouro" ou o vasinho de que fala a Bíblia, capaz de irradiar luz e energias benéficas e saneadoras à sua volta. Toda desarmonia desaparecerá então, e o homem será completamente "curado" de seus males e sofrimentos.

Como se depreende claramente destas rápidas indicações, o tema do corpo etéreo é muito importante para a compreensão oculta do homem, e quando também a ciência reconhecer a sua existência e conhecer o seu funcionamento, isso redundará em grande contribuição para o progresso do homem e para a solução de muitos dos seus problemas, sejam físicos ou espirituais.

Devemos dizer que, na realidade, a ciência se aproxima dessa descoberta, sendo que nos últimos anos passos gigantescos foram dados nesta direção. Veja-se, por exemplo, a "câmara de Kirlian", idealizada em 1939 por um casal russo, os Kirlian, com a qual foi possível fotografar (através de adaptações especiais) radiações coloridas de luz e de energia emanadas de corpos e objetos. Esta descoberta foi muito debatida no início e somente há alguns decênios, após experiências e investigações suplementares, feitas por cientistas de outras nações, foi considerada seriamente, até se chegar ao reconhecimento unânime da existência de um "corpo biológico", uma espécie de "cópia" dos corpos materiais visíveis, constituída por uma energia que se passou a denominar justamente bioplasma, desconhecendo-se qual seja a sua natureza, e da qual se originou o nome de "corpo bioplasmático", cuja definição é: " ...

matriz invisível que organiza os seres vivos e mantém o intercâmbio vital das células, sendo uma espécie de campo estruturador da forma". Verificou-se também que este "campo estruturador" desaparece quando da morte do corpo (quer se trate de um corpo humano ou de uma planta etc).

É evidente, portanto, que se aproxima o momento em que a ciência deverá aceitar a teoria do corpo etéreo, constatar a sua existência e, sendo verdade o que afirmam a seu respeito as doutrinas esotéricas, descobri-lo pouco a pouco, até que chegue o dia em que a parte espiritual do homem também não mais será considerada como algo vago, longínquo, hipotético ou até mesmo inexistente, mas algo que se pode alcançar pela gradativa descoberta das outras dimensões interiores do homem, pela sensibilização da consciência para as energias sutis, visto não haver separação entre Espírito e matéria, mas uma ininterrupta cadeia de realidades cada vez mais sutis, as quais o homem está destinado a conhecer e a experimentar aos poucos.

Capítulo III

AS DOENÇAS DO PONTO DE VISTA ESOTÉRICO

Do ponto de vista esotérico, as doenças, conforme já mencionamos, se devem a um estado de desarmonia e desequilíbrio entre "vida e forma", isto é, entre o Si, que é o Verdadeiro Homem, e os seus veículos de expressão. Isso produz um desarranjo na sincronia vibratória entre as energias dos vários níveis psíquicos do homem. Isso, no entanto, é inevitável, visto que o homem não tem consciência de sua verdadeira essência e, portanto, não se identifica com os veículos e é "vivido" pelas energias ao invés de vivê-las e usá-las conscientemente. Ele é como um robô, uma máquina, vítima de impulsos, desejos e exigências que provêm de sua natureza inferior, aos quais, portanto, está condicionado.

Semelhante ponto de vista do esoterismo concorda, de certa forma, com o da psicanálise, que afirma que o homem é vítima e sucumbe às instâncias que provêm do inconsciente até o momento em que ele toma consciência das camadas profundas de seu ser e se auto-realiza.

A via do progresso interior e da busca da harmonia,segundo um ponto de vista psicológico ou mesmo espiritual, é a do desenvolvimento da consciência. Em outras palavras, é sair do estado passivo, condicionado e inconsciente de identificação com o eu superficial e ilusório para chegar ao estado de plena consciência, reencontrando-se autêntica do próprio ser.

A doença é, portanto, um dos efeitos inevitáveis do nosso estado de inconsciência e limitação, mas ela também é útil, visto que nos indica e nos revela os erros e as deficiências que se encontram em nós. Este é um aspecto extremamente importante do mal, aspecto que não deve ser deixado de lado. De fato, a doença esconde uma "mensagem" que deve ser decifrada, já que, dependendo do órgão ou da função atingidos, há um problema específico, um conflito diferente, uma anomalia específica que deve ser localizada. Há, por assim dizer, uma "linguagem dos órgãos", um simbolismo que se deve interpretar.

Além disso, a doença, por seus efeitos, é purificatória e evolutiva, pois, uma vez resolvida, o conflito que a originou desaparece, e as energias mal dirigidas ou bloqueadas são canalizadas na direção certa, mesmo que temporariamente. De fato, poderia suceder uma recaída se tornássemos a cometer o mesmo erro ou não conseguíssemos dar um passo definitivo na direção de uma maior consciência.

O conceito básico que devemos sempre levar em consideração é o de que o homem é um agregado de energias de diferentes níveis vibratórios. Os veículos do homem, conforme já dissemos, são campos de energia utilizados pelo Si para fazer experiências sobre os vários níveis da manifestação. O Si representa o centro estivei e firme em torno do qual "giram" os corpos sutis. O homem deve, portanto, encontrar um equilíbrio e uma harmonia entre as várias energias, e com isso fazer emergir este "centro" unificador.

Levando em consideração este conceito básico de "energia", poderíamos formular esta lei: "Todas as doenças derivam da utilização errônea das energias que se encontram em nós".

O erro na utilização das energias pode se verificar em qualquer um dos veículos: no corpo etéreo (contrapartida vital do físico denso), no corpo astral (veículo das emoções) ou no corpo mental. Todavia, as causas mais freqüentes localizam-se no corpo astral, que na humanidade média é o mais desenvolvido e o mais utilizado, sendo nele, portanto, que se geram os problemas e erros mais freqüentes.

Geralmente, a humanidade é movida pelo desejo e pelas emoções, reagindo emocionalmente, antes de mais nada, aos eventos. Por esta razão, o corpo é sempre agitado pelas emoções, perturbado e congestionado. Ansiedade, medo, paixões, desejos desordenados mantêm sempre em movimento as vibrações da natureza emocional do homem e se comunicam com o corpo físico denso através do corpo etéreo, e, como o centro de expressão das emoções no corpo etéreo é o "plexo solar", as perturbações que dele derivam interessam sobretudo à área que circunda o plexo solar, isto é, o aparelho gastrintestinal.

Sublinhamos as palavras "através do corpo etéreo" porque são muito importantes. Elas nos indicam por que via se dá a relação entre corpo emotivo e corpo físico, e mais adiante veremos que esta via, que é o corpo etéreo, é extremamente importante. A relação entre Alma e corpo, entre Espírito e matéria se torna possível pelo corpo etéreo, que com as suas correntes de energia (nadis) e os seus centros corresponde exatamente ao sistema nervoso.

Sabe-se que os estados emotivos são estreitamente relacionados no sistema nervoso, sobretudo o vegetativo; existe até mesmo um ramo da medicina que estuda a relação entre as emoções e o sistema nervoso: a psicofisiologia.

A essa altura, é útil procedermos a um rápido exame de alguns dos pontos de vista da medicina psicossomática sobre os distúrbios derivados dos estados emotivos desordenados e agitados.

De acordo com Alexander, os estados emotivos têm grande influência sobre as funções vegetativas e podem provocar distúrbios, os quais se dividem em duas categorias principais:

1. Distúrbios que derivam de inibição da função do simpático.

2. Distúrbios que derivam de uma ativação desnecessária do parassimpático.

Sabe-se que as funções das duas partes do sistema nervoso vegetativo são respectivamente as seguintes: o simpático harmoniza as funções vegetativas internas com a atividade externa e prepara, portanto, o organismo para a luta, a fuga, a defesa etc. Ao fazer isso, inibe todos os processos anabólicos (por exemplo, a atividade gastrintestinal) e estimula a atividade cardíaca e pulmonar.

O parassimpático, ao contrário, rege a conservação e o acúmulo, isto é, os processos anabólicos (por exemplo, processos digestivos, o acúmulo de açúcar de reserva no fígado etc).

O simpático e o parassimpático, portanto, têm funções antagônicas que deveriam, no entanto, integrar-se e harmonizar-se reciprocamente, pois contribuem para manter o equilíbrio entre vida exterior e interior.

Em certo sentido, o simpático corresponde ao estado de vigília (e, portanto, ao consciente) e o parassimpático ao estado de sono (isto é, ao inconsciente). Na verdade, até mesmo entre consciente e inconsciente há antagonismo, pois eles representam os dois pólos opostos da vida psíquica, os quais, porém, contribuem para manter o equilíbrio psicológico do homem.

Freqüentemente, porém, tal equilíbrio é perturbado por situações conflituosas, por estados de imaturidade, por complexos e repressões, por situações de estafa, a ponto de o estado emotivo ressentir-se disso e, conseqüentemente, também o sistema nervoso, do que geralmente derivam doenças psicossomáticas.

Sempre segundo Alexander, os mencionados distúrbios da função do simpático verificam-se quando ocorre uma situação de emergência na vida de um indivíduo, o que coloca o simpático em ação. As batidas cardíacas se aceleram, a respiração torna-se mais rápida, os músculos se tencionam como se preparando para uma luta etc. Às vezes, porém, quando se verifica a atrofia do instinto de auto-afirmação, a preparação esboçada não chega a se exteriorizar. O organismo, caso este fato se

repetir várias vezes, danificar-se-á com o tempo (distúrbios cardíacos, hipertensão, etc), pois não há um alívio para o estado de tensão.

Os distúrbios do parassimpático, ao contrário, verificam-se quando o indivíduo, ao invés de enfrentar a emergência com o preparo para a luta e para a atividade, sente impulso de pedir ajuda e proteção, agindo como quando era criança. Instaura-se nele *uma regressão emotiva para um estado de dependência*. Em outras palavras, ao invés de ativar o simpático, que rege as relações com o meio ambiente, ativa-se o parassimpático, que tem uma função interna puramente vegetativa. É, portanto, um retrair-se do problema atual, quase uma volta à infância, e isto provoca distúrbios gastrintestinais (diarréia, colite, dispepsia, etc). Tal reação é chamada "síndrome regressiva".

Tais interpretações da medicina psicossomática são muito interessantes, pois nos confirmam o fato de que, analisando-se os nossos distúrbios e mal-estares físicos e remontando às causas psíquicas que os produziram, poderíamos ser ajudados no conhecimento de nós mesmos e tomar consciência das regiões ainda inconscientes da nossa psique. De fato, como vimos, os distúrbios acima descritos derivam de mecanismos de defesa ou de repressão que se instalaram no inconsciente e que acarretam "uma utilização incorreta das energias" e, portanto, originam eventuais doenças.

Nos distúrbios em que se ativa o simpático e se produzem estados de tensão e preparação sem descarga, há uma congestão de energias. Ao contrário, nos distúrbios em que predomina o parassimpático e há uma recessão emotiva, produz-se uma inibição de energias.

Estas duas palavras: congestão e inibição, sintetizam, de certa forma, todos os erros na utilização das energias. Portanto, segundo a medicina esotérica, devem ser sempre levadas em consideração e compreendidas em todas as suas implicações.

A congestão é um acúmulo de energias que gera um estado de tensão e de conseqüente inflamação do órgão físico que se encontra naquela região, nas

proximidades do centro correspondente e, conseqüentemente, todos aqueles distúrbios físicos e eventuais doenças que podem derivar de um estado de inflamação.

A inibição, ao contrário, que deriva da repressão e bloqueio das energias, impedindo a sua circulação e o seu livre fluxo, produz perda de vitalidade e, portanto, todos aqueles distúrbios que podem ser provocados por esta condição, até mesmo atrofia ou morte do órgão correspondente.

Na verdade, a inibição é definida do seguinte modo pela medicina esotérica: "... inédia psíquica e acúmulos de forças subjetivas que bloqueiam a corrente vital".

Toda vez que se verificar uma congestão qualquer, o estado psicológico correspondente é quase sempre o de uma tendência à irritação, à agitação, à ansiedade; sempre que, pelo contrário, houver inibição, o efeito psíquico é o de uma sensação de cansaço, de astenia, de depressão, de profunda inércia e indolência.

Não devemos esquecer que os dois ramos do sistema nervoso vegetativo, isto é, o simpático e o parassimpático, mesmo tendo funções aparentemente antagônicas, na realidade servem para manter o equilíbrio interno do homem sendo que nisso também se pode ver uma correspondência precisa, a nível fisiológico, daquilo que se verifica a nível psicológico. De fato, neste nível temos o consciente e o inconsciente, os dois pólos da vida psíquica do indivíduo, que por suas funções correspondem, respectivamente, ao simpático e ao parassimpático. Entre estes dois pólos deveria haver harmonia e equilíbrio, proporcionados por um fluxo e refluxo rítmico da energia psíquica semelhante às sístoles e diástoles do coração ou aos movimentos de expiração e inspiração. O fluxo da energia psíquica que vai do inconsciente ao consciente é chamado progressão, e o que vai do consciente ao inconsciente regressão. Em um indivíduo harmonioso e psicologicamente maduro, estes dois movimentos deveriam alternar-se ritmicamente segundo a lei de "enantio-dromia" (descoberta por Heráclito há centenas de anos). Na realidade, este equilíbrio é muito raro, ocorrendo normalmente a preponderância de um ou de outro movimento, e conseqüentemente um estado de conflito, de desarmonia, de mal-estar, como

acontece a nível fisiológico, devido ao desequilíbrio entre o simpático e o parassimpático, os quais exprimem justamente estas duas exigências do homem no sistema nervoso.

Esta polaridade reflete uma verdade universal.

Na verdade, em todo o cosmo, em todos os níveis, existe uma dualidade e um ritmo de vida e morte, dia e noite, ativo e passivo, positivo e negativo, masculino e feminino... É a grande respiração cósmica da criação, a batida do enorme coração universal a escandir o misterioso ritmo da vida.

Na realidade, o homem é um microcosmo que reflete em si o macrocosmo, e é por se conhecer que ele chega ao conhecimento das verdades universais e ocultas.
Voltando agora à medicina psico-espiritual, seria útil procurar saber se somos mais suscetíveis a distúrbios provocados por congestão ou por inibição, para o que deveríamos localizar em nós o movimento da energia psíquica e observar se nos inclinamos a dirigi-la mais para o exterior, no movimento de progressão (caso em que seríamos extrovertidos), ou mais para o interior, no movimento de regressão (caso em que seríamos introvertidos).

No primeiro caso, cometemos o erro de congestão que descrevemos acima. Neste tipo de erro de energias, podem incorrer não somente aqueles que tendem espontaneamente a usar o simpático para se prepararem para a luta, para a auto-afirmação, mas que em seguida não explicitam esta tendência por uma repressão inconsciente. Os que não possuem autodomínio também incorrem nesse tipo de erro; os que não sabem controlar as emoções, as paixões e os desejos e, portanto, abandonam-se a eles descontroladamente. A descarga exagerada de energia provoca distúrbios semelhantes aos originados pelo estado de "tensão sem alívio", isto é, inflamação, congestão e irritação do centro correspondente à energia utilizada. De qualquer maneira, voltaremos a falar disso mais adiante, para nos de termos agora em algumas diferenças que existem nas conseqüências resultantes destas duas atitudes.

A utilização excessiva de uma energia não somente é nociva para nós como

também para os outros, pois a hiperatividade de um centro e sua conseqüente congestão podem ser contagiosas. As vibrações agitadas, turbulentas, excessivas, irradiam e se propagam a outros, podendo gerar uma reação em cadeia, isto é, no nível físico, uma epidemia.

No segundo caso, já que as energias se dirigem predominantemente para o interior, há uma fuga da realidade, uma inadaptação à vida, um refugiar-se no inconsciente, além da possibilidade de regressão a estágios infantis e imaturos que deveriam ter sido superados. Há uma inibição das energias, o que não chega, porém, a provocar congestão, pois a tendência é não colocá-las em atividade, do que resulta, portanto, astenia, perda de vitalidade, inércia e aridez psíquica. O indivíduo se fecha em seu mundo e evita os contatos, retirando as energias. Isso é muito nocivo, pois o homem também vive de relações, sendo o intercâmbio com o ambiente externo necessário e vital.

Tudo o que dissemos sobre a extroversão e a introversão limita-se naturalmente aos aspectos negativos destas duas tendências. Como é óbvio, há também aspectos positivos e úteis em uma e outra. Por enquanto, todavia, nos interessamos pelos aspectos negativos, já que estamos examinando os erros na utilização das energias que podem provocar mal-estares e doenças físicas.

A meta do homem é alcançar o equilíbrio e a harmonia, portanto a condição de dualidade que o define é somente instrumental, pois a partir do atrito, da luta e, enfim, da harmonização das polaridades, surge o terceiro fator: a consciência.

A própria estrutura e constituição psico-espiritual do homem revela esta sua disposição para a síntese e a unidade. De fato, ele é uma criatura que pertence a dois reinos: o reino material e o espiritual, servindo de ponte entre os dois com os seus sutis veículos.

Eis por que é necessário que aprofundemos o conhecimento destes veículos, sobretudo do corpo etéreo, que por sua vez constitui uma ponte de natureza física, mas receptiva e sensível às energias dos outros níveis.

O que a ciência ainda hoje não consegue explicar, isto é, a relação entre corpo e alma, entre o psíquico e o físico, o esoterismo o faz pela teoria dos corpos sutis, que merece portanto ser atentamente examinada.

Capítulo IV

DOENÇAS POR CONGESTÃO

O fenômeno da congestão verifica-se quando um indivíduo, por uma razão qualquer, não utiliza as energias, qualidades, potencialidades que já possui e estão prontas para ser usadas.

Não se trata de um fenômeno inconsciente como a inibição, que, como veremos, deve-se a fatores precisos como, por exemplo, traumas, complexos, sentimento de culpa, etc, mas de um fenômeno consciente, ainda que involuntário, devido não somente a causas externas como também a causas internas.

Antes de mais nada, examinemos as causas externas.

Devemos, em primeiro lugar, lembrar que a nossa personalidade é composta de três aspectos ou veículos: o físico-etéreo, o emotivo e o mental, veículos que são campos de energias. Estes três aspectos, ao se desenvolverem, reclamam expressão, pois representam "funções" (como as chama Jung) que, se não usadas, provocam bloqueios, distúrbios e mal-estares.

E como isso acontece?

As vezes, é a própria vida que não nos concede a possibilidade de exprimir as nossas faculdades.

Por exemplo, pode acontecer que o trabalho que desenvolvemos, que a profissão que escolhemos absorva somente uma ou duas de nossas funções, deixando a terceira, que na maioria das vezes e' a emotiva, sem ação.

Outras vezes, pelo contrário, um indivíduo desenvolve uma atividade prática em função da qual emprega os aspectos técnicos da mente, deixando de lado todas as outras possibilidades que, como a inteligência e a intuição, existem no corpo mental.

Em outros casos ainda, é a criatividade, a sensibilidade artística e a imaginação que são relegadas por uma atividade que nos absorve completamente numa dada direção já predeterminada.

A vida moderna freqüentemente obriga o homem à unilateralidade. A especialização em determinados campos é a característica dominante desta época, e se é que tal concentração sobre uma única linha chega a ser frutífera para o aprofundamento daquele setor específico, beneficiando portanto a sociedade, por outro lado não é benéfica ao desenvolvimento e à saúde do indivíduo.

O homem, como já dissemos, é um ser complexo, composto de muitos aspectos. É uma unidade que resulta do conjunto de muitas energias e funções, daí ser o caminho de sua harmonização e de seu bem-estar a integração e o uso coordenado destas energias.

Se uma pessoa é obrigada, sem o querer, a servir-se por um período consideravelmente prolongado de apenas uma de suas funções, todo o organismo físico-psíquico se ressente disso.

Um homem de negócios, por exemplo, também pode ter tendências afetivas ou artísticas, caso tenha desenvolvido também o lado emocional e sensitivo de sua personalidade, mas o que quase sempre ocorre é que ele "não tem tempo" de cultivar e exprimir tais tendências, pois a sua vida prática o absorve completamente, não lhe deixando a possibilidade de desenvolver a sua natureza emotiva, que assim permanece comprimida e congestionada. Visto que o lado emotivo tem como seu correspondente no corpo etéreo o plexo solar, e este, por sua vez, o aparelho digestivo, é óbvio que mais cedo ou mais tarde se verifiquem distúrbios e doenças neste lado físico, a princípio exclusivamente funcionais e a seguir "orgânicos".

São freqüentes os casos de úlcera péptica nos homens de negócio, fato que foi também comprovado pela medicina psicossomática, que acompanhou a formação de hipersecreção gástrica em indivíduos em quem a necessidade afetiva é continuamente frustrada pelas circunstâncias externas.

A medicina psicossomática interpreta esta correlação entre a necessidade de afeto e as funções digestivas como um fenômeno regressivo. Em outras palavras, o desejo de ser amado não é satisfeito e "regride" ao desejo de ser nutrido.

Para a medicina esotérica, entretanto, esta é uma explicação demasiado simplista e genérica, pois não leva em conta o conteúdo energético e dinâmico da afetividade, ignorando, como é óbvio, a existência de "centros de força" que acumulam e exprimem as diferentes energias do homem.

Já a explicação esotérica, pelo contrário, é muito mais clara e satisfatória, já que visualiza o homem como um agregado de energias, e a saúde como o funcionamento correto, harmonioso e coordenado destas energias sob a orientação do autêntico centro de consciência: o Si.

Voltando ao tema da congestão, as causas externas, portanto, são as geradas peias circunstâncias e pelo ambiente, impedem um equilibrado uso de todas as nossas faculdades, obrigando-nos à unilateralidade.

As causas internas, pelo contrário, são de natureza psicológica e se acham na dependência dos nossos defeitos de caráter, da nossa índole, das nossas próprias deficiências (preguiça, falta de vontade, egoísmo, desilusão, medo etc).

Pode acontecer, por exemplo, que uma pessoa seja muito sensível, afetiva, capaz de amor e de altruísmo, mas não se sirva destes dons por preguiça, falta de confiança em si mesma ou timidez. Ou então, é possível encontrar um indivíduo muito inteligente, com notáveis faculdades mentais, mas que não aproveita este seu desenvolvimento intelectual, por ser uma pessoa indecisa, débil, desconfiada...

Todavia, estas faculdades estão presentes, sob forma de "energias" que correspondem a ambos os veículos sutis do homem e tendem continuamente à expressão, pois a própria palavra com que as indicamos (energias) significa que não são passivas ou estáticas, mas vivas e dinâmicas.

Quero lembrar aqui que os três veículos da nossa personalidade são simplesmente instrumentos que devem receber e utilizar energias que provêm do Si e,

de fato, refletem os três aspectos espirituais do Si, Vontade, Amor e Inteligência Criativa, justamente como os três centros superiores do corpo etéreo que examinamos no capítulo II. E esta é a razão pela qual estes três corpos são também chamados veículos de expressão.

Portanto, quando estão suficientemente desenvolvidos e organizados, exigem a sua utilização.

Freqüentemente, o homem se sente infeliz, insatisfeito, deprimido sem saber por quê. Atribui a sua infelicidade a causas diversas e procura de qualquer maneira um remédio: porém, não consegue a tranqüilidade, ao passo que, se "conhecesse a si mesmo", no verdadeiro sentido da palavra, isto é, se soubesse efetivamente o que vem a ser o homem, a sua constituição psíquica, as verdadeiras exigências que o pressionam de dentro, poderia encontrar o verdadeiro remédio e evitar angústias e sofrimentos, que podem redundar em doenças físicas reais.

Uma pessoa que tem "congestões psíquicas" está sempre tensa, irritadiça e agitada. As regiões psíquicas onde as energias estão bloqueadas inflamam-se e esta inflamação vai se descarregar sobre as áreas físicas correspondentes, produzindo uma hiperatividade dos órgãos ou das glândulas envolvidas.

A hipertensão, por exemplo, é provocada pela congestão, como também o hipertireoidismo, a hipersecreção gástrica, a hiperglicemia, o hipersupra-renalismo ... São todos efeitos do mesmo erro.

À medida que o indivíduo progride e os centros etéreos começam a se tornar mais ativos em decorrência do contato com as energias da Alma, é possível que sobrevenham congestões devidas a assim chamada "estimulação". Este é um fato que deve ser levado em consideração, pois acontece com bastante freqüência naqueles indivíduos que gradualmente vão se tornando receptivos às energias espirituais, as quais, em virtude de uma lei oculta, ao afluírem para a personalidade, acabam por rejuvenescer todos os centros, *a começar pelos inferiores*.

E por que isso acontece?

Porque as energias espirituais individuais tornam a percorrer o mesmo caminho percorrido pelas energias emanadas do Absoluto no momento da manifestação, constituído por uma descida, a involução, e depois por uma subida, a evolução. Não devemos esquecer a verdade esotérica fundamental de que o homem é um microcosmo que reflete o macrocosmo, logo reflete e repete as mesmas leis universais do cosmo.

Portanto, as energias espirituais provenientes do Si "descendem" e vão reavivar os três centros inferiores, tornando-os mais ativos e radiantes, de modo que o homem não somente percebe a sua existência como também a sua força, sendo levado, pela aspiração para o alto que o move, a sublimar estas energias, visando a fins mais elevados e espirituais. Nesse ponto, as energias "ascendem" e são canalizadas para a sua verdadeira finalidade.

Dessa forma, no início do curso espiritual é possível verificar a existência de fenômenos de congestão devidos a este rejuvenescimento dos centros, especialmente se a transferência das energias encontra dificuldades ou se desenvolve lentamente, provocando a formação de bloqueios.

O estímulo pode se verificar em qualquer um dos centros e produz distúrbios diversos, dependendo da área atingida.

Às vezes, isso pode acontecer até mesmo como resultado de uma meditação bem-sucedida, pela proximidade de uma pessoa altamente evoluída que irradia energias poderosas, ou em determinados momentos de nossa vida, quando conseguimos entrar em contato com o nosso Si. O estímulo, e a conseqüente congestão, indica, por outro lado, que a purificação da personalidade ainda não se completou, que ainda persistem impurezas, defeitos e obstáculos internos, sendo por isso que se diz que a luz do Si pode inicialmente também evidenciar negatividades, produzir crises e sofrimentos. De fato, nada mais se pode esconder quando começa a afluir na personalidade a vibração poderosa e esclarecedora de nossa Essência Divina.

Quando se verifica este fenômeno de "estímulo" de qualquer um dos centros, a conseqüência não é geralmente uma obstrução ou um bloqueio de energias, mas a sua utilização excessiva, a sua dissipação e, portanto, uma "*hiperatividade*" desse aspecto.

Por exemplo, se o centro "estimulado" é o plexo solar e, conseqüentemente, o aspecto emotivo, o indivíduo que sofre esse estímulo sentirá aumentar a sua emotividade, a sua sensibilidade. Nunca será capaz de se controlar e terá reações emocionais súbitas e descontroladas, desproporcionais à causa ocasional que as produziu. Ele próprio se surpreenderá com esse seu estado de excitação, de hipersensitividade, de reação emocional anormal, que o manterá em constante estado de agitação e tensão. Todos os sentimentos parecem aumentar de intensidade e o indivíduo se sentirá como uma panela de pressão prestes a explodir...

Se, ao contrário, o centro estimulado é o mental, a mente estará em constante e excessivo movimento, agitada por uma idéia após a outra. Os pensamentos se amontoarão uns sobre os outros e o próprio indivíduo terá a impressão de que é capaz de pensar mais, de que tem maiores possibilidades de gerar idéias e projetos, mesmo originais e novos, muito embora a velocidade excessiva da mente os torne caóticos e desordenados e, portanto, quase sempre inutilizáveis. Além disso, esse estado de "congestão" e estimulação mental comunicar-se-á ao cérebro físico, provocando vários distúrbios, como hemicrania, insônia, distúrbios circulatórios e sensação de calor na cabeça.

Com o passar do tempo, se esse estado persiste ou se repete com freqüência, pode haver um agravamento dos distúrbios, os quais poderão tornar-se crônicos e por conseguinte gerar uma doença circulatória ou renal.

Se um determinado centro está continuamente congestionado, ele passará a funcionar de maneira desordenada, podendo ocasionar até mesmo uma "proliferação" de células em toda a área circundante, isto é, um tumor.

Portanto, se as energias não forem corretamente utilizadas e direcionadas,

elas poderão se tornar um perigo para o homem; daí, a necessidade de nos conhecermos, de alcançarmos a harmonia e exercermos um certo controle sobre a nossa personalidade.

O homem tende a atribuir os seus males e sofrimentos a forças exteriores, ou então a um destino adverso ao qual a humanidade estaria condenada, ignorando (ou não querendo saber) que, na maioria das vezes, é ele mesmo o artífice de seus males e que o destino nada mais é que a manifestação de uma lei de equilíbrio, por ele mesmo acionada. Além disso, desconhece que os homens, na realidade, estão todos relacionados por fios invisíveis, por correntes de energias que fluem de um para o outro, e que, portanto, o mal de um é também o mal de outro, e que o erro de um indivíduo pode contagiar os outros, pois na realidade não há separação no campo das energias sutis, mas um contínuo intercâmbio.

Retornando agora ao exame desse assunto, podemos concluir dizendo que a tendência a sofrer fenômenos de congestão depende, conforme mencionamos em outras oportunidades, da tipologia psicológica característica do indivíduo; nesse ponto, delineia-se o problema, enfrentado até mesmo pela medicina psicossomática, da correlação entre personalidade e doença. Podemos dizer que, genericamente, os extrovertidos são mais inclinados à "congestão" e os introvertidos à "inibição".

O remédio quase sempre é alcançar o equilíbrio e a harmonia e a sábia utilização de todas as energias que temos à disposição sob a orientação e o controle do Si.

Para chegar a isso é preciso passar por três fases:

1) o conhecimento de si mesmo;

2) a posse de si mesmo;

3) a transformação de si mesmo.

[Esta é a fórmula da técnica básica da *Psicosintesi* do Dr. Roberto Assagioli.]

A saúde física também é resultado desta harmonização, derivando do perfeito equilíbrio de todos os aspectos e energias entre si e com o centro.

A doença, como qualquer outro sofrimento do homem, é, portanto, um "sinal de alarme" que deveria ser examinado e estudado sobretudo como um fator indicativo de imaturidade de nossa parte, de um problema que precisamos resolver, e como uma possibilidade de purificação e de progresso.

Os distúrbios que derivam da "congestão", especialmente, revelam que não usamos as nossas energias de maneira correta e equilibrada, que há em nós funções já prontas para o uso que, no entanto, sufocamos e negligenciamos, ou então forças preciosas que desperdiçamos; e tudo isso porque não nos conhecemos ou não desejamos nos conhecer, já que estamos constantemente solicitados pela vida externa e continuamente voltados para o mundo objetivo: em outras palavras, somos demasiado extrovertidos.

É preciso, portanto, que nos habituemos a regular o movimento de progressão e regressão das energias que rege a vida psíquica, que mencionamos já no segundo ou terceiro capítulo, e a não nos excedermos de forma alguma, pois, como veremos, podemos incorrer também no erro oposto, o de ser por demais introvertido e produzir um outro tipo de distúrbio: o que deriva da inibição das energias.

Capítulo V

DOENÇAS POR INIBIÇÃO

Antes de aprofundar-me na descrição dos vários distúrbios, mal-estares e doenças que podem ser causados pela inibição das energias, gostaria de me deter, ainda que brevemente, na palavra "inibição", a fim de tentar esclarecer satisfatoriamente o seu significado e as implicações nela contidas.

A definição dada a este termo pela Medicina esotérica é, conforme já mencionamos em outro capítulo, a seguinte:

"Inédia psíquica, acúmulos de forças subjetivas que bloqueiam acorrente vital..."

Todavia, como costumamos fazer, gostaríamos de relacionar a interpretação esotérica com a psicológica, para o que julgamos ser útil examinar também o ponto de

vista da psicanálise sobre o assunto.

De acordo com a psicanálise, a inibição é um fenômeno que se verifica sob a camada da consciência, sendo por isso chamada de "inibição inconsciente" e definida como segue:

"Impedimento ou obstrução de origem psíquica, do qual o eu consciente não tem noção, de funções psíquicas e psicossomáticas.

"A inibição inconsciente de determinadas funções psíquicas tende a proteger o indivíduo de situações perigosas e, portanto, a preservá-lo do medo. A situação que gera medo pode também ser irreal ou não ser mais atual; nesse caso, a inibição inconsciente já não visa a uma finalidade racional. O perigo que se pretende evitar provém normalmente do Superego. Um instinto atingido pela inibição inconsciente não é mais percebido como tal. As representações e as lembranças que se relacionam ao instinto inibido permanecem no inconsciente: este fenômeno é denominado repressão." (De *Princípios da psicanálise*, de E. Weiss, p. 227.)

De acordo com o esoterismo, no entanto, a inibição tem um significado muito mais amplo, não resultando apenas dos mecanismos inconscientes de defesa ou dos temores relacionados a algum trauma do passado, mas podendo ser provocada pela tendência errada do indivíduo em reprimir-se, em controlar-se demasiadamente, seja por temperamento, seja por uma educação errada, seja por uma atitude imatura para com o ambiente...

Dissemos, num dos capítulos precedentes, que as pessoas introvertidas, por exemplo, são mais inclinadas à inibição do que as de outros temperamentos, justamente porque tendem a viver no mundo subjetivo, a evitar tudo o que significa exteriorização e expressão externa e, desse modo, a dirigir energias para o interior, num movimento de regressão.

De qualquer forma, seja qual for a causa da inibição, as conseqüências são sempre as mesmas, isto é, auto-intoxicação, perda de vitalidade ou bloqueio de energias que impede a função e a atividade de um órgão físico ou de uma faculdade

psicológica.

Ao contrário da congestão, que ocasiona a hiperatividade de uma determinada função psíquica ou de um órgão físico, a inibição produz um estado de inércia, de frieza, de hipotonia geral e astenia. De fato, enquanto a congestão deriva de uma dissipação das energias ou da inutilização de uma faculdade já pronta para ser expressa, a inibição deriva de um "bloqueio" de energias e da manutenção de uma função, uma faculdade, um impulso para o estado imaturo e estático, impedindo o seu crescimento e a sua evolução

Não devemos esquecer que a inibição produz "regressão", ou seja, fuga para o inconsciente, e, portanto, eventualmente uma volta ao passado, como acontece com todos os distúrbios relacionados ao parassimpático, por isso os mal"estares e doenças provocados por esta atitude errada interessam sobretudo à vida vegetativa, à função da alimentação e à eliminação e digestão.

A anorexia nervosa, por exemplo, que é uma inapetência de origem psíquica, podendo ser ligeira ou então muito grave, é provocada por uma forma de inibição.

Vejamos agora o que a medicina psicossomática tem a dizer a esse respeito.

Alexander reconhece na anorexia nervosa "impulsos inconscientes de inveja e de ciúme inibidos pela consciência", devido a um forte sentimento de culpa que todos carregamos e que leva em seguida a uma espécie de auto-punição, que se exprimiria através do jejum.

A função da nutrição acha-se fortemente carregada de implicações simbólicas e de energias afetivas, pois na infância ela se relaciona com a necessidade de ser amado, protegido, curado. Além disso, pode haver em nosso inconsciente muitas lembranças traumatizantes que ainda exercem certa influência negativa, originando distúrbios não apenas na função de nutrição orno também na de eliminação, que, como se sabe, também se relaciona a estados afetivos. De fato, numa criança que acredita que não é amada pela mãe pode instaurar-se a prisão de ventre que tem um significado simbólico de protesto e rebelião. Tais distúrbios podem permanecer sem

conseqüências graves, mas se se tornarem crônicos, poderão provocar verdadeiras doenças. A anorexia, por exemplo, quando demorada, leva a um estado de profunda astenia à anemia, a estados de desnutrição que podem desembocar na tuberculose, ou em outras doenças graves. Assim também a alteração das funções normais de eliminação pode levar à auto-intoxicação, a doenças do fígado e do pâncreas, a formas de colite etc.

De qualquer maneira, o processo de inibição de uma energia ou de uma função sempre gera uma profunda sensação de astenia, de abulia, de depressão, com ressentimento sobre o organismo físico, que o médico não sabe explicar, pois são somente funcionais... Tais ressentimentos são hipotensão, hipoglicemia, bradicardia, propensão para o cansaço etc.

É interessante observar o que se passa no sistema nervoso quando um dado impulso sofre inibição inconsciente.

As várias fases do processo podem ser descritas da seguinte maneira:

1) Nos centros inferiores do cérebro (tálamo, hipotálamo e corpo estriado, que correspondem ao inconsciente) surge uma pulsão, isto é, um impulso instintivo que tende a chegar até o córtex cerebral, sede da consciência.

2) Uma barreira moral opõe-se a esta pulsão; reflexos condicionados inconscientes provocam o desvio dos impulsos nervosos (elétricos).

3) Tais impulsos elétricos nunca chegam, assim, ao córtex cerebral, e o sujeito não se dá conta deles.

4) Os impulsos, que atingem agora um formidável potencial, são então desviados para o sistema nervoso simpático, que passa a ser submetido a contínua excitação.

5) Entretanto, o impulso nervoso, cuja descarga consciente se vê impossibilitada, continua a pressionar o inconsciente. Provoca, então, novos impulsos, que são também recalcados... e que, por sua vez, são causadores de novas pulsões, novamente recalcadas.

Configura-se, assim, uma tensão interior. O sistema nervoso simpático é perturbado e provoca mal-estares a nível fisiológico (De *O que é a psicologia*, de Pierre Daco, p. 322).

Assim é o processo, tal como descrito pela medicina psicossomática.

Segundo a medicina esotérica, a inibição, pelo contrário, atingiria não somente os impulsos instintivos inconscientes, mas também as faculdades de nível médio, e até mesmo as qualidades e energias de nível superior e espiritual, isto é, pode ser que ela venha a impedir a expressão não somente dos aspectos negativos da personalidade, mas também dos aspectos e energias inofensivas e lícitas, ou mesmo as de caráter elevado.

De fato, como já expusemos anteriormente, a doença pode-se instaurar em um organismo até mesmo em conseqüência da "inibição da vida da Alma".

E como pode se dar isso?

Isso acontece porque o indivíduo se identificou com o eu superficial e ilusório, tendo formado uma personalidade forte e integrada, que tem vontade própria e não abre mão do seu domínio às energias espirituais, à Vontade da Alma que tende sempre a fazer com que o eu inferior supere o egoísmo, a ambição, os interesses limitados e pessoais, e o levam a separar-se, a "sacrificar" o que é inferior pelo que é superior e universal...

Tal separação aparece como uma dolorosa renúncia à personalidade, quase como uma "morte". Por isso, ela se rebela e se opõe encarniçadamente, sem compreender que não se trata de morrer, mas de nascer uma segunda vez. De fato, aqueles que despertam para a consciência do seu verdadeiro Eu, são os que se poderia chamar "nascidos duas vezes".

Mas o homem imerso na inconsciência prefere voltar as costas para a Luz, calar o apelo do Si e inibir os impulsos superiores, deixando-os cair no inconsciente.

Pode parecer estranho, mas existem pessoas que são mais maduras do que pensam e não querem aceitar essa maturidade, pois aceitá-la significaria mudar de

vida, fazer escolhas, modificar atitudes, operar transmutações, renunciar ao orgulho pessoal... Coisas que o eu pessoal, conforme já foi dito, recusa-se a fazer, pois, segundo as palavras de Sri Aurobindo formou-se já "o nó de obstinação do ego" (eu inferior), que opõe a maior das resistências à morte.

Assim são determinados conflitos internos, crises, com conseqüentes distúrbios e doenças, que se podem tornar também extremamente graves, a ponto de causar, em determinados casos, a morte, pois a Alma decide abandonar aquela forma que se opõe a sua evolução e que, portanto, não serve para as suas finalidades.

Podem-se portanto verificar:

I. Inibições de energias e aspectos inferiores;

II. Inibições de energias e aspectos de nível médio;

III. Inibições de energias e aspectos superiores.

A essa altura, nos perguntamos:

"A tendência à inibição indicaria um grau evolutivo superior ao das pessoas que têm tendência para a congestão?"

Não é nada fácil responder a essa pergunta, dada a dificuldade de julgar o grau evolutivo real de um indivíduo. Além disso, existem aspectos inferiores e aspectos superiores tanto na inibição como na congestão.

Por exemplo, se a inibição se opõe aos instintos inferiores, é preciso saber se isso se deve a um mecanismo inconsciente de defesa e medo, portanto a um processo neurótico, ou então a uma escolha "consciente" do indivíduo, que reprime a exteriorização de determinados desejos e impulsos julgando-os negativos e nocivos à sua vida espiritual.

No primeiro caso, isto é, a inibição inconsciente devida à neurose, revela-se uma imaturidade, enquanto que, no segundo caso, a tentativa de superação, mesmo que parcial, indica um esforço evolutivo e aspiracional sem dúvida positivo.

Assim, no que diz respeito à congestão, se ela surge em conseqüência da utilização descontrolada e excessiva de energias e da incapacidade de autocontrole,

indubitavelmente eta é sinal de um estágio evolutivo inferior; enquanto que se se verifica por um processo de "estimulação", de afluência de energias espirituais para um centro após uma meditação bem-sucedida ou um momento de grande elevação, ela indica que o canal está aberto, isto é, que o indivíduo se acha suficientemente evoluído por determinados amadurecimentos, necessitando somente de maior purificação e disciplina.

Portanto, há aspectos negativos e aspectos positivos tanto na inibição como na congestão, não sendo fácil dizer qual das duas indica maior maturidade espiritual.

Não devemos esquecer que a principal causa destas duas tendências, embora não a única, é o temperamento, o tipo psicológico a que o indivíduo pertence; este pode ser predominantemente extrovertido, com preponderância do consciente e do simpático (tipos simpaticotônicos), ou então predominantemente introvertido, com acentuação do inconsciente e do parassimpático (tipo vagotônico).

Esta subdivisão dos tipos psicológicos em duas únicas categorias, poderá parecer a alguns demasiado esquemática e simplista. De fato, ela deve ser encarada com certa elasticidade, pois existem também indivíduos, que poderíamos chamar "mistos", nos quais as duas tendências principais se alternam, com maior ou menor equilíbrio, além de "subtipos" difíceis de se catalogar, já que não têm um caráter bem definido por estarem ainda na fase de amadurecimento inconsciente...

O homem é um ser extremamente complexo, jamais estático; ele se acha continuamente em movimento, evolução e mudança, portanto também pode, no decorrer da própria vida, passar de uma tendência à outra.

De qualquer maneira, o único critério que, com amplas generalizações pode ajudar a nos entendermos e a resolver os nossos conflitos e problemas interiores, é o do movimento de introversão e extroversão da energia psíquica, que se baseia na polaridade psicológica do homem e reflete uma realidade universal. A polaridade, de fato, pode ser encontrada em todos os níveis de manifestação, do microcosmo ao macrocosmo, e nos revela que tudo no universo corresponde a um grande ritmo, que é

a batida do Coração do Cosmo, o "sopro de Brahma", como dizem os hindus.

O homem revive em si, psicologicamente, esta polaridade, experimenta-a, primeiramente com conflito e sofrimento, depois com equilíbrio e harmonia, alcançando a integração e a Unidade. Voltando agora à Inibição, é preciso considerar que:

a) a inibição pode ser consciente e voluntária, ou então inconsciente e involuntária;

b) a inibição pode atingir somente faculdades, energias e aspectos já ativos e desenvolvidos.

A inibição voluntária é a ação da vontade que explicita a sua faculdade inibidora, caso este em que ela deveria se chamar, para não ser confundida com a inibição inconsciente, "repressão consciente".

A inibição inconsciente, pelo contrário, é o efeito indireto dos mecanismos inconscientes de defesa, e instalou-se devido ao hábito da repressão, que pouco a pouco se tornou um automatismo inconsciente.

Freqüentemente, porém, pode acontecer que a inibição voluntária ou a repressão consciente se transforme em inibição inconsciente, justamente pela tendência inata da nossa psique de transformar toda ação repetida em hábito.

O que resulta destas noções sintéticas e incompletas sobre este erro na utilização de energias?

Resulta que também neste caso, a origem do erro é a "falta de consciência", isto é, o fato de se julgar real o que é fictício, de se julgar autêntico o eu superficial, a máscara, que é justamente a personalidade, e confundir a falsa consciência deste eu, feita de condicionamentos e hábitos, com a "verdadeira consciência".

Por esse motivo, julgamos oportuno nos demorarmos no exame do complexo mecanismo da nossa consciência, a fim de tentar entender as relações que existem entre a região consciente da nossa psique e as suas áreas inconscientes razão porque dedicaremos o próximo capítulo a esse assunto.

Capítulo VI

O MECANISMO DA CONSCIÊNCIA

Por que estamos imersos na inconsciência?

Por que é tão árduo e difícil acedermos à "consciência"?

Por que as energias e os impulsos instintivos e irracionais escapam ao nosso controle, nos condicionam e nos levam em direções erradas, causando-nos, assim, sofrimentos e conflitos?

Porque a "consciência" é uma conquista, é o fruto de um amadurecimento e de um lento e progressivo crescimento interior.

A evolução é a passagem da inconsciência para a consciência, e o reino humano é o local e o nível em que essa passagem se dá, graças ao processo de individuação que cria o eu.

Até agora, examinamos o homem e a sua complexa constituição oculta mais em termos de "energia". De fato, dissemos que o ser humano pode ser considerado "um agregado de energias diversas". Devemos, agora, examinar também o aspecto de "consciência" presente no homem, aspecto talvez o mais difícil de se assimilar, por estar em contínuo desenvolvimento e mudança e, além disso, ter que ser experimentado para ser realmente compreendido. O auge da consciência é, na realidade, no caso do homem, a "consciência de si", cuja conquista implica que seja despertado um centro estável, que represente o "ser" contraposto ao tornar-se, capaz de ser livre, consciente, autodeterminado, independentemente dos veículos pessoais. Portanto, enquanto não emergir em nós esse "centro", nunca saberemos o que é realmente a consciência.

Sri Aurobindo afirma que, na realidade, a evolução não é outra coisa senão uma lenta e gradual transformação da energia em consciência. O que significam tais palavras?

Querem dizer que energia e consciência são a mesma coisa, mas que uma exprime o aspecto vital da realidade, e a outra o aspecto consciência, desperta pouco

a pouco. A energia é consciência em estado potencial.

No que diz respeito ao aspecto psicológico, porém, devemos cuidar não confundir aquilo que a psicanálise chama de "consciente" com a consciência.

O consciente é a parte racionai de nos mesmos, aquela que se opõe o irracional, isto é, ao inconsciente, enquanto a "consciência" é algo muito mais profundo, mais amplo e integral, pois surge da síntese de consciente e inconsciente, e nos permite reconhecer o verdadeiro eu, o nosso Si. É o verdadeiro conhecimento transformado em realização, assimilado e tornado uma parte de nós mesmos.

O consciente também é chamado de "campo de consciência", ou seja, aquela porção de consciência de que dispõe o eu racional em dado momento de fato, os conteúdos deste campo de consciência também podem variar conforme a direção e a focalização da atenção.

É a atenção, na verdade, que nos torna conscientes de um determinado fato. Ela foi comparada a um feixe de luz que podemos orientar em qualquer direção, sendo tanto mais intensa quanto maior for sua concentração, podendo ser ainda circunscrita, tal como a luz de uma lâmpada aparada por um quebra-luz ilumina uma determinada área enquanto todo o resto permanece na penumbra.

1. Inconsciente inferior ou subconsciente.
2. Inconsciente médio ou pré-consciente.
3. Inconsciente superior ou Superconsciente.
4. Campo da consciência.
5. Eu consciente.
6. Eu Espiritual ou Si.
7. Inconsciente coletivo.

A área de penumbra foi chamada pela psicanálise de "pré-consciente", compreendendo todos os conteúdos da psique que podem entrar facilmente no campo da consciência se dirigirmos nossa atenção para eles.

É preciso dizer também que, dependendo do grau evolutivo, do temperamento,

dos interesses, etc. de um dado indivíduo, os conteúdos de seu consciente variam pela "qualidade", profundidade e grau de autenticidade. Com esta última palavra, queremos indicar o grau de concordância efetiva da consciência superficial com a consciência profunda e real.

O esquema desenhado anteriormente, idealizado pelo Prof. Roberto Assagioli, eminente psicólogo, fundador da *Psicosintesi,* pode nos ajudar a entender melhor a complexa estrutura de nossa psique, mesmo levando em consideração que todo esquema, por motivo de força maior, é sempre limitado.

A partir deste esquema, duas coisas tornam-se claras: primeiro, a subdivisão da nossa consciência em diferentes níveis, e a aparente presença de dois "eus", um deles localizado no centro do campo de consciência (5) e o outro no vértice do Superconsciente (6).

Quanto à subdivisão em diferentes níveis, a área indicada por 1 corresponde ao inconsciente inferior (subconsciente), representando o nosso passado, os nossos instintos atávicos, porém sempre ativos e vitais, exercendo uma profunda influência sobre o nosso comportamento e sobre a nossa maneira de ser; além disso, contém todas as experiências, eventos, sofrimentos e traumas que ficaram indelevelmente impressos no magma sensibilíssimo de nosso inconsciente, desde a primeiríssima infância. É o inconsciente psicanalítico, aquele descoberto e estudado por Freud e pelos psicanalistas do primeiro período.

O inconsciente médio representa o "presente", isto é, toda aquela parte da nossa psique (em todos os níveis, emocionais e mentais) que é atual mas de que não podemos ter completa consciência, seja por que a nossa atenção é restrita, seja por que não temos ainda a "continuidade de consciência", isto é, o conhecimento contemporâneo de todos os nossos veículos sutis.

O inconsciente superior, ou Superconsciente, representa em certo sentido o nosso futuro, isto é, as nossas mais altas faculdades, potencialidades e energias superiores que, latentes em nós, não podemos ainda manifestar, porque não nos

achamos suficientemente maduros ainda. O nosso Si vive e vibra nessa área mais alta de nossa consciência interior, sendo também "inconsciente" com relação à consciência comum, pois nós não temos consciência disso.

Quanto à aparente existência de dois "eus" em nossa consciência, devemos esclarecer que tal dualidade não existe. Trata-se de um fenômeno ilusório, criado pelo estado de carência e escuridão que nos faz identificar com aquilo que é instrumental e superficial, criando-nos uma falsa personalidade, um eu inautêntico, mecânico e condicionado, enquanto o verdadeiro eu representa uma abstração, algo de exterior, de vago, ainda a ser alcançado e definido.

Na realidade, não há dois "eus", mas um só.

O eu consciente (5) não é o Eu real, mas a parte dele que se filtra em nosso conhecimento ordinário e, em razão disso, se altera, se distorce e, de certa maneira, se disfarça.

O significado do eu, a autoconsciência, ainda que distorcida e limitada dessa forma, é sempre, porém, um fruto da verdadeira consciência, já que nunca deixa de ser um reflexo dela. Poderíamos dizer que o eu consciente é a semente do Eu verdadeiro que, encerrado na matriz, adormecido, aprisionado na escuridão, abriga não obstante uma vida, e mesmo limitando-a, a nutre e protege.

Tudo o que existe em nós, mesmo no nível inferior, partilha da natureza divina do Si, mas esse liame nós o perdemos na inconsciência, cabendo a nós, portanto, reencontrar esse nexo associativo tanto quanto a relação que nos permita reconstruir a unidade.

A psicanálise também afirma que não temos consciência de determinadas áreas de nossa psique, pois falta "a associação", a relação. A partir daí, surgiu o método chamado "livre associação" ou "palavras-estímulo", que serve para criar uma ponte com as lembranças sepultadas e com as experiências submersas, fazendo com que aflorem à consciência.

Quanto ao Superconsciente, ocorre o mesmo: falta aponte, que deveríamos

construir com métodos semelhantes aos das "associações" e das "palavras-estímulo", o que de fato se consegue através da meditação com semente ou da técnica das mantras...

Entretanto, não posso entrar agora em maiores detalhes sobre este assunto, mesmo que seja muito interessante e importante.

Vejamos, ao invés disso, o que pode haver de útil para o estudo das doenças e dos distúrbios psicossomáticos.

Que inconvenientes nos podem advir do estado de inconsciência e de cisão?

Tais inconvenientes podem ser infinitos, como podemos verificar a cada momento de nossa vida. Erros, ilusões, escolhas erradas, atitudes negativas, aridez, egoísmo etc, com todas as conseqüências previsíveis, acarretando infelicidade, angústia, depressão e inúmeros sofrimentos e dificuldades, tanto no plano psíquico como no plano físico, sob a forma de doenças.

Já examinamos, ainda que superficialmente, alguns destes inconvenientes ao falarmos das doenças causadas pela congestão e a inibição, devidas justamente a uma utilização errada das energias, provocadas exatamente pelo nosso estado de inconsciência e escuridão. Mas o que é mais grave é que não estamos fechados somente aos impulsos e às energias que provêm do inconsciente inferior e do inconsciente médio, mas também aos impulsos do inconsciente superior, do Superconsciente e, portanto, do nosso Si.

Vivemos separados, apartados da nossa verdadeira essência, do centro de nosso ser, que é harmonia, alegria, consciência total, e não o sabemos, pe-io contrário, que há em nós um estado de "oposição", quase de hostilidade e rebelião inconsciente em relação â voz silenciosa do nosso verdadeiro Eu. É uma forma de "resistência", semelhante à que se verifica nas neuroses comuns, ao subconsciente, constituindo o obstáculo mais grave para a cura. É uma espécie de dique defensivo que se opõe à análise, à tomada de consciência dos traumas sepultados, dos impulsos profundos. A personalidade consciente se defende, pois criou para si um

refúgio na doença, tem medo de "crescer", de amadurecer e sofrer, e esta resistência mantém o indivíduo num estado de imaturidade, num estado de apego a níveis que deveriam ter sido superados e ultrapassados.

E isso, justamente, porque o homem foge ao esforço, à fadiga de se superar, que ele interpreta como renúncia.

Diz Jung que "a inércia é o estado fundamental do homem". E, de fato, parece que assim é. Todavia, isso acontece sobretudo quando a consciência se identifica com o corpo físico, porque o principal atributo da matéria física é justamente a inércia (*tamas*), que se revela também como faculdade de "guardar", de "julgar" o que recebeu em si, exatamente como a terra acolhe a semente atirada ao seu seio. Portanto, quando queremos evoluir e ultrapassar um determinado nível, devemos sempre agir de par com a vontade, e lutar contra a sua força de inércia inata, que tende à estaticidade e à imobilidade.

É preciso esforço e vontade, no início, para superar esta resistência que se apresenta também ao impulso evolutivo do Espírito, cuja tendência é sempre a de subir, progredir, ir de um estagio para o outro incessantemente.

Somos nós mesmos que, sem o saber, atraímos os males e sofrimentos, pois queremos nos separar daquilo que conquistamos e assim nos fechamos à luz.

Mas como proceder, se não temos consciência dessa luta que se trava em todos os níveis da consciência?

Mesmo quando não nos damos conta, devemos sempre levar em consideração que a nossa consciência é limitada, que *não estamos completamente acordados*, logo não devemos nos precipitar nos nossos atos, escolhas, opiniões e julgamentos... "O primeiro passo é nos dar conta de que não temos consciência disso...", diz Ouspensky, em seu livro *O quarto caminho*. E é isso mesmo, pois ao perceber que vivemos na inconsciência, começamos a sentir a necessidade de adquirir maior consciência, de "despertar", e lutar para sair da escuridão e da neblina.

Devemos nos tornar aquilo que somos na realidade, portanto não se trata de

criar algo de novo, mas de nos "reencontrarmos", de "lembrarmos" quem somos, de despertarmos, para o que devemos primeiramente aprender a "nos ver", aceitarmo-nos como somos, incluindo os nossos aspectos negativos, que freqüentemente negamos, pois temos medo e repulsa de certos defeitos, de certas fraquezas.

Todavia, não é pela negação que iremos superar e anular as negatividades e os seus efeitos cármicos, e sim trazendo-os à luz da consciência, aceitando-os, para transformá-los em seguida em energia pura e canalizá-los na direção certa.

É preciso levar sempre em consideração que não se pode "reprimir", na tentativa de destruí-lo, o assim chamado mal, pois nada, efetivamente, pode ser destruído, já que tudo é energia viva e dinâmica. O mal consiste na utilização incorreta, egoísta e exclusivista que fazemos das nossas funções, faculdades e energias, em razão do nosso estado de inconsciência e de identificação com a forma ilusória, portanto o remédio não está em sufocar, em inibir, mas em tomar corajosamente consciência de todos os nossos aspectos, através de uma paciente obra de auto-analise, para chegarmos em seguida à auto-realização e à harmonia, bases para a perfeita serenidade, para o completo equilíbrio e, conseqüentemente, também para a saúde física e psíquica.

Capítulo VII

AS DOENÇAS E O GRAU EVOLUTIVO DO HOMEM

"Evoluir", portanto, significa tornar-se cada vez mais consciente e "desperto" e saber ampliar o próprio campo de consciência, tanto para baixo como para o alto. O "baixo", conforme vimos, representa o nosso passado (subconsciente), e o "alto" o nosso futuro, as nossas potencialidades espirituais (Superconsciente).

O grau evolutivo de um indivíduo, portanto, corresponde ao grau em que a sua consciência se acha desperta. Em outras palavras, quanto mais uma pessoa é evoluída, mais é consciente; e, ao contrário, quanto menos evoluída, mais inconsciente. Ser consciente significa, sobretudo, ter saído da "mecanicidade", da vivência automatizada, ter se desidentificado dos veículos pessoais e ter se tornado

"indivíduo consciente", que vive e age em sintonia com a vontade de seu Si, que reflete a vontade divina. Isso somente pode acontecer quando o homem começa a reconhecer o centro autêntico e real de seu ser, o verdadeiro Eu, que é por natureza espiritual e se acha em contato com a Realidade Eterna.

Assim, podemos dizer que quanto mais um indivíduo se livra dos condicionamentos de sua natureza inferior, que gostariam de mantê-lo na escuridão da falsa consciência, mais ele revela o lado divino de sua natureza, pois *o homem leva consigo, inata, a marca da Divindade*. Eis a maravilhosa descoberta que faz aquele que se auto-realiza: o Eu real é ao mesmo tempo individual e universal, pois é uma centelha da totalidade divina.

A passagem da inconsciência para a verdadeira consciência é, todavia, gradativa e lenta. É, de certa forma, um caminho que o homem percorre interiormente, mesmo sem o saber. É um caminho evolutivo que tem vários níveis e estágios, cada um dos quais caracterizado por certas manifestações e atitudes.

Quanto à saúde do indivíduo, os distúrbios, mal-estares e doenças que o atingem diferem segundo o seu grau de evolução. De qualquer maneira, antes de entrar nesse assunto, é oportuno mencionar rapidamente algo sobre os diferentes estágios de evolução do homem, levando em consideração uma subdivisão que, embora esquemática e puramente indicativa, pode nos ser de grande valia para compreender melhor nós mesmos e o nosso grau de maturidade.

De acordo com o esoterismo, os estágios de evolução da humanidade são os seguintes:

1. Homem primitivo.
2. Homem comum.
3. Homem de ideais.
4. Aspirante espiritual.
5. Discípulo.
6. Iniciado.

7. Adepto.

1. Homem primitivo

Por homem primitivo não entendemos o "homem selvagem", mas aquele que não somente se identifica com o corpo físico mas é escravo deste, não sabe dominar os seus instintos, antes é dominado por estes. Sua emotividade é escassa, ou melhor, inexistente. Sua mente é rústica e se dirige somente paia o mundo dos objetos. Sua consciência, portanto, é nebulosa, o eu ainda não emergiu totalmente nela a ponto de se poder afirmar que já se verifica, nesse estágio, uma consciência coletiva, de massa, mais do que uma consciência individual.

Podemos encontrar homens deste nível em quase toda parte e não somente nas regiões selvagens e não-civilizadas. Mesmo nas grandes cidades proliferam homens primitivos, que participam da vida civil mas na realidade são instintivos, informes, brutos e imersos na inconsciência.

2. Homem comum

Este estágio compreende numerosos níveis, por assim dizer, e infinitas facetas. Todavia, podemos afirmar que a característica fundamental do homem comum, aquela que o diferencia do homem primitivo, é que nele começa a manifestar-se o mundo das emoções e pensamentos; além disso, começa a emergir nele o sentido do eu, embora ainda não totalmente delineado e claro. De fato, visto que ele se identifica ora com as emoções ora com a mente, ele não tem uma personalidade integrada e, conseqüentemente, o eu não é "único", mas múltiplo.

O homem comum, portanto, sofre ainda as influências do ambiente, da sociedade em que vive. Não está livre dos condicionamentos e infra-estruturas e a sua consciência é uma "falsa" consciência.

Os seus interesses são limitados e ele não se questiona o problema do significado da vida. Está apegado aos bens terrenos e seus afetos e pensamentos giram em torno do círculo restrito da família, do trabalho, da vida terrena.

Os centros etéreos desenvolvidos nele são aqueles situados abaixo do

diafragma, isto é, o centro à base da espinha dorsal (instinto de auto-afirmação), o centro sacral (sexualidade), o centro do plexo solar (emotividade).

3. Homem de ideais

Por homem de ideais entende-se aquele que começa a ter uma visão mais ampla da vida, a aspirar a algo de elevado e nobre e a sair de seu egoísmo, e que começa a ter aspirações ao bem e à verdade.

O homem de ideais tende a uma meta bem precisa, que pode até mesmo não ser totalmente justa, mas que, para ele, representa precisamente "um ideal", isto é, algo pelo qual vale a pena sacrificar-se, lutar, dedicar-se integralmente. É justamente esta capacidade de sacrifício, de renúncia, aliada à faculdade de saber concentrar todas as energias da personalidade numa única finalidade, que caracterizam o homem de ideais e produzem um amadurecimento interior, uma orientação das energias inferiores para algo de superior.

O homem de ideais, por exemplo, é o artista que cria não por vaidade ou ambição, mas por amor à arte.

O homem de ideais é o cientista que pesquisa por amor ao conhecimento.

O homem de ideais é o político que persegue o seu objetivo não visando à glória e à auto-afirmação, mas por uma finalidade social que ele julga justa...

Podemos, portanto, dizer que a nota fundamental do homem de ideais é a sua pureza de intenções e a sua sinceridade, mesmo que às vezes o ideal por ele visado seja limitado ou mesmo errado.

Do ponto de vista dos centros etéreos, no homem de ideais começa a se processar uma transferência de energias do centro sacral para o centro da garganta, pela sublimação em ato das energias criativas inferiores em energias criativas superiores (sobretudo no caso do artista) e do plexo solar para o centro do coração, pela mudança da afetividade egoísta em amor altruísta.

4. Aspirante espiritual

Passando da categoria do "homem de ideais" para a de "aspirante espiritual",

devemos levar em consideração que se verifica uma profunda e real mudança no estado de consciência do indivíduo.

No período precedente, o homem havia despertado da indiferença passiva, do egoísmo, da mediocridade, para a beleza do ideal. Havia se iludido, havia caído e se levantado novamente para perseguir outros ideais... Mas, pouco a pouco, nesse contínuo movimento em direção a algo que o ultrapassava, e nas contínuas e conseqüentes desilusões e amarguras provocadas pela descoberta da ilusão do próprio ideal, o homem, gradativamente, fechou-se sobre si mesmo, passando a indagar: "Onde está a realidade, se tudo é caduco e ilusório? Onde o eterno que não muda nem ilude?..."

É um momento de profunda crise interior que atinge o homem, até ele compreender que a realidade não deve ser procurada no exterior, num ideal objetivo, mas perseguida no mundo interior, na "consciência", pois é no íntimo do seu ser que se esconde a chave da descoberta da Verdade.

O homem, então, entende que depende dele mesmo aperfeiçoar-se e elevar-se, e portanto começar a "aspirar" ardentemente a se encontrar, a descobrir a verdade de sua natureza.

De fato, o que distingue este nível evolutivo é a aspiração. Do ponto de vista da consciência, o eu não mais se identifica com o corpo físico, nem com o emotivo ou o mental. Começa a se formar um centro de consciência separado dos veículos: o sentido do Espectador. É um período de preparação que também pode ser muito tormentoso e difícil, pois, mesmo se verificando a aspiração fervorosa a uma realização, a personalidade e' muito forte, portanto os problemas que surgem são inúmeros. Tal período, de fato, é chamado nas doutrinas esotéricas: Caminho da prova, justamente pelo fato de que o homem nele se depara com provas e experiências muito difíceis, as quais têm a finalidade de purificá-lo e despertá-lo para a consciência.

Quanto aos centros etéreos, a transferência das energias se torna mais intensa

e contínua, surgindo daí muitos problemas, especialmente no que se refere ao "Plexo Solar", conforme veremos.

5. Discípulo

A palavra "discípulo" lembra a existência de um "Mestre" e, de fato, é nesse estágio que o homem encontra o seu "Instrutor" ou Mestre, isto é, o seu Si Espiritual, pois, como afirmam os livros esotéricos, o nosso primeiro Mestre é o Si, que, por ser uma centelha da Realidade Divina, contem todo o conhecimento, sabedoria e luz de que necessitamos. E é sempre através do nosso Si que eventualmente podemos entrar em contato com outros Seres mais evoluídos, que têm o encargo de ajudar a humanidade.

O estágio evolutivo, portanto, que é definido pelas palavras "grau do discípulo", pretende indicar sobretudo o nível que o homem alcança quando, devido à purificação, à auto-afirmação e ao despertar da consciência, ele se torna capaz de manifestar a sua verdadeira natureza, a natureza espiritual. O seu eu, então, passa a se identificar com o Si, e a personalidade considerada pelo que é efetivamente: apenas um instrumento de expressão a serviço da Vontade Superior.

Os problemas de desenvolvimento nesse estágio ainda não terminaram, mas se revestem de um caráter mais interior e espiritual, sendo construídos sobretudo sobre a transferência das energias dos centros abaixo do diafragma para os três centros imediatamente acima e sobre o despertar do centro entre as sobrancelhas (centro Ajna).

Haveria ainda muito que dizer acerca desse importante estágio, mas por enquanto bastam estas breves indicações, suficientes para nos ajudar a entender os diversos problemas relacionados com o aspecto doença.

6. Iniciado

À medida que o discípulo amplia o seu conhecimento e passa a contar entre aqueles que ajudam a humanidade, ele transpõe sucessivamente várias "iniciações", estágios muito acima de nossa compreensão, caracterizados cada um por uma

ampliação específica de consciência, por um amadurecimento interior que tem o caráter de uma iluminação.

Muito pouco, portanto, nos é permitido dizer acerca das iniciações, exceto que elas não têm nada absolutamente a ver com a personalidade; que deve ter sido superada completamente, mas com o Si espiritual, que deve unir-se à Mônada ou Espírito, passando assim para o Quinto Reino.

7. *Adepto* ou Mestre

É aquele que, tendo passado por todas as iniciações necessárias, se libertou completamente da necessidade do renascimento, encerrou o ciclo humano e, portanto, a sua frente abrem-se novos rumos. Se ainda permanece entre os homens é somente para ajudá-los como "Instrutor sob o véu".

Destes Grandes Seres de Luz só podemos exprimir breves menções, mesmo porque Eles, tendo superado completamente o estágio humano, não se enquadram no objeto de nosso estudo, centrado na problemática daqueles que lutam e sofrem para alcançar a harmonia interior e o despertar da consciência.

Os estágios que podem nos interessar mais de perto, com relação aos problemas de desenvolvimento a que chamamos "doenças", são os intermediários, que vão do homem comum ao discípulo e que poderiam ser chamados "estágios de transição", pois mesmo o estágio do homem primitivo é, de certa forma, isento de problemas, pois ainda não se registra nenhum despertar de consciência e nenhuma perturbação. A completa identificação com a forma física dá um sentido de unidade e, poderíamos mesmo dizer, de harmonia, pois nenhum conflito chega a perturbar a consciência do homem primitivo, que se dobra passivamente à natureza instintiva e se sente "uno" com ela.

Ele está sujeito somente àquelas doenças devidas ao carma coletivo da humanidade, isto é:

a) tuberculose;

b) sífilis;

c) câncer.

Estas doenças são chamadas pela medicina esotérica "doenças sociais", ameaçando o homem até perto da iniciação.

Quando o homem começa a desenvolver o seu eu, a auto-realizar-se, isto é, a sair da consciência de massa, então ele passa a estar sujeito também ao Carma individual, e, quanto ao aspecto patológico, a sofrer distúrbios e doenças devidos a causas psicológicas.

O período mais penoso, porém, e o mais interessante do ponto de vista da medicina psico-espiritual, é aquele em que o homem começa a transferir as energias dos centros situados abaixo do diafragma para os localizados acima do diafragma, mesmo que inconscientemente, dada à ampliação de seus interesses, à progressiva

Homem primitivo	Homem comum	Homem de ideais	Aspirante espiritual	Discípulo	Iniciado
1.Doenças cármicas coletivas. a) tuberculose b)sífilis c) câncer.	1. Idem	1.Idem.	1. Idem	1.Começam a desaparecer.	1.Não existem.
	2.Doenças cármicas individuais.	2.Idem.	2. Idem	2.Idem.	2.Diminuem.
	3.Doenças por causas psicológicas atuais	3.Idem.	3. Idem	3.Diminuem.	3.Não existem.
		4.Doenças devidas ao	4. Idem	4.Aumentam, pois os	4.Não existem.

	início do despertar do Centro da Garganta e do Centro do Coração, e a conseqüente transferência das energias dos centros inferiores para os centros superiores.	centros estão todos ativos, podendo haver congestão, estímulo e distúrbios variados e muito complexos. 5.O conflito cessa, mas pode haver crises de ampliação de consciência, que trazem doenças.	5.Não existem. Pode haver somente crises de ampliação da consciência.

à progressiva superação do egoísmo e ao gradativo despertar da consciência.

Este processo de transferência de energias dura muito tempo e não é de modo algum fácil e rápido. Acarreta muitas dificuldades e problemas, podendo originar distúrbios psicológicos e físicos.

O quadro que apresentamos, mesmo incompleto por motivos de força maior, poderá nos ajudar a classificar melhor os diferentes estados patológicos do homem, dependendo de seu grau evolutivo.

Com base num rápido exame do quadro percebe-se claramente que a possibilidade de situações penosas, de conflitos internos, de crises que podem

provocar doenças, cresce à medida que o indivíduo progride, ao invés de diminuir, pois os seus problemas tornam-se cada vez mais complexos e específicos. De fato, quanto mais simples é um ser, mais harmonioso, como vemos, por exemplo, no reino animal e no estágio do homem primitivo, onde se manifestam somente as doenças provocadas pelo Carma coletivo.

No período intermediário, até a IIIª Iniciação, o sofrimento evolutivo, consciente e inconsciente, as diversas crises de desenvolvimento, o conflito entre energias espirituais e pessoais, o despertar dos centros, o longo processo de transmutação e sublimação das energias podem ser todos alinhados entre as causas eventuais de doenças físicas ou psíquicas.

A problemática do homem, portanto, se enriquece e se torna cada vez mais complexa à medida que ele evolui; ao mesmo tempo, ao se tornar cada vez mais consciente, chega ele a compreender mais profundamente a utilidade e a finalidade purificatória e evolutiva das doenças, aprendendo a "transformar o mal em bem", a tirar o máximo proveito da dor e a tornar construtivas e benéficas as crises de desenvolvimento, que se manifestam através dos distúrbios físicos. Em outras palavras, ele aceita a condição humana, que é um estágio de transição entre o reino animal e o reino espiritual, pois sabe que ele próprio é "o cadinho vivente e pensante" em que essa transformação é possível.

Examinaremos, pois, nos capítulos seguintes, primeiramente as doenças cármicas, individuais e coletivas, em seguida as doenças provocadas pelo despertar dos centros, pela transferência das energias dos centros inferiores aos centros superiores, e pelo conflito entre Alma e personalidade.

Capítulo VIII

DOENÇAS CÁRMICAS COLETIVAS E INDIVIDUAIS

O homem, de certa forma, "cria-se a si mesmo". Em outras palavras, aquilo que somos como personalidade, isto é, como corpo físico-etéreo, corpo emotivo e mental, é o efeito de causas produzidas por nós mesmos, através das ações

cometidas em existências passadas (compreendendo a palavra "ações" também os sentimentos, as-emoções e os pensamentos). Assim reza a lei do Carma, ou lei da ação e reação.

O aspecto que talvez nos seja de mais difícil compreensão é o que diz respeito ao corpo físico, pois parece-nos absurdo que o nosso comportamento e a nossa maneira de sentir e pensar cheguem a influir até mesmo sobre a matéria física, a ponto de "modelar" um determinado tipo biológico. Mas se refletirmos atentamente sobre a relação existente entre psique e corpo, isso não nos parecerá mais absurdo e impossível.

Se é verdade que o nosso corpo físico é somente um "robô", uma simples máquina movida pela força vital inerente ao corpo etéreo, então pode-se considerá-lo um efeito e não uma causa. De fato, o veículo físico é um instrumento de expressão e de experiência, não somente para o Si como para os outros corpos sutis, cujo conjunto constitui a psique do homem, pois é na psique que o eu pessoal encontra o seu centro focai, quando ainda não tem consciência do Si, sendo, portanto, com relação ao corpo físico, o sujeito que o move e o dirige.

Além disso, a matéria física de que se compõe o corpo denso é sensível e receptiva às vibrações dos corpos sutis, assumindo as suas qualidades e defeitos. De fato, já vimos como todos os órgãos do corpo, as glândulas e o sistema nervoso estão sempre sob a influência da psique, a ponto de, com o passar do tempo, chegarem mesmo se alterar morfologicamente, devido às desarmonias internas.

Assim, podemos dizer que cada indivíduo tem o corpo e a constituição física que ele mesmo criou para si.

Existe, portanto, também uma escala evolutiva para o corpo físico (assim como para os outros veículos da personalidade) que se condensa no perpétuo átomo físico (que persiste depois da morte do corpo material) e ao redor do qual o Si espiritual construirá o novo veículo físico na próxima encarnação, atraindo matérias de vibrações semelhantes.

De fato, se nascemos numa determinada família e assumimos suas características físicas, suas fraquezas orgânicas e eventuais taras hereditárias isso não se dá por acaso, mas porque o nosso Carma nos leva em direção a ela, por haver uma afinidade vibratória, a nível físico, entre nós e os futuros pais.

Isso que habitualmente chamamos "hereditariedade" é um encontro preciso de causas concorrentes, que nós mesmos acionamos em existências anteriores e que produzem o seu efeito.

As doenças cármicas, portanto, são antes de mais nada, aquelas que nos atingem devido a nossa constituição física hereditária e ao nosso tipo biológico, que apresenta determinadas fraquezas congênitas.

Poderíamos perguntar: "A criança, então, não nasceria totalmente sã?"

Teoricamente sim, mas na prática devemos considerar que existem nela certas predisposições latentes, certas debilidades constitucionais que lhe vêm da família em que nasceu e que podem, mais cedo ou mais tarde, manifestar-se como verdadeiras doenças. Esse tipo de doença deve ser considerado "cármico", pois suas causas devem ser procuradas não no presente, mas no passado. De fato, tudo o que nos atinge e nos acontece sem apresentar uma causa aparente, seja psicológica ou exterior, pode-se considerar efeito do carma. Em outras palavras, a nossa responsabilidade nunca deixa de existir, apenas ela "remonta", no tempo, a existências anteriores.

Analisando, portanto, as nossas "predisposições" para determinadas doenças, as nossas fraquezas constitucionais, poderíamos remontar aos nossos erros passados, pois há sempre uma "linguagem dos órgãos" que se pode interpretar e fazer com que entendamos a ação ou a emoção que se esconde por detrás dela.

A essa altura, é oportuno que nos detenhamos um pouco para fazer alguns esclarecimentos sobre a verdadeira natureza e finalidade do carma.

Existe uma tendência bastante acentuada a interpretar o carma como algo inexorável, como um determinismo ao qual não se pode escapar; uma "nêmesis", que

pune sem contemplação...

Isso, de certo modo, corresponde à verdade, pois o carma é uma Lei universal de justiça, ou melhor, seria a própria Lei por excelência, pois sua ação é o que mantém o equilíbrio de todas as manifestações. Todavia, não se deve interpretá-la como uma punição ou uma recompensa que nos foi conferida por um Ente Superior que sustenta a balança da justiça, mas somente como a expressão automática de uma lei cósmica, que regula o jogo das energias em todos os níveis e tem a função de "reequilibrar" a harmonia universal e individual quando esta é perturbada. De fato, o carma também é chamado Lei de compensação.

Um outro aspecto desta lei, freqüentemente esquecido, quando não totalmente ignorado, é a sua função educativa e didática; função esta que nos fornece a chave para utilizar e, em determinados casos, superar o carma.

Muitos, de fato, perguntam: "É possível evitar o carma"?

Não, o carma não pode ser evitado, pois ele exprime uma lei precisa, quase mecânica, a qual, uma vez acionada, não se pode mais deter, como qualquer outra lei física; todavia, pode-se "preveni-la", pode-se ir ao seu encontro e, enfim, colaborar com ela, para que ela venha a se tornar um meio purificatório, educativo e evolutivo.

No livro *Os sutra yoga*, de Patanjali, pode-se ler:

"A dor que ainda não sobreveio pode ser prevenida". (Livro II, Sutra 16.)

O que significam tais palavras?

Significam que um homem que já tenha guiado os seus passos para a vereda espiritual pode, à luz da nova consciência, compreender os obstáculos internos, os seus pontos fracos, e, através de um paciente trabalho de purificação e sublimação, transformar a sua natureza inferior, de modo que, ao se lhe apresentar um antigo débito cármico a ser pago, sob a forma de um acontecimento doloroso ou de uma doença, ele não sofrerá com isso; ao contrário, saberá transformar aquela experiência em algo de útil e luminoso para o desenvolvimento da consciência, e extrair disso, ao invés de dor, paz e alegria. De fato, a dor provém sobretudo da rebelião, da amargura,

do sentimento de injustiça, que nos enrijecem, e nos fazem assumir uma atitude negativa de oposição ao carma, impedindo-nos de entender o significado que se oculta por trás da prova.

Assim, no que diz respeito às doenças cármicas, que podem decorrer da constituição física hereditária e, portanto, em certos casos, tornar o indivíduo inábil desde o nascimento (como em casos de cegueira) ou exposto a enfermidades crônicas, se elas forem aceitas com serenidade e interpretadas corretamente, podem redundar em situações de progresso e em experiências frutíferas.

Neste caso, o carma desempenha a sua verdadeira função, que é a de equilibrar uma situação desarmônica e errada e, impelindo o indivíduo a ''compensar'' as suas fraquezas, faz com que ele desenvolva as faculdades e os dons mais aptos a tal fim, justamente os que lhe faltavam.

Às vezes, não é fácil compreender a lição que se oculta no carma, sobretudo aceitar, sem sofrer com isso, dolorosas enfermidades e deficiências humilhantes e debilitantes que obrigam o indivíduo a levar uma vida limitada e a renunciar às alegrias e consolos comuns das outras pessoas... E por muito tempo a humanidade sofre, se rebela e continua a cometer erros, pois interpreta as experiências dolorosas como uma calamidade injusta e obscura, cuja origem ela ignora. Mas depois, pouco a pouco, com o desenvolvimento da consciência, começa a delinear-se o jogo das energias sutis que se desenvolve por trás das aparências e a se revelar 0 funcionamento da lei de ação e reação. O homem descobre, assim, que existe uma justiça perfeita, infinito amor e completa harmonia subjacentes às formas de discordância é desordem exteriores, e então se abre à confiança, o que traz a aceitação e a colaboração consciente com as forças evolutivas.

Quanto a nós próprios, do ponto de vista da saúde física, deveríamos tentar distinguir, dentre os distúrbios e doenças, aqueles que nós mesmos atraímos devido a defeitos psicológicos ou a um mau uso das energias sutis, e aqueles que, por sua vez, têm origem cármica, isto é, raízes em existências passadas.

Já dissemos que a constituição física que nos é legada pela família em que nascemos é cármica, assim como todas as deficiências e doenças originadas por ela; mas também podem ser cármicas as doenças que não derivam de fraquezas congênitas e que se abatem subitamente sobre as nossas vidas, sem uma causa aparente, e que parecem resistir a todas as curas, a ponto de se prolongarem além do normal e apresentarem uma progressão crônica. Se, após uma cuidadosa auto-analise psicológica, para verificar eventuais causas inconscientes, após uma rearmonização das energias psíquicas, a doença persistir, isso indica que ela é cármica.

Em outras palavras, devem-se ao carma todas as doenças que independem de nossa responsabilidade atual e que parecem produzidas por uma força exterior a nós. Freqüentemente, tais doenças são incuráveis e conduzem a uma permanente enfermidade, ou mesmo à morte, caso não se dê um súbito "despertar" da consciência, uma iluminação que transforme completamente o homem, reorientando as energias bloqueadas que causavam a doença.

Isso depende do grau evolutivo individual, que no mais das vezes se revela somente em tais circunstâncias. De fato, muitas pessoas que passaram por isso que se chama justamente o despertar da Alma (ou a Iluminação), tiveram tal experiência após uma grave doença que as levou às portas da morte. Antes desse despertar, eram pessoas comuns, sem qualquer vestígio de espiritualidade, justamente porque o seu estágio real de evolução era "inconsciente" e se havia criado uma barreira entre a personalidade e o Si, barreira que a ação purificatória da doença fez desaparecer.

Em geral, não é fácil entender o nosso próprio estágio de evolução, mas seria útil procurar identificá-lo, com o fito não de lamentá-lo ou gabá-lo, mas de identificar as nossas deficiências e qualidades, e sobretudo para compreender o passo seguinte que devemos dar, e, assim, dirigir todas as nossas energias para aquela finalidade, evitando os eventuais obstáculos e superando as dificuldades que se colocam entre nós e a meta a ser alcançada.

Todo estágio evolutivo tem a sua problemática, tanto do ponto de vista do

desenvolvimento da consciência como do correto direcionamento das energias; por esse motivo, seria da maior valia reconhecer o próprio nível interior, para, assim, chegar a um "diagnóstico" correto da própria situação psíquica. Já nascemos com um certo grau evolutivo, representado pelas existências passadas que trazemos conosco e, portanto, com uma situação exata no que diz respeito ao despertar dos centros etéreos e o desenvolvimento dos corpos sutis. Esta situação poderia ser definida como um nosso "boletim clínico", boletim este que deveríamos procurar reconstruir, analisando as nossas dificuldades psicológicas, os nossos problemas de desenvolvimento, as nossas deficiências e fraquezas físicas e também as nossas qualidades, tendências e potencialidades... Este nosso quadro é o resultado de todos os nossos atos e experiências passadas, a nível físico, emocional e mental, fazendo parte do lastro cármico.

Interpretando, portanto, o carma não como algo que se deve suportar passivamente e do qual não se pode escapar, mas como um encontro de energias acionadas por nós mesmos, e que produz determinados efeitos, podemos tentar utilizá-lo para o nosso desenvolvimento e, assim, superá-lo para sempre.

Agora, é preciso mencionar brevemente também o carma coletivo, pois até aqui falamos sobretudo do carma individual.

Não é fácil compreender o funcionamento do carma coletivo, ao qual toda a humanidade está submetida. Para entendê-lo, é preciso reportar-se ao conceito de que existe uma única substância, uma única consciência atrás da multiplicidade, uma unidade efetiva subjacente que une toda a humanidade numa única entidade, numa única grande Alma. Esta Alma Única da humanidade é, porém, inconsciente, tendo sobretudo a função de dirigir e governar os homens até que desperte a consciência individual. É uma espécie de consciência de massa, semelhante à que existe no reino animal, e que não se deve confundir com a "consciência de grupo" que ao contrário, é um estágio superior, ao qual se chega quando se verifica o despertar da Alma. Tal consciência de massa é um reservatório onde se acumulam todas as experiências da

humanidade, onde tudo é registrado... É o inconsciente coletivo de que fala Jung, o qual contém forças primordiais comuns a todo o gênero humano, pertencentes ao passado mas sempre atuais, porque condicionam e estimulam o homem à ação, até emergir a sua individualidade adormecida.

Neste reservatório comum encontram-se todas as experiências, erros, tendências e impulsos da humanidade, patrimônio coletivo do qual o indivíduo se serve quando age de maneira inconsciente, quando "se deixa viver", pois ainda não é consciente e responsável.

O Si espiritual existe em todos os homens, mesmo nos mais primitivos, mas em estado latente e tão reprimido que por longos períodos ele praticamente inexiste. Predomina, então, esta "consciência coletiva", este cérebro único, por assim dizer, semelhante a um formidável turbilhão de energias geradas por toda a humanidade, ao qual às vezes ela se submete sofrendo coletivamente as suas conseqüências, mesmo sob forma de catástrofes, guerras, epidemias, etc.

As doenças sociais ou coletivas dependem dessa consciência única da humanidade, desse turbilhão de energias, caracterizado pelas ações dos homens ainda não despertos.

É preciso, portanto, classificar as doenças em quatro grandes categorias:

a) doenças devidas a causas psicológicas (atuais);

b) doenças cármicas individuais;

c) doenças cármicas coletivas;

d) doenças evolutivas (despertar dos centros e transferência das energias).

No capítulo seguinte, trataremos das últimas.

Capítulo IX

DOENÇAS EVOLUTIVAS

Quando o homem começa a deixar a consciência de massa e a dirigir as suas energias para algo de mais elevado que a vida comum da personalidade, verificam-se nele mudanças e progressos que, mesmo que ele não tenha consciência, produzem

efeitos precisos sobre os centros de força do corpo etéreo.

A humanidade de nível primitivo e médio, como sabemos, funciona através dos centros situados abaixo do diafragma, isto é, o centro localizado na base da espinha dorsal (auto-afirmação), o centro Sacral (sexualidade) e o Plexo Solar (emotividade), centrando-se na personalidade, isto é, num estado de consciência ilusório e limitado, completamente identificado ao eu superficial. Esse estágio evolutivo, do ponto de vista patológico, relaciona-se com as doenças cármicas coletivas e individuais (como vimos) e com as doenças provocadas por causas psicológicas. Nos estágios seguintes, ao contrário, ocorrem mudanças, inclusive no que diz respeito às doenças. Diminuem pouco a pouco as doenças cármicas e psicológicas e acentuam-se as doenças provocadas por causas purificatórias e evolutivas, devidas ao gradativo despertar dos centros superiores e à transferência de energias dos centros inferiores para aqueles localizados acima do diafragma, o que acarreta dificuldades, problemas e conflitos.

Inicia-se um período extremamente tormentoso para o homem, mas também muito frutífero. A luta entre as forças evolutivas e as cristalizações e falsas identificações torna-se cada vez mais intensa, originando gradativos e sucessivos amadurecimentos e esclarecimentos, os quais constituem a luminosa recompensa pelo sofrimento evolutivo.

Na realidade, o sofrimento é inevitável, pois surge do atrito entre o impulso evolutivo inato em nossa centelha divina, que procura penetrar na consciência, e a matéria inerte e estática, que inconscientemente se opõe a este impulso. Se o homem se identifica com a matéria, a oposição se acentua, a desarmonia torna-se mais forte, podendo ocasionar uma doença física ou psíquica.

A doença, nesse período evolutivo, é quase sempre o sintoma que nos revela a presença de um conflito entre o Si e a personalidade, querendo nos assinalar uma oportunidade de progresso e amadurecimento.

Este conflito evolutivo produz freqüentemente uma purificação das energias dos veículos e uma transmutação dos aspectos inferiores da personalidade em

aspectos superiores. É um processo purificatório que aumenta, às vezes, o estado de sofrimento do doente, pois as substâncias que compõem os veículos pessoais são submetidas a um processo "alquímico", a um trabalho, antes de se elevarem, e devem se tornar mais refinadas, mais "leves", para poderem se exprimir através dos centros superiores.

Antes que aconteça o despertar da consciência do Si, o que provoca uma completa mudança no indivíduo e faz dele como que um "renascido", decorre, portanto, um longo período de sofrimento e crise, além, naturalmente, de distúrbios e doenças que indicam a aproximação deste evento maravilhoso, para o qual o homem tende sem se dar conta.

Após o despertar, a formidável afluência das novas energias, a irrupção da luz e da nova consciência nos veículos podem ocasionar um período de desequilíbrio fisiopsíquico, de adaptação e assimilação, o que pode se manifestar através de determinadas doenças.

Verificam-se, portanto:

a) doenças e distúrbios antes do despertar do Si;

b) doenças e distúrbios após o despertar do Si.

Examinemos primeiramente o período que precede o despertar.

Começando pelo estágio evolutivo do "Homem de ideais" e por todo o estágio do "Aspirante espiritual", as energias da personalidade e dos centros inferiores começam a sofrer um processo de elevação, como conseqüência da consagração a um ideal, o que permite a superação do eu egoísta e da estaticidade, e também em conseqüência da aspiração ao Divino.

Esta elevação pode ocorrer mesmo sem que o homem tenha consciência, produzindo mudanças efetivas e precisas nele, pois as energias da personalidade começam a sublimar-se e a transferir-se dos centros inferiores para os superiores, o que também ocasiona uma gradativa mudança na consciência, que assim se aproxima cada vez mais da consciência do Si.

É uma odisséia interior, gradativa e lenta, de "distanciamento" dos automatismos, dos condicionamentos, das ilusões que tinham se instaurado na personalidade e mantinham o homem prisioneiro a um estado de irrealidade e limitação. Tudo isso, porém, nao se dá sem conflito e sofrimento pois inicialmente ele opõe resistências inconscientes a esse impulso ascensional, estando o seu "eu" identificado com a personalidade ilusória.

O indivíduo sofre e se debate entre duas tendências opostas, razão pela qual ocorrem freqüentemente graves crises, que se manifestam através de angústia, depressão, sentimento de inutilidade, distúrbios físicos e doenças diversas, o que indica uma purificação efetiva das energias etéreas, pois evidentemente há congestões, inibições, distúrbios funcionais que necessitam ser resolvidos e superados antes que a consciência do Si possa manifestar-se livremente.

Tais doenças físicas podem por vezes se prolongar por muito tempo e se agravar quase até à morte, se o indivíduo não faz jus ao amadurecimento que o processo patológico simbolicamente lhe indica e não toma consciência do que se passa, sutilmente, em seu interior.

Existe uma linguagem dos órgãos, coisa que até mesmo a medicina psicossomática admite em hipótese, e que nós, com o tempo, temos que aprender a decifrar. Para tanto, contamos com a ajuda das ciências esotéricas que, ensinando-nos a constituição oculta do homem e revelando-nos a existência de centros de força etéreos correspondentes às glândulas endócrinas, nos possibilita entender a relação entre doença física e estado psíquico. De fato, cada centro exprime atributos e faculdades do homem que, ao serem acionadas, produzem determinadas reações físicas. Por exemplo, é sabido que uma forte sensação de medo ou cólera, provocada por uma atitude de defesa ou de agressão, gera no plano físico uma descarga de adrenalina através das cápsulas supra-renais. Em outras palavras, coloca em funcionamento o centro situado na base da espinha dorsal, que exprime justamente auto-afirmação e agressividade. A descarga de adrenalina, por sua vez, provoca os

seguintes fenômenos físicos:

a) o aumento do açúcar no sangue;

b) o aumento da capacidade de contração de um músculo;

c) irrigação abundante do sistema muscular pelo sangue;

d) diminuição do tempo de coagulação do sangue.

Se tais fenômenos se repetirem com freqüência, em virtude de renovadas emoções desse tipo, será fácil perceber as conseqüências patológicas que daí podem resultar (diabete, artrite, hipertensão etc).

Portanto, cada doença deve ser interpretada e relacionada ao centro etéreo mais próximo do órgão atingido. Além disso, como veremos em outros capítulos, as doenças não são provocadas somente pelos centros inferiores, mas também pelos centros superiores, se estes não apresentarem um fundamento equilibrado ou se forem prematuramente despertados.

No período, portanto, que precede o despertar da Alma, o aspirante está mais sujeito a distúrbios, crises e eventuais doenças físicas e psíquicas (neuroses), sofrendo até compreender que chegou a um ponto crucial de sua vida a um momento decisivo, em que deve fazer uma opção, orientar-se definitivamente para a luz e operar uma verdadeira "conversão" na própria consciência. É exatamente isso que o seu Si deseja dele, caso eleja seja um aspirante espiritual, por isso a profunda crise que precede o despertar pode ser resolvida somente se houver uma "rendição" às forças superiores, acompanhada de um trabalho intenso e contínuo de sublimação das energias.

Podemos, portanto, dizer em síntese que, antes do despertar da consciência do Si, verifica-se sobretudo uma ascensão das energias da personalidade, uma elevação das vibrações, originando a sublimação e a transferência de tais energias dos centros inferiores para os centros superiores, enquanto no período do "Discípulo", como veremos agora, ocorre primeiramente uma queda das energias espirituais na personalidade. Em outras palavras, antes há aspiração, demanda por parte da

personalidade, e depois resposta, constituída pela afluência da Luz, da Consciência e da Força do Si para os veículos.

e) O grau do Discípulo tem início após o despertar da Consciência do Si, o que produz uma completa mudança no homem, a ponto de tal acontecimento ser chamado freqüentemente "segundo nascimento". De fato, o ciclo que começa a partir desse momento é como uma nova vida. O homem sabe, enfim, quem ele é realmente. Não mais existem dúvidas nem hesitações. Reconheceu-se a si mesmo, ou melhor, lembrou-se de seu verdadeiro ser, e o caminho abre-se à sua frente, luminoso e claro.

Ele é um Discípulo, pois a sua vontade se junta a uma Vontade Superior, põe-se a serviço de Seres que trabalham pelo bem da humanidade. A sua consciência, pouco a pouco, faz-se cada vez mais ampla e universal, des-personalizando-se na ajuda aos outros.

Todavia, os problemas não terminaram ainda, pois mesmo que a consciência tenha se libertado dos condicionamentos e das trevas, a obra de transformação, do ponto de vista das energias, ainda não se encerrou. Além disso, a poderosa afluência da Luz espiritual para os veículos pessoais e para os centros ocasiona, freqüentemente, problemas e dificuldades. De fato,na queda, as energias espirituais reavivam todos os centros, mesmo aqueles abaixo do diafragma, pois elas repetem automaticamente aquilo que acontece no Macrocosmo, no momento em que uma manifestação produz uma involução antes das energias divinas (descida), e depois uma evolução (subida). Na involução, a energia gera os vários planos da manifestação, inclusive o mais baixo da matéria, e depois se eleva novamente sob a forma de consciência, tornando a percorrer a mesma trajetória em sentido inverso. O homem é o microcosmo que repete em si todas as leis do Macrocosmo, logo, a energia espiritual que provém do Si repete a mesma trajetória: involução e evolução, queda e ascensão, e portanto desce, a princípio, ao nível mais baixo, reavivando um após outro todos os centros, e depois volta à superfície, até a sua fonte. Assim, o homem se depara com dois problemas neste período: o de saber sustentar a poderosa

afluência das energias espirituais, que vão estimular todos os centros, sem se deixar arrastar, e o de saber canalizar e transferir tais energias na direção certa, transferindo-as para os aspectos superiores...

Portanto, os distúrbios e doenças dos discípulos derivam de dificuldades e erros devidos à "estimulação", e a problemas inerentes à correta utilização das energias no serviço.

É útil examinar quais podem ser os distúrbios provocados pelo despertar dos centros:

1. Despertar do centro da cabeça:

Inflamação de determinadas áreas do cérebro e algumas formas de tumores cerebrais. Isso pode acontecer quando o indivíduo é altamente desenvolvido e de um tipo mental.

2. Despertar do centro ajna (entre as sobrancelhas):

Pode ocasionar sérios distúrbios nos olhos, neurites, dor de cabeça e outros distúrbios dos nervos.

3. Despertar do centro do coração:

Distúrbios do coração relacionados com o sistema nervoso autônomo, particularmente com o nervo vago.

4. Despertar do centro da garganta:

Hipertireoidismo. Distúrbios do metabolismo. Papo.

5. Despertar do plexo solar:

Distúrbios do estômago, do fígado e intestinos.

6. Despertar do centro sacral:

Hiperatividade da vida sexual.

Inflamação dos órgãos relacionados.

Anomalias sexuais.

7. Despertar do centro situado na base da espinha dorsal:

Distúrbios da espinha dorsal. Distúrbios renais. Agressividade, violência, auto-

afirmação etc.

Naturalmente, tais distúrbios podem sobrevir quando o indivíduo não tem consciência de que, devido à afluência de energias espirituais, os seus centros despertam. É o primeiro período após o despertar do Si que apresenta maior perigo, pois o homem se abandona e se abre a tal afluência, submerso por um sentido de "êxtase" e de profunda alegria, e, enquanto é tomado pela nova consciência, que o torna extremamente lúcido e desperto, não percebe que está a absorver as novas energias como uma terra árida, há tempos à espera de água.

De qualquer forma, tais distúrbios, caso ocorram quando o homem já está desperto e agarrado à realidade do Si, podem ser superados de maneira relativamente fácil, pois a consciência do que aconteceu ajuda a canalizar as energias e a desfazer as congestões. Em alguns casos, o despertar pode se verificar antes do grau de Discípulo, isto é, antes do contato consciente com o Si, sendo então muito mais perigoso, pois pode arrastar o indivíduo e provocar distúrbios e doenças difíceis de vencer, justamente porque o indivíduo não tem consciência da causa que os originou.

O estágio do Discípulo é também ele um tanto tormentoso, pois a sublimação das energias continua e os problemas tornam-se mais sutis, já que o indivíduo deve se tornar um canal perfeitamente puro e livre de qualquer personalismo e apego, e isso não é fácil. Além disso, o despertar do Centro do Coração faz com que ele se torne sensível e receptivo também aos sofrimentos e problemas dos outros, o que o torna aberto às vibrações dos outros, que ele absorve inconscientemente, e assim as suas dificuldades aumentam a partir dessa identificação com os seus irmãos. Todavia, a consciência interior centrada na Alma o sustenta, lhe dá força e serenidade. Sofre, mas o seu sofrimento não revela desespero nem angústia, pois ele conhece a sua causa e a sua razão. Colabora com as forças evolutivas, e mesmo que passe por períodos de escuridão, sabe que virão períodos de luz...

Não falaremos agora dos períodos que se seguem ao do Discípulo, pois ainda seria prematuro.

Interessa-nos concentrar nossa atenção sobre os principais problemas do aspirante que mais se aproximam dos nossos, e procurar enfeixá-los numa síntese que nos seja de utilidade prática.

Três são os problemas principais:

I. A transferência das energias do Plexo Solar para o Centro do Coração, isto é, a sublimação da emoção em amor altruísta.

II. A transferência das energias do Centro Sacral para o Centro da Garganta, isto é, a sublimação da sexualidade em criatividade superior.

III. A transferência das energias do Centro situado na base da espinha dorsal para o Centro no alto da cabeça, isto é, a sublimação da auto-afirmação em Vontade Espiritual.

Nos próximos capítulos, voltaremos a nossa atenção para estes três problemas.

Capítulo X

TRANSFERÊNCIA DAS ENERGIAS DO PLEXO SOLAR PARA O CENTRO DO CORAÇÃO

(Primeira parte)

Se a principal causa das doenças é, do ponto de vista esotérico, a cisão, a desarmonia que se criou na consciência entre a nossa essência espiritual, o Si e os seus veículos de expressão (personalidade), é óbvio que o remédio, a cura, seja principalmente a tentativa de restaurar a união e a harmonia, "reconstruir" a unidade que se perdeu. Devemos passar da multiplicidade, da desordem, do caos, que trazem escuridão e erros, para a unidade e a ordem, que trazem luz, paz, consciência e ação justa e sábia.

Mesmo no processo da manifestação, no que diz respeito à criação das formas, vemos que, inicialmente, tudo tende à entropia, isto é, a um gradativo aumento da multiplicidade, da desordem, da desorganização (involução), ao passo que, a seguir, numa segunda fase (evolução), há a tendência para a sintropia, isto é, para a

ordem, a síntese, a integração, a simplificação.

Assim, mesmo no que toca ao desenvolvimento espiritual do homem, deve-se passar da desordem para a ordem, da multiplicidade para a síntese, que se resolve em unidade.

Isto pode se efetuar, pois na realidade já existe uma unidade submetida à multiplicidade; de fato, nada do que existe é feito de uma substância diversa daquela essência única que permeia todo o universo, em todos os níveis. Esta é a verdade fundamental que devemos sempre levar em conta ao procurar transferir as energias dos centros inferiores para os superiores, no processo de sublimação: não devemos destruir nada, mas "transformar" e "reorientar", pois não há na realidade o alto e o baixo, o negativo e o positivo, mas somente consciência ou inconsciência, erro ou utilização correta.

Nesta verdade oculta-se o segredo da sublimação das energias, que visa a fazer com que superemos a dualidade, instauremos a harmonia e nos sintonizemos com a vibração do Si.

Passaremos, agora, a examinar a transferência das energias do plexo solar para o centro do coração.

O plexo solar, como vimos, é o centro que se acha em contato com o cargo emotivo, e serve para exprimir justamente a emotividade, o sentimento, a afetividade a nível pessoal e humano.

Este centro é o que representa maiores problemas para a humanidade pois é o mais usado e o mais perturbado. É chamado "cérebro" da humanidade média, pois nesse nível é o desejo que guia os homens, são as paixões que influenciam e condicionam suas opiniões, decisões e ações.

Além disso, na época atlante (a que precedeu a época atual, chamada ariana) o plexo solar era o centro mais ativo e desenvolvido e exprimia o máximo alcance do homem, não somente do ponto de vista do órgão das emoções, mas também como "porta" para o plano astral e, portanto, como órgão das faculdades psíquicas inferiores.

Esta focalização no plexo solar ainda hoje é, para muitos, a habitual. Em outras palavras, há muitas pessoas que ainda são "atlantes" na consciência, e não conseguem superar esse nível.

Todavia, o plexo solar, mesmo pertencendo à personalidade, e portanto ao plano do relativo e não ao da realidade, tem a sua função precisa e positiva, a qual, uma vez descoberta e utilizada, pode revelar a origem espiritual disfarçada inclusive na natureza emotiva e servir de ponte em direção ao aspecto superior correspondente: o Centro do Coração.

Estes dois centros, o Plexo Solar e o Centro do Coração, estão estreitamente relacionados, sendo o primeiro o reflexo do segundo no plano da personalidade .

De fato, a verdadeira função, daquilo que as doutrinas esotéricas chamam "corpo astral" ou "corpo emotivo" é ser um órgão de sensibilidade e de receptividade tanto no sentido horizontal como no vertical. Em outras palavras, o corpo emotivo deveria servir para nos "unir", para nos colocar em contato com aquilo que nos é exterior, ou melhor, que sentimos como exterior.

Diz Aurobindo: "A verdadeira função da energia vital (emotiva) não é a de dar curso aos desejos, mas de cumprir o que o princípio divino nos dispõe... A verdadeira função da mente sensorial é de se abrir, passiva e luminosamente, ao contato da vida e transmitir à função superior as suas sensações, o seu rasa (gosto certo), e o princípio de felicidade que elas contêm..." (*Síntese da Ioga*, vol. II, p. 66).

Entretanto, fechados no eu egoísta, na limitada consciência da personalidade, que se criou em função de nosso estado de obscuridade e de inconsciência, transformamos esta sensibilidade, esta capacidade de união e de relação da natureza emotiva em desejo. Não conseguimos nos abrir, ser receptivos e nos identificar com os outros, pois erguemos uma muralha à nossa volta, mas lá dentro a energia preme à espera de manifestar a sua função. Nós interpretamos esta pressão como desejo de algo que nos falta. Sentimo-nos privados, esvaziados, separados, mas não sabemos "de que"... Daí nasce o "desejo".

Na verdade, na raiz de tudo isso está a nostalgia da unidade que perdemos e o impulso de reencontrá-la. Todo sentimento de amor, de afeto, de desejo nasce dessa "nostalgia da unidade perdida", sendo esta nostalgia forte a ponto de se manifestar até mesmo no plano físico como "instinto gregário", isto é, como necessidade fundamental de se reunir em tribos, em famílias, em grupos... A nível animal, é o "instinto de rebanho", que depois se transforma, a nível humano, primeiramente em sentimento e socialidade e a seguir em consciência de grupo. Por isso, a necessidade de amor é tão enraizada no homem, desde a primeira infância, e se ela não é satisfeita, podem se verificar carências afetivas e sofrimentos, distúrbios psicológicos e doenças físicas que se prolongam até a idade adulta e mais além.

A psicanálise explorou a fundo este assunto, especialmente nos últimos anos, em que a sua abordagem se ampliou consideravelmente, concluindo que a necessidade de amor na criança, no início estritamente egoísta e captativa, se transformaria a seguir em capacidade de amar aos outros e em sentimento social. A capacidade de amar da criança desenvolve-se pouco a pouco num ambiente harmonioso e sereno, num clima de ternura e amor, o que não acontece, no entanto, se o ambiente é perturbado, agitado, sobretudo se lhe falta o alimento vital da doçura e amor materno, capaz de "evocar" a sua tendência latente e espontânea para amar.

Assim, ela não atinge a maturidade nesse aspecto, podendo nela instaurar-se distúrbios psicológicos e doenças físicas que a condicionam por toda a vida, sem que ela tome consciência da causa que os produziu ou procure resolvê-los.

A nível etéreo, se há uma imaturidade quanto ao aspecto emotivo e afetivo, o plexo solar pode ser afetado e vir a se congestionar ou ser inibido, e as energias não conseguem, portanto, fluir em direção ao Centro do Coração e transformar-se em amor altruísta, permanecendo bloqueadas. O prejuízo que o indivíduo sofre com isso pode ser psíquico ou físico. No primeiro caso, manifesta-se sob forma de imaturidade no campo das relações afetivas, indo de formas de egocentrismo e de amor captativo a formas de ódio, hostilidade e crueldade que conduzem à violência e à delinqüência.

No segundo caso, ao contrário, o dano manifesta-se por distúrbios e doenças que dizem respeito ao sistema nutritivo e digestivo, pois, como vimos, o centro do Plexo Solar tem como órgão de expressão no corpo físico o pâncreas, que influencia todos os órgãos relacionados.

Examinaremos brevemente que distúrbios e doenças podem ser estes.

a) Distúrbios da nutrição

Diz Alexander: "O desejo de receber, de ser amado, de depender dos outros, quando é rechaçado pelo Eu adulto ou frustrado pelas circunstâncias exteriores, não podendo, por conseguinte, encontrar a sua satisfação através das relações pessoais, freqüentemente assume uma direção regressiva convertendo-se no desejo de ser nutrido". (*Medicina psicossomática*, p. 91.)

E por que isso acontece?

Porque nos primeiros anos de vida a nutrição está estreitamente relacionada com o complexo emotivo e afetivo da criança. Para ela, "ser nutrida" eqüivale a "ser amada", e daí não há mais que um passo para que as duas exigências se sobreponham em seu inconsciente e, mais tarde, na idade adulta, pode vir a ocorrer que, em razão de um conflito ou de uma frustração no campo afetivo, retorne a exigência infantil de "ser nutrida", como símbolo de ser amada.

Por essa razão, o mecanismo da nutrição facilmente se altera em resultado dos distúrbios emocionais, podendo, nesse sentido, se registrarem anomalias e perturbações.

Uma dessas perturbações é a anorexia nervosa ou inapetência, que pode ser leve e passageira, ou então muito grave e contínua, a ponto de constituir uma ameaça para a saúde e a vida do paciente.

Ou, então, pode-se instaurar o oposto, isto é, a bulimia: apetite insaciável, voracidade.

Além disso, há o vômito nervoso, pelo qual o paciente rejeita o alimento incorporado em razão de algum conflito emocional inconsciente.

Para encontrar outras explicações psicológicas mais abrangentes para tais alterações, consultar os vários tratados de medicina psicossomática existentes, já que não nos é possível nos demorarmos nesse ponto agora. [Por exemplo, o livro já citado *Medicina psicossomática*, de Alexander, Ed. Universitária, Firenze, ou então o *Tratado de psicossomática* de Weiss e English, editado pela Astrolábio.]

Reproduzimos, no entanto, a interpretação que a medicina esotérica dá destes distúrbios, baseando-se no conhecimento dos centros de força etéreos, e que afirma ser a causa destes distúrbios o mau funcionamento do Plexo Solar. No caso da anorexia e do vômito nervoso, o plexo solar está congestionado, isto é, demasiadamente ativado e carregado de energias não utilizadas enquanto no caso da bulimia ele está inibido, isto é, não consegue exprimir manifestar as energias emocionais e afetivas, devido a uma "repressão", que as envia de volta para o inconsciente; por isso, tais energias acabam por se disfarçar em desejo de alimento.

b) Distúrbios da digestão

Os distúrbios da digestão provocados por imaturidade e por conflitos emocionais são bastante numerosos e variados, sendo difícil catalogá-los; com freqüência, chega a ser mesmo impossível distinguir os fatores psicogênicos do distúrbio dos orgânicos.

De qualquer maneira na extrema variedade de sintomas que se podem apresentar, podemos situar em primeiro lugar a hiper e a hipoacidez do estômago. De acordo com a medicina psicossomática, a primeira derivaria de um conflito inconsciente entre o desejo de ser amado e protegido e o de ser independente e autônomo, enquanto a segunda apareceria com mais freqüência nos estados depressivos.

Os vários tipos de gastrite estão todos relacionados com o mau funcionamento do plexo solar, tanto quanto os distúrbios do fígado e da bolsa do fel. Podemos dizer que toda a humanidade sofre destes males, justamente porque o principal problema humano é o do Plexo Solar, expressão do corpo emotivo, chamado nos livros

esotéricos o "campo da batalha" do homem, justamente por aí se encontrarem os maiores conflitos e problemas. Além disso, o Plexo Solar é o centro por onde passam todas as energias provenientes dos centros inferiores, que aí sofrem uma primeira "transmutação". De fato, tal centro é chamado também o "grande transmutador" de energias. Por isso, está sempre em atividade, freqüentemente agitado e congestionado, uma vez que essa transmutação nem sempre é fácil, produzindo crises e conflitos interiores que podem também se descarregar sobre o físico, causando verdadeiras modificações nos tecidos, como no caso da úlcera péptica.

Distúrbios da eliminação

Diarréia e prisão de ventre estão estranhamente relacionados a fatores emotivos. Isso já foi provado pela medicina psicossomática, que juntamente com a psicanálise analisou e desvendou os mecanismos inconscientes relacionados a estas duas funções, que simbolicamente exprimem estados afetivos. A origem desses distúrbios na eliminação remonta à infância, quando, para a criança, tal ato constituía simbolicamente "um dom" afetivo para a mãe. [Vide *Medicina psicossomática*, de F. Alexander, pp. 102-103, para maiores detalhes sobre o assunto.]

A colite espástica e a colite mucosa também são consideradas há muito psicogênicas, sendo provocadas por determinadas situações emocionais de conflito.

É fácil entender, com base nestas breves noções psicossomáticas, como é importante para o homem usar e canalizar corretamente as energias emotivas, de modo que o Plexo Solar possa desempenhar plenamente a sua função e sejam reveladas as qualidades positivas e construtivas inerentes ao respectivo corpo, isto é, o emocional. Dessa maneira, aos poucos se revelará a verdadeira capacidade de amar, que é tendência para a união e a harmonia.

Por isso, é muito importante conseguir tentar nos entendermos e aos nossos próprios problemas interiores, analisando-nos também através dos distúrbios e doenças físicas, que, como dissemos em outras oportunidades, podem ser os sinais reveladores, os sintomas de nossos "pontos nevrálgicos" a nível psíquico.

Uma vez delineado o problema e entendida a sua origem, será mais fácil resolvê-lo.

No caso que estamos a examinar, isto é, o dos distúrbios relacionados à função emotiva e afetiva, a saída é tentar descongestionar o plexo solar ou então livrá-lo de uma eventual inibição, assegurando um funcionamento correto e harmonioso a este centro tão importante e decisivo para a nossa saúde física e psíquica. Somente então poderemos avançar mais um passo, transferindo as energias emotivas para o centro superior correspondente, o do Coração, que exprime o amor em sentido universal e a união no plano espiritual, de que o Plexo Solar é somente um reflexo, uma projeção no plano do relativo.

Portanto, as fases do trabalho de rearmonização são três, ou seja:

1) Auto-analise, para que sejam entendidos os próprios problemas e dificuldades, eventualmente através de distúrbios físicos, doenças ou imaturidades psicológicas.

2) Trabalho de purificação e de superação dos obstáculos e conflitos psíquicos relacionados com o centro em questão.

3) Utilização correta das energias de um determinado centro e sua canalização para o centro superior correspondente, através do desenvolvimento das faculdades corretas.

Este último ponto é muito importante porque decisivo, e nós veremos como ele surge automática e espontaneamente dos outros dois pontos, revelando como a dualidade, na realidade, é ilusória, e como em nossa própria natureza inferior se escondem, em estado inconsciente e latente, a luz e a força do espírito.

Capítulo XI

TRANSFERÊNCIA DAS ENERGIAS DO PLEXO SOLAR

AO CENTRO DO CORAÇÃO

(Segunda Parte)

Com base em tudo o que se disse no capítulo anterior, torna-se claro que os distúrbios, desarmonias e eventuais doenças relacionados à natureza emocional podem ser superados somente se conseguirmos canalizar corretamente as energias emotivas, freando-as e controlando-as caso o Plexo Solar esteja congestionado (isto é, muito ativo) ou, então, desbloqueando-as e usando-as corretamente se ele estiver inibido.

Quando conseguimos isso, o corpo emotivo revela a sua verdadeira essência divina, a sua função real, e então, espontaneamente, as energias emocionais sobem para o Centro do Coração. Dessa maneira, os nossos sentimentos e desejos pouco a pouco perdem o seu egoísmo, a sua tendência para a separação, e se transformam em Amor altruísta e desinteressado, e a dualidade, o conflito entre o modo humano e o espiritual de amar desaparecem. Assim, chegamos a compreender como a dualidade que há em nós, é que se justifica também pelo fato de que existem centros superiores e centros inferiores perfeitamente correspondentes entre si, como se cada qual tivesse a sua "réplica", a sua sombra, é somente temporária e ilusória. De fato, ela desaparece automaticamente se conseguimos encontrar a essência espiritual latente no aspecto inferior.

Na realidade, não existe um amor inferior e outro superior, mas um só Amor: aquele que brota da Alma, da centelha divina que em nós possui a consciência da unidade. Aquele que se manifesta a nível pessoal não é amor, mesmo que assim o consideremos... É afeição, é necessidade de superar o sentimento de solidão, é projeção de exigências inconscientes de realização, é necessidade de contar com um apoio, mas não é amor. Somente quando, nem que seja por um breve instante, conseguimos sentir a natureza do Verdadeiro Amor, então temos a revelação de que todos os outros estados emotivos, sentimentos e afetos que havíamos experimentado anteriormente e julgado ser "amor", na realidade não o eram absolutamente. O homem

poderá experimentar o Verdadeiro Amor somente quando estiver auto-realizado espiritualmente, quando for capaz de "ficar a sós". Isso pode parecer um paradoxo mas não o é, pois a capacidade de ficar a sós é o sinal do alcance de um equilíbrio, de uma realização interior, de um contato com o nosso Eu Real, que trazem consigo, juntamente com um sentimento de autonomia e auto-suficiência, também um estado de consciência mais amplo, mais livre, mais abrangente, que nos torna capazes de amar os outros realmente por aquilo que são em si mesmos e não por aquilo que podem nos dar.

Diz Maslow, psicólogo americano contemporâneo, que observou e analisou muitos casos de pessoas realizadas: "A pessoa, ao tornar-se pura e simplesmente o que ela é em si mesma, torna-se mais capaz de comungar com o mundo...". E acrescenta: "... A máxima identidade, autonomia e identificação consigo mesmo constitui por si só um transcender-se a si mesmo, um ir além e acima da identidade consigo mesmo..." (p. 111 de *Para uma psicologia do ser*).

E isso nos revela a natureza transcendente e divina do nosso Eu, a origem espiritual de nossa essência profunda, de modo que o indivíduo, quando se torna realmente "homem", reencontra em si o sinal de Deus, que é Unidade e Amor.

Por isso, para amar realmente, é preciso ter passado pelo despertar do Si, pois somente ele conduz à completa superação do egoísmo e da tendência para a separação. Todavia, este despertar não pode ser verificado se antes não nos tivermos preparado interiormente através da sublimação e da transmutação gradativa das energias, que também se pode verificar por estágios, através de sucessivas superações e separações, aberturas de consciência e amadurecimentos interiores.

Não é possível, repentinamente, por um simples ato de vontade transferir as energias de um centro inferior para um superior, para tanto fazendo-se necessária uma nova orientação interior, um desenvolvimento de atributos e faculdades que nos façam mudar totalmente de atitude para com a vida, que nos façam descobrir a verdadeira escolha dos valores e, pouco a pouco, nos ajudem a passar da

identificação com o eu egoísta e relativo para a revelação do Eu Superior e Divino.

O primeiro passo que podemos dar visando a algo de útil, em qualquer estágio evolutivo em que nos encontremos, será alcançar a calma e a estabilidade emocionais com práticas e atitudes oportunas, para livrar o Plexo Solar de eventuais obstruções e distúrbios; em seguida, desenvolver as qualidades emocionais positivas e construtivas para devolver a este centro a sua justa função.

Quando o plexo solar está congestionado, pode ser que seja preciso "esvaziá-lo" primeiramente, descarregando pelo menos uma parte das energias bloqueadas, o que pode ser conseguido através de uma descarga que pode ser:

a) verbal e

b) escrita

Todavia, a descarga é somente um método de "higiene psíquica" que precede os avanços posteriores, possibilitando um alívio apenas temporário, servindo somente para "descongestionar" o plexo solar num dado momento. É uma espécie de válvula de segurança que pode ser acionada espontânea ou deliberadamente. Neste segundo caso, é preciso levar em consideração que se trata somente de um "paliativo" e não de uma cura, pois as vantagens obtidas produzem um alívio temporário, mas não um bem-estar permanente e duradouro.

Os verdadeiros remédios são a transmutação e a sublimação.

Estas duas técnicas diferem entre si, pois representam dois modos de operação diversos.

A primeira serve para elevar as energias de um nível mais baixo para outro mais alto, permanecendo, porém, sempre no âmbito de um determinado veículo. De fato, todo veículo da personalidade se compõe de sete níveis vibratórios, que manifestam faculdades e atributos cada vez mais elevados do mesmo tipo de energia. Assim também, no corpo emotivo, existem sete níveis com comprimento de onda diferente, e que exprimem qualidades e faculdades emocionais desde as mais baixas até as mais altas. Os níveis mais baixos exprimem os sentimentos, desejos, emoções

negativas, egoístas e impuras, enquanto os níveis mais elevados exprimem os aspectos emotivos mais altos, refinados e positivos... Por exemplo, as emoções estéticas, místicas, os sentimentos de simpatia, compaixão, o entusiasmo por um ideal, etc, são todos aspectos emotivos elevados, que provocam vibrações nos níveis mais altos do corpo emocional.

Dessa maneira, através do processo evolutivo, à medida que amadurecemos transferimos espontaneamente as energias emotivas de um nível para outro e nos aproximamos da vibração do nosso Si. Forma-se, então, uma "sintonia vibratória" entre o Si e o veículo purificado e refinado, através do qual a energia espiritual pode se manifestar.

Transmutação, portanto, significa procurar a expressão, na vida, de sentimentos, afetos e emoções que tenham perdido a sua impureza e que, mesmo no plano pessoal, nos aproximem da beleza, da luz e do amor do Si.

Portanto, chega-se à verdadeira sublimação por sucessivos estágios e aperfeiçoamentos interiores.

De fato, a sublimação, ao contrário da transmutação, não é somente uma "elevação" de vibração, mas uma mudança de estado, uma verdadeira "transubstanciação". É um processo de "alquimia" interior por meio do qual o homem obtém, através de sucessivos estágios de refino e purificação, o Ouro puro do Espírito. O "fogo sob o cadinho", utilizado pelos antigos alquimistas para cumprir a opus, é representado pela fervorosa aspiração que sentimos quando chega o momento evolutivo e desejamos ardentemente nos reunir à natureza divina e reencontrar a nossa realidade espiritual.

Esta analogia com o processo alquímico não é somente simbólica e poética mas efetiva e real, já que os antigos alquimistas, talvez sem o saber, nada mais faziam do que projetar no exterior um processo que, afinal, se passava interiormente, sendo que os seus pacientes, exaustivos e repetidos esforços para levar a termo a obra de transmutação dos metais em ouro produziam amadurecimentos interiores, dos quais

os gestos representavam somente um ritual.

O homem que procura operar em si a sublimação das energias inferiores e "redimir", portanto, a matéria, age de acordo com uma intuição precisa: é na própria matéria que se encontra latente a força espiritual; é preciso apenas libertá-la, despertá-la através de sucessivas transformações e purificações.

Deve haver também, no entanto, uma ajuda do alto, o que é representada pela força do Si que age como ímã e alavanca interior, pois o homem pode iniciar a obra de sublimação somente quando nele começa a despertar a consciência de sua essência espiritual. Como dissemos acima, com referência ao desenvolvimento do verdadeiro Amor, é preciso ter alcançado um certo grau de maturidade para manifestá-lo.

De acordo com as doutrinas esotéricas, o processo de sublimação passa pelos seguintes estágios:

1. Radiação ativa do centro inferior (de fato, se o centro inferior ainda está inibido ou inativo, as energias estão latentes).

2. Resposta do centro inferior à atração magnética do centro superior (que também começou a despertar juntamente com o despertar da consciência do Si).

3. Conseqüente relação recíproca entre o centro superior e o inferior, condicionado, num primeiro momento, por um movimento de atração e repulsão rítmico.

4. Concentração da energia inferior no centro superior.

5. Controle do centro inferior por parte do superior e sua harmônica relação recíproca.

6. Absorção completa das energias do centro inferior pelo centro superior.

Todas estas fases do processo, como é fácil deduzir, nem sempre se desenvolvem de maneira cômoda e harmônica, podendo gerar sofrimentos e perturbação interior e, conseqüentemente, também distúrbios e doenças do veículo físico ou da psique.

Durante a fase de radiação do centro inferior, por exemplo, que se manifesta

pouco antes da elevação da energia, pode-se verificar uma temporária congestão, seguida de distúrbios que afetam, como vimos no capítulo precedente acerca do Plexo Solar, toda a área do sistema digestivo e de suas funções.

Na fase da relação recíproca entre o centro inferior e o superior, os distúrbios e mal-estares se acentuam, especialmente no que diz respeito ao processo que ora examinamos, de transferência das energias do Plexo Solar para o Centro do Coração, pois tal transferência implica necessariamente, a nível psicológico, diversos conflitos e crises e inúmeras superações.

O livro *Iniciação humana e solar*, de A. A. Bailey, traz a esse respeito o seguinte:

"A transferência do Fogo do plexo solar para o centro do coração é causa de muitos sofrimentos. Não é fácil amar como os Grandes Seres: um amor puro, que nada pede em troca; um amor impessoal, que se alegra na correspondência mas não a procura, um amor que se exerce com constância, silenciosa e profundamente, através de todas as aparentes divergências, sabendo que quando cada um encontrar o próprio caminho de volta para Casa, julgará a própria Casa o local da reconciliação" (pp. 98-99).

Desse modo, a nível psicológico experimenta-se um doloroso sentimento de renúncia, de aridez e até mesmo de "morte", e a nível físico mal-estares e doenças temporárias, que revelam o processo em curso de alquimia interior.

Quanto ao significado de "morte", é preciso dizer que não se lhe deve dar importância, pois ele deriva do eu inferior que não quer se desfazer de sua presa, que sente que deve "terminar" para dar lugar à consciência mais ampla e abrangente do Eu Superior. Na realidade, o eu inferior não morre, mas se amplia e se eleva, se enriquece e, sobretudo, se reconhece naquilo que na realidade. Todavia, a dor da renúncia e o sofrimento do significado da orte são necessários, pois são exatamente eles que constituem o fogo purificatório, o meio técnico que provoca o desencadeamento da energia oculta na matéria.

É isso que devemos levar em consideração quando sofremos. Desse modo, nos desidentificamos do próprio sofrimento, objetivamo-lo e passamos a encará-lo somente como uma perturbação necessária, um processo evolutivo de aperfeiçoamento que nada tem de dramático ou pessoal. De fato somos nós que fazemos aumentar a dor, imergindo-nos nela, revestindo-a de emotividade e de um sentido de "tragédia" e colocando-nos em estado de rebelião ou de autocomiseração.

O sacrifício é necessário para a sublimação, mas somente quando entendido no seu verdadeiro significado etimológico de "*sacrum facere*", isto é: tornar sagrado, e não dolorosa renúncia.

Além disso, quando a energia transferida se concentra no Centro Superior, pode haver um estado de temporária congestão e ativação (neste caso, do Centro do Coração), acarretando eventuais distúrbios cardíacos. A única saída é, mantendo as energias firmes e "congestionadas", irradiá-las e utilizá-las em atos de Amor altruísta. Também podem se verificar distúrbios "reflexos" no aparelho respiratório, os quais, em geral, estão relacionados com o Centro do Coração.

Resulta claro de tudo o que foi dito, ainda que a partir de breves indicações, que o processo de sublimação está continuamente em ação dentro de nós, pois é o próprio mecanismo evolutivo. À medida que amadurecemos e saímos de nosso estado de desordem e inconsciência, as energias começam a se deslocar dos centros situados abaixo do diafragma para os de cima, e então ocorre em nós uma mudança, uma nova orientação que nos leva a desenvolver novas qualidades e nos possibilita entender o verdadeiro sentido da vida.

Especialmente no que diz respeito ao centro do Plexo Solar, se conseguirmos acalmá-lo e entender a sua verdadeira função, automaticamente passamos para um nível superior a esse, nos desidentificamos do egocentrismo do eu inferior, dos seus apegos, dos seus desejos, e conseguimos perceber a essência espiritual oculta também no aspecto inferior. Esta, efetivamente, é a descoberta mais importante, como que a chave para a sublimação, também aceita pelos psicanalistas mas não

compreendida em sua efetividade: a descoberta do espírito oculto na matéria.

Em conseqüência dessa revelação, a obra de sublimação se torna mais fácil, pois é possível perceber que os obstáculos são constituídos somente por hábitos errados, por condicionamentos e falsas identificações que se instalaram em nós. E quanto à natureza emocional e ao seu centro de expressão, o Plexo Solar, como dissemos no início do capítulo anterior, constatamos que ela é somente um reflexo do aspecto Amor da Alma, e não algo que se lhe oponha, mas que "engendra uma relação", que une e pode refletir e canalizar as energias espirituais correspondentes, tão logo tenha se libertado do único obstáculo verdadeiro: a inconsciência.

"Não devemos destruir nada, eliminar nada... A única coisa que deve ser eliminada é a nossa inconsciência". (Sri Aurobindo, *Síntese da loga*, vol. II.)

O verdadeiro Amor, que se manifesta através do centro do coração, já está presente em nós, trata-se somente de libertá-lo e evocá-lo, afastando-nos da falsa identificação com o eu exclusivista e egoísta e nos encaminhando alegremente de encontro à nossa realização.

Capítulo XII

TRANSFERÊNCIA DAS ENERGIAS

DO CENTRO SACRAL PARA O CENTRO DA GARGANTA

(Primeira Parte)

Na origem da criatividade humana, que se exprime a nível físico pelo instinto de reprodução a nível mental pela criatividade no campo artístico, intelectual, social etc, está o fogo Divino da criação, o Terceiro Aspecto da Divindade, o Espírito Santo, energia eminentemente criadora e inteligente, sem a qual nada poderia existir. É o poder que Deus tem de criar as formas em todos os níveis: é a criatividade Divina. A finalidade primeira desta energia é, portanto, a "criação".

No homem, esta força se exprime por dois centros: o centro chamado "sacral" e o Centro da Garganta. No primeiro, manifesta-se ainda a nível instintivo enquanto "sexualidade", e no segundo, após um processo interior de transformação e

sublimação, enquanto criatividade mental e espiritual, retornando assim à sua verdadeira e justa função de energia divina.

Todavia, antes de falar da sublimação, convém examinarmos atentamente o aspecto humano da força criativa, procurando compreender o verdadeiro significado da sexualidade. Este é um assunto muito importante e, ao mesmo tempo, extremamente complexo. Importante porque a energia expressa através do Centro Sacral é uma das mais poderosas que existem no Universo. Complexo, por estar relacionado com muita emotividade, preconceitos, superestruturas, originando, portanto, perturbações e confusões.

É preciso, então, que o enfrentemos com serenidade e imparcialidade, a fim de chegarmos a uma visão clara e objetiva do significado verdadeiro e profundo, oculto sob a manifestação inferior desta energia, detendo-nos em alguns pontos fundamentais, cujo conhecimento nos poderá ser útil.

Antes de mais nada, devemos entender por que existem dois sexos no reino humano. Esta divisão deve ser reportada à polaridade universal que encontramos em todos os níveis.

O primeiro par de opostos formou-se no seio do Absoluto, tão logo Ele deixou o estado de repouso para se manifestar. De fato, ele exprime: "... a Vontade positiva — princípio expansivo — como Espírito, e a Vontade negativa - princípio restritivo - como Matéria, as duas colunas do Templo Universal... Desse par primordial derivarão todos os opostos que a criação manifestará: mais exatamente, todos são Ele e nada mais, os múltiplos reflexos deste duplo aspecto da Vontade criadora sobre o espelho móvel da Maya universal". (Chevrier: *Doutrina oculta*, p. 41.)

O Fogo da Criação, o Terceiro Aspecto da Divindade, também é bipolar, pois todos os atributos de Deus refletem, ao mesmo tempo, a sua Unidade e a sua dualidade.

Portanto, mesmo a nível humano, a criatividade, reflexo do Terceiro Aspecto, necessita de dois pólos, o homem e a mulher, para se manifestar. A nível espiritual,

essa divisão inexiste, porque o Si, que em relação à personalidade representa o aspecto transcendente e divino, é, por assim dizer, bissexual. Ou seja, traz os dois aspectos fundidos em si, o positivo e o negativo, pois é Uno, íntegro em si mesmo. Ao encarnar-se, o Si reveste-se de um corpo físico masculino ou feminino, para fazer todas as experiências necessárias e desenvolver todas as qualidades psíquicas dos dois sexos. De fato, ser homem ou mulher não significa somente ter um corpo masculino ou feminino, mas também qualidades, características e manifestações psíquicas específicas, diferentes para cada um dos sexos. Antes de mencionar tais qualidades, valeria observar que, até mesmo a nível físico, precisamente a nível hormonal, somos bissexuais latentes, bastando um aumento ou uma diminuição de determinado tipo de hormônios para provocar a prevalência de um ou outro dos sexos.

A nível psíquico, a polaridade gera duas atitudes, duas correntes de energia que se manifestam através de qualidades e poderes diferentes, os quais recebem vários nomes:

Logos	Eros
Positivo	Negativo
Ativo	Passivo
Masculino	Feminino
Yang	Yin
Consciente	Inconsciente
Sol	Lua

Torna-se claro, a partir destas denominações, como tudo o que exprime a racionalidade, a vontade, a dinamicidade, o domínio da matéria, a força e a extroversão pode se considerar masculino, enquanto tudo o que exprime sensibilidade, receptividade, poder de dominar o mundo psíquico, intuição, tendência para a proteção, a conservação e o amor pode se considerar feminino.

A masculinidade, em sentido psíquico, pode ser considerada uma força centrífuga, e a feminilidade uma força centrípeta.

Cada um de nós é, fisicamente, macho ou fêmea, mas psicologicamente ambas as energias se fazem presentes em seus corpos sutis, em doses diferentes.

Geralmente, verifica-se esta situação:

	Homem	Mulher
Corpo físico	Positivo	Receptivo
Corpo emotivo	Receptivo	Positivo
Corpo mental	Positivo	Receptivo
Intuição	Receptivo	Positivo

Há, portanto, na maioria dos casos (exceção para os casos excepcionais), uma *polaridade recíproca alternada*.

O que se pode deduzir do que foi dito até agora?

Que a energia cósmica proveniente do Terceiro Aspecto Divino, aquela que no homem produz a sexualidade visa a duas finalidades principais, uma a nível físico, outra a nível psíquico:

a) a nível físico, a finalidade é a de criar um novo ser, através da união dos dois pólos, masculino e feminino;

b) a nível psíquico, estabelecer uma harmonia, uma integração com a relação psicológica e afetiva, capaz de criar um intercâmbio de energias e evocar no outro a polaridade oposta latente.

A verdadeira união entre homem e mulher, o verdadeiro matrimônio, portanto, não é somente união sexual, mas também, e sobretudo, integração psíquica, da qual emerge a totalidade e a evocação do Si, que é Uno.

Na antiga filosofia chinesa, de fato, a totalidade divina, o Tao, é constituída pela união do Yang e do Yin, o princípio masculino ativo e o princípio feminino passivo, Luz e sombra, os dois pólos eternos da criação.

Poder-se-ia pensar, então, que a realização é impossível se não nos completamos com uma outra pessoa do sexo oposto. Mas não é assim.

A relação, tanto a nível físico como a nível psicológico, entre homem e mulher,

pode ser útil para evocar as qualidades que se completam mutuamente, ou melhor, que são potenciais e inconscientes, pois o contato e o intercâmbio de energias entre os dois sexos, em todos os níveis, pode ser "catalisador" das qualidades do pólo oposto. Todavia, os estímulos evoca-dores e catalisadores que provêm do contato feliz e completo entre duas pessoas de sexo oposto têm um efeito local e temporário, contribuindo parcialmente para engendrar a verdadeira totalidade, a efetiva auto-realização espiritual, pois a totalidade, a posse da Unidade, é um evento que não pode ser alcançado através do outro, mas somente pelo despertar da consciência do Si. Somente em nós mesmos é que se pode encontrar o caminho que conduz à verdadeira realização, podendo a outra pessoa somente nos ajudar a "evocar" as qualidades do pólo oposto latente, mas não a encontrar o nosso Si.

Eis por que tanto o homem como a mulher estão continuamente desiludidos e insatisfeitos com a sua relação, mesmo que ela seja das mais harmoniosas, sobretudo os que começam a sentir a exigência de uma efetiva realização interior.

Chega, porém, um momento da trajetória evolutiva do homem em que ele compreende que não deve mais procurar o pólo oposto no exterior, mas sim dentro de si, e é a partir daí que ele começa a dirigir para o interior as energias criativas, a princípio inconscientemente, com o passar do tempo cada vez mais conscientemente, descobrindo que há um "matrimônio" interior, o *matrimônio nos Céus*, para o qual tendem os dois pólos inerentes à sua própria natureza: o pólo negativo da personalidade e o pólo positivo da Alma. Este é o momento em que começa a transferência das energias do Centro Sacral para o Centro da Garganta e o desenvolvimento da criatividade superior.

A verdadeira força criadora não é a que se manifesta no plano físico, através do Centro Sacral, mas aquela que encontra a sua expressão, a nível mental e espiritual, no Centro da Garganta.

Antes, porém, que o homem possa efetuar a completa transmutação e sublimação das energias sexuais, verificam-se sublimações esporádicas e parciais,

devidas ao excesso de energias, isto é, aquela porção que não pode ser utilizada e portanto gera mal-estares, perturbações e desarmonias. De fato, tocando agora no aspecto patológico e médico do assunto, os distúrbios e doenças relacionadas com o Centro Sacral devem-se, como sempre, à congestão ou à inibição.

A congestão se deve, como é fácil depreender, ao uso excessivo das energias, o que pode acontecer quando não se tem uma visão justa e uma compreensão sábia de determinada função, como no que diz respeito ao sexo. Em nossos dias, especialmente após uma época de hipocrisia, repressão e tabus, passou-se para o excesso oposto, a completa libertinagem e permissividade. Para isso também contribuiu a psicanálise, equivocada ao apontar na falsa expressão da sexualidade a principal causa das neuroses. Na realidade, porém, a psicanálise também admite a sublimação das energias sexuais, reconhecendo uma tendência espontânea destas energias para se exprimirem em atividades, faculdades e manifestações superiores (artísticas, místicas, sociais), quando a sua expressão no plano físico é impossível.

Psicanalistas mais modernos e atuais como Eric Fromm, Victor Frankl e outros, exploraram ainda mais a fundo a questão sexual, assumindo, sobretudo, uma oposição mais serena e equilibrada a respeito. Afirmam que a repressão sexual é, de fato, responsável pelas neuroses somente em alguns casos, pois esse instinto, quando não se exprime no plano físico, consegue assim mesmo se manifestar de maneira sadia e inofensiva, sem gerar distúrbios no indivíduo, pois existe na natureza instintiva um equilíbrio espontâneo que, se não hostilizado, regula a saúde física e psíquica de uma pessoa, sobretudo se esta tem uma atitude sã e serena frente ao problema. O nocivo, na verdade, e causa verdadeira dos distúrbios neste terreno é o sexo "intelectualizado", como o chama Jung, isto é, certo sentimento de dramaticidade complicado pela intervenção da mente e de uma emotividade excessiva, distorcido por teorias e revestimentos pseudomágicos, inflacionado pela sensualidade e por desvios e implicações mórbidas, afastado, assim, de sua pureza e beleza naturais. É o amor, a capacidade de dar e criar uma relação harmoniosa, que deveria sempre se fazer

acompanhar da sexualidade, não a sede de prazer e a sensualidade, dos quais resultam o egoísmo e, portanto, o oposto do amor. Mesmo que a sensualidade seja uma expressão natural, quando excessiva ela desvia a energia poderosa e límpida da verdadeira sexualidade, sendo algo ilusório, algo que faz parte da "maya" universal em que o homem se envolve quando escravo das sensações e de seu egocentrismo.

Por isso, antes de chegar à verdadeira sublimação é preciso passar pela purificação que reconduz o Centro Sacral à sua verdadeira função no plano físico, que é criativa e liberta a mente de preconceitos e idéias errôneas sobre o assunto.

Voltando agora aos distúrbios e às doenças, constatamos que elas dizem respeito a toda a esfera das glândulas relacionadas ao centro em questão, isto é, as gônadas, e com os órgãos de reprodução. A congestão do centro causa inflamações, disfunções e doenças diversas, até mesmo tumores em determinados casos. Às vezes, quando a congestão não é muito forte, há uma sensação de ardência e de sofrimento nas costas, na altura do centro sacral.

A inibição do centro, ao contrário, manifesta-se, em geral, por distúrbios psicológicos na esfera do sexo, por anomalias, perversões, ou pelo deslocamento das energias para o centro mais próximo, o da auto-afirmação, com a conseqüente manifestação de raiva, agressividade e excessiva combatividade.

Às vezes, quando ocorre inibição, as energias sexuais sobem para o centro da garganta, mas caso esta ainda não esteja ativa e desimpedida, essas não poderão exprimir a sua função superior e então "descarregar-se-ão" sobre a glândula correspondente, a tireóide, provocando distúrbios e doenças que afetam o seu funcionamento (hipertireoidismo, hipotireoidismo, mixedema, papo, etc). Esta situação pode ser provocada também pelo celibato forçado, a vida monástica, quando a pessoa ainda não está suficientemente madura para efetuar uma verdadeira sublimação e um desenvolvimento da criatividade superior.

É preciso levar em consideração também a situação "cármica" de um indivíduo para chegar a compreender a verdadeira causa de certas experiências e

acontecimentos com que ele, à sua revelia, se depara pela vida, sendo possível que, após uma vida de extravagâncias e completo desregramento no campo sexual, suceda um período em que tal aspecto seja continuamente obstruído e quase forçadamente negado, de modo que o indivíduo se veja obrigado pelas circunstâncias exteriores, que ele chama "destino", e não por vontade própria, a uma vida casta. Ou então, há nele manifestações psicológicas de medo, tabus e sentimentos de culpa que, tidos como sintomas neuróticos, exprimem, ao contrário, uma vontade inconsciente de purificação, sublimação e superação de determinada situação. Com efeito, é o Si que se revela através desta "vontade inconsciente", pois quase sempre o seu objetivo e o seu plano evolutivo para a existência diferem bastante daqueles da personalidade inconsciente e limitada. Em outras palavras, é preciso muita prudência e sabedoria, é preciso saber compreender a própria situação evolutiva antes de tentar forçar uma situação ou livrar de qualquer maneira um bloqueio no campo sexual, o que poderia ser o sintoma de um princípio de transferência das energias para a ação, ainda não inteiramente completo e harmonizado.

Portanto, se após os cuidados físicos e psicológicos necessários a situação não muda, é melhor aceitar o fato, e mais, colaborar possivelmente com as forças evolutivas e dirigir a atenção e a aspiração para uma meta espiritual. Isso prova como é possível que tenhamos um grau evolutivo mais elevado do que aquele que nos aparece conscientemente e que talvez o nosso eu pessoal não queira reconhecer. De fato, a neurose é considerada por muitos psicanalistas mais abertos como um conflito entre a tentativa de uma a expressão de vida e as cristalizações, apegos ao passado e hábitos inconscientes, etc. Diz Caruso: "... a neurose é ao mesmo tempo traição da vocação e sua inflexível confirmação" (De *Psicanálise e síntese da existência*).

Todos nós, portanto, devemos nos examinar com coragem e objetividade servindo-nos da intuição interior para entender a nossa própria situação nossos verdadeiros problemas e, eventualmente, o nosso momento evolutivo, para então dar cumprimento à obra necessária para nos harmonizarmos efetivamente e criarmos um

equilíbrio entre as energias inferiores e as superiores.

Capítulo XIII

TRANSFERÊNCIA DAS ENERGIAS DO CENTRO SACRAL PARA O CENTRO DA GARGANTA

(Segunda Parte)

Quando chega o momento em que nos sentimos preparados para operar a sublimação das energias do Centro Sacral para o Centro da Garganta, muitos "sinais" no-lo indicam.

De fato, não é aconselhável fazê-lo prematuramente, somente devido a uma noção equivocada de ambição espiritual ou pelo desejo de desenvolver poderes mágicos, como determinadas escolas esotéricas prometem.

É muito melhor, caso não se esteja efetivamente à altura do estágio evolutivo, manter uma vida sexual harmoniosa e sadia, inserida com sabedoria no contexto de uma existência normal, ao invés de querer forçar as coisas impondo-se um pseudo-ascetismo, baseado em momentos espúrios.

Conforme já dissemos anteriormente, antes da sublimação é necessária a purificação, entendida sobretudo como a conquista de uma mentalidade pura em relação a tal problema e a libertação das energias sexuais de anormalidades e desvios. Além disso, é necessário compreender que, no que diz respeito aos homens, mesmo que a sexualidade em si mesma não seja idêntica ao amor, pois exprime uma energia diversa, assim mesmo ela é purificada pelo amor, quando não somente visa ao alívio das tensões e a busca egoísta de prazer, mas se faz impulso à união, à integração com o outro, não somente a nível físico mas também a nível psicológico.

A sublimação, na realidade, é um fato natural que se processa em nós mesmos sem nos darmos conta e que, aos poucos, se torna cada vez mais freqüente. A princípio, somente as energias excedentes são sublimadas, isto é, aquelas que não

são utilizadas no plano físico, e posteriormente, de modo natural e espontâneo no indivíduo equilibrado e interiormente puro, uma quantidade cada vez maior dessas energias, que encontram por si o caminho para se elevarem e se transformarem. De fato, antes da verdadeira sublimação que requer o desenvolvimento do Centro da Garganta, pode ser que se verifique a transmutação, como já vimos no caso das energias do Plexo Solar.

Quanto às energias do Centro Sacral, é preciso levar em conta que pode haver uma transmutação positiva e uma transmutação negativa. De fato, pode ser que, às vezes, quando o centro sacral está muito estimulado e ao mesmo tempo reprimido, como que por um "transbordamento", as energias sexuais acabem vitalizando indevidamente o centro na base da espinha dorsal, que exprime auto-afirmação e agressividade. Eis por que, muito freqüentemente, a repressão sexual pode degenerar em ira, combatividade, violência e mesmo crime. Esta é uma das formas de transmutação negativa.

Um outro tipo de transmutação, que em si mesma não é negativa mas pode criar sérias dificuldades se não for corretamente equilibrada, é aquela que decorre da transferência das energias sexuais para o plexo solar, o que pode produzir um aumento exagerado da emotividade, com manifestações de passionalidade excessiva e as várias atitudes negativas que daí derivam, como ciúme, possessividade, etc.

A passagem das energias através do plexo solar é, a bem da verdade, inevitável, ou melhor, necessária, pois tal centro funciona como agente purificador e transformador, sendo por isso chamado nas doutrinas esotéricas de "o Grande Comutador". Todavia, se as energias que provêm dos dois centros inferiores são excessivas e o Plexo Solar não é suficientemente puro, pode acontecer que elas permaneçam como que "bloqueadas" em tal centro e produzem congestão, logo, distúrbios físicos e psíquicos e vitalização de qualidades indesejáveis.

Às vezes, a energia sexual consegue superar o "bloqueio" do plexo solar e sobe, mas pára no centro do coração, ao invés de chegar ao centro da garganta, pois

este último ainda está meio dormente, sem condições, portanto, de absorver as energias inferiores. Pode ser que então se verifiquem incômodos distúrbios cardíacos, que vão de simples palpitações a sérias arritmias e disfunções valvulares. Isso acontece porque as energias sexuais e as do Centro do Coração, que representa o segundo aspecto do Si, enquanto o Centro sacral, como já dissemos, exprime o terceiro aspecto, não são afins. Nesse caso, a sublimação torna-se inviável, podendo ocorrer um distúrbio.

A verdadeira sublimação das energias sexuais verifica-se quando a criatividade superior começa a se desenvolver, o que se exprime através do centro da garganta. Neste caso, porém, há vários graus de sublimação, pois a criatividade pode ser de diferentes níveis. Existe, de fato, uma criatividade, por exemplo, infantil, que surge da espontaneidade, da ausência de inibições, e uma criatividade artística, literária, científica, e ainda uma criatividade interior que se manifesta no campo espiritual e intuitivo.

Visto ser a criatividade um dom tão importante para a efetivação da sublimação das energias sexuais, é necessário, então, que procuremos compreender corretamente o que ela é na realidade.

As manifestações da criatividade humana foram estudadas por numerosos psicólogos e pesquisadores, chegando-se à conclusão de que ela é a expressão espontânea do indivíduo auto-realizado, que se encontra em harmonia consigo mesmo, é livre de condicionamentos e consegue fazer fluir para o exterior todas as suas energias, os seus dons, as suas capacidades.

De fato, Rogers define o indivíduo criativo como sendo aquele de "funcionamento total"; e esta sua definição nos permite entender, em poucas e felizes palavras, a característica fundamental do indivíduo que sabe exprimir a sua criatividade.

Uma outra observação feita pelos estudiosos é a de que existem duas espécies de criatividade, quais sejam, a que deriva de um talento especial em

determinado campo e não recobre todos os aspectos do indivíduo, e a que, ao contrário, brota do processo de harmonização interior e de auto-realização, que assume e caracteriza todas as manifestações desse indivíduo e que se poderia definir assim: "fazer tudo criativamente".

Esta segunda espécie de criatividade dos indivíduos que se auto-reali-zam, por sua vez pode-se dividir, de acordo com o já citado Maslow, em:

a) criatividade primária

b) criatividade secundária

A primeira exprime a criatividade do indivíduo aberto à inspiração, à espontaneidade, às fontes autênticas da sua natureza, sendo portanto livre, natural, sem receios, aberto à fantasia, ao sonho, à imaginação, à originalidade... Aceita-se a si próprio, sabe improvisar e, sobretudo, colher os estímulos que lhe chegam das profundidades, pois não opõe barreiras ao seu inconsciente. É criativo, mesmo sem ser muito poderoso.

O segundo tipo de criatividade, ao contrário, manifesta-se após a criatividade primária; é uma segunda fase, e requer um trabalho árduo, esforço, aperfeiçoamento, autocrítica e reflexão.

A criatividade primária poderia ser definida como "feminina", [Utilizamos os termos "feminino" e "masculino" em sentido puramente psicológico, para indicar dois modos de ser.] posto que aberta à inspiração, receptiva, intuitiva, enquanto a criatividade secundária possui um aspecto "masculino", pois requer vontade, domínio, lógica e perseverança.

Estranhamente, constatamos a presença dos dois pólos, masculino e feminino, também nesse caso; de fato, na criatividade do centro da garganta atuam juntas duas energias opostas e complementares.

Em outras palavras, a verdadeira criatividade é um processo que requer, para se manifestar, que no indivíduo estejam presentes os dois pólos, masculino e feminino, ativo e passivo, integrados numa unidade harmoniosa. Por isso ela se

manifesta nas pessoas que estão se auto-realizando e que, portanto, aproximam-se da integridade e da totalidade.

Maslow, ao estudar os indivíduos em processo de auto-realização, fez uma outra observação muito interessante, que pode servir de confirmação ao que proclamam em outras palavras, as doutrinas esotéricas. Esta observação refere-se à superação das dicotomias nos indivíduos que se auto-realizam, ou melhor, à aceitação delas como partes de uma unidade dinâmica, que necessita manifestar-se em ambos os pólos.

Afirma ele: "... é isso exatamente o que faz o grande artista. O artista é capaz de reunir cores berrantes, formas contrastadas, dissonâncias de toda espécie, alcançando uma unidade. É isso também o que faz o grande teórico, ao reunir fatos incoerentes e desconcertantes entre si. O grande estadista faz o mesmo, assim como o grande terapeuta, o grande filósofo, o grande pai, o grande inventor. Todos são integradores, capazes de conduzir à unidade coisas separadas e até mesmo opostas". (Maslow,op. cit., p. 144.)

Torna-se fácil, portanto, entender que a verdadeira criatividade se manifesta quando o homem começa a fundir em si mesmo os dois pólos de sua natureza no processo de auto-realização.

Em geral, sucede que o pólo oposto de cada indivíduo é subconsciente, por isso abrir-se e integrar-se ao inconsciente é uma via para a auto-realização e o surgimento da consciência do Si, que é síntese dos contrários em um plano muito mais alto.

O centro da garganta, como dissemos, exprime um dos aspectos do Si, a inteligência criativa e, assim, quando este centro desperta devido à sublimação do centro sacral, nós nos aproximamos do despertar da consciência espiritual e do nosso verdadeiro ser.

Dissemos, no início deste capítulo, que existem "sinais" que nos fazem saber quando é chegado o momento de iniciar o trabalho de sublimação voluntária das

energias sexuais.

Tais sinais poderiam ser divididos em três categorias:

1) Mal-estares, distúrbios e desarmonias internas provocados por problemas sexuais;

2) Situação cármica específica;

3) Estágio evolutivo alcançado, o qual pode ser inconsciente.

1) Se uma pessoa sofre distúrbios de variada gravidade em sua vida sexual, isso significa que existe um conflito que ela deve procurar entender. Pode ser que já esteja em curso uma transferência de energias e esta é dificultada pelo eu pessoal, que recusa este evento e se revolta, condicionado ainda que está por uma atitude "mental" errônea face ao sexo. De fato, pode acontecer, às vezes, que não se verifique um verdadeiro apelo dos instintos sexuais, mas somente um complexo de idéias, de pensamentos, de condicionamentos mentais absorvidos do ambiente em que o indivíduo vive ou de leituras e conversas pelos quais o indivíduo tenha sido influenciado sem se dar conta, os quais fazem-no acreditar que ele sinta esta exigência. Então, pode ser que venha a se instaurar um conflito inconsciente entre dois impulsos: o das energias que tendem a subir espontaneamente para o centro superior e o impulso da vontade e da mente, que desejariam manter tais energias em um nível inferior. Disso resulta, como é óbvio, uma situação de mal-estar que pode vir a se agravar e degenerar em neurose ou então em doença física ou distúrbios na esfera sexual (impotência, frigidez etc). Portanto, quando uma pessoa não se sente serena e harmoniosa em tal aspecto e se encontra num estado de sofrimento e mal-estar, deveria examinar-se atentamente a fim de saber se já não estaria em curso, mesmo que em seu estágio inicial, um processo de sublimação, com o conseqüente despertar do centro da garganta. E, se assim é, de maneira nenhuma deve dificultar tal processo, caso queira evitar graves distúrbios.

2) O carma manifesta-se naquelas situações da nossa vida que, independentemente de nossa vontade, nos impedem uma vida sexual normal (uma

doença por exemplo). Ou então, revela-se por um determinado "destino" que julgamos adverso e que no mais das vezes retoma ciclicamente em nossa vida, afastando-nos continuamente da oportunidade de termos um companheiro ou uma companheira e levando-nos para o caminho da solidão. Na realidade, não se trata de um "destino adverso", mas da expressão de um carma que não visa a nos punir pelos erros cometidos em existências passadas, mas a nos ensinar a superar um determinado estágio, posto que estamos maduros para fazê-lo. Freqüentemente, o nosso verdadeiro estágio evolutivo é "inconsciente", como se houvesse em nossa consciência uma cisão que nos impede de perceber a realidade efetiva do nosso ser, diante do que nos identificamos com a personalidade, que está presa a estágios evolutivos anteriores. É necessária, portanto, uma intervenção direta do Si, que faz precipitar o carma, com o fim de purificar a personalidade e separá-la.

3) Se um indivíduo não tem problemas com relação à sexualidade e mantêm uma atitude harmoniosa, serena, pura com relação a esse aspecto da vida isso significa que ele está pronto para dar mais um passo à frente e não se acomodar no estágio de harmonia alcançado. Para começar, deveria colaborar com o impulso evolutivo e iniciar um trabalho de sublimação e transformação das energias inferiores, de maneira voluntária e judiciosa. Se certos aspectos da existência já não nos atraem, se já percebemos outros valores e outras são as coisas que nos proporcionam alegria e prazer, devemos ter a coragem de ser "diferentes", de abandonar a identificação com a massa. Temos que perder o medo de sermos julgados "fora do comum" ou mesmo "anormais" porque não seguimos as atitudes e a maneira de viver da maioria. O indivíduo verdadeiramente espiritual é um anormal se julgado pelos padrões comuns, quando de fato ele é o pioneiro de um novo mundo, de uma nova maneira de viver, de uma nova humanidade, que se guiará por novos padrões, que terá outros sentidos e substituirá os instintos e as exigências físicas por manifestações superiores de energia e de poderes anímicos. Às vezes, não mais que um tênue véu nos separa de uma consciência mais alta, sendo a nossa inércia interior que nos impede lacerá-lo.

Procuremos, então, nos examinar com objetividade e atenção, sobretudo sem a menor sombra de medo, e instigaremos a ardorosa força ascensional que jaz latente no fundo de nós mesmos, para assim começar a obra de redenção da matéria.

Agora, passaremos a descrever o processo de sublimação voluntária das energias sexuais, o qual se desenvolve em três fases:

1) Primeira fase: domínio das tendências à transmutação e renúncia do inferior em favor do superior.

2) Ardorosa aspiração para o alto.

3) Desenvolvimento das faculdades do centro superior (criatividade).

Na primeira fase, é preciso cuidado para que o domínio não se transforme em repressão, isto é, querer apagar da consciência a exigência sexual fazendo com que ela seja relegada para o inconsciente. Para que isso não aconteça, devemos atuar a um só tempo nas três fases acima mencionadas, a fim de que o domínio das energias seja apenas uma "retenção" temporária do impulso de exprimir-se exteriormente, enquanto se tenta dirigi-lo ao mesmo tempo para o interior e para o alto, através da ardente aspiração. Nesse ínterim, o dom do centro superior que estamos cultivando atrai e, por assim dizer, empuxa as energias que estão subindo e acelera a sua ascensão.

Está claro que, para enfrentar essa tarefa, são necessários certos requisitos fundamentais que constituem a base essencial e indispensável para o seu cumprimento.

Tais requisitos são:

a) purificação mental com relação ao problema do sexo (do qual já falamos);

b) aspiração forte e ardente a realizar a sublimação (fogo sob o cadinho);

c) desenvolvimento da criatividade.

Vemos, portanto, que aquele que se acha em condições de operar a transferência das energias do centro sacral para o centro da garganta voluntária e conscientemente, já é um indivíduo com certo grau evolutivo, alguém que sente a

exigência de superar a sua natureza inferior, de transformar-se a si mesmo e de dar início a um novo ciclo humano capaz de revelar o Verdadeiro Homem.

Capítulo XIV

TRANSFERENCIA DAS ENERGIAS DO CENTRO DA BASE DA ESPINHA DORSAL PARA O CENTRO DA CABEÇA

A relação recíproca existente entre os dois centros que queremos examinar agora, neste capítulo, é talvez uma das mais difíceis de serem compreendidas, pois as energias aí implicadas ainda não se manifestaram totalmente. Tais energias são aquelas derivadas do Primeiro Aspecto da Divindade, o Pai, que exprimem em síntese a Vontade-Potência, conhecida pelos homens somente em seus aspectos inferiores e limitados e não na plenitude de sua realidade e esplendor. De fato, o Centro no alto da cabeça (ou Lotus das mil pétalas), órgão através do qual se exprime a Vontade Espiritual, abre-se completamente apenas na Terceira Iniciação, quando o homem entra em contato direto com as Mônadas e não sente mais necessidade da mediação do Corpo Causal. O Centro inferior correspondente, aquele localizado na base da espinha dorsal, também está, em verdade, ativo e desperto plenamente em um número relativamente pequeno de indivíduos, posto que o homem raramente sabe exprimir a sua vontade, mesmo que pessoal, com toda força e clareza, uma vez que não sabe dirigir as suas energias para uma finalidade precisa, sendo geralmente governado pelo Plexo Solar (isto é, pelo desejo e pelas emoções), que não permite unidade de propósitos e firmeza na ação, gerando instabilidade e contínua oscilação entre os dois pólos.

Devemos reconhecer que o homem médio tem geralmente finalidades e propósitos muito confusos e instáveis, manifestando não mais que um obscuro instinto de auto-afirmação, de ambição cega, sem finalidades bem definidas e precisas. E é por isso que o Centro da base da espinha dorsal não funciona de maneira ordenada e harmoniosa na maioria e nem ativamente, mas de maneira intermitente e caótica,

acarretando assim distúrbios e mal-estares na esfera psíquica e no organismo.

Tentemos, no entanto, proceder com diligência a fim de esclarecer pelo menos alguns pontos essenciais de assunto tão complexo.

Dissemos que o Centro no alto da cabeça exprime a Vontade Espiritual, e o Centro da base da espinha dorsal o instinto de auto-afirmação que é na realidade a vontade degradada e expressa em seu nível mais baixo.

Comecemos, portanto, tentando entender o que é realmente o instinto de auto-afirmação. É uma força poderosíssima que se acha na própria base da vida do homem e que apóia e alimenta todos os outros centros, pois exprime, em sua forma primitiva, a vontade de existir, sem a qual o ser nunca poderia vir a se manifestar.

Além disso, à medida que o homem evolui, tal instinto sofre uma modificação e uma transformação gradativas, revestindo-se de formas e manifestações que, mesmo trazendo em si a marca da auto-afirmação, não passam de derivados, como, por exemplo, a agressividade, a combatividade, a coragem, a ambição, a decisão, a firmeza, a capacidade de superar dificuldades, a tendência ao excesso, o orgulho, o sentido do eu, etc. Neste incompleto elenco de qualidades e características estão misturados aspectos positivos e negativos, e isso não por acaso, mas para demonstrar que a energia primigênia de auto-afirmação produz tendências e qualidades que são, por assim dizer, uma mistura de bem e mal, pois a fronteira entre o positivo e o negativo em tais manifestações é muito tênue e difícil de determinar.

De fato, um homem que tenha o Centro da base ativo certamente será um ambicioso, um agressivo, um lutador que poderá manifestar as suas tendências no mal mas também no bem, se souber dirigi-las no sentido correto. O instinto de auto-afirmação é uma força necessária para a ascensão do homem, para o seu progresso, pois é ele quem produz o impulso evolutivo e a capacidade de auto-realização, isto é, de reencontrar o verdadeiro eu e sabê-lo exprimir.

É o estado de inconsciência, a identificação com o eu inferior e isolado que faz com que essa força seja utilizada de maneira negativa, tingindo-a de violência, ira,

agressividade, desejo de dominação e excesso, etc.

Como todos os outros instintos, o de auto-afirmação também tem necessidade de se exprimir e ser canalizado. Na verdade, o que significa "instinto"? Significa "necessidade fundamental", exigência irrefreável que, se reprimida e obstruída, produz danos incalculáveis que repercutirão sobre o organismo físico e a psique do indivíduo. Pode acontecer com freqüência que esta necessidade seja inconsciente ou então que não possa se manifestar por dificuldades e obstáculos exteriores; em tais casos, podem-se originar inibições ou congestões, além de todas as conseqüências patológicas decorrentes.

É estranho que quase sempre seja dada muito mais importância ao instinto sexual do que ao de auto-afirmação, que muitas vezes é até mesmo ignorado ou diminuído. Na realidade, talvez ele seja até mesmo mais importante e premente do que a sexualidade, sendo causa de muitos males e infinitos sofrimentos. O homem é infeliz muito mais por frustrações e obstáculos à sua necessidade de auto-realização e expressão do que propriamente pela repressão sexual, talvez porque esta última encontre mais facilmente o caminho para se modificar e se sublimar.

Um indivíduo pode conseguir ignorar ou reprimir a necessidade de auto-afirmação por determinado tempo mas, afinal, inesperadamente, pode ser que ele seja acometido por explosões de violência, agressividade, destrutividade, sem razão aparente, às vezes por um motivo ínfimo, desproporcional à reação anormal que se segue. Muitos crimes e violências podem ser provocados pela repressão do Centro da base, que cedo ou tarde deve se descarregar, pois quando não utilizado é como se fosse uma carga de dinamite sempre pronta a explodir.

Muitas vezes o instinto de auto-afirmação encontra uma maneira de se descarregar e de se exprimir transformando-se em manifestações aparentemente inócuas e legítimas, mas astuciosamente negativas, como, por exemplo, o criticismo, que é muito difuso, pois não é julgado totalmente nocivo. Esta tendência, no entanto, esconde um enorme sentimento de superioridade frustrado, ambições fracassadas,

inveja e rancor, os quais surgiram da necessidade de auto-afirmação contínua e repetidamente impedida e obstada. De fato, as pessoas geralmente mais inclinadas ao criticismo são aquelas que sofrem explorações, que são obrigadas a uma posição de dependência, maltratadas por um superior tirânico e que, portanto, não podendo se rebelar abertamente, compensam-se por um senso de superioridade intelectual que as leva ao criticismo. Criticando, experimentam um sentimento de satisfação e de prazer, já que se sentem superiores e sua necessidade de auto-afirmação encontra eco.

Uma outra forma de auto-afirmação disfarçada e "transformada" é a tendência à polêmica áspera e agressiva, que encobre uma grande combatividade mental e um forte sentido de superioridade...

Como já disse anteriormente, esta energia e' uma exigência irrefreável que cedo ou tarde terá que se exprimir, pois desempenha uma função vital e elementar na existência do homem, a ponto de, se reprimida, provocar graves distúrbios físicos e psíquicos. Isso é admitido também pela psicanálise, que com Alfred Adler descobriu a importância da "vontade de potência" do homem, além da exigência sexual, tendo estudado e analisado casos de neurose e doenças psicossomáticas provocadas justamente pela repressão ou pelo desvio desta necessidade fundamental.

As doenças e distúrbios provocados pela repressão ou pelo mau funcionamento do Centro da base da espinha dorsal referem-se, geralmente, ao aparelho urinário (rins, bexiga, próstata, etc). Todavia, um outro tipo de distúrbio parece estar estranhamente relacionado com o instinto de auto-afirmação reprimido, como o descobriu também a medicina psicossomática, a saber, a artrite reumatóide. Neste caso, é a força de auto-afirmação inibida que se apresenta como tendência para a rebelião, a ira, a hostilidade, que tende a criar no indivíduo um estado de tensão muscular, como na preparação para a luta, que no entanto não se pode manifestar, justamente pela presença da inibição. Se isso se verifica muitas vezes, com o passar do tempo acabarão por se criar endurecimentos e enrijecimentos das articulações e dos músculos, o que pode traumatizar as articulações. Cito a esse respeito uma

passagem de Franz Alexander:

"Julgamos que a inibição dos impulsos hostis leva a um aumento da tensão muscular. Os impulsos hostis procuram se descarregar através de contrações musculares, mas a sua inibição leva simultaneamente a um aumento de tom nos músculos antagônicos: e isso pode traumatizar as articulações... A disposição espontânea dos artropáticos para exprimir tendências reprimidas através dos músculos esqueléticos foi bem demonstrada..." (De *Medicina psicossomática,* pp. 189-190).

Com base nestas breves observações resulta bastante claro que a energia expressa através do Centro da base é uma força poderosa que deve ser corretamente utilizada e canalizada, num primeiro momento a nível pessoal e, depois, gradualmente, através de sucessivos desenvolvimentos e sublimações, a nível espiritual.

Devemos, primeiramente, reconhecer em nós a presença desta força, desta exigência, aceitá-la como parte de nós mesmos, e mais, considerá-la como um instrumento que nos foi concedido para ser usado como "alavanca" para o nosso progresso, para o nosso amadurecimento interior. Devemos compreender que o homem tende a um "acréscimo" de si mesmo (como diz Maslow) o qual não pode ser reprimido senão por muito sofrimento, o que traz conseqüências extremamente nocivas para a psique e para a saúde física. Enfim, devemos procurar ver sob essa força, a fim de conseguir "agarrar" a sua verdadeira essência e origem divina, para, assim, canalizá-la na direção certa e fazer com que desempenhe a sua exata função.

Examinando agora a transferência das energias do Centro da base da espinha dorsal para o Centro do alto da cabeça, mesmo sabendo que isso somente se verifica total e plenamente na III Iniciação, devemos começar por tentar ativá-la, levando em consideração que ela se processa de forma grada-ia e através de várias fases preparatórias.

A primeira fase é a de purificação do instinto de auto-afirmação e harmonização das energias do Centro da base, o que pode ser alcançado cultivando-

se uma certa atitude interna que oriente a nossa vontade. Por exemplo a colocação de finalidades e objetivos bem-determinados, os quais podem ser primeiramente pessoais e, em seguida, aos poucos, cada vez mais elevados e altruístas, é uma atitude justa, que contribui para desenvolver a vontade em sua forma mais autêntica e a seguir a purifica, orientando-a corretamente. Isso nos conduz aos poucos para a segunda fase, que é a da descoberta do "propósito" central da nossa Alma. De fato, o nosso Si, ao se encarnar, cria um "plano evolutivo" bem delineado para se desenvolver, e tem um propósito, um fim a ser alcançado naquela determinada encarnação. Entender o propósito do nosso Si é a base da verdadeira sublimação do instinto de auto-afirmação e da vontade egoísta, que se dispersa em numerosos objetivos ambiciosos e limitados. A finalidade da Alma, ao contrário, é uma só, mas há que descobri-la, reencontrá-la antes que a nossa vontade inferior venha, aos poucos, a se lhe aderir. "Seja feita a Tua vontade", eis a frase simbólica que em dado momento de seu caminho a personalidade deve pronunciar, descobrindo assim o poder oculto na técnica da obediência. Não por acaso escolhi as palavras "obediência" e "técnica", porque na realidade, obedecer à Vontade do Si, que é a Vontade de Deus, não é um estado de aquiescência passiva, mas um trabalho interior, um movimento de energias, uma sublimação do instinto de auto-afirmação, que assim se transforma em auto-realização espiritual, isto é, capacidade de evocar o verdadeiro Si.

Porém, ainda antes de começar o trabalho de sublimação e de transferência das energias do Centro da base, devemos saber se este se acha preso ou reprimido, ou em estado de desordem e sofrimento. E como chegar a saber isso? Analisando os nossos estados interiores e as nossas reações.

Se o centro da base é ativo, então seremos ambiciosos, coléricos, cheios de iniciativa, orgulho, combatividade, desejo de afirmação e vontade de emergir. Se, ao contrário, ele se encontra reprimido, teremos um estado mais ou menos grave de congestão, que se pode manifestar por eventuais explosões de violência e ira, ou então por estados temporários de profundo desespero.

É interessante notar, a essa altura, que a congestão do Plexo Solar produz melancolia, depressão, astenia e perda de vitalidade, enquanto a congestão do Centro da base da espinha dorsal produz revolta, ira, agressividade, ódio, destrutividade e, como se mencionou acima, desespero e persistente tendência ao suicídio, o que se origina do fato de dirigirmos a destrutividade e a violência para nós mesmos ao invés de dirigi-la para os outros.

Tal estado de congestão comporta vários graus de intensidade, desde os mais baixos, quando então gera insatisfação, irritação e estados de intolerância, até os mais graves, ocasionando os estados acima descritos.

No entanto, caso o Centro da base se encontre em estado de desordem e sofrimento, teremos doenças físicas, mais que distúrbios psíquicos, na área relacionada com o próprio centro, além de uma espécie de incapacidade de querer, um estado de indecisão e confusão em relação aos objetivos a serem alcançados e uma excessiva instabilidade de caráter.

É claro, portanto, que antes de operar a transferência das energias, faz-se necessário harmonizar novamente o Centro da base, descongestionando-o e, se necessário, desobstruindo-o e o reordenando.

Remédios úteis, de qualquer modo, são o canalizar a nossa combatividade e a nossa necessidade de auto-afirmação, exprimindo-os em domínios onde o espírito de luta e de antagonismo não são nocivos, como no esporte, nas competições de qualquer tipo, na política ou então nas lutas sociais... Enfim, podemos começar a interiorizar tal instinto, dando início à luta contra os obstáculos internos, contra as nossas impurezas, defeitos, imaturidades, fraquezas... Não é a combatividade em si mesma que é negativa, mas o objetivo para o qual ela se dirige. Um homem forte é sempre volúvel e combativo, mas este seu temperamento deve ser utilizado para o bem e para o progresso e as energias implicadas, corretamente dirigidas e canalizadas.

Portanto, procurando resumir tudo o que foi dito neste capítulo, o Primeiro

Aspecto do Si exprime-se no homem, em seu nível mais baixo, através do Centro da base da espinha dorsal, como instinto de auto-afirmação. Pouco a pouco, com o progresso da consciência interior e a gradativa purificação do homem, tal instinto se transforma, se dirige para o alto e manifesta as suas qualidades mais altas e positivas de Vontade e Propósito. Desse modo, começa a despertar o Centro superior correspondente, a Lótus das mil pétalas, localizada no alto da cabeça, e o homem começa a se colocar gradativamente em sintonia com a Vontade central de seu ser, transformando a auto-afirmação em auto-realização. Todavia, o despertar completo de tal Centro superior somente ocorre na III Iniciação.

Algumas sugestões para se poder iniciar o processo de sublimação do instinto de auto-afirmação são, em síntese, as seguintes:

a) colocar a serviço de uma justa causa as energias combativas;

b) esclarecer o objetivo da vida e a meta central do nosso Si;

c) transformar a necessidade de auto-afirmação em aspiração à auto-realização;

d) alinhar-se com a Vontade de Deus;

e) ajudar os outros a se realizarem por si.

Estas sugestões, na realidade, condensam todo um programa de purificação, de autoformação e amadurecimento interior, o qual, apesar de parecer difícil de ser cumprido, é no entanto possível para aquele que, levado pelo sofrimento, cansado das contínuas decepções, ferido pela luta contra os inimigos internos, compreende enfim a verdadeira finalidade da vida e aspira em todo o seu ser a realizá-la.

Como dissemos em outras oportunidades, é a ardente aspiração à Luz e à Realidade que, a certa altura do caminho evolutivo do homem, fornece-lhe o incentivo e a alavanca para a sua própria transformação e o cumprimento do seu destino superior e verdadeiro.

Capítulo XV

HARMONIA E INTEGRAÇÃO DA PERSONALIDADE

Dissemos, no início deste livro, que todas as doenças são provocadas pela "desarmonia entre vida e forma", isto é, entre a Alma e a personalidade; desarmonia que se pode manifestar de várias maneiras e em diferentes níveis, denotando falta de alinhamento entre os vários veículos pessoais e presença de um desequilíbrio entre as diferentes forças e aspectos que compõem a personalidade do homem.

O remédio fundamental, portanto, e o caminho mais natural para o "saneamento" dos distúrbios e das doenças são o reordenamento de todos os aspectos do homem, a rearmonização de todas as energias, de modo a criar-se uma sintonia interior entre os veículos pessoais e o Si espiritual. Tal rearmonização, também chamada "integração", é indispensável e entretanto parece ser a coisa mais difícil de alcançar, pois é possível efetuá-la somente quando houver se formado em nós um "centro de consciência" separado dos veículos pessoais. Este centro, lúcido e estável, atua como um eixo unifica-dor de todos os aspectos da personalidade e como ponte que liga à consciência do Si.

Vimos que os estados psíquicos e mentais influenciam de mil maneiras o organismo e que existe uma relação precisa entre o mundo das energias interiores e o instrumento material, relação constituída pelo corpo etéreo. Todavia, não temos consciência dessa relação: ela funciona automaticamente, condicionando-nos. De fato, somos vítimas do jogo das energias geradas pelos centros etéreos, jogo que se desenvolve sem a intervenção direta de nossa consciência. No entanto, quando conseguimos evocar o centro de consciência e o eu se concentra firme e continuamente nele, pouco a pouco desperta em nós a capacidade de ver e perceber o mundo das energias sutis, pois elas giram em tomo deste centro que é desidentificado por elas. Enquanto este centro etéreo não se tiver formado, a identificação ocorre, na verdade, ora com uma, ora com outra energia, e o sentido do eu é múltiplo e confuso. Parece-nos, às vezes, que possuímos muitos "eus" e não conseguimos atingir um sentido de "unicidade", de direção, de controle e lucidez. O eu claro e estável, desidentificado das energias psíquicas, espectador calmo e separado,

emerge quando conseguimos nos elevar acima do incessante movimento dos estados de espírito e dos pensamentos, acima dos conflitos e da multiplicidade... E isso é possível porque o homem possui a capacidade de se superar e ser, como diz Jung, "ao mesmo tempo o vale e a montanha", isto é estar dentro e fora do jogo das energias psíquicas e poder, portanto, observá-las, guiá-las e controlá-las.

Esta capacidade de "elevação",, porém, deve ser evocada, cultivando-se uma atitude de análise e observação de si mesmo, de objetividade e separação. Desse modo, forma-se, na consciência, um ponto externo aos conflitos e estados psíquicos, indo ocupar o centro de uma esfera simbólica que representa a totalidade da nossa psique.

Pudemos constatar, por fim, que as energias principais com que lidamos são três, quais sejam, a vontade (com o seu aspecto inferior de auto-afirmação), o amor (ou exigência de adaptação social) e a criatividade (ou instinto de reprodução em seu aspecto inferior).

Estas três energias fundamentais se manifestam no corpo etéreo através dos três centros situados abaixo do diafragma, no aspecto inferior, e através dos três centros situados acima do diafragma, no aspecto superior e espiritual, como vimos nos capítulos precedentes, e além disso encontram expressão na personalidade, através dos três corpos ou veículos, da seguinte maneira:

Primeiro Aspecto da Vontade = Corpo mental

Segundo Aspecto do Amor = Corpo emotivo

Terceiro Aspecto da Criatividade = Corpo físico

O eu individual deve saber como utilizar corretamente estes três aspectos e suas energias respectivas, canalizando-os corretamente e harmonizando-os entre si através da integração e da coordenação.

Caso não houver esta utilização correta, podem-se verificar, como vimos, distúrbios e doenças a nível físico. Mas, mesmo que não se verifique a integração, a saúde pode ser prejudicada, pois em termos psicológicos essa carência se manifesta

por conflitos psíquicos, cisões e estados de deficiência e imaturidade em ambos os aspectos.

Harmonia significa também "totalidade", integridade, o contrário, portanto, de unilateralidade. O Si, de fato, poderia ser comparado a uma esfera perfeita cujo centro é o eu, condensação da consciência universal numa consciência localizada. A finalidade a se alcançar é desenvolver a consciência de maneira que o centro possa pouco a pouco tornar-se consciente de todos os conteúdos da esfera e, portanto, ser ao mesmo tempo individual e universal.

Para realizar isso, devemos passar por vários estágios de harmonização interior, superar cisões e conflitos, equilibrar e integrar todos os aspectos e energias.

Pode ser que, no decorrer da evolução, a nossa personalidade apresente, mesmo que transitoriamente, certos aspectos mais desenvolvidos que outros, e na realidade todos temos um determinado temperamento bem como tendências e características diversas, quer no aspecto da vontade, quer no aspecto da criatividade ou do amor. Porém, quando estamos próximos da auto-realização, sentimos a necessidade de nos completar, de nos integrar e chegar a um desenvolvimento global, que inclua todas as funções e aspectos, mesmo que diferentes e opostos entre si, e tal necessidade se revela freqüentemente por um sentimento de desconforto, de sofrimento, de mal-estar, que pode degenerar em verdadeira doença. Esta unilateralidade, que nos encena numa linha específica, é exatamente a causa dos distúrbios, porque impede que possamos nos expandir e nos completar e faz com que recalquemos os outros aspectos vitais da nossa natureza profunda.

Talvez seja exatamente o estado de mal-estar e desconforto que aos poucos nos revela a exigência de harmonia e totalidade que trazemos oculta em nós.

Jung afirma que no curso da vida, especialmente na meia-idade, revela-se freqüentemente esta necessidade de integração dos demais aspectos (que ele chama funções), nem sempre conscientemente, mas através de crises,insatisfação, infelicidade, as quais podem dar lugar a verdadeiras neuroses ou doenças somáticas,

se descuidadas ou julgadas de somenos importância.

Homens que até uma certa idade haviam sido ativos, práticos, extrovertidos e inclinados a atividades técnicas e científicas, repentinamente sentem a necessidade de cultivar outros aspectos da vida; por exemplo, a arte, a poesia, a filosofia e até mesmo a busca espiritual... Tudo aquilo enfim, que haviam reprimido e deixado de lado, tudo o que toca ao mundo da sensibilidade e da intuição. Às vezes, chega mesmo a ocorrer o desejo de mudar de profissão, de mudar de vida e hábitos, coisa nem sempre possível de pôr em prática mas que revela a necessidade de integração e harmonia.

A nossa saúde física e psíquica depende, portanto:

a) da correta utilização das energias que compõem a nossa personalidade;

b) do desenvolvimento de todos os aspectos desta;

c) da harmonia recíproca de tais aspectos;

d) da harmonia destes com o Si, através da sublimação e da purificação.

Este é o caminho da auto-realização que visa primeiramente ao desenvolvimento e à integração da personalidade e, em seguida, ao despertar da consciência espiritual latente.

A integração da personalidade, como dissemos acima, pode ser obtida somente se conseguirmos evocar um centro de consciência estável, um eu firme e lúcido, capaz de operar uma síntese e uma reorganização de todos os aspectos e energias.

Muitas seitas místicas afirmam que o eu deve ser superado, que a personalidade deve ser revogada e abolida... Isso, sob determinados aspectos, está correto. Mas o que não se diz é que o eu, para ser superado, tem que existir, tem que se formar, e que a personalidade, antes de ser transcendida, deve ser harmonizada em um todo único.

Devemos levar em consideração que o homem, no início de sua existência sobre a terra, tem uma consciência extremamente vaga e um sentimento muito

confuso do eu, pois ele provém do reino animal, onde não existe a autoconsciência, mas sim um espírito de coletividade, uma consciência de massa... Ao se fazer homem, sua consciência se individualiza, encerra-se num "eu" e se auto-reconhece gradativamente. No início, este eu é realmente fraco e instável, devendo passar por um longo processo de aperfeiçoamento antes de chegar à lucidez plena e à máxima força. A emergência da verdadeira autoconsciência resulta da integração dos aspectos da personalidade, é fruto de uma síntese e passagem obrigatória, desenvolvimento necessário que serve de apoio ao homem para ulteriores aperfeiçoamentos.

Diz Aurobindo: "O eu foi ajuda; o eu é obstáculo".

Com esta breve frase, deseja ele fazer-nos entender que, num primeiro momento, o sentimento da individualidade é um auxílio indispensável para o homem, pois permite-lhe auto-realizar-se, despertar da inconsciência e do espírito de massa confuso e caótico; em seguida, torna-se um obstáculo, caso ele julgue ser esta a meta final e procure se encerrar no círculo do eu, criando uma crosta de egoísmo e isolamento ao seu redor.

A autoconsciência, portanto, deve ser evocada como ponto de apoio para que se possa proceder a uma reorganização e a uma síntese da nossa personalidade, como um sentido de direção e controle das energias, como luz interior para que se possam observar os movimentos psíquicos e nos desligarmos deles.

Em todos os três aspectos da personalidade que mencionamos acima (corpo mental, corpo emotivo e corpo físico-etéreo, com as energias correspondentes), há um lado consciente e outro inconsciente. Este lado inconsciente, como já dissemos em outras oportunidades, não é formado somente por aquilo que reprimimos, mas também por aquilo que julgamos desimportante, que deixamos em estado latente e que pode, portanto, conter aspectos até muito elevados, tendências e faculdades espirituais superiores das quais não temos consciência. A consciência é muito limitada e representa somente a superfície da nossa psique, que esconde em suas profundezas energias e faculdades insuspeitadas. Eis por que também devemos, aos

poucos, "integrarmo-nos" com o nosso inconsciente e trazer à tona a nossa riqueza interior, para assim nos tornarmos completos e "inteiros".

Na realidade, durante um longo período evolutivo, não se pode evitar que existam em nós áreas inconscientes, porque o homem se manifesta de maneira dual, mesmo em sentido psicológico, tendo necessidade de uma polaridade para realizar-se. Tal polaridade, entretanto, deveria tornar-se um movimento consciente da consciência entre os dois pólos, regido pelo eu através de um ritmo harmonioso de introversão e extroversão e não, ao contrário, ser uma oscilação automática que nos condiciona e nos limita ou então um conflito áspero e extenuante sem saída.

Devemos, portanto, alcançar uma harmonia e uma integração também entre o consciente e o inconsciente, entre os dois pólos da nossa psique, se queremos conciliar os opostos da nossa natureza e fazer emergir a verdadeira consciência do Si, totalidade e síntese dos contrários.

Vimos também que a nível do sistema nervoso vegetativo existe uma dualidade entre o simpático e o parassimpático, dualidade que não passa quase sempre de conflito e antagonismo, pois não há equilíbrio entre as respectivas funções dos dois ramos. Distúrbios, doenças, neuroses derivam desse antagonismo que os médicos psicossomáticos denominam "distonias neurovegetativas". Este termo vago e genérico abrange todos os distúrbios que não têm uma causa orgânica e que derivam justamente de um desequilíbrio entre a função do simpático e a do parassimpático. Como o simpático, que rege o estado de vigília, pode corresponder ao consciente, e o parassimpático, que rege todas as funções internas, ao inconsciente, o desequilíbrio, na realidade, se verifica entre os dois pólos da consciência.

De fato, quando somos demasiado extrovertidos, excessivamente racionais e ativos, damos as costas para o inconsciente e causamos uma "contratura psíquica", que limita e torna árida a nossa consciência.

Diz Jung: "Quanto mais a consciência e, portanto, a vontade consciente se reforça ... tanto mais o inconsciente é impelido para o fundo ..."

Por outro lado, pode-se também cair no excesso oposto, caso sejamos demasiado introvertidos, passivos e receptivos, provocando desta forma uma "hipertrofia" do inconsciente.

Ambos os excessos produzem distúrbios e mal-estares, estados de conflito e de crise. O objetivo é alcançar a harmonia e o equilíbrio, concentrando-nos num "ponto médio", capaz de regular os opostos. Este ponto médio é justamente o eu, no sentido a que aludimos anteriormente, de espectador, centro da consciência que se sabe fora da polaridade e a utiliza harmoniosamente.

Este centro da consciência é o primeiro passo para um futuro amadurecimento interior, para a sucessiva integração e harmonia com a consciência do Si ou Alma, que nos conduzirá ao perfeito equilíbrio entre "vida e forma".

Então, o caminho para a superação do estado de sofrimento e doença é o desenvolvimento da consciência, capaz de nos fazer conhecer por experiência direta o mundo interior das nossas energias, tão complexo e variado, e nos facultar a capacidade de controlar e utilizar de maneira correta tais energias, trazendo-as de volta à sua verdadeira essência espiritual; além disso, permite-nos alcançar uma harmoniosa integração dos diferentes aspectos que compõem a nossa personalidade, conduzindo-nos para a totalidade e a integridade.

Segunda Parte

Capítulo I

SIGNIFICADO EVOLUTIVO DA DOENÇA

Antes de iniciar a segunda parte deste livro, que eu gostaria de dedicar sobretudo à análise dos distúrbios e das doenças, físicas e psíquicas, que se apresentam quando tem início uma relação consciente entre o Si e a personalidade, penso ser necessário resumir sinteticamente os pontos mais relevantes e ilustrativos tratados na primeira parte do livro, para ter em mente um quadro bem-definido e claro, conquanto esquemático, dos conceitos e leis fundamentais sobre os quais se baseia a medicina psico-espiritual.

Estes pontos são os seguintes:

1. A verdadeira natureza do homem é espiritual. É ele, de fato, uma centelha divina que se exprime por meio de uma forma.

2. A doença deriva de uma desarmonia entre a centelha divina (o Si) e a sua forma de expressão (personalidade).

3. Isso acontece porque o homem vive em estado de inconsciência e ignorância com relação à sua natureza real e se identifica com a forma.

4. Tanto a centelha divina (o Si) como a forma (personalidade) são agregados de energias (de diferentes níveis vibratórios).

5. O estado de inconsciência em que o homem vive conduz à utilização errônea de tais energias: a partir daí, surge a desarmonia e, conseqüentemente, a doença.

6. Os dois principais erros na utilização das energias são:

a) utilização excessiva (sobretudo das energias inferiores) provocada pela falta de domínio, o que leva à congestão;

b) repressão ou inutilização das energias, o que leva à inibição.

7. Todas as doenças, portanto, podem ser subdivididas em dois grandes grupos:

a) doenças provocadas por congestão;

b) doenças provocadas por inibição.

8. As causas das doenças podem ser:

a) cármicas (coletivas e individuais), isto é, derivadas de existências passadas;

b) psicológicas (isto é, derivadas da existência atual);

c) evolutivas (isto é, devidas à purificação e à transferência das energias de um centro inferior para outro superior).

9. A constituição oculta do homem demonstra que as energias de que se compõe a forma de expressão do Si têm também origem espiritual e devem, portanto, cedo ou tarde, retornar a essa fonte, através de um processo de transformação e

sublimação, não sem dificuldades e crises, as quais podem se exprimir através de doença física ou psíquica.

10. Quanto mais o homem se aproxima da revelação de sua verdadeira natureza, mais se intensifica o processo de transformação e transferência de energias, por isso as crises e os distúrbios, tanto físicos como psíquicos, acentuam-se.

Do ponto de vista esotérico, portanto, a doença não é considerada apenas de um ponto de vista negativo, mas também positivo, pois é o sinal e a manifestação da presença, no homem, de um "movimento" evolutivo e a expressão simbólica de uma luta entre o impulso ascensional da centelha divina e a resistência da matéria em que esta centelha se acha aprisionada.

Podemos dizer que a doença, do ponto de vista espiritual, é indício de progresso, sinal de abandono da identificação passiva com a forma material, e que a consciência começa a despertar e a pressionar para se manifestar.

Os primitivos, os homens pouco evoluídos, completamente identificados com o corpo, quase sempre desfrutam de boa saúde, pois há neles um estado de "harmonia", mesmo que a nível material, inexistindo conflitos, tormentos e crises.

No livro *A cura esotérica*, de A. A. Bailey, lemos:

"A imunidade aos males que afligem o homem não é por si só um sinal de superioridade espiritual. Ao contrário, pode ser indício daquilo que um dos Mestres descreveu como o fundo do egoísmo e da satisfação de si" (p. 124).

É preciso chegar à terceira iniciação, grau evolutivo muito alto em que se verifica a perfeita fusão entre o Si e os seus veículos de expressão, e no qual a personalidade é completamente transcendida, para nos tornarmos imunes às doenças físicas e psíquicas.

Como já dissemos na primeira parte deste livro, o período evolutivo definido como o do "aspirante espiritual" é talvez o mais atormentado e difícil, sendo por isso também chamado "Caminho Probatório". De fato, nesta fase do seu amadurecimento, o homem é posto à prova de mil maneiras e a pressão interior da centelha divina que

procura manifestar-se torna-se mais forte, gerando conflitos, crises e sofrimentos, físicos e psíquicos.

Este período é aquele que precede, ou melhor, prepara o despertar da consciência espiritual, este maravilhoso evento também chamado "segundo nascimento", justamente porque nele se verifica uma complexa mudança no homem, marcando o início de um novo ciclo de vida.

A doença, nesta fase de desenvolvimento do homem, torna-se mais significativa. A mensagem evolutiva nela oculta torna-se mais clara, e a sua finalidade purificatória mais evidente. O seu aspecto favorável e positivo pode ser melhor compreendido, pois o indivíduo está mais próximo do despertar e a sua consciência está mais sensível e preparada.

Nesta segunda parte deste livro de Medicina psico-espiritual, gostaria de me deter justamente neste período evolutivo tão importante para o homem, nas suas crises e nas suas dificuldades, e além disso, também no período que se segue ao despertar do Si, quando as energias espirituais afluem para a personalidade, trazendo conseqüências benéficas por um lado e malignas por outro.

Falar de tais fases do caminho evolutivo do homem não deve ser algo que nos pareça demasiado abstruso ou distante da nossa compreensão, pois acho que todos aqueles que, possuindo uma alma sincera e motivação pura, aspiram a se conhecer, a encontrar a Verdade e a realizar a sua verdadeira natureza, podem se julgar "aspirantes espirituais", achando-se, portanto no período preparatório para o despertar da consciência do Si. Portanto, podem sofrer crises, conflitos e mal-estares mais ou menos graves, devidos à gradativa penetração da nova consciência espiritual, e à tentativa por parte do Si de tomar posse dos seus veículos para imprimir assim um novo ritmo às energias da personalidade.

Alguém poderia surpreender-se ao ouvir falar do Si (também chamado Alma, Eu Superior, etc.) como se de uma entidade exterior a nós, já perfeita e completa, a ponto de ter um desígnio próprio, uma vontade própria e uma vida independente da

nossa consciência habitua mas que, ao mesmo tempo, sentimos "viver" no fundo de nós mesmos, disfarçada, oculta, mas nitidamente presente, a ponto de, às vezes, sentirmos a sua força, a sua luz, a sua orientação, não conscientemente mas através de sinais, intuições, sensações mais ou menos vagas e imprecisas, conforme o nosso estado de desenvolvimento interior.

Isso depende do fato de o nosso Si individual ser ao mesmo tempo transcendente e imanente. Ao encarnar-se, projetou nos veículos pessoais somente uma parte de si mesmo, um lampejo, o qual permanece latente, sob a forma de personalidade, como uma semente na terra que aos poucos germina, amadurece e nasce, sob forma de "autoconsciência". É esta autoconsciência que evolui no homem e passa por várias fases de desenvolvimento. Também sofre muitos desvios, quando se identifica com o meramente instrumental; encerra-se no isolamento, é alterada pelos desejos e apetites inferiores, até que, impulsionada pela sua própria natureza divina, consegue libertar-se e se reconhece na sua realidade espiritual.

Em muitos livros esotéricos o Si transcendente é chamado "Mônada" e o Si imanente "Alma" ou "Filho", pois na realidade ele é produto da união do Si (Pai) com a personalidade humana (Mãe).

Quando o homem chega ao despertar espiritual, é o seu Si imanente (ou Alma) que enfim se "reconhece" e, sendo a sua natureza sobretudo "consciência", lhe confere um estado de consciência, de iluminação, de lucidez extrema, pois ele finalmente "vê" a realidade e se identifica com a sua verdadeira natureza.

Toda a nossa existência visa somente a isso: fazer com que nos tornemos conscientes do que realmente somos e reunir os dois aspectos do Si que se separaram; mas para poder "reunir os dois", é preciso que até mesmo as substâncias que compõem os nossos corpos sutis, até mesmo a matéria do nosso corpo físico, sejam purificadas, transformadas e sublimadas. Por isso, o período que precede o despertar da consciência do Si é tão tormentoso e difícil. Mesmo sem nos darmos conta disso, as energias da nossa personalidade, devido ao amadurecimento da

consciência, começam a transferir-se dos centros situados abaixo do diafragma para aqueles localizados acima do diafragma, como dissemos na primeira parte deste livro, e isso acarreta mal-estares, crises e quase sempre doenças mais ou menos graves.

A essa altura, poderíamos indagar: "Por que este processo de desenvolvimento da consciência e esta transferência de energias não se desenvolvem de maneira plena e harmoniosa, sem choques e conflitos? Por que são obsta-das e perturbadas, a ponto de gerar sofrimentos e mal-estares?".

Não devemos esquecer que o homem, conforme diz Sri Aurobindo, é "um ser de transição". Ele está suspenso entre dois reinos da natureza, o animal e o espiritual, e participa de ambos, pela sua natureza física, por um lado, e pela sua natureza espiritual, por outro.

O homem, em sua presente condição, é incompleto, imperfeito. É um ser transitório, que se prepara para tornar-se realmente humano, sendo ele próprio "o laboratório vivo e pensante onde a Natureza quer, com a sua colaboração consciente,) elaborar o super-homem..." (De *A Vida divina de* Sri Aurobindo).

Esta posição de transição do homem constitui, por um lado, uma vantagem, e por outro um perigo e uma dificuldade, porque pode acontecer (como de fato inevitavelmente acontece) que ele inicialmente se identifique com a sua natureza animal e não com a divina, e construa para si uma consciência falsa, condicionada e limitada, feita de hábitos e automatismos, que escurece e dificulta a penetração da "verdadeira" consciência, a do seu Si divino.

Eis por que sempre ocorre atrito, dor, luta e mal-estar. Há uma contínua tensão entre duas tendências opostas, entre dois pólos, cada qual com características e manifestações diversas.

Um deles, o pólo "matéria", é caracterizado pela inércia, pela tendência a conservar, manter, adaptar-se a um determinado estágio, enquanto o outro, o pólo espiritual, é dinâmico, livre, em contínuo movimento e ascensão...

A certa altura de seu caminho evolutivo, o homem se torna consciente desta

sua situação dual e almeja sair dela: é o momento mais importante mas também o mais delicado e perigoso do seu amadurecimento, pois deve ultrapassar conscientemente o conflito e permanecer firme, numa posição de espectador sereno e neutro, a fim de harmonizar os dois pólos. Não há como evitar o atrito, não há como se esquivar do sofrimento, mas pode-se tomar a crise produtiva e fazer com que dela brote a luz de uma nova consciência. É como o sofrimento de um parto, que a mãe deve vencer se deseja dar à luz seu filho, e que no entanto pode ser alegre, na consciência do evento maravilhoso que está para acontecer.

Assim, o aspirante espiritual, isto é, aquele que começa a sentir a necessidade de reencontrar a sua realidade, de entender o mistério da vida, que percebe o significado profundo que há por trás de tudo o que acontece, deveria enfrentar comedida mente os seus problemas, as suas crises, as suas lutas internas com ânimo forte e sereno, com o intuito de entender o que se passa em seu interior, quais as forças que se acham em jogo, e assim favorecer a sua expressão e transformação sem se opor ao impulso ascensional da consciência espiritual latente, para que não se produzam mal-estares, doenças e sofrimentos.

Às vezes acontece, como dissemos na primeira parte deste livro, existir em nós um grau de maturidade espiritual maior do que percebe nossa consciência ordinária, devido talvez a alguma resistência, a um obstáculo, a uma recusa em aceitar a nossa verdadeira missão evolutiva, a obedecer à vontade de nosso Si. Formou-se aquilo que Sri Aurobindo chama "o nó de obstinação do ego" (eu inferior), muito difícil de superar, pois ele julga ter de renunciar ao seu domínio, ter de morrer, e se revolta.

De certa forma, é verdade que ao emergir a verdadeira consciência do Si, a falsa consciência da personalidade desaparece ou é subjugada. Mas isso não significa "morte" ou aniquilação, somente reorientação e transformação, pois nada pode morrer, muito menos as energias vitais e dinâmicas que compõem os veículos pessoais, as quais, mesmo rebaixadas e desviadas, são de origem divina e têm a sua justa função a desempenhar.

Portanto, não se trata de "renúncia" mas de correta utilização; não se trata de fim, mas de um novo começo; não se trata de sofrer, mas antes de encontrar, enfim, a verdadeira alegria.

Não se deve esquecer que a característica do Espírito e' a alegria: ele é definido como "Sat-Chit-Ananda", isto é, Existência-Consciência-Alegria. O sofrimento deriva de uma falta de consciência, que faz com que nos apeguemos ao que é limitado, obscuro, relativo e separado do Todo.

Portanto, analisando as crises, as lutas, os sofrimentos e as doenças eventuais que precedem e preparam o despertar da consciência do Si, levamos em consideração o seu verdadeiro significado e o seu objetivo final, a fim de compreender o seu simbolismo e a sua mensagem, e, enfim, contribuir para a sua dissolução positiva da maneira mais rápida e prática, extraindo disto todo o ensinamento oculto.

Capítulo II

DOENÇAS FÍSICAS QUE PRECEDEM O DESPERTAR DO SI

Assim como todo crescimento físico e psíquico é precedido por uma crise, também o despertar da consciência do Si, que é amadurecimento, crescimento interior, é precedido por um longo período de tormento e crise, que, como dissemos, se caracteriza por distúrbios, sofrimentos e doenças eventuais, as quais, ainda que pareçam semelhantes às demais à primeira vista, ainda que apresentem uma sintomatologia idêntica à das doenças normais, contêm em si uma "qualidade" diferente, um simbolismo, uma mensagem que pode e deve ser decifrada a fim de que se produza a necessária transformação interior.

Todo distúrbio, toda doença, seja qual for, pode ser interpretado de maneira diferente, dependendo do indivíduo em quem se manifesta, isto é, dependendo do seu grau evolutivo.

A evolução interior segue um movimento "em espiral", isto é, um movimento que tem uma fase de progressão e uma fase de regressão aparente. De fato, para cada volta desta espiral ascendente simbólica temos a impressão de nos

encontrarmos em face de situações (sejam externas ou internas) semelhantes a outras já atravessadas no ciclo precedente, em face de determinados problemas evolutivos que constituem a nossa dificuldade especial, o nosso "calcanhar de Aquiles". Isso se verifica porque não se pode superar completamente uma dificuldade fundamental de uma vez, mas por etapas, sendo por isso que ela se reapresenta inúmeras vezes, até parecer convergir repentinamente para a resolução, que no entanto já havia sido preparada por numerosas outras tentativas de resolução e por superações parciais inconscientes. Esta é a razão pela qual podemos recair várias vezes em crises ou doenças do mesmo tipo, as quais, entretanto, no período que precede imediatamente o despertar da consciência espiritual, em que a pressão da luz e da energia do Si se torna mais forte e premente, adquirindo uma característica diferente, sofrem uma sutil transformação. A doença que pode nos atingir antes do despertar do Si é, na verdade, de natureza diversa das doenças anteriores, ainda que atinja o mesmo órgão e os seus sintomas pareçam os mesmos.

A sua diversidade revela-se de mil maneiras. Por exemplo, por uma certa refração ou uma excessiva sensibilidade aos remédios comuns, a ponto de, freqüentemente, o indivíduo ser obrigado a recorrer a remédios "heterodoxos", como a homeopatia, a acupuntura ou mesmo à intervenção de curandeiros. E isso revela que o indivíduo está desenvolvendo uma sensibilidade "diferente", mais refinada, sobretudo mais subjetiva e individual.

Com freqüência, a doença apresenta um desenvolvimento estranho e intermitente: as melhoras repentinas e sem razão aparente são seguidas por recaídas, também estas sem nenhuma razão aparente aos olhos do médico comum... Às vezes, as análises clínicas apresentam situações insólitas, etc.

Todavia, a característica fundamental e inconfundível que cedo ou tarde se revela é o fato de que tais doenças são decisivas.

O que isto significa?

Significa que, por representarem a expressão a nível físico de um conflito entre

a energia espiritual do Si e a resistência da matéria, tais doenças se saldam de duas maneiras apenas: pela vitória ou pela derrota do Si. Em outras palavras, pela cura completa e total ou pela morte. No primeiro caso, a cura produzida pela penetração da nova consciência acarreta uma mudança total no indivíduo, uma nova orientação de todas as suas energias, marcando o início de um novo ciclo de vida caracterizado pela colaboração consciente com o impulso evolutivo do Si.

No segundo caso, a morte significa a exclusão do Si daquela forma que não responde à sua vibração e que constitui, ao contrário, um obstáculo difícil de se transpor em vista dos seus fins, representando falência daquela experiência específica de vida, pois do ponto de vista da Alma toda encarnação é ao mesmo tempo uma experiência e um experimento, também sujeito ao fracasso.

A essa altura, convém lembrar que o nosso amadurecimento se processa em duas frentes:

1) a primeira refere-se à elevação e à transferência das energias dos centros inferiores para os centros superiores;

2) a segunda refere-se ao desenvolvimento da consciência, isto é, à gradativa passagem do estado de inconsciência e de mecanicidade para o estado de lucidez plena e consciência, seja com relação a nós mesmos e à nossa natureza real, seja com relação à vida e ao seu significado.

A elevação e a transferência das energias podem acontecer também sem que tenhamos consciência delas, ao passo que, como é lógico, o desenvolvimento da consciência acarreta reconhecimentos, transformações, amadurecimentos conscientes e um efetivo "despertar".

Os distúrbios e eventuais doenças físicas são em geral causados pelo processo de transferência das energias e revelam, quando corretamente compreendidos e resolvidos, o centro implicado e a "mensagem" oculta nos sintomas da doença.

A medicina psicossomática, além disso, admite uma "linguagem dos

órgãos".

Diz Victor Frankl que "... determinados órgãos têm, além de uma predisposição somática, uma característica significativa precisa e específica, a qual, no entanto, já é uma valência psicológica". Em seguida, acrescenta que, por essa razão, "esta espécie de predisposição somática pode ser designada como uma disposição simbólica". (De *Psicoterapia na prática médica*, p. 148.)

Ferruccio Antonelli, médico psicossomático italiano, também escreve num de seus artigos: "O sintoma psicossomático tem tal significado psicológico, simbolismo tão exato, que se pode definir (precisamente) o ponto de chegada da neurose e o ponto de partida da psicoterapia." Além disso, escreve: "...Disso resulta que o sintoma psicossomático, ao mesmo tempo 'mensagem' e 'defesa', deve ser respeitado e estudado." ("Indicações de psicoterapia profunda em medicina psicossomática", *Jornal Italiano de Psicanálise de Base*, março de 1963.)

Talvez chegue o dia em que este dialeto do órgão (como é chamado por Adler) será exatamente o primeiro passo para a criação de uma ponte entre a matéria e o Espírito, de modo a demonstrar exatamente o que afirmam as doutrinas esotéricas, isto é, que o corpo, com os seus órgãos, é somente o símbolo de uma realidade mais interna e espiritual. De fato, ele é algo que deve ser interpretado antes e, em seguida, levado gradativamente à origem que o produziu.

Dizia a Mãe explicando o significado do corpo aos garotos:

"A transformação implica que toda esta situação puramente material seja substituída pela concentração de forças, que têm cada uma um tipo de vibração diferente: ao invés de órgãos, serão centros de energia consciente movidos por uma vontade consciente. Não mais estômago, não mais coração, não mais circulação, não mais pulmões: tudo isso desaparecerá e dará lugar a um jogo de vibrações que representem aquilo que estes órgãos são hoje simbolicamente. Porque os órgãos são somente os símbolos materiais dos centros de energia, não são a realidade essencial... É preciso, portanto, antes de mais nada, saber o que o vosso coração

representa na energia cósmica, o que a vossa circulação, o vosso cérebro, os vossos pulmões representam na energia cósmica ..."

Nos dias de hoje, o homem comum poderá julgar estas palavras absurdas, mas não são, pois já a psicanálise, com a descoberta do "simbolismo" psicológico dos órgãos, sem querer deu o primeiro passo para a demonstração de tal realidade.

Para quem conhece a constituição do homem tal como apresentada pelas doutrinas esotéricas, entender a "linguagem dos órgãos" não é tão custoso, pois é sabido que além do corpo físico existem corpos mais sutis e centros de força que exprimem qualidade e acentos específicos de caráter psicológico e espiritual. É, portanto, possível remontar do órgão doente até a causa "sutil", sabendo que para cada área do corpo humano e para cada função corresponde um aspecto psíquico e energético.

Os três centros situados abaixo do diafragma, por exemplo, exprimem, como vimos, as três exigências instintivas fundamentais do homem, isto é, o instinto de auto-afirmação, o instinto sexual e o instinto gregário, sendo que cada um deles transmite energia a órgãos e funções específicos, e a determinadas glândulas endócrinas. É fácil perceber, então, que se o órgão correspondente a um determinado centro está doente, a causa psíquica se refere à inibição ou à falta de controle do respectivo instinto, e que o problema poderá ser resolvido com a correta utilização e sublimação da energia em jogo.

Como já dissemos, o amadurecimento do homem requer a utilização correta das energias e a transferência destas dos centros inferiores para os centros superiores. Em termos psicológicos, isso significa que o homem deve desenvolver as faculdades superiores correspondentes aos instintos, deve transformar o que é negativo em positivo e conferir novamente às energias ditas "inferiores" a sua verdadeira qualidade original de energias divinas.

A essa altura, vamos abrir um breve parêntese para lembrar que também os instintos, e mesmo o que no homem parece ser negativo e causador daquilo que

chamamos "mal" e "erro", têm origem divina, sendo a expressão inferior e alterada das energias espirituais. Três são os aspectos do Absoluto: Vontade, Amor e Inteligência Criativa (Pai, Filho e Espírito Santo), e três são os instintos principais: auto-afirmação, instinto gregário (ou social) e sexualidade, os quais, na realidade, exprimem os três aspectos divinos correspondentes, mas de maneira, por assim dizer, invertida, materializada e escurecida.

Ao longo do arco evolutivo que o homem percorre, ele deve penosamente remontar em direção ao Uno e, ao fazê-lo, tudo conduzir, inclusive matéria e as energias dos corpos sutis, para a origem, purificando-os, sublimando-os e transformando-os em consciência.

Portanto, toda doença evolutiva do aspirante espiritual próximo ao despertar do Si revela um problema de sublimação e de transferência de energias problema que deve produzir em sua consciência o amadurecimento desenvolvimento de uma faculdade superior. O sofrimento relacionado à crise do despertar é, portanto, também um sofrimento moral, já que não é fácil passar, por exemplo, de um amor possessivo e egoísta para um amor altruísta, oblativo e generoso, em completo auto-esquecimento... É o eu exclusivista que não quer ceder o seu domínio e se opõe, cego e surdo em sua obstinação, querendo conservar de qualquer maneira a sua "falsa" felicidade, ao invés de abandonar-se à infinita beatitude da "verdadeira" alegria, aquela que provém da libertação e da consciência do Real.

Um outro ponto muito importante que deve ser levado em consideração ao se analisar as crises e doenças no período que precede o despertar do Si é o da "subjetividade" dos distúrbios e sintomas, da singular "predisposição" a um determinado tipo de doença.

Isso revela uma das verdades fundamentais do esoterismo, que nos ensina que, apesar de todos termos a mesma origem e participarmos de uma grande Unidade que nos irmana, cada um de nós tem uma "nota" específica a ser expressa, uma pequena missão a cumprir, uma faculdade inconfundível a ser realizada.

Quando o homem torna-se um aspirante espiritual, esta sua nota central começa a despertar junto com o advento da sua individualidade autêntica. De fato, ele começa a abandonar a participação inconsciente com a massa amorfa da humanidade e se torna um "indivíduo". Em outras palavras, não é mais um ser condicionado, totalmente inconsciente, que acompanha passivamente as correntes e as influências que lhe provêm do ambiente e das outras mentes, mas começa a fazer sentir a sua vontade, o seu pensamento, a sua liberdade e a sua criatividade.

"Quem deseja ser um homem deve ser um 'único' ", dizia Emerson, querendo justamente dar a entender com estas palavras que somente aquele que sabe exprimir a sua nota específica, a sua individualidade, que sabe ser ele mesmo total e corajosamente, é digno de ser chamado homem.

Portanto, um sinal inconfundível para saber se estamos próximos do despertar da consciência é a emergência gradual do nosso "eu" autêntico, que nos faz entender a nossa verdadeira missão, a nossa faculdade principal, o caminho específico a ser seguido, e que faz com que nos sintamos livres, enfim, descondicionados, criativos, "únicos", autônomos e, ao mesmo tempo, capazes de estabelecer relações harmoniosas com os outros, de colaborar, de amar de uma maneira mais autêntica, profunda e livre.

Através da doença também podemos tentar reencontrar esta nossa peculiaridade, pois, antes de emergir com toda a força e plenitude, a nossa faculdade principal luta contra hábitos e condicionamentos que se instauraram em nós desde tempos imemoriais (podendo até mesmo remontar a existências anteriores) e nos tornaram mecânicos, inautênticos, falsos, e então ela se revela "negativamente", isto é, por uma fraqueza particular ou predisposição orgânica, que é ao mesmo tempo obstáculo e "mensagem" a ser decifrada, pois poderia nos fornecer a chave para abrir a porta da nossa realidade mais profunda e autêntica.

Para chegar ao despertar da consciência do Si, portanto, devemos passar pela revelação da nossa autenticidade e livrar-nos de todas as estruturas e falsidades que

nos desviaram. Em outras palavras, devemos descobrir o nosso verdadeiro "eu", auto-realizar-nos e conseguirmos nos exprimir plenamente. Por isso, às vezes, deve-se passar por um período de solidão e de aparente "anormalidade".

Este é o sinal de que se está saindo do nivelamento da mecanicidade de massa, daquela normalidade que Jung compara a um "leito de Procusto", onde não se pode mais descansar por ter se tornado um tormentoso obstáculo.

["Procusto", apelido de Danaste, bandido morto por Teseu, famoso por reduzir as suas vítimas ao tamanho uniforme de um leito, sobre o qual os estendia. (N. do T.)]

O aspirante espiritual, portanto, pode julgar-se um "anormal" no sentido mais amplo da palavra, justamente porque começa a ser ele mesmo, a se libertar dos automatismos, dos condicionamentos inconscientes, lutando, sofrendo, procurando, renunciando aos caminhos cômodos para encontrar outros, talvez solitários e difíceis, mas que Lhe permitem exprimir a verdade, a autenticidade e a verdadeira consciência.

Todo aquele que sente este desejo de liberdade, de autenticidade, de verdade, e quer satisfazê-lo, "custe o que custar", está certamente próximo do grandioso momento do "novo nascimento", sofrendo as dores do parto para dar à luz a si próprio.

Capítulo III

RELAÇÃO ENTRE TIPO PSICOLÓGICO E DOENÇA FÍSICA

O problema da relação entre temperamento e doença tem sido debatido pela ciência médica desde a antigüidade, já que quase sempre foi possível notar que a constituição biológica particular de um indivíduo e as suas predisposições à doença guardam uma estreita correlação com as suas tendências, com a sua maneira de sentir e se comportar. Ainda hoje, por exemplo, fala-se da tipologia criada pelo médico grego Hipócrates há mais de dois mil anos, a qual dividia os homens em quatro grandes categorias:

1) o sangüíneo;
2) o fleumático;
3) o colérico;

4) o melancólico.

Tal tipologia, como se pode perceber, baseava-se em diferenças fisiológicas que influenciavam o caráter e o temperamento.

Nos tempos modernos teve uma enorme difusão no campo médico o conceito, introduzido por Pende na Itália, de influência das glândulas endócrinas não somente sobre o tipo físico, mas também sobre a psique, tendo sido criada uma biotipologia baseada na predominância ou na deficiência de determinadas funções glandulares.

A medicina psicossomática também não exclui uma correlação entre caráter e predisposição à doença, mas os pontos de vista dos estudiosos são ainda muito discordantes. Alexander, por exemplo, afirma que somente das doenças das coronárias é que se pode falar de uma relação entre temperamento e predisposição para tais doenças. Assim, escreve: "A freqüência de acidentes coronários entre pacientes que pertencem a determinadas categorias profissionais, como médicos, advogados, padres, pessoas que têm funções executivas e postos de alta responsabilidade é um dado familiar ao clínico..." (*Medicina psicossomática*, p. 61). Todavia, acrescenta ele que isso também poderia depender do tipo de atividade e não do temperamento específico.

Uma outra estudiosa, Dunbar, parece, por sua vez, mais propensa a admitir uma estreita relação entre caráter e doença, analisando em seu livro *Estudo de perfis*, algumas correlações estatísticas entre as doenças e a personalidade. Diz ela, por exemplo, que o diabete melito atinge mais facilmente os tipos ansiosos, passivos, indecisos, que encontram dificuldade em passar do estado de dependência infantil para um estado de maturidade e de autonomia. De fato, foi provado que o medo e a ansiedade podem provocar distúrbios no metabolismo dos carboidratos até mesmo em indivíduos não diabéticos.

Para dar um outro exemplo de correlação entre temperamento e doença, lembremos o caso da artrite reumatóide, anteriormente mencionada, e que parece se originar de agressividade e ira reprimidas, em pessoas propensas, por temperamento,

a reagir com rebeldia e hostilidade às adversidades da vida.

Escreve Alexander, a propósito justamente da artrite reumatóide: "O fundo psicodinâmico geral de todos os casos é um estado de agressividade cronicamente inibida e revolta contra todas as formas de constrangimento exteriores ou interiores, contra o controle exercido por segundos ou contra a ação inibidora da própria consciência hipersensível". (*Medicina psicossomática*, p. 185.)

Voltando agora para a Medicina psico-espiritual, encontramos nela conceitos muito mais precisos e definidos, em perfeita analogia com aquilo que a ciência oficial ainda debate e pesquisa.

A relação entre tipo psicológico e doença é tida como uma realidade, pois, de acordo com o esoterismo, o que produz a diferença de temperamento entre os indivíduos é a predominância de uma determinada faculdade ou energia, também em estreita correlação com um centro etéreo e com uma glândula endócrina específica no plano físico.

Mencionaremos agora, rapidamente, a tipologia psicológica das doutrinas esotéricas.

De acordo com o esoterismo, tudo o que resulta da criação, portanto também o homem, está sob a influência de sete grandes energias cósmicas chamadas "Raios"; energias que derivam do Uno, que em um primeiro momento torna-se Três e depois Sete. [Para maiores informações sobre a teoria dos "Sete Raios", ver o volume de Angela Maria La Sala: *Os sete temperamentos humanos*, útil do ponto de vista psicológico, ou então o *Tratado sobre os Sete Raios*, de Alice Bailey, que aborda o assunto de um ponto de vista cósmico e esotérico.] Na realidade, tais energias exprimem sete notas, sete qualidades que, mesmo parecendo na manifestação e no homem bem distintas e separadas, formam em seu conjunto a harmonia e a totalidade do Uno, justamente como as sete cores do arco-íris, reunidas, produzem a luz branca.

Estas sete qualidades são, para o homem, "sete caminhos evolutivos", conforme está escrito na *Doutrina Secreta* de H. P. Blavatsky, isto é, sete modos de

retornar ao Absoluto, sendo que os homens, no correr do processo evolutivo, podem vir a encontrar-se em um ou outro dos caminhos, o qual representa a linha de menor resistência individual.

Quando estamos próximos do despertar da consciência do Si, a nota, ou raio prevalente, começa a fazer sentir a sua presença, pois delineia-se a nossa individualidade, antes latente mas sufocada pela "falsa" consciência, pelo conjunto de condicionamentos e automatismos que impediam ao verdadeiro ser central se manifestar. É o momento que Sri Aurobindo denomina individualização da consciência, que faz emergir o centro de consciência, o verdadeiro "eu". "Um ser consciente está no centro de mim mesmo; ele governa o passado e o futuro, é como um fogo sem fumaça... é preciso desembaraçá-lo pacientemente do próprio corpo", afirma o *Upanishad* (*Katha Upanishad* IV).

É este um momento extremamente importante para a evolução do homem, pois o "eu" deve ser formado, o centro de consciência do nosso ser deve ser evocado, pois é justamente através deste centro que nos superamos e atingimos o mundo da Realidade.

O caminho para a realização do Si é constituído primeiramente por uma interiorização, depois por uma "concentração" da atenção em um ponto central, que é como um cerne, um apoio, um centro de focalização em que se recolhem e giram harmoniosamente todas as energias da personalidade, que são somente instrumentais. Este ponto central é o "eu", a individualidade, a nossa criatividade, a nossa "ipseidade", que em seguida deverá ser transcendida, ou melhor, ampliada até a identificação com o Eu Universal.

Afirma Sri Aurobindo: "O eu é ajuda; o eu é obstáculo", querendo dizer com estas palavras que primeiramente devemos evocar e criar a nossa individualidade, o Ser Psíquico, como ele o chama, pois sem ele não poderíamos nos tornar conscientes e realizados, e em seguida devemos superá-lo para que ele não constitua uma limitação, um impedimento.

A individualidade não é a personalidade; isso deve ficar bem claro pois esta última não apresenta realidade própria mas somente uma "falsa" consciência, quando ainda não emergiu o "centro de consciência" que é justamente a individualidade. A personalidade é constituída pelo conjunto dos três veículos de expressão, não sendo mais que automatismo e mecanicidade: é somente um instrumento. A individualidade é o Eu verdadeiro, o reflexo do Si, seu ponto de apoio e de expressão. É também chamada por alguns Alma ou Ego superior, sendo ela que cria a continuidade entre uma e outra encarnação.

Este Eu individual ou Alma não é algo vago e impreciso, mas bem caracterizado e especificado. Traz em si uma marca precisa, sua, somente sua, diferente da de qualquer outro, sendo ela também o seu caminho, a sua "missão", o seu encargo no grande Plano evolutivo, do qual é uma partícula, conquanto mínima. Esta "marca" individual é justamente o "raio" que exprime, a nível psicológico, qualidades e características bem precisas, formando um determinado "temperamento" ou tipo.

Os raios, como dissemos, são sete:

I Raio da Vontade-Poder;

II Raio do Amor-Sabedoria;

III Raio da Inteligência Criativa;

IV Raio da Harmonia através do conflito;

V Raio da Ciência Concreta;

VI Raio da Devoção e do Idealismo;

VII Raio da Concreção Física.

Cada um de nós pertence, enquanto individualidade, a um ou outro dos raios acima mencionados, o qual representa a sua nota a ser expressa e posteriormente aperfeiçoada, e que, sendo latente e potencial, deve ser descoberta e depois expressa até a sua plenitude. Portanto, durante um longo ciclo de encarnações, cada um de nós permanece no mesmo raio, até que o tenhamos expressado plenamente, quando

então passamos para outro raio, pois a meta é chegar à totalidade, à perfeita harmonia, que compreende em si todas as sete notas.

No que diz respeito às doenças, de acordo com a Medicina psico-espiritual, existe uma relação direta e bastante clara entre faculdade, tendências, características psíquicas e veículo físico, sendo, pois, lógico que o temperamento de um determinado indivíduo possa conduzi-lo a erros e defeitos capazes de gerar distúrbios físicos e doenças. De fato, sendo todo Raio, na a mais alta essência, expressão de faculdades elevadas e espirituais, ao se manifestar em um indivíduo ainda não evoluído e purificado, ele se altera e, assim dizer, é poluído, manifestando aspectos negativos e deletérios. Assim por exemplo, o Raio da Vontade-Poder, pode, se o indivíduo não é evoluído, exprimir violência, autoritarismo, auto-afirmação, ira e destrutividade em outras palavras, a força de vontade é degradada e invertida, exprimindo sobretudo agressividade e instinto de auto-afirmação, sendo canalizada como vimos, no plano etéreo, através do Centro da base da espinha dorsal. É preciso, a essa altura, mencionar que os Raios, conquanto somem Sete derivam na realidade dos três aspectos do Uno de que tantas vezes falamos, e podem ser reencontrados em todos os planos da manifestação, sob infinitas formas.

Recordemos estes três aspectos:

a) Pai (I aspecto) Vontade

b) Filho (II aspecto) Amor

c) Espírito Santo (III aspecto) Inteligência Criativa

Entre os três primeiros e os três últimos Raios, há uma perfeita correspondência, pois eles exprimem justamente as três energias, embora orientadas em diferentes direções e, portanto, utilizadas com finalidades diferentes. De fato, os três primeiros utilizam as energias dirigindo-as para o mundo subjetivo, interior, e os três últimos, ao contrário, dirigindo-as para o mundo objetivo e exterior.

Portanto, constatamos que:

O I Raio dirige a Vontade para o mundo interior;

O II Raio dirige o Amor para o mundo interior;

O III Raio dirige a Inteligência para o mundo interior;

O VII Raio dirige a Vontade para o mundo exterior;

O VI Raio dirige o Amor para o mundo exterior;

O V Raio dirige a Inteligência para o mundo exterior.

Assim, os três primeiros poderiam ser considerados introvertidos, e os três últimos extrovertidos. O IV é "ambivertido" pois se dirige tanto para o interior como para o exterior, visando a superar a dualidade, e suscitar novamente união e harmonia entre os dois pólos do Espírito e da Matéria.

É lógico, portanto, deduzir daí que a preponderância de um determinado Raio num indivíduo conduza ao hiper ou ao hipofuncionamento de um determinado centro e da glândula correspondente, conforme este seja extrovertido (isto é, levado à congestão), ou introvertido (isto é, levado à inibição), como vimos na primeira parte deste livro. Naturalmente, os distúrbios e as doenças acham-se relacionadas com o centro e a glândula em questão, e serão doenças provocadas por congestão ou por inibição, em razão do motivo acima mencionado.

No caso do aspirante espiritual próximo da realização do Si, o problema se apresenta mais claramente, pois com a gradativa emergência da individualidade, o Raio predominante se revela, buscando exprimir-se através do centro correspondente, podendo, entretanto, encontrar obstáculos conscientes ou inconscientes.

Os obstáculos são quase sempre inevitáveis, pois, como já dissemos, estando a personalidade (o conjunto dos três veículos inferiores) até aquele momento abandonada a si mesma, funcionando "mecanicamente", ela se estabilizou num determinado ritmo, adotou determinados hábitos e por pouco não se petrificou numa espécie de entidade, num "eu" falso, que não quer ceder o seu domínio. Não é fácil vencer os hábitos da personalidade, dissolver a sua solidificação, mudar o seu ritmo, mesmo que a essa altura tenhamos consciência de uma outra realidade e comecemos a sentir a presença do verdadeiro Eu. É preciso um longo e lento trabalho de

libertação e transformação para instaurar um novo ritmo, o que pode conduzir a períodos de conflito, tormento, sofrimento e doença.

Neste período, justamente, a doença é sintoma desse estado interno de sofrimento e transformação, durante o qual desatam-se os nós dos antigos hábitos, dissolvem-se cristalizações, inverte-se a direção das energias e, dependendo do tipo de doença, o indivíduo pode descobrir qual é a nota central implicada, qual é a energia que procura exprimir-se, e que, uma vez liberta, revelar-se-á o seu "caminho".

Para exemplificar, se o aspirante se encontra no Segundo Raio, poderá antes do despertar do Si sofrer uma doença das vias respiratórias (pleurite, pneumonia etc), pois as energias sobem em direção ao Centro do Coração e buscam se exprimir através deste sob a forma de Amor e sentimentos de União, embora os automatismos inconscientes do eu pessoal se oponham e continuem a funcionar à base de antigos ritmos e hábitos de apego, amor possessivo e limitado por cega e obstinada mecanicidade. As energias do amor, não podendo se exprimir através do Centro do Coração, invadem a área ao redor provocando "congestões", disfunções, alterações em todos os órgãos do tórax. De fato, a doença representa uma "ruptura" de ritmo, uma crise que rompe velhos hábitos, uma superação de etapa árdua e cansativa, que vai dar, enfim, numa reviravolta, num renascimento, no início de um novo ciclo de vida.

Portanto, a relação entre o próprio temperamento ou Raio e a doença existe e se revela especialmente no período que antecede o despertar do Si, pois a própria nota central, antes de se exprimir em toda a sua pureza e plenitude, deve se libertar dos hábitos viciados em que vinha incorrendo, deve fazer ecoar a sua real vibração espiritual e cumprir o seu trabalho.

Esta teoria dos Sete Raios nos oferece um modo de "reconhecer" sem grande dificuldade o caminho de menor resistência para nos auto-realizarmos e manifestarmos a realidade espiritual latente em nós, segundo a nossa espontaneidade, a nossa autenticidade, deixando que nos guiemos pela corrente irresistível e poderosa da força central do nosso ser, o qual, sendo por natureza de

origem divina, nos leva de volta para o alto.

Eis por que todas as escolas, todos os Mestres e todas as doutrinas psicológicas baseadas na intuição afirmam que, para reencontrar o Si espiritual, a essência divina em nosso interior, devemos antes de mais nada aprender a ser o que somos, devemos reencontrar a nossa autenticidade, a nossa realidade profunda, libertando-nos das infra-estruturas, dos condicionamentos e falsos "eus". Reencontrar a nós mesmos e ao verdadeiro Eu nos leva automaticamente a entrar em sintonia com a energia divina e verdadeira que nos anima, que nos impulsiona, o que significa exprimi-la plenamente, encontrando a perfeita harmonia com o nosso núcleo profundo, o qual, mesmo que individualizado e específico, é uma partícula do Uno, é uma nota da grande sinfonia cósmica da criação.

Capítulo IV

DISTÚRBIOS PSÍQUICOS QUE PRECEDEM O DESPERTAR

(Primeira Parte)

Com mais freqüência, talvez, do que as doenças físicas que precedem o despertar da consciência espiritual, apresentam-se no homem os distúrbios psíquicos, que podem acarretar estados de mal-estar geral, vagos e difusos, não tão graves a ponto de impedir a atividade normal, ou então sofrimentos mais profundos e sérios, verdadeiras psicoses, a ponto de requerer a ajuda de um médico especializado.

Para compreender a fundo a gênese de tais distúrbios é necessário, antes de mais nada, que lembremos uma das verdades fundamentais do esoterismo, ou seja, a polaridade universal, que se manifesta em todo o cosmo, nos mais diversos níveis, revelando-nos a existência de duas grandes forças opostas e estabilizadoras que regem toda a criação. No homem, tal polaridade se exprime de infinitas maneiras, a começar pela divisão dos sexos no plano externo e objetivo e, em seguida, pelas numerosas dualidades e polaridades que se apresentam no plano interno e subjetivo.

A filosofia chinesa exprime esta verdade universal através do símbolo do Tao: um círculo dividido em duas partes, uma branca e uma preta, ambas contendo um

pequeno ponto, metade preto, metade branco, para indicar a presença da potencialidade oposta inerente a cada um dos dois princípios.

Psicologicamente, esta dualidade também se verifica entre consciente e inconsciente, encontrando uma correspondência no sistema nervoso vegetativo, o qual se subdivide em simpático e parassimpático, ramos estes que têm cada um uma função diferente, ao mesmo tempo antagônicas e complementares, análogas, como vimos acima, às do consciente (simpático) e do inconsciente (parassimpático), respectivamente.

A filosofia chinesa denomina estes dois eternos opostos de princípios do yang e do yin, afirmando que do equilíbrio entre eles nasce a harmonia e a totalidade. Este conceito cósmico, ela o aplica inclusive a nível humano, à medicina. Podemos encontrar a contrapartida desta verdade no conceito ocidental, criado por Jung, de extroversão e introversão, ou de progressão e regressão, isto é, de uma tendência à atividade, ao dinamismo, ao domínio do mundo externo (yang, princípio ativo, masculino) e de uma tendência à receptividade, à passividade, ao retiro para o mundo interior (yin, princípio negativo, feminino).

Na Medicina psico-espiritual, reencontramos esta dualidade na distinção entre doenças provocadas por congestão (quando prevalece o simpático) e doenças provocadas por inibição (quando prevalece o parassimpático), achando-se também aí uma polaridade em busca de equilíbrio.

De fato, é justamente esta a verdadeira função da polaridade no campo psicológico, função reguladora e estabilizadora que já Heráclito havia descoberto, denominando-a *lei de enantiodromia*.

Deveria haver, psicologicamente, um movimento de "fluxo e refluxo" da energia psíquica, semelhante à respiração e às sístoles e diástoles do coração, entre o pólo consciente e o inconsciente. O fluxo para o consciente (extroversão ou progressão) é adaptação ativa ao ambiente, e o fluxo para o inconsciente (introversão ou regressão) é adaptação às próprias exigências internas e profundas. Isso se processa

naturalmente pelo alternar entre sono e vigília, mas assim mesmo deveria sempre haver, em nós, um ritmo próprio entre estes dois movimentos e uma ação conjunta entre o consciente e o inconsciente. No entanto, acontece que este equilíbrio é freqüentemente perturbado, prevalecendo uma ou outra das tendências, o que provoca desarmonia, unilateralidade, sofrimento e doença.

Todavia, como já dissemos, a harmonia é uma meta a ser alcançada, sendo que no decorrer do caminho evolutivo prevalece temporariamente um ou outro pólo, tanto em sentido físico, com a predominância de um ou outro dos sexos, como em sentido psicológico, com a predominância da tendência para a introversão ou a extroversão.

Também nos tipos psicológicos, determinados pelos Raios, vimos que há três deles, o I, o II e o III, que apresentam tendências introvertidas, e o IV que se pode chamar "ambivertido".

Quanto às doenças e distúrbios psíquicos, podemos dizer, generalizando, que os mais inclinados a elas são antes os tipos introvertidos do que os extrovertidos, e que também o IV Raio é propenso aos distúrbios psíquicos, quando ainda em conflito com os dois pólos, sem conseguir resolvê-lo.

Portanto, no período que precede o despertar do Si, é exatamente a acentuação do conflito entre os dois pólos, tanto em sentido horizontal como vertical (como explicaremos agora), que pode conduzir a doenças de caráter psíquico.

De fato, ao pólo constituído pelo inconsciente podemos relacionar também a vida e a energia do Si, que com relação ao eu pessoal consciente é latente, velado e, justamente, "superconsciente".

A psicanálise também considera a doença psíquica denominada "neurose" (ou psiconeurose) a expressão de um conflito inconsciente "recalcado", que busca, no entanto, uma solução.

Porém, antes de seguir em frente, tratemos de esclarecer o significado do termo "neurose". Ele é utilizado hoje em dia para indicar genericamente um conjunto

de distúrbios ligados sobretudo à esfera psíquica e que não possuem causa orgânica. O termo exato seria, segundo Freud, "psiconeurose", justamente para indicar a preponderância dos sintomas psíquicos que o acompanham, enquanto a palavra "neurose" se refere em geral às doenças funcionais, também chamadas "neuroses orgânicas" ou "organo-neuroses". De qualquer maneira, hoje prevaleceu o hábito de utilizar o termo "neurose" tanto para as doenças psíquicas como para as doenças funcionais que afetam um determinado órgão.

O que se deve esclarecer primeiramente é que a neurose não é uma doença mental: para esta última, de fato, a psiquiatria reserva o termo genérico e impróprio de "psicose".

Poderíamos indagar: qual a diferença existente entre neurose e psicose?

As diferenças residem principalmente na consciência. De fato, na neurose o paciente tem consciência de seus distúrbios; o eu racional permanece lúcido e luta contra a doença, conscientemente ou não. Na psicose, ao contrário, a consciência se acha obscurecida e o eu completamente submerso; não há, em outras palavras, uma consciência do próprio estado. Psicoses são, por exemplo, a esquizofrenia, a paranóia, a demência senil, etc.

As neuroses, em geral, podem ser subdivididas em:

1) neuroses de caráter, com raízes na primeira infância;

2) neuroses traumáticas, que podem ter até mesmo causas recentes;

3) neuroses atuais, crises de amadurecimento pessoal, incapacidade para enfrentar problemas graves da vida, etc;

4) neuroses endógenas, crises existenciais e de amadurecimento espiritual.

Que indivíduos apresentam, em geral, tendência para as neuroses?

Os médicos não estão de acordo quanto a este ponto, pois ainda debatem o problema das eventuais tendências hereditárias para a doença. De qualquer maneira, o ponto sobre o qual todos concordam é que as neuroses instalam mais facilmente em indivíduos introvertidos, dotados de uma sensibilidade específica, de uma grande

exigência de afeto, de uma natureza complexa e em contínua evolução. Esta última característica talvez seja a não conduz ao desequilíbrio e à desarmonia, pois gera um conflito entre a inércia e o automatismo de certos conteúdos inconscientes e o impulso ao crescimento e à maturidade. Mas voltaremos mais detalhadamente a este ponto.

É interessante examinar os pontos de vista dos principais pensadores da psicanálise, pois podemos notar uma espécie de evolução, no conceito de neurose, de Freud até aos nossos dias.

1) Freud postulava como causa principal das neuroses a repressão do instinto sexual.

2) Adler postulava como causa das neuroses a repressão do instinto de auto-afirmação e do instinto social.

3) Jung postulava como causa principal das neuroses a repressão de uma ou mais das principais funções psíquicas do homem (em número de quatro).

4) Frankl e muitos outros seguidores da psicologia humanística postulam como causa principal das neuroses, ao lado de outras já mencionadas, também a repressão das exigências espirituais superconscientes.

É evidente que o conceito de neurose trilhou um caminho ascendente, juntamente com o alargamento e o aprofundamento do conhecimento das várias dimensões do inconsciente, e mesmo que atualmente ainda sejam muitos os que permanecem ancorados às teorias freudianas, vem ganhando força e influência uma nova escola psicológica, denominada "psicologia da terceira força" ou psicologia humanística, a qual vê o homem de maneira mais completa, admitindo nele também potencialidades e exigências espirituais, aproximando-se surpreendentemente das teorias esotéricas. De fato, para a Medicina esotérica pode haver crises e doenças a nível psicológico, antes do despertar da Alma, que apresentam aparentemente os mesmos sintomas de uma neurose comum, mas que no entanto são provocados pela luta, a nível inconsciente, entre a vontade do Si e a vontade do eu pessoal, pois há uma repressão do verdadeiro grau evolutivo alcançado e um obstinado apego a um

nível de maturidade inferior.

E necessário esclarecer o significado do termo "repressão", que se acha na base de todos os distúrbios neuróticos.

Este termo foi introduzido por Freud para descrever um mecanismo inconsciente de inibição que impede determinados conteúdos profundos de chegar à consciência. Tal mecanismo instalou-se pouco a pouco como hábito de reprimir um instinto ou um trauma que podia provocar sofrimento, hábito inicialmente consciente que depois se tornou inconsciente, mas nem por isso menos forte. Formou-se assim uma "repressão", isto é, um hábito inconsciente de reprimir um impulso, de forma que o eu consciente não mais reconhece o impulso nem a repressão. É um verdadeiro dique que se formou entre o inconsciente e o consciente, muito difícil de transpor. Todavia, os conteúdos inconscientes "reprimidos", sendo energias, não permanecem estáticos mas tentam continuamente se manifestar e são continuamente repelidos; por isso, encontram "outros caminhos" para se exprimir, e estes outros caminhos são os distúrbios neuróticos.

Ansiedade, angústia, fobias, obsessões, medos etc, formam a longa lista de distúrbios neuróticos que causam sofrimento ao homem e dificultam a sua vida normal, impedindo-lhe que amadureça e se torne o que é.

No caso do aspirante espiritual, ele "reprime" a energia superconsciente de sua natureza espiritual, pois tem medo da luz e hesita face a uma tomada de consciência que o colocaria diante de suas limitações e fraquezas, obrigando-o a decisões e escolhas que fariam sofrer a sua natureza inferior.

O neurótico espiritual é na verdade um indivíduo que não sabe se decidir, que "deseja o contraditório", como diz Caruso, e apresenta "uma eterna tensão entre o desejo de conquistar uma meta ideal e o desejo de satisfação..." (De *Psicanálise e síntese da existência*, p. 45).

O seu desejo é o de "absolutizar o relativo" para acalmar a sua consciência, mas não sabe que com esta atitude retarda o seu crescimento interior e provoca para

si mesmo infinitos sofrimentos.

Hoje, muitos psicanalistas mais intuitivos e iluminados também admitem isso, confirmando assim, com a sua experiência científica, o que a Medicina esotérica afirma.

Veremos mais detalhadamente, no próximo capítulo, quais são as manifestações e os sintomas destas neuroses de fundo espiritual, que Victor Frankl denominou "neuroses noógenas" para distingui-las das neuroses comuns, que se referem a conflitos de nível pessoal.

Capítulo V

DISTÚRBIOS PSÍQUICOS QUE PRECEDEM O DESPERTAR

(Segunda Parte)

As neuroses e os distúrbios psíquicos que se apresentam no período que precede o despertar do Si oferecem sintomas e manifestações aparentemente semelhantes aos das neuroses comuns. De fato, pode haver, a nível psíquico, angústia, depressão, ansiedade, fobia, medos etc, ou então, a nível físico, vários distúrbios neurovegetativos, que fazem pensar numa neurose provocada pela repressão de um instinto ou por um conflito inconsciente... E, na realidade, como mencionamos no capítulo precedente, mesmo nas neuroses de fundo espiritual, a causa é um conflito ou uma repressão, só que o conflito não é entre dois aspectos da personalidade, mas entre o eu pessoal e o Si, e a repressão não atinge um instinto ou uma exigência humana, mas a mais alta exigência que anima o homem: manifestar a sua verdadeira natureza, a sua essência espiritual Superconsciente, o seu aspecto divino, aquele que Victor Frankl chama de "nous", Jung de "Selbst" e as doutrinas esotéricas de Si, o Eu Superior, a Alma etc.

As neuroses espirituais, porém, apresentam também outros sintomas de caráter, por assim dizer, moral e existencial. 0 indivíduo que apresenta estes sintomas sente-se como tendo chegado a um ponto de estrangulamento; nada mais lhe interessa, nada mais o satisfaz. A vida lhe parece vazia e sem significado, e tudo em

que antes ele acreditava parece agora fútil e sem sentido. Ele se sente imerso como em uma neblina, em uma profunda escuridão sem esperança, em um silencioso desespero. Com freqüência, acrescenta-se a estes sofrimentos também uma crise moral, a ponto de instalar-se nele um profundo sentimento de culpa, um sentimento de inadequação e quase de indignidade, os quais, como veremos, têm uma motivação.

Todos estes sintomas revelam uma profunda crise existencial, que não pode ser resolvida pela psicoterapia comum, mas requer, como o próprio Jung afirma, um amadurecimento, o reencontro de uma nova vida, em outras palavras, uma espécie de iluminação, para que sejam vencidos.

É exatamente a inconsciência que gera o sofrimento, pois ela suscita uma resistência, até mesmo uma rebelião, por parte do eu consciente frente à pressão do Si, prestes a se manifestar.

Todavia, apesar deste estado de inconsciência que, se pode dizer, permanece à superfície, o neurótico, no íntimo de sua consciência, tem como que o pressentimento do que se passa em seu interior e percebe vagamente que é chamado para um outro destino, para algo mais elevado. E é a partir desse pressentimento que nasce o sentimento de culpa e de indignidade, pois ele se culpa a si mesmo e ao seu Si, a quem, sem querer, ele acaba por trair.

É exatamente neste período, chamado por nós "do aspirante espiritual", que a tensão entre os dois pólos da natureza humana se torna mais intensa e dramática, pois as duas vontades, a inferior, do eu pessoal, e a superior, do Si, se equilibram. A crise nasce justamente desta tensão, que parece sem saída mas que, no entanto, pode ser resolvida, não, estranhamente, em virtude de algum esforço, não pela razão ou pela vontade, já que estas nunca são mais do que expressões do eu pessoal, mas pelo abandono, pela rendição incondicional, pela desistência a toda luta e toda intervenção da consciência.

"É preciso que deixemos a alma se encarregar de tudo", afirma Jung, captando com intuição luminosa esta verdade da potência inata à inércia aparente, à rendição

incondicional, ao abandono da "Providência divina", que gera o processo saneador e libertador.

Todavia, é oportuno, antes de prosseguirmos com este discurso sobre as atitudes mais adequadas para resolver o conflito, que procuremos distinguir as neuroses comuns das "noógenas" ou espirituais, já que ambas apresentam os mesmos sintomas.

É preciso, antes de mais nada, levar em consideração que todas as neuroses, mesmo as que chamamos comuns e sem nenhum caráter espiritual, são na realidade crises de amadurecimento, pois, mesmo sendo a manifestação de um estado anormal, de uma condição patológica a nível psíquico, escondem todavia uma tentativa de solução do problema, uma pseudo-solução talvez, mas que demonstra o esforço de superação produzido pelas próprias energias inconscientes.

Na realidade, o neurótico, como afirmam os próprios psicanalistas ortodoxos, é um indivíduo que sofre, que luta para superar um bloqueio inconsciente, uma imaturidade, uma inadequação, mas que acaba por se chocar com as resistências causadas pela repressão. É, portanto, uma pessoa ''em evolução''. Eu mesma ouvi dizer, da boca de um psicanalista, referindo-se aos que têm problemas psicológicos, imaturidades, e não lutam para superá-los: "Não sabe nem mesmo chegar a um estado de neurose!" De fato, a neurose é considerada o sintoma de uma luta, de um esforço de superação, ainda que mal-encaminhado.

Portanto, mesmo quando se apresenta a nível pessoal e humano, a neurose é sempre uma crise de amadurecimento que tende à superação de um determinado estágio, de uma determinada cristalização, a qual é no entanto impedida e obstada por um bloqueio inconsciente.

Assim mesmo, as neuroses que se originam da frustração de exigências espirituais têm caráter positivo e evolutivo.

Dito isso, observemos que, a fim de reconhecer se os nossos eventuais distúrbios psíquicos, as nossas crises, são comuns ou então espirituais, não há outra

maneira senão analisarmo-nos com objetividade, com sinceridade e neutralidade, para entender qual a exigência profunda que se oculta sob os nossos sofrimentos e que, sem querer, reprimimos, e descobrir qual é a motivação real da nossa crise ou doença psíquica. Entender a si próprio não é fácil, mas é o único caminho para se chegar a uma visão realista do problema.

De qualquer maneira, há um critério geral que pode nos ajudar nesta análise e que encara o indivíduo neurótico segundo uma visão espiritualista da vida. Este critério geral é o de compreender a razão pela qual alguns indivíduos colocados em face dos mesmos problemas e das mesmas situações traumatizantes adoecem de neuroses e outros não.

A psicanálise não sabe responder com precisão a essa indagação, sendo que os vários estudiosos não estão de acordo quanto às causas que determinam uma certa predisposição para a neurose, como já mencionamos no capítulo precedente.

As doutrinas esotéricas, ao contrário, vêem na predisposição para a neurose a expressão de uma determinada situação interior do indivíduo, a qual pode derivar do seu tipo psicológico ou raio, ou mesmo do Carma. Não é por acaso que nascemos numa determinada família, que passamos por certas experiências, que somos impedidos ou frustrados pelo ambiente em que vivemos. Todos nós devemos aprender uma determinada lição, vencer determinados obstáculos e superar problemas, nós e impurezas que talvez carregamos de existências passadas.

Todavia, não é tanto a situação exterior que provoca a neurose, mas a reação individual a ela. De fato, nem todos os indivíduos, nas mesmas condições ambientais, se tornam neuróticos. O problema é então subjetivo, e se acha oculto no mais fundo de nós.

Jung afirma que todos os homens são neuróticos e que alguns conseguem encontrar dentro de si forças para "conviver com a neurose" e não se deixar submeter por ela, e outros, ao contrário, são arrastados e subjugados por ela. É, portanto, uma questão de maior ou menor desenvolvimento do "centro de consciência", que

proporciona a força e o equilíbrio necessários para superar o conflito e utilizar o sofrimento de maneira evolutiva.

De certa forma, isso é justo, pois podemos dizer que toda a humanidade padece de frustrações e é obrigada a se reprimir sem poder manifestar as suas exigências vitais e profundas. Muito poucos são os que conseguem uma exteriorização plena de si próprios, que levam uma vida harmoniosa e evoluem e crescem sem obstáculos externos ou internos.

Tornam-se neuróticos, então, aqueles que têm uma determinada constituição físico-psíquica, que têm um determinado temperamento e um determinado problema em seu interior: o da "não aceitação" da realidade, o da oposição à força evolutiva e do apego a um nível de vida inferior à sua efetiva maturidade inconsciente.

Os neuróticos, de certa forma, são rebeldes, obstinados, "falsos" cegos que cerram os olhos para não enxergar a própria realidade, tapam os ouvidos para não ouvir a silenciosa voz de seu Si.

O neurótico é o símbolo do homem, ponte estendida entre os reinos anima e espiritual, e que pretenderia viver ao mesmo tempo em ambos. De fato, ele é, como dissemos no capítulo anterior, um indivíduo "incapaz de tomar uma decisão", que deseja o contraditório, sendo talvez por isso que as pessoas do quarto raio são as mais inclinadas à neurose, pois procedem em seu amadurecimento interior por sucessivas e gradativas integrações de polaridade, precedidas sempre por um conflito ou por uma crise. De certa forma, esta é a maneira por que evolui toda a humanidade, pois, como diz Caruso, "é próprio do homem encarnar-se no Espírito e espiritualizar-se na carne". Isso, por si só, configura uma situação aparentemente contraditória, que traz como conseqüência luta e sofrimento interiores e um estado de permanente tensão entre duas tendências opostas. Podemos, portanto, afirmar (sempre citando Caruso) que "na neurose se reflete de mil maneiras o destino trágico da existência, que sofre da sua própria limitação e procura ultrapassar a situação paradoxal da participação simultânea no ser e no não-ser". [*Psicanálise e Síntese da existência*, de

Caruso.]

Com base no que dissemos, resulta que a neurose, por mais negativa e possa parecer, na realidade oculta também um aspecto positivo. De fato, ela é o índice de uma fraqueza e de uma falha, mas ao mesmo tempo constitui uma tentativa de fusão dos opostos numa síntese superior.

Voltando agora à questão que havíamos colocado antes, sobre como saber se a neurose é uma crise que precede o despertar do Si ou então um conflito a nível pessoal, acredito que a resistência a toda psicoterapia seja o principal sinal revelador de que se trata de um conflito espiritual. De fato, a análise, a psicoterapia podem ser úteis no caso de distúrbios e sofrimentos provocados pela repressão dos instintos, das exigências humanas, mas em se tratando de uma perturbação existencial que precede o advento e a manifestação da consciência espiritual, a análise não é suficiente, sendo necessária também uma superação, uma síntese, uma verdadeira mudança de orientação e de visão: em outras palavras, uma subversão dos valores. Estas últimas palavras não foram escolhidas por acaso. De fato, um dos traços mais graves do neurótico é a sua tendência a absolutizar o relativo, a não saber encontrar uma verdadeira hierarquia de valores existenciais, a sua "avidez de experiências". Coisas que derivam todas da obstinação do ego, ou eu inferior, em viver, resistir, em não entregar as armas.

Encerrado em seu cego orgulho, na "soberba neurótica", o ego somente cederá quando conseguir superar os seus condicionamentos, os seus automatismos, e abrir-se à luz. De fato, Sri Aurobindo também afirma que a simples análise do inconsciente, a descida em nossa escuridão, não produz progresso e amadurecimento se não for precedida por uma ascensão para a luz, por um amadurecimento interior.

"... em virtude de uma lei psicológica fundamental, à qual ninguém pode escapar, a descida é proporcional à subida. Não se pode descer mais profundamente do que se tenha subido..." (Satprem: *A aventura da consciência,* p. 241).

Portanto, a doença psíquica que precede o despertar do Si é na realidade um

conflito entre o nosso passado, cristalizado na personalidade, e o futuro Superconsciente, a realidade espiritual e divina que nos reserva um porvir luminoso e alegre, um caminho de ascensão para um novo reino, o do Verdadeiro Homem.

Uma determinada doença ou neurose nos indica os obstáculos a serem superados, as etapas a serem vencidas, sendo justamente em nossos sofrimentos, em nossas frustrações, em nossas renúncias forçadas que encontraremos a chave da vitória.

Se, por exemplo, em nossa vida as exigências afetivas sempre foram decepcionadas e frustradas, apesar de todos os nossos esforços e tentativas em sentido contrário, será que isso não significaria que as nossas energias afetivas não deveriam mais se voltar para objetivos humanos e pessoais e sim buscar uma nova direção?

Se o caminho por que seguimos está sempre interrompido, isso não quererá significar que deveríamos procurar outros?

Há uma mensagem oculta também na dor, nas decepções, nas renúncias impostas pela vida, inclusive nos obstáculos que nos impedem exprimir-nos de uma certa maneira, pois, se soubermos interpretá-los, eles poderio fazer-nos entender a vontade do nosso Si, que silenciosamente nos aponta outras metas, pois é chegado o momento de procurá-las, mesmo que não queiramos admiti-lo.

A diferença entre o homem comum identificado com o seu eu pessoal condicionado e ilusório, e o aspirante espiritual que começa a sentir a influência do seu Si autêntico e da verdadeira consciência, está justamente na maneira de reagir às provações da vida, em suas escolhas, na sua compreensão dos valores absolutos e relativos da existência e também nos motivos que o levam a se comportar de uma ou outra forma, e que regulam os seus atos e sentimentos.

Maslow, já citado anteriormente, diz que a humanidade é impelida por dois motivos fundamentais, que poderiam dar origem a dois grupos bem distintos:

a) todos os que sentem as carências e frustrações de uma ou outra das

necessidades fundamentais (instintos, exigências afetivas, necessidade de exprimir-se etc.) e que, em todas as suas manifestações, são "motivados" por elas;

b) todos aqueles que, ao contrário, são animados e "motivados" pela exigência de "crescimento", de amadurecimento, de auto-realização e evolução.

Assim, afirma ele em seu livro *Para uma psicologia do ser*: "... a vida psicológica de qualquer pessoa, sob inúmeros aspectos, é vivida de forma extremamente diferente conforme esteja relacionada ao sistema carência-necessidade-gratificação ou dominada pelo crescimento, isto é, 'meta-motivada', motivada pelo crescimento e a auto-realização" (p. 36).

De fato, os primeiros não são harmoniosos, não são felizes e podem se tornar neuróticos; os outros, pelo contrário, sempre encontram uma compensação e uma razão também para as frustrações e o sofrimento, interpretando-os como formas de "crescer" e desenvolver faculdades "humanas" ainda latentes. Eles vêem a vida como uma experiência, até mesmo como um "jogo", um desafio, e todo obstáculo, toda privação, toda decepção aparente são somente uma oportunidade de progresso, de amadurecimento, de crescimento.

Os primeiros são identificados e condicionados pelas necessidades instintivas e pelas exigências do eu egoísta e possessivo que persegue o princípio do prazer, e os outros, pelo contrário, lutam para se livrar dos condicionamentos, sendo movidos pelo impulso irresistível de exprimir a verdadeira natureza do homem, a sua verdadeira dimensão humana, mesmo que este impulso seja consciente nele e não manifesto.

Na neurose, como dissemos, estes dois impulsos se chocam até o homem compreender que não é a partir da luta e do desejo de compromisso que pode surgir a saúde e a felicidade, mas sim pelo elevar-se por sobre o conflito, pela aceitação, pela força de vontade, pela abertura silenciosa às forças superconscientes que trazem em si o poder de síntese, de harmonia dos opostos e de transformação.

A neurose, portanto, é um "estado de transição" entre um plano de existência e outro, fase conturbada, crítica, atravessada de conflitos e sofrimentos, e que somente

pode ser superada pela compreensão e o abandono.

"Somente no abandono... é possível superar as fases transitórias e alcançar a meta última do processo de individuação, onde a transformação do eu primitivo, que adscreve tudo a si mesmo, confia a experiência vivida, não mais inconsciente, ao Si..." (Bernhard).

Capítulo VI

O DESPERTAR DO SI

O que é que, a certa altura, muda a situação interior do indivíduo que se encontra na condição que descrevemos, de sofrimentos e crise, de doença psíquica, e que produz a cura?

O que é que repentinamente faz cessar o conflito, que põe fim à tensão inconsciente entre as duas forças, a do passado e a do futuro, a da personalidade e a do Si, e conduz ao amadurecimento e à iluminação?

De fato, sem que aparentemente nada tivesse feito prever, de modo repentino e inesperado todas as angústias cessam, todos os conflitos desaparecem, todas as resistências são derrubadas: irrompe de súbito na consciência ordinária uma luz, uma chama, uma presença que subverte tudo, que torna tudo novo, maravilhoso, claro e, antes de mais nada, "reconciliado". É o despertar da consciência do nosso verdadeiro Eu, do Si.

A pergunta, no entanto, permanece: que acontecimento interior levou à solução?

Foi porque prevaleceu a vontade do Si sobre a do eu inferior?

Foi devido à compreensão do equívoco por parte do aspirante espiritual, da inutilidade da luta?

Foi, como dissemos no capítulo anterior, a rendição, o abandono inapelável e a abertura à consciência superior "superconsciente"?

Na realidade, todos estes três fatores estão presentes e contribuem para a cura e a abertura, mas há um "quarto" fator, que poderíamos chamar técnico, decisivo,

e que traz para a superfície a afluência repentina da nova consciência, ou melhor dizendo, o nascimento da nova consciência.

Este quarto fator é o contato efetivo entre as energias da personalidade, que venceram o sofrimento por via da elevação e da sublimação produzindo uma vibração mais alta, as energias espirituais do Si. Este contato se verifica também, a nível físico, em certo ponto do cérebro, situado entre a glândula pineal (onde se diz que o Si está localizado no corpo físico) e a hipófise (centro ajna, onde se condensam as energias da personalidade integrada), ponto este chamado "tálamo".

Tal contato provoca uma centelha, uma espécie de "curto-circuito", que é o sinal revelador da fusão das duas energias, que produz o nascimento do "Filho", isto é, da consciência. As "bodas celestiais" entre o Pai-Espírito e a Personalidade-Mãe foram consumadas, e o produto é o nascimento da consciência.

Mesmo em sentido psicológico, no que diz respeito à neurose, fala-se da "tomada de consciência" que provoca repentinamente uma catarse no paciente e, portanto, a cura, como de um "curto-circuito" entre os dois pólos da consciência, isto é, o inconsciente e o consciente. Tal curto-circuito produz o sentimento de uma iluminação repentina, semelhante a uma revelação.

De fato, segundo os inúmeros testemunhos daqueles que passaram pela experiência do "despertar", o sintoma mais comum é a instantaneidade, o seu caráter repentino e inesperado, semelhante ao de um relâmpago que, subitamente, ilumina a paisagem antes imersa na treva.

É como se alguém, repentinamente, se "lembrasse" de alguma coisa esquecida, reconhecesse subitamente um lugar, uma pessoa, após muito tempo... É como se despertasse de um longo sono repleto de sonhos que havia julgado verdadeiros, e inesperadamente acordasse e percebesse que a verdade é outra.

No entanto, o mais maravilhoso de tudo, aquilo que proporciona um sentimento profundo, quase uma surpresa, é a sensação de auto-reconhecimento.

Nesse preciso instante, somente, é que o indivíduo sente-se ele próprio, se

auto-reconhece, se reencontra, lembra-se de si mesmo, como alguém que tivesse perdido a memória e de repente a recobrasse.

As escolas esotéricas vêm, através dos tempos, referindo-se à doutrina do despertar, levando sempre em consideração que o homem vive num estado de inconsciência e sono do qual, um dia, deverá acordar para se auto-reconhecer.

A primeira sensação que se tem no instante do auto-reconhecimento, como já disse anteriormente, é a de surpresa e perplexidade por tanta luta e sofrimento passado para se chegar àquilo que, naquele momento, se nos afigura a coisa mais simples, fácil e natural do mundo.

Quase todos os que passaram por esta experiência dizem a si mesmos: "Esta realidade estava tão próxima e era tão simples e no entanto eu não sabia, nem me dava conta disso. Por quê? " Ou então: "Eu já era esta consciência, esta presença, esta alegria, e me obstinava em procurá-la noutra parte, em querer construí-la algures".

De fato, naquele momento, o indivíduo "desperto" prova a verdade proclamada pelo esoterismo com as palavras: "Devemos nos tornar aquilo que já somos".

Todavia, somente aqueles que já experimentaram isto podem dizer da maravilhosa e indescritível sensação que vem ao espírito quando nos tornamos o que somos, quando nos fazemos repentinamente conscientes do verdadeiro Eu, da profunda autenticidade do próprio ser, da totalidade, da unidade, da integração que daí decorrem.

O homem se sente enfim "realizado" e livre, plenamente livre, sendo esta luminosa e alegre liberdade o sinal divino para o homem.

Poderíamos indagar a essa altura: "Que conseqüências tem para a vida do homem uma tão alta experiência? É ela duradoura e estável ou não passa de uma abertura momentânea que depois desaparece?"

A experiência do despertar não se dá sem produzir profundas e efetivas mudanças no homem, mas é preciso distinguir entre o "verdadeiro" despertar e as

experiências místicas.

A diferença entre a experiência mística e o "despertar" ou "iluminação" consiste em que, na primeira, o contato com a Alma, com o Si, se dá por uma elevação "temporária" do corpo emotivo, por um impulso de amor em direção à Divindade ou pela fervorosa aspiração e devoção votadas a um Mestre. Tal elevação produz uma sublimação das energias que compõem o corpo emotivo e uma aceleração de suas vibrações.

O nosso veículo pessoal é todo ele subdividido em sete subplanos, ou gamas vibratórias que exprimem qualidades, faculdades e inclinações que se tomam cada vez mais puras e refinadas à medida que se passa para os subplanos mais altos do corpo emotivo, cuja vibração atrai a vibração do Si, até que se produz um contato com o aspecto correspondente, isto é, o do Amor.

Ao contrário, quando se trata da experiência que chamamos "despertar" ou "iluminação", são as vibrações de todos os três veículos que se elevam, sendo total o contato com o Si, isto é, com todos os seus aspectos: Vontade, Amor e Inteligência Criativa.

O que sobrevém não é, na verdade, apenas, um sentimento de exaltação, de êxtase, de amor e devoção na experiência, como acontece no místico, mas, como já dissemos, um "auto-reconhecimento", um alargamento de consciência, como também a visão e a compreensão de verdades cognoscitivas e metafísicas.

O sentido da vida torna-se claro, as leis universais são compreendidas e todas as dúvidas intelectuais desaparecem em favor de um maravilhoso sentimento de justiça, de harmonia e ordem.

Diz Allan Watts: "Ao indivíduo que passou por uma iluminação desse tipo, sobrevém a certeza vivida e arrebatadora do universo exatamente como ele é nesse momento, tanto em sua totalidade como em cada uma de suas partes, o universo como algo inteiramente justo, que prescinde de explicações e de justificações além do que ele simplesmente é". (Do ensaio *Este é o todo*, p. 9.)

Além disso, uma outra diferença fundamental e bastante importante entre a experiência mística e o verdadeiro despertar é o fato de que a primeira não provoca uma mudança substancial na consciência do indivíduo que passou por ela, já que ele retorna à sua condição habitual, não conservando dela mais do que a lembrança, enquanto o segundo produz uma verdadeira transformação interior no homem, uma transformação total, uma reorientação completa, a ponto de, para descrevê-lo, se lançar mão de termos como "conversão", "segundo nascimento", ou a palavra grega "metanóia" (reviravolta). Realmente, o homem desperto não é mais o de antes, pois o foco da sua consciência mudou. Antes, o centro era o eu pessoal; depois, o Eu espiritual e autêntico. Portanto, poderíamos dizer que antes "as coisas eram vistas de baixo" e agora são vistas do alto, a sua perspectiva mudou completamente, ampliou-se, não é mais limitada pela identificação com o instrumento inferior.

Por isso, a quem indagasse: "Como reconhecer se passei por um efetivo despertar ou somente gozei de um momento de elevação, por maravilhoso que tenha sido?", se poderia responder: "O critério para reconhecer a autenticidade e a realidade da experiência do despertar é, antes de mais nada, a certeza interior, e em seguida a mudança do estado de consciência". Se não ocorre mudança, isso significa que não houve um verdadeiro despertar.

De acordo com as doutrinas Zen, o ponto mais alto é o "satori", que significa iluminação, mas o Mestre Zen recomenda ao discípulo não confundir o falso satori com o verdadeiro, pois este último deve acarretar "uma transformação de caráter" e uma "orientação produtiva" para ávida, e não um estado de evasão da realidade ou de exaltação emotiva que se basta em si mesma.

Quanto à saúde física e psíquica, o despertar da verdadeira consciência opera uma cura integral pelo simples fato de que todos os conflitos, todas as desarmonias, todas as inibições e congestões desaparecem. O indivíduo, naquele momento, está "perfeitamente alinhado", isto é, todas as suas energias, pessoais e espirituais, vibram em sintonia, e ele alcança um estado de total harmonia entre "vida e forma", razão por

que a doença, quer seja física ou psíquica, provocada pela desarmonia e o conflito, não mais se sustenta.

É lógico que se a doença havia-se somatizado a ponto de produzir lesões orgânicas, ela não vai ser curada de uma hora para outra; mas a partir daquele momento ela começa a regenerar, causando uma mudança imprevista nos sintomas e em suas manifestações, a ponto de surpreender os próprios médicos.

Há, na história da medicina, inúmeros casos como esse, de resolução repentina de doenças julgadas incuráveis ou mortais, deixando perplexos os cientistas mas demonstrando a força saneadora existente em nós mesmos, em nosso verdadeiro Si, a qual poderá entrar em ação se nos abrimos a ela.

Nas neuroses, como já mencionamos anteriormente, a revelação da "nova" consciência produz uma "catarse", isto é, primeiramente uma revivência emotiva da experiência traumatizante, de cunho dramático, ou uma vivida tomada de consciência do conflito, com participação integral de todo o ser, e em seguida o superamento libertador, do qual emerge triunfante o Eu verdadeiro do paciente, como que renascido, solto das ligações, das resistências, dos recalques e repleto de novas e frescas energias.

Poderíamos citar a este respeito, para entender melhor as possíveis manifestações dessa harmonia interior entre a personalidade e o Si espiritual, algumas características observadas e estudadas por Maslow nos indivíduos que conheceram as "peak experiences", isto é, os momentos de total auto-realização.

1. *Unificação*: o indivíduo se sente integrado, unificado, "inteiro". Sente-se "uno".

2. *Superação do isolamento*: a pessoa, ao tornar-se pura e simplesmente o que ela é, se vê mais capaz de fundir-se com o mundo e com o que antes era o não-si. Isso significa que "a máxima *ipseidade* constitui, de per si e simultaneamente, um transcender-se a si mesmo..."

3. *Máximo regime*: aquele que passou por uma "peak experience" sente-se na

sua máxima potencialidade, empregando todas as suas faculdades da melhor maneira e da forma a mais completa. Em outras palavras, "exprime-se a si mesmo".

4. *Espontaneidade:* há nele um estado de graça, de alegria, que se exprime também pela facilidade, desnecessidade de esforço, humor, despreocupação, segurança etc.

5. *Autodeterminação*: o indivíduo que se auto-realiza sente-se como "centro ativo, responsável, criativo da própria vida e das suas próprias atividades. Sente-se autodeterminado, dono de si mesmo... dotado de livre-arbítrio, responsável, digno de confiança etc".

6. *Liberdade*: sente-se extremamente livre de bloqueios, inibições, temores, dúvidas, reservas etc.

7. *Inocência*: é ingênuo, honesto, cândido, semelhante a uma criança, privado de defesas, mais natural, simples, sincero, imediato, relaxado etc.

8. *Criatividade*: há no indivíduo uma maior criatividade espontânea, isenta de motivações, isenta de esforço, que flui livremente sem uma finalidade precisa.

9. *Poesia, musicalidade:* a expressão e a comunicação, nas "peak experiences", tendem a ser poéticas, míticas, rapsódicas, musicais...

Estas são apenas algumas das manifestações mais comuns que se verificam nos indivíduos que passaram por uma experiência de auto-realização que, na realidade, é contato, mesmo que momentâneo e parcial, com o verdadeiro Si, demonstrando-nos o estado de harmonia, de bem-estar, de integridade, decorrente do fato de sermos enfim "o que somos" e nos revelando que a verdadeira natureza do homem é divina.

Agora, poderíamos indagar: "Essa experiência tão maravilhosa, regeneradora, determinante do 'despertar' põe fim aos sofrimentos do homem e representa o ápice de sua trajetória evolutiva?"

A resposta é: "não".

Ela é somente um início, um "novo nascimento", como dissemos, uma nova

orientação consciente e lúcida para a consciência, mas há ainda um longo trabalho a ser efetuado para tornar estável tal contato, purificando, transmutando e sublimando todas as energias da personalidade que até então haviam se elevado apenas momentaneamente, permitindo assim o vislumbre e o brilho da centelha da verdadeira consciência.

É preciso estar muito atento e não se deixar levar por um estado de perigosa euforia, que faz com que as coisas sejam vistas como fáceis e "já resolvidas".

O indivíduo "desperto" percebe, então, que "a parte inferior da sua personalidade fora apenas momentaneamente paralisada, não eliminada ou transformada. O 'Velho Adão' ressurge com seus hábitos, suas tendências, suas paixões e o homem compreende então que, para possuir duradouramente a luz espiritual, ele deve realizar um longo, paciente e complexo trabalho de purificação e transmutação. Deve empreender uma descida às profundezas da própria natureza para conhecê-la, sublimá-la e regenerá-la". (Assagioli: *O despertar da Alma)*

Além disso, o poderoso afluxo de luz e de energia provocado pela abertura de consciência em direção ao Si pode causar alguns inconvenientes e distúrbios nos veículos do aspirante, os quais seria bom conhecer para compreender a sua natureza e superá-los.

Portanto, o despertar é uma mutação interior que marca o início de uma nova fase evolutiva para o indivíduo, fase durante a qual ele pode acelerar o seu amadurecimento, tendo enfim consciência de si mesmo e de sua meta, mas também de que esta não é alcançada sem conflitos, crises, provações e ulteriores iluminações e aberturas a serem conquistadas.

Capítulo VII

DEPOIS DO DESPERTAR

Para entender corretamente as conseqüências e os efeitos produzidos pelo despertar da verdadeira consciência, é preciso saber que há dois aspectos implícitos na natureza do Si, a saber:

a) o aspecto da consciência e

b) o aspecto da energia.

Mesmo que estes dois aspectos estejam na realidade fundidos no plano espiritual, ao se manifestarem no plano pessoal, eles se dividem em dois, daí podemos subdividir os efeitos do despertar do Si em duas categorias, uma que se refere ao aspecto da "consciência" e outra ao aspecto da "energia".

Afirmamos implicitamente que encontramos uma confirmação de tudo o que foi dito acima no fato de o Si ou Alma relacionar-se com a personalidade do homem através de "um fio de vida", chamado sutratma, que, ao chegar ao veículo físico, se divide em dois ramos, um deles localizado no cérebro, na glândula pineal, e o outro no coração. O primeiro é o aspecto da consciência do Si, o outro o aspecto da energia ou vida.

Quando surge uma centelha de contato entre a personalidade e o Si há, portanto, um despertar precípuo do aspecto da consciência, o qual proporciona um sentimento de auto-reconhecimento, iluminação e compreensão total da vida, mas também um aumento da afluência de energia espiritual para a personalidade através do fio que direciona o aspecto da vida, produzindo uma regeneração e uma estimulação dos veículos pessoais e dos centros etéreos, o que não se dá sem inconvenientes, mal-estares e perturbações.

Quanto ao aspecto da consciência, o mesmo já não ocorre. Ao contrário, como dissemos, o despertar proporciona uma sensação de bem-estar, harmonia, alegria, luz: tudo se resolve e é saneado, enquanto o indivíduo se sente completamente realizado e em paz. E isso acontece porque a posse, enfim, da "consciência" da realidade de si mesmo, o estar fora e acima de todo conflito, proporciona um estado de lucidez extrema, de visão e compreensão. Já a afluência das poderosas energias espirituais para os veículos pessoais, ainda não de todo purificados, não está isenta de perigos. Existe uma lei esotérica que explica como isso se dá. Tal lei é chamada "Lei de degradação das energias", e conforme as palavras de A. Besant, que a ela se

refere em seu livro *Teosofia e nova psicologia*, enuncia-se da seguinte forma:

"Quando uma força qualquer desce de um plano superior para um inferior, ela se sujeita a uma transmutação no veículo pelo qual desce, transmutação que depende da natureza do veículo. Nem todas as forças se transmutam, pois uma parte delas vai conservando a sua própria beleza e se afirma no mundo inferior em todo o seu esplendor espiritual, mas grande parte delas é alterada pelo veículo por que passa e se *transforma na modalidade de energia à qual o veículo mais facilmente se presta*" (p. 70).

Portanto, a energia espiritual pode ser em parte "poluída" e degradada pela impureza do veículo por que desce, podendo, por isso mesmo, aumentar e reativar aspectos inferiores, caso estes ainda estejam presentes no indivíduo.

A energia do Si é semelhante à do sol, que ilumina, aquece e vitaliza tudo o que com ela entra em contato, fazendo brotar "o grão e a grama", as boas e as más sementes presentes na terra. Portanto, num primeiro momento, a energia espiritual poderia levar à luz e acentuar mais determinados "erros" e desequilíbrios nossos, sobretudo do ponto de vista da utilização das forças pessoais e da direção que lhe imprimimos, o que se tornou em nós um hábito inconsciente. Então, às vezes, pode haver em nós um dualismo entre o estado de consciência e a utilização das energias pessoais, as quais se dobram automaticamente a condicionamentos nelas impressos talvez em épocas remotas e por isso muito difíceis de superar.

Assim, pode acontecer às vezes que o despertar da Alma traga consigo não apenas alegria mas também certa problemática, pois somente então o homem toma consciência dos condicionamentos e da força de inércia de seus corpos inferiores, devendo por isso, na medida em que se sente livre, lúcido e realizado como consciência, lutar continuamente contra o chamado insidioso dos antigos ritmos.

"Enquanto vivia a vida animal dos seus corpos, o homem conhecia uma certa satisfação; mas, com a lembrança de sua verdadeira natureza, com a visão do mundo a que pertence, renasce nele a luta milenar para tentar se libertar da viscosidade dos

mundos materiais em que se emaranhou, identificando-os com os seus corpos. Se até aquele momento não sentia os seus corpos como uma limitação, agora eles se tornam como a ardorosa camisa de Nexo, que quanto mais se lhe adere, tanto mais ele se esforça para livrar-se de seu contato". (Van der Leeuw: *Deuses no exílio,* p. 12.)

Após o despertar repentino do Si, pode formar-se em nós, portanto, um dualismo entre a consciência e as energias, dualismo que deveremos superar pouco a pouco elevando e sublimando as substâncias dos veículos pessoais e libertando-a de condicionamentos e automatismos. O despertar, então, marca o início de um período de trabalho e transformação, ajudado pela nova consciência e pela visão da meta, os quais constituem o "fio de Ariadne" que nos permite descer até às profundezas de nosso ser, até às camadas mais profundas do inconsciente, nosso passado, para ali levar luz e consciência.

Com base nisso, não devemos desanimar após o despertar, tomados pela alegria, pelo êxtase, pelo sentimento de plenitude e harmonia indescritíveis, não devemos nos deixar envolver pela euforia deste maravilhoso alcance, mas sim permanecer firmes, lúcidos e preparados, conscientes do trabalho que nos espera e confiantes de que poderemos levá-lo a um bom termo, agora que podemos "ver" e "saber", guiados pela nova consciência como por uma luz e de posse da chave que poderá nos ajudar a abrir as sucessivas portas que encontrarmos.

Além do mais, devemos proteger e alimentar continuamente a nova consciência que "nasceu" dentro de nós, como uma criança recém-nascida precisa ser protegida, bem-tratada e alimentada.

Não por acaso, o símbolo do Si, que acabou de despertar, é o de um recém-nascido, de uma criança profundamente sábia e luminosa, mas indefesa em face das insídias do novo ambiente em que se encontra e das forças adversas que pretendem sujeitá-la.

Este símbolo da criança recém-nascida refere-se ao aspecto da consciência, que é de fato "o filho" nascido da união do Pai-Espírito com a Mãe-Personalidade-

Matéria (como já dissemos em outra oportunidade); filho que deve crescer, tornar-se cada vez mais forte, firme e estável.

O despertar é um acontecimento extraordinário que transforma radicalmente a vida do indivíduo, abrindo um canal de comunicação entre a personalidade e o Si, mas não devemos esquecer que ao "fluxo" sempre sucede o "refluxo", e que mesmo a nível espiritual não deixa de vigorar a lei cíclica, segundo a qual se verifica periodicamente a oportunidade de contato e abertura ao Si e de afastamento e descida para o mundo pessoal. Há como que uma "respiração da Alma", um ritmo interior de expiração e inspiração, gerando um movimento de afluxo e refluxo de energias espirituais do Si para a personalidade, segundo fases precisas que devemos aos poucos aprender a conhecer.

O contato, ou despertar, ocorre sempre no período de "afluxo" das energias do Si para a personalidade, mas cedo ou tarde suceder-se-á inevitavelmente a fase de "refluxo", cujo efeito será o de um esmorecimento da lembrança da experiência vivida, uma atenuação do "estado de graça" e, em determinados casos, até mesmo o reinicio de uma fase depressiva e sombria, a "noite escura da Alma".

Um grande santo e místico, S. João da Cruz, descreve esta penosa experiência detalhadamente em seu livro intitulado justamente *A noite escura da alma*. Os sintomas e as manifestações desta fase são muito semelhantes aos da doença psíquica denominada "psicose depressiva". Assagioli, em seu artigo "Desenvolvimento espiritual e doenças nervosas", descreve os sintomas dessa experiência da seguinte maneira: "... um estado emotivo de intensa depressão, que pode chegar ao desespero; um senso agudo da própria indignidade; uma forte tendência para a autocrítica e a autocondenação, que em alguns casos chega até mesmo à convicção de que se está perdido ou condenado, um sentimento penoso de impotência intelectual; enfraquecimento da vontade e do autodomínio, desgosto e grande dificuldade para agir".

Esse estado é muito penoso e doloroso, mas a sua causa não é somente o

afastamento do efeito do despertar e seu enfraquecimento, mas também o processo de transmutação em curso no aspirante, devido à penetração da energia do Si nos veículos e ao despertar dos centros. A transmutação das energias inferiores em energias superiores e a sublimação são quase sempre difíceis e dolorosas, dando origem a um sentimento de perturbação interior.

É preciso, portanto, saber que após a abertura para a nova consciência e a maravilhosa experiência do "despertar", sucedem-se fases menos radiosas e felizes, mas cheias de intensa atividade e experiências interiores. Começa, a partir desse momento, a verdadeira obra alquímica pela qual a personalidade deve aos poucos se purificar, transformar e sublimar-se, gerando assim alimento, vida e energia para o Si criança, para a consciência desperta que deve crescer, tornar-se cada vez mais forte e clara, alimentando-se através da "Mãe", que é exatamente a personalidade com substâncias e energias em estado de matéria frente ao Espírito. À medida que a consciência do Si se torna mais forte e estável, a personalidade e o eu inferior enfraquecem e perdem vitalidade, conforme a lei do sacrifício, que é o segredo da sublimação.

É esta alquimia espiritual pela qual o ouro do Si superior é produzido pela transformação das substâncias inferiores brutas.

Está claro, portanto, pelo que foi dito até agora sobre os estados que se apresentam no indivíduo após o despertar do Si, que as eventuais dificuldades e possíveis inconvenientes provêm sobretudo da maior afluência de energias espirituais para a personalidade ainda não completamente purificada.

Do ponto de vista da consciência, tem-se uma iluminação, uma revelação, uma abertura e uma nova orientação que jamais se apagarão da nossa mente, constituindo doravante uma ajuda, uma força, uma espécie de "sinal de reconhecimento", que serão para sempre parte integrante da nossa natureza. Quanto às energias, porém, é preciso estar atento para saber canalizá-las e direcioná-las corretamente para a obra de transformação e regeneração dos veículos pessoais que se inicia após o despertar.

O único perigo que pode se apresentar à consciência é a diminuição da lembrança e do estado de exaltação e alegria que se sucedem à iluminação, e a possibilidade de que, ao tornar-se o novo estado interior um fato habitual, perca ele um pouco da sua maravilhosa luminosidade e extraordinariedade. Mas não devemos nos prender aos efeitos secundários e não-essenciais do "despertar", quais sejam, justamente, a euforia, a maravilha, a comoção, a felicidade e a alegria. Devemos, pelo contrário, cultivar e manter vivos o que são os verdadeiros resultados, ou seja, a clara visão da meta, a orientação segura e firme, a superação do eu ilusório e a compreensão do verdadeiro significado da vida (para mencionar somente alguns) que fazem parte de um real amadurecimento interior, de um crescimento que não pode retroceder.

A enorme afluência de energias superiores, ao contrário, como já mencionamos acima, pode produzir em alguns indivíduos menos firmes, desequilíbrios temporários, mal-estares e dificuldades que se pode agrupar sob o termo genérico de "estímulos", isto é, uma galvanização da vibração dos veículos pessoais ou dos centros etéreos, com aumento da atividade e das manifestações próprias a um determinado veículo ou centro.

Já nos referimos, na primeira parte deste livro, aos distúrbios que se podem verificar por esse motivo, antes mesmo do despertar, sempre que haja um aumento da afluência das energias espirituais para a personalidade. Como é óbvio, após a abertura do canal em direção ao Si, após o contato verdadeiro, a afluência é ainda mais forte e os efeitos muito mais evidentes.

O centro situado no alto da cabeça começa a se ativar, o centro da garganta e o centro do coração despertam e o centro entre as sobrancelhas começa a exercer a sua função.

Tudo isso significa movimento de energias, transferência dos centros situados abaixo do diafragma para os de cima, desenvolvimento de qualidades, manifestação de novos aspectos e necessidade de readaptações e reequilíbrios "em novo

comprimento de onda".

É lógico, portanto, que o indivíduo que atravessa essa fase, venha a sofrer mal-estares, momentos de perturbação e até mesmo doença, pois ele mesmo é o campo em que se está cumprindo a transformação, onde se opera a "transubstanciação" das energias pessoais em energias espirituais, e onde se prepara a transição do IV para o V reino.

Às vezes, pode acontecer que ele não saiba claramente o que se passa em seu interior, pois este complicado processo pode todo ele se verificar até mesmo a nível inconsciente, e experimentando então períodos de dúvida e sofrimento, nada podendo fazer senão esperar, abandonar-se ao divino que atua dentro de si.

Outras vezes, no entanto, devido à luz que recebe e à consciência desperta, tem a revelação dos abismos do seu subconsciente e das forças escuras ainda nele ocultas, sentindo-se vacilante pelo temor de não ser suficientemente forte para efetuar a "descida ao plano inferior", libertar estas forças e levá-las à luz para transformá-las em consciência. Todavia, consegue afinal cumprir este trabalho guiado pelo seu Si, — ajuda e testemunha, — que lhe impede de recair vítima daquela escuridão e lhe indica o caminho, como Virgílio a*Dante, símbolo justo do aspecto objetivo e separado do Si...

Há um evento específico, em meio a todas estas provações e problemas, que é de enorme ajuda para o "despertar": o encontro com o seu Mestre. Tal encontro não se dá no plano físico. É um contato entre Almas, e se revela somente pelo repentino esclarecimento da própria linha de trabalho no campo espiritual, pela revelação da própria "nota", do caminho a ser escolhido para ajudar os outros, sentindo-se ele guiado, comandado e irresistivelmente levado por uma Vontade superior, talvez invisível, mas certa e com a qual se adere totalmente.

Ele sente que é integrante de um grupo mais amplo, que não está só, que faz parte de uma totalidade e representa um aspecto, uma nota, mesmo que infinitesimal, de um Plano mais amplo e universal.

De fato, como já tivemos oportunidade de mencionar, pelo despertar do Si o homem passa do nível de aspirante espiritual para o de discípulo, sendo esta uma maneira de dizer que, tendo superado o eu egoísta, agora ele pode colaborar com o plano evolutivo para a Terra, pondo-se a serviço das Forças Superiores, dos Grandes Seres que por detrás do véu guiam o destino da humanidade.

Começa o período fecundo do "serviço", do amor participante, que pode se manifestar através do centro do coração desperto e que é um dos efeitos fundamentais do despertar do Si.

BIBLIOGRAFIA

A A BAILEY: *La guarigione esotérica* (Ed. "Nuova Era"-Roma).

_ *Trattato sui sette raggi*-Vol. II(Ed. "Nuova Era"-Roma).

_ *L 'Anima ed il suo meccanismo* (Ed. "Nuova Era"-Roma).

- *Trattato di Magia Bianca* (Ed. "Nuova Era"-Vitinia di Roma).

ENGLISH E WEISS: *Medicina psicosomatica* (Ed. Astrolabio-Roma).

ALEXANDER: *Medicina psicosomatica*: (Ed. Universitária-Firenze).

L. BENDIT: *Lo specchio della vita e della morte* (Ed. Astrolábio).

A. MASLOW: *Vierso una psicologia dell' essere* (Ed. Astrolabio-Roma).

R. ASSAGIOLI: *Principi e metodi della psicosintesi terapeutica* (Ed. Astrolabio-Roma).

V. FRANKL: *Psicopatologia nella pratica medica* (Ed. Universitária-Roma).

SATPREM: *L'Avventura della coscienza* (Ed. Galeati-Imola).

RACANELLI: *Medicina bioradiante* (Ed. Vallecchi-Firenze).

J.A. LAVRIER: *Medicina cinese, medicina totale* (Sugar Ed.-Milano).

A. POWELL: *IL doppio eterico* (Ed. Sirio-Trieste).

I. MAJORE: *Morte, vita e malattia* (Astrolabio-Roma).

A.R. MITCHELL: *Psicologia per il medico di famiglia* (Astrolabio-Roma).

CAMPBELL: *Sette stati di coscienza* (Ed. Astrolabio-Roma).

H. KRAUS: *Mal di schiena, stress e tensione* (Ed. Astrolabio-Roma).

C.G.JUNG: *Psicologia ed alchimia* (Astrolabio-Roma).

G. KRISHNA: *Kundalini, L'energia evolutiva dell'uomo* (Ed. Astrolabio-Roma).

A. WATTS: *Beat Zen edaltri saggi* (Arcana Ed.-Roma).

J. DELAY: *La psicofisiologia umana* (Ed. Garzanti-Milano).

