REGRESSÃO, A TERAPIA DE VIDAS PASSADAS PARA A LIBERTAÇÃO IMEDIATA.

Dr. Samuel Sagan
Tradução: Luciane Lopes de Mello, Maritza Carla de Oliveira

ÍNDICE

Introdução

Capítulo 1. Os mecanismos de samskaras
Capítulo 2. Samskaras e a busca para a liberdade
Capítulo 3. Emoções versus Sentimentos
Capítulo 4. A causalidade das emoções e sentimentos
Capítulo 5. Samskaras e meditação
Capítulo 6. Samskaras e desordens físicas
Capítulo 7. O fim das samskaras
Capítulo 8. Lembrando vidas passadas
Capítulo 9. O caminho para recuperar recordações
Capítulo 10. Perguntas freqüentes
Conclusão

INTRODUÇÃO

Regressão é uma das grandes técnicas do futuro nos campos de auto-descoberta e psicoterapia. Uma de suas características mais importantes é que integra duas dimensões dentro do mesmo processo: uma dimensão psico-terapêutica, e uma metafísica.

Para psicoterapeutas, regressão é uma técnica transpessoal que permite explorações e libertações de profundidade sem precedente, e através da qual a necessária dimensão metafísica pode ser incorporada em psicoterapia.

Para quem cultiva a espiritualidade, regressão é a maior ferramenta na abertura da percepção, um acordar poderoso do terceiro olho, e acima de tudo um caminho de descondicionamento mental. Esta técnica proporciona também uma purificação profunda e sistemática da camada emocional – não diferente da catarse que Bernard de Clairveaux, patrono dos Templários, costumava descrever com a palavra latina defæcatio , considerando isto um preliminar indispensável para uma experiência espiritual mais elevada.

Regressão visa explorar e liberar bloqueios emocionais e complexos mentais, assim como muitas outras terapias. A diferença da regressão, entretanto, está na sua maior capacidade para alcançar recordações subconscientes e inconscientes escondidas. Até mesmo nas primeiras sessões, não é incomum experimentar flashbacks que não podem ser relacionados a qualquer experiência nesta vida, mas que são acompanhados por um sentimento profundo e uma certeza interna de que eles se referem a você. Por isso o nome “Terapia de Vidas Passadas” é dado com freqüência à Regressão.

Com relação à vidas passadas, porém, alguns pontos devem ser bem esclarecidos desde o princípio. Primeiro, de maneira alguma é necessário acreditar em vidas passadas

para passar por um processo de regressão. ISIS, a técnica de regressão que eu desenvolvi, não usa nem imaginação nem visualização criativa. Ela não requer que você acredite em coisa alguma, mas apenas que siga o processo. Na realidade, quanto menos crenças você trazer com você, maior a chance de sucesso, pois crenças geram expectativas que tendem a distorcer a pureza das experiências.

Alguns dos flashbacks durante a regressão são de extrema clareza e deixam o cliente com pouca dúvida de que são reais; entretanto, o que importa nas experiências de regressão não é se eles vêm de vidas passadas, mas que tipo de melhoria podem trazer à sua vida presente. Usando as palavras de um de meus clientes, logo após terminar uma intensa regressão: "eu não sei sobre vidas passadas, mas até onde isso diz respeito à minha vida, faz muito sentido com certeza!". O que importa é como a vida presente do cliente pode ser mudada, e não tanto a origem da experiência. Deixe as pessoas decidirem por si mesmas o que a real natureza destes flashbacks pode ser. Entretanto, elas são parcamente inspiradas a tomar essa decisão antes de passarem, elas mesmas, pelo processo de regressão, pois a intensidade e veemência dos flashbacks é bem maior do que a maioria das pessoas imagina quando pensam em terapia de vidas passadas. Além disso, algumas regressões são acompanhadas por um sabor do "Self ", uma sensação de sua própria coesão, momento este que palavras são insuficientes para descrever desde que você mesmo não tenha passado pela experiência.

Um segundo ponto essencial é que o propósito do método ISIS de regressão não é escrever um romance sobre suas vidas passadas, mas trabalhar clareando o presente. A regressão se preocupa com os bloqueios emocionais e mentais atuais do cliente, e como os liberar. Pode conduzir a episódios de re-experiência da primeira infância, ou, possivelmente, certos episódios que não podem ser relacionados a qualquer evento desta vida atual. Porém, se os clientes começam a se interessar mais pelos detalhes de histórias de vidas passadas do que como a regressão pode lhes ajudar a ficarem mais livres e mais despertos, então o processo pode, rapidamente, ficar sem sentido, e além do mais pode convidar todos os tipos de engano e decepção. Esta advertência é essencial e será, portanto, repetida várias vezes ao longo do livro. As metas de ISIS são descondicionamento, libertação emocional imediata, e estar ciente do Self. ISIS visa desvendar sua real natureza, e pouco se importa sobre quem você foi.

Em terceiro lugar, minha intenção neste livro não é discutir ou "demonstrar" a realidade de vidas passadas. De fato eu não acredito que alguém posse provar a realidade de vidas passadas, da mesma maneira que não há nenhum modo de provar a realidade dos sonhos. Acontece que quase todo mundo se lembra de seus sonhos, pelo menos de vez em quando, dessa forma existe pouca dúvida se eles existem ou não. Mas suponha que você estivesse morando em um mundo onde ninguém, além de você, se lembrasse dos sonhos. Como você poderia provar a realidade deles? Cada vez que você contasse sua história, a maioria das pessoas responderia imediatamente "Tolice!" Você poderia tentar produzir um eletro, mostrando que seus padrões de onda cerebrais foram alterados cada vez que você sonhou. Entretanto os céticos iriam alegar que isso só prova que suas ondas cerebrais mudaram, e que não há necessidade para inventar algo tão fantasioso como sonhos para explicar o fenômeno.

Semelhantemente, só a experiência direta pode trazer um entendimento real do assunto de vidas passadas. É melhor mostrar técnicas que permitem esta experiência direta, e deixar o tempo fazer seu sublime trabalho. Como Einstein dizia, é raro as

pessoas se deixarem convencer por idéias novas. O que acontece é que as pessoas com as idéias velhas morrem, e aqueles que os seguiam acham as idéias novas muito natural e as adotam. Uma vez que uma quantidade suficiente da população tenha passado pelo tipo de flashbacks que acontecem durante regressão, parece bem provável que experiências de vidas passadas se tornarão tão comum e aceitáveis como sonhos.

Uma vez, eu fui convidado a falar sobre regressão a uma sociedade que tinha me contactado depois de ler um de meus artigos em uma revista de saúde. Eu concordei sem questionar muito. Cheguei cedo ao lugar, quinze minutos antes, e depois que a secretária me deu um cortês mas distante cumprimento de boa-vinda, eu decidi passar o tempo restante lendo os folhetos da organização. Ficou claro imediatamente que eu tinha aterrissado entre um grupo de céticos que só tinham me convidado para atacar minhas visões. Um breve, mais intenso, momento de cogitação surgiu, durante o qual eu tive que achar uma estratégia nova e mudar o formato de minha conferência.

Eu falei com eles do seguinte modo (e eu pediria para os leitores céticos que vissem este livro da mesma maneira): "Aqui estão os estudos de casos de vários dos meus clientes. Aqui estão as palavras que eles disseram quando passaram por estas regressões. Eu não pretendo que isto demonstre ou prove qualquer coisa. Mas, algum tipo de experiência nova deve estar emergindo, porque outras pessoas que trabalham com regressão, assim como eu, observaram padrões semelhantes em milhares de sessões. É da escolha de cada um de vocês tirarem suas próprias conclusões. Para mim, o que realmente importa são que os clientes melhoram depois destas regressões. Nem todos, claro, mas um número significante. Eles se libertam de tranqüilizantes e comprimidos para dormir. Eles se relacionam socialmente com mais facilidade, e o nível de neurose diminui. Alguns deles sofrem uma transformação profunda e chegam mesmo a mudar de valores. Alguns adotam uma atitude muito mais filosófica com a vida e começam a questionar seus propósitos na Terra."

Não tentando os convencer de qualquer coisa, eu peguei os céticos de surpresa. Como resultado, eles se mostraram surpreendentemente receptivos. Nós rimos muito do caráter desajeitado de alguns dos meus casos de estudo, e o presidente concluiu a noite dizendo que, afinal de contas, a sociedade deles era a favor de qualquer técnica que permitisse o indivíduo esvaziar as latas de lixo da mente – que é exatamente o que a regressão faz.

Mais que uma técnica nova, regressão é uma experiência nova, ou melhor, é a disseminação de uma experiência velha em proporções desconhecidas até agora. Ao longo da história, do indiano r sis até Goethe, passando por Platão e uma linha ininterrupta de videntes, sempre houve indivíduos que recordaram experiências de encarnações anteriores na Terra. Mas estas experiências eram raras. Nos últimos quinze anos, eu testemunhei grande mudança na maneira como as pessoas ganham acesso a flashbacks de vidas passadas (ou como queiram chamar estas experiências).

Quando eu estava praticando regressão, no começo dos anos oitenta, eu tinha que confinar meus clientes em uma casa durante duas semanas e implementar as técnicas continuamente. O processo era drástico e só podia ser vivenciado por pessoas que tinham alcançado um certo grau de estabilidade emocional, através de anos de trabalho nelas mesmas. Normalmente, era só depois de sete ou dez dias aumentando a

pressão interna, que alguns dos participantes começavam a ter experiências de regressão.

Agora, no meio dos anos noventa, a situação ficou bem diferente. Já não são necessários cursos residenciais. Sessões semanais privadas, de uma ou duas horas, são suficientes. Alguns clientes, quando se deitam pela primeira vez no meu local de trabalho, começam a regressão antes mesmo que eu termine de implementar minhas técnicas! O processo ficou relativamente tranqüilo e suave, e, portanto, aberto a praticamente todo mundo. Além disso, as regressões que todas estas pessoas experimentam são freqüentemente mais profundas e mais genuínas que a de seus predecessores, quinze anos atrás. Obviamente algo mudou. Cada vez mais, você ouve falar de pessoas que vão ver o acupunturista por causa de um pescoço dolorido ou algum outro problema secundário, e inesperadamente experimentam um flash de vidas passadas momentâneo, assim que as agulhas são colocadas em seus corpos – embora nem elas nem o acupunturista soubessem qualquer coisa sobre regressão. Claro que, estes permanecem casos relativamente isolados, e não seria correto esperar que você descubra suas vidas passadas em um estalar de dedos; qualquer trabalho de qualidade requer tempo e esforço. De qualquer maneira, vivenciar um estado de regressão se tornou infinitamente mais fácil do que era, o que pode gerar conseqüências consideráveis, não apenas em diferentes campos de terapia, mas inclusive na base de nossa sociedade.

ISIS, conector e cliente

A técnica ISIS de regressão está baseado em três princípios básicos:

1) o espaço interior (inner space) do terceiro olho, contactado através da área entre as sobrancelhas;

2) a interação (interaction) entre duas pessoas, um que se deita e passa pela experiência de regressão, e o outro que se senta perto e maneja a energia durante a sessão. O primeiro é chamado de "cliente", e o segundo de "conector".

3) sourcing , isto é, procurar sistematicamente pela origem de todas as marcas emocionais e comportamentos condicionados.

As iniciais das três condições, Inner Space Interactive Sourcing , felizmente combina em ISIS.

Deve ser acentuado que a técnica de ISIS não usa qualquer forma de sugestão hipnótica ou hiperventilação. Ela atua por uma ativação do corpo de energia, e em particular, do terceiro olho. Isso conduz a uma percepção completamente nova de suas emoções, como formas e ondas em sua consciência. Esta perspectiva fornecerá várias oportunidades, ao longo do livro, para explorar certos mecanismos básicos relacionados a corpos sutis e seus destinos após a morte.

Clairvision School

PO BOX 33

Roseville NSW 2069

Austrália

Internet: www.clairvision.org

E-mail: info@clairvision.org

CAPÍTULO 1

OS MECANISMOS DAS SAMSKARAS

Samskara é um dos mais importantes termos Sanscrito na filosofia Hindu. Yoga, a união com o Eu Superior, é alcançada assim que a última samskara é trabalhada. Então, o objetivo primário de todas as yogas, ou caminhos de auto transformação, é erradicar as samskaras da mente. Por isso tão importante para aqueles que querem conhecer a si mesmos, ou melhor, conhecer seus Selfs, terem uma visão clara de todos os mecanismos de suas samskaras.

1.1 O Mecanismo Fundamental

Você tem um acidente de carro em um determinado lugar. Então, toda vez você dirige e passa por esse lugar, você se sente desconfortável; uma onda de medo surge. Você pode se sentir desgostoso só de pensar no episódio. A marca traumática impressa em sua mente depois do acidente é chamada de samskara. O mal estar que posteriormente aparece cada vez que você dirige no lugar é chamado de emoção reacional, ou resumindo, uma emoção. A tendência da samskara para gerar uma onda de medo sempre que se lembrar do acidente é chamado de dinamismo da samskara.

Basicamente, todas as samskaras operam da mesma maneira. Simples. Porém, de acordo com o Upanishads, os capítulos finais dos Vedas, assim que o último laço de samskaras no coração for desatado, o estado mais alto de consciência é conhecido, liberdade absoluta é alcançada, e martyo 'mrto bhavati “o mortal fica imortal.”

1.2 Como podemos definir uma samskara?

Samskaras são como rastos deixadas na mente por experiências traumáticas anteriores. Rudemente falando, samskaras são as “cicatrizes” da mente. (A associação samskara-cicatriz é bem descritiva). No modelo quádruplo de corpos sutis usado neste livro, a camada da mente corresponde ao corpo astral. Samskaras podem então ser consideradas como impressões, marcas ou cicatrizes no corpo astral, como será examinado em detalhes ao longo deste livro.

Vamos então considerar alguns exemplos para clarificar o conceito de samskara. Se uma mulher é estuprada por seu pai quando tem dezesseis anos, este fato deixa um rastro em sua organização psicológica, e este rastro é uma samskara. O modo dela se relacionar com outros homens nunca mais será o mesmo. Em várias situações de vida, este rastro influenciará seu comportamento emocional profundamente. Isto significa que ao samskara não é nem neutra nem muda. Melhor dizendo, é dotada de um dinamismo poderoso – uma carga emocional. Gera emoções, atrações e repulsões que modificarão a vida interna desta pessoa significativamente. Sendo associada com tantas memórias traumáticas e dolorosas, a samskara não pode permanecer calada; ela tem que se

expressar de um modo consciente ou inconsciente. Isto se aplica a todas as samskaras – não apenas para alguns casos particulares. Você percebendo ou não, em suas profundezas, suas samskaras estão constantemente berrando para serem curadas.

Agora, suponha que esta mulher, ao invés de ser estuprada com dezesseis anos, tenha sido atacada quando ela tinha três anos. Sua experiência foi ainda mais terrível e traumática, porque como uma garotinha, ela não tinha meios de compreender o que estava acontecendo. Para ela, a agressão foi como um assassinato. Mas o choque foi tão insuportável que ela esquece tudo, apagando completamente o episódio de sua memória consciente. A samskara foi armazenada com uma carga emocional ainda maior do que no caso da menina de dezesseis anos; e neste caso, a samskara está completamente inconsciente. Mais tarde, como adulta, sua vida emocional e sexual inteira será minada por um trauma escondido do qual ela é completamente desinformada. Ela pode fugir dos homens, perseguí-los, ou exibir todos os tipos de comportamento irracional contra sua própria vontade. Ela pode contrair uma doença séria na região pélvica, ou abortar quando tentar ter uma criança. Sem um processo que lhe permita explorar as profundidades de seu inconsciente, ela poderá nunca entender por que sua vida é uma bagunça. Qualquer tentativa para reorganizar sua existência será condenada desde o começo, porque estará faltando o principal pedaço de seu quebra-cabeça pessoal.

Até este ponto, tudo isso cabe muito bem dentro dos modelos psicanalíticos e modos psicológicos comuns de compreensão. Mas mais adiante, você poderia ponderar sobre o fato de que os textos sanscritos já estavam discutindo estes tópicos alguns mil anos antes de Freud. Mas a maior diferença é encontrada quando se pratica regressão – os clientes descobrem várias samskaras que não podem ser relacionados a qualquer experiência de suas vidas presentes.

Estudo de caso – mulher, 22anos.

Durante o começo da sessão de ISIS, um ponto (spot) dolorido foi revelado na área do estômago. Depois de vinte ou trinta minutos gastos implementando a técnica, a cliente ficou muito quieta e serena, e começou a reexperenciar o seguinte episódio.

O que você está sentindo? – Parece envelhecida e cinzenta. Sensação de derrotada. Uma mulher com a cabeça inclinada entre os ombros, para trás. Ela é bem jovem, com cabelo longo, e um vestido branco. Eu não posso ver seu rosto.

Ela se sente feliz ou triste? – Ela está muito triste.

Ela está chorando? – Não.

Sente quente ou frio ao seu redor ? – Frio.

Há qualquer ruído? – Não. Está um silêncio mortal. Ela está realmente cansada. Sente mais apertado agora no estômago.

O que ela quer? – Ela quer de volta algo que perdeu. Ela sabe que não pode fazer nada.

Ela está só? – Sim. Ela é muito jovem. Ela está ferida.

Fisicamente ferida? – Sim.

Ela sente alguma dor? – Ela perdeu muito sangue. Mas ela não liga. Ela está muito fria.

Você pode sentir a dor dela? – Começa no estômago, nas costelas e vai para as costas, entre as omoplatas. Ela pode sentir a batida de seu coração. Ela está pesarosa. A família dela foi embora e eles não podem voltar. Ela só quer morrer.

A família dela? – Um homem. E seu filho. Seu filho tinha três anos. Ele tinha um suave cabelo ondulado... Foi um ataque. O homem era muito forte, então ele foi levado para algum lugar.

E a criança? - O filho foi morto. Ele morreu na frente dela.

Como? – Foi muito difícil, muito cruel. Ela não se lembra muito disso.

Como ele morreu? – Uma lança o atravessou. Os lábios dela ficaram azuis… A mulher também foi atacada.

O que eles fizeram a ela? – Cerca de seis soldados.

Como eles se pareciam? – Casacos escuros , cabelos curtos, com capacetes. Alguma coisa no topo dos capacetes. Nenhuma barba. Eles tinham a pele escura. Menores que o homem.

O que eles fizeram a ela? – Eu não sei. Ela não se lembra. Isso não importa.

Tente ver - Quatro homens a seguraram. É duro dizer. Eles a seguraram e a estupraram perto do corpo da criança.

Ela estava morta? – Sim.

E então? – Quando eles terminaram, o último a chutou no estômago e nas costelas. Essa é a razão dela ter sentido gosto de sangue na boca.

E então? – Ela rasteja de volta para casa... E ela morre um momento depois.

Como é comum de acontecer, esta samskara foi enterrada e a jovem mulher nunca tinha suspeitado de sua presença antes, ainda que não estivesse enterrado tão profundamente, já que foi trazido à superfície e revivido nesta regressão, que era apenas a segunda no processo. Sendo dotado com tamanha carga emocional, a samskara, provavelmente, não podia permanecer neutra e inativa. Um ano antes das regressões começarem, esta jovem mulher tinha perdido um filho, abortando algumas semanas antes do parto. Quando estava passando pela regressão, ela reconheceu imediatamente que a dor que ela tinha sentido na hora do aborto, era exatamente igual à dor da mulher quando ela foi estuprada e o filho foi morto.

A superimposição dos dois episódios realmente é intrigante. É como se um drama do passado tivesse que ser vivido de novo porque as feridas que havia deixado não tinham sido curadas. Sem se dar conta de que esta samskara estava enterrado em seu inconsciente e influenciando-a, que chance teria esta jovem mulher em entender o que estava acontecendo em seu presente? Em casos como este aqui, é difícil saber se o aborto teria acontecido, caso as regressões tivessem sido realizadas antes da gravidez. Porém, assim que a cliente descobriu esta samskara, a vida dela começou a mudar. A tristeza se acalmou, e a ferida emocional deixada pelo aborto começou a se curar. Ela recuperou uma certa habilidade para centrar-se e uma maior sensação de propósito.

1.3 As samskaras sempre estão associadas com experiências negativas?

O critério para uma grande samskara ser impressa não é dor, mas intensidade. Fortes samskaras são gravadas no corpo astral quando um episódio é associado com intensidade emocional. Todos nós sabemos, por experiência própria nesta vida, que nós tendemos a ser muito infeliz mais freqüentemente do que muito feliz. Em vidas anteriores, pode se esperar que tenha acontecido o mesmo. Isto explica porque as maiores samskaras do nosso passado que vem à tona, tem, estatisticamente, mais chance de serem relacionadas a eventos dolorosos do que eventos prazerosos. Qualquer alegria intensa pode criar uma samskara, do mesmo modo que, de acordo com a medicina Chinesa, considera-se que a alegria pode induzir a um ataque do coração.

Estudo de caso – homem, 24 anos

– Estou num espaço muito pequeno, como se tivesse cercado de metal. Há vibração, uma vibração metálica... Eu vejo todas estas pessoas. Eu sei que eu estou ferido do lado direito, mas eu nem sinto isto. Estou completamente exausto, aniquilado. E ao mesmo tempo, isso parece BOM! Como se eu tivesse lutado continuamente durante três dias e três noites. Parece tão... além de tudo. Não sobrou nada de mim, só existe o céu.

– É uma cabine de piloto. Eu estou em um avião. Eu posso ouvir o barulho; e há a vibração. O avião vai aterrissar. É mais do que estar esgotado, é como enxergar tudo à distância.

– Há um choque quando o avião atinge o solo. E eu posso ver todas estas pessoas, uma multidão que espera por mim. Há um sentimento de glória... Oh! meu Deus! É enorme. Em meu coração, um IMENSO sentimento de glória. Eu não sei o que eu fiz, mas eles parecem gostar muito disso. É guerra...

– Meu avião aterrissou e eles estão todo balançando os braços. Eles correm para o avião. Oh! meu Deus! [começando a chorar] eu penso que agora eu estou tendo um colapso nervoso. Eu não tenho dormido por um longo, longo, longo tempo... Eu não sabia que alguém pudesse sentir uma glória tão grande.

1.4 Como emoções intensificam samskaras?

Há várias razões por que uma samskara é gravada muito mais profundamente em sua estrutura quando é acompanhada por uma intensa emoção. Suponha que você vai ser

decapitado. A experiência deixará uma marca mais profunda em sua psique do que se você fosse no cabeleireiro. Você pode ir para o cabeleireiro sem nenhuma razão ou propósito, divagando, sem estar realmente preocupado. Você não pode ir para sua execução sem se preocupar. Você pode ter esquecido de muitas visitas pagas a seu cabeleireiro, mas se você escapa de um calabouço, não tem jeito de esquecer isso, porque no calabouço, é o contrário de um estado monótono. Todos os seus sentidos estão amplamente abertos. Você está totalmente ciente e vigilante. Não é uma nuvem obscura que é imprimida em sua memória, mas um conjunto definido e preciso de pensamentos, sentimentos e percepções. Se você sai vivo disto, até mesmo trinta anos depois, você poderá se lembrar de cada um dos detalhes. Cada pedaço de informação será armazenado: como o lugar era, que sensação dava, as cores nas paredes, cada ruído e cada cheiro, todas as suas emoções e sentimentos. E se você acaba morrendo no calabouço, você manterá este conjunto de recordações com você, como um dos mais vívidos desta vida inteira, e levará isto com você nas vidas seguintes.

1.5 Todos as samskaras são criadas por eventos principais ou emoções?

Algumas samskaras importantes podem ser criadas por eventos bem secundários, pois a samskara não é conseqüência do próprio evento, mas da sua reação emocional a ele. Por exemplo, uma criança pode ficar completamente atemorizada com um animal. Para a criança, até mesmo um cachorro dócil pode se transformar de repente em um terrível e ameaçador monstro, causando um pânico irracional, gerando assim uma forte samskara. Ao contrário, algumas pessoas permanecem emocionalmente estáveis nas circunstâncias mais dramáticas e, portanto, passam por intensos eventos sem a gravação de qualquer samskara maior.

1.6 Micro-samskaras e samskaras aceitáveis

Até agora, nós apenas consideramos as samskaras que são dotadas de cargas emocionais fortes. Além destas impressões principais, uma grande quantidade de samskaras menores, secundárias, também são armazenados em sua mente.

Aquilo que você está constantemente recebendo dos seu órgãos do sentido é mantido em partes subconscientes da mente. Você sabe que os detalhes não estão perdidos porque eles podem ser recordados a qualquer momento em sua memória, se desencadeados pelo estímulo apropriado. Por exemplo, você chega a um lugar onde um certo cheiro está flutuando no ar, e de repente uma conexão é feita com um episódio distante de seu passado. Em uma fração de segundo, você é transportado de volta para um quarto, onde você tinha estado trinta anos atrás. As cores, os sons, a atmosfera daquele quarto é trazida de volta para sua consciência, porque o cheiro dele era semelhante ao que você está sentindo agora. Esta memória não acontece por causa de qualquer evento dramático que aconteceu a você no quarto. A situação era bem comum, e nenhuma emoção particular ou dor foram experimentadas. O mesmo mecanismo acontece freqüentemente com uma canção velha ou um pedaço de música, que pode, imediatamente, te transportar para um momento de seu passado e relembrar todas as emoções e sentimentos correspondentes.

Neste modelo, você pode reconhecer as características das samskaras. Um conjunto de impressões sensoriais é imprimido em sua mente subconsciente ou consciente. É armazenado lá sem que você saiba, mas ainda é vívido, desde que pode ser recobrado a qualquer instante. Quando o estímulo certo é dado, como o cheiro, ou o

pedaço de música, a impressão é ativada e uma reação acontece. Você reexperiencia sensações, emoções e sentimentos relacionados a esta parte particular de seu passado.

1.7 Qual é a diferença entre karma e samskara?

O significado literal da palavra sanscrita "karma" é ação. Karma se refere à todas as ações que você executou em seu passado, tanto nesta vida quanto nas vidas anteriores. Os mecanismos do karma são tais que cada ação que você executa é como um impulso que você envia para o universo. Depois de um espaço de tempo, que pode variar grandemente (até mais de algumas vidas!), o impulso volta a você como um bumerangue e gera circunstâncias correspondentes em sua vida. Ações negativas tendem a criar circunstâncias adversas quando o impulso correspondente retorna, enquanto ações positivas frutificam em condições favoráveis. Este é o aspecto básico da teoria do karma e que todo mundo, mais ou menos, concorda. Porém, nem todo o mundo concorda em como, diretamente, as circunstâncias do passado refletem no presente. Terão aqueles que mataram com uma espada, morrer com uma espadada? À medida que se discute sobre esta pergunta, muitas pessoas iluminadas apresentam visões bem diferentes.

Samskaras são de uma natureza completamente diferente. Ao invés de serem ondas externas enviadas a você pelo universo, elas são fatores internos. Mais precisamente, elas são gravações/impressões emocionais dentro de sua mente inconsciente, e que, por sua vez, tendem a influenciar suas respostas emocionais atuais.

Outra grande diferença se baseia no fato de que alguns karmas insignificantes (ações) podem ser associados com enormes samskaras (cicatrizes emocionais), por exemplo, quando um garotinho entra em pânico ao encontrar o bem intencionado Pastor Alemão do vizinho, ou quando um bebê fica aterrorizado por uma tempestade. Embora nestes casos não há, propriamente dita, nenhuma ação, isso é, nenhum karma significante, pode haver samskara suficiente para a criança exibir sintomas neuróticos para o resto de sua vida. Pelo contrário, os crimes mais odiosos – representando grandes karmas ruins – podem ser cometidos friamente e sem nenhum propósito, sem que nenhuma samskara seja imprimido profundamente.

1.8 Animais também têm samskaras?

Considerando que animais podem ficar neuróticos, nós podemos presumir que eles também têm samskaras. Os reflexos observados por Pavlov em seu trabalho com cachorros apresenta analogias claras com o condicionamento das samskaras.

Outra importante palavra sanskrita relacionada a samskaras é manas. Manas se refere à camada na qual nós pensamos e sofremos emoções. Mais precisamente, manas tem a ver com os pensamentos e emoções que são reações diretamente relacionadas às samskaras. O conceito de "mente reativa" (manas) será desenvolvido mais para frente, no livro.

Manas normalmente é traduzido em inglês como "mente". A palavra inglesa "mente", entretanto, é usada por diferentes pessoas e com significados bem diferentes. No contexto do trabalho da Clairvision, eu uso a palavra mente com o significado de "mente reativa" que é o mesmo da palavra sanskrita manas, a camada na qual pensamentos reacionais e emoções acontecem. Há várias razões para esta escolha, como ficará claro mais tarde.

Quando definida desta maneira, a mente corresponde bem precisamente ao que Rudolf Steiner chama de corpo astral. No contexto presente, o leitor pode equiparar todas os seguintes termos:

mente = mente reativa = manas = manas/mente = camada das samskaras = corpo astral

Porém, às vezes serão estabelecidas distinções entre o corpo astral, que é um veículo de consciência, e a mente reativa, que é a consciência mental que acontece dentro deste veículo.

Do ponto de vista da tradição hindu, os animais têm um manas/mente, da mesma maneira que, de acordo com Rudolf Steiner, eles têm um corpo astral. Animais podem associar fatos mentalmente e podem tirar conclusões, como quando um rato descobre como sair de um labirinto. Animais também sofrem emoções como raiva e ciúme. Como o corpo astral, no qual as samskaras são imprimidas, não é, especificamente, um atributo humano, mas também pertence a animais, samskaras poderiam até serem descritos como uma parte de nós mesmos que nós temos em comum com animais! Isto pode soar paradoxal porque os seres humanos tendem a apreciar suas emoções e considerá-las como algo especificamente humano, algo que os dotam de qualidades humanas. Na realidade, a maioria destas emoções é da mesma natureza que aquelas experimentadas por animais. Elas podem ser mais complicadas e sofisticadas, mas a essência não é fundamentalmente diferente das emoções desses animais.

Um das principais tarefas do trabalho de regressão é desmascarar certas emoções que não são produto de samskaras e estão além do alcance dos animais. Para distinguí-las das emoções relacionadas a samskaras, a palavra "sentimento" será usada.

Um resultado crucial do processo de regressão é perceber que, de manhã até a noite, nós tendemos a reagir ao mundo com um condicionamento estereotipado, exatamente como os cachorros de Pavlov; ao invés de explorar nosso potencial humano de "criatura criativa". Em termos de nosso modelo quádruplo de corpos sutis, a diferença essencial entre um ser humano e um animal é que o ser humano ganhou um Eu Superior. Quanto de seu Eu Superior está envolvido em suas respostas emocionais? Este é um ponto chave é, no qual se baseia a resposta à pergunta: quais de nossas emoções são humanas e quais são animais?

1.9 A história de Rei Janaka e o filho de r si

Nos deixe concluir este capítulo com uma história de literatura Sanskrita.

Era uma vez um grande s ri (homem vidente e muito sábio) da Índia antiga que enviou seu filho de treze anos ao tribunal do Rei Janaka, e pediu para o prestigioso soberano que aperfeiçoasse a educação do jovem menino. Assim que o menino chegou ao tribunal, Janaka colocou um jarro de leite na cabeça dele. O jarro estava cheio à borda, e Janaka instruiu o menino a caminhar ao redor do palácio três vezes, sem derramar uma gota de leite.

O palácio estava cheio de estátuas raras e pedras preciosas, cheio dos malabaristas, animais estranhos e lindas dançarinas – muitas coisas tentadoras para um

jovem rapaz, que nunca tinha deixado o ashram de seu pai na selva. No entanto, o filho de sri foi capaz de ver sem reagir, e ele deu a volta no palácio três vezes sem derramar uma única gota.

Rei Janaka estava muito contente com o menino. Ele disse a ele, "Filho, volte para seu pai, e diga a ele que não há nada mais que eu possa te ensinar."

Isto certamente não significava que a vida emocional do menino estava reprimida. Mas que, de certa forma, a emoção reacional tinha sido erradicada. O menino poderia amar, poderia desfrutar e poderia sentir, mas os sentimentos dele estavam vindo de sua alma, de dentro, e não eram puras reações ao seu ambiente. Ele poderia caminhar no mundo e permanecer completo por dentro, independente do que estivesse ao seu redor. Ele tinha trabalhado todos as suas samskaras e era livre, no significado mais alto da palavra. Até mesmo o iluminado Rei Janaka, legendário por sua sabedoria, não teve nada mais para ensinar ao rapaz.

CAPÍTULO 2

SAMSKARAS E A BUSCA PELA LIBERDADE

2.1 A tirania das samskaras

Se nós estamos em busca de liberdade, então deveria estar claro que nossos principais obstáculos são nossas próprias samskaras. Há circunstâncias na vida que estão limitando e restringindo. Se o preço do óleo sobe, nós não podemos dirigir nossos carros tão livremente quanto estávamos acostumados. Se um governo nos pede que preenchamos montanhas de formulários, então os negócio ficam muito difícil. Mas até mesmo nos países mais totalitários você nunca achará uma ditadura tão restrita e tão permanente como a das samskaras. Muitas pessoas são preocupadas com ditaduras, contudo, quem realmente se importa com samskaras? Isto pode te ajudar a entender o que hindus e budistas querem dizer através de maya, ou ilusão. Em Sanscrito, maya significa "mágico". As samskaras funcionam numa ditadura absoluta e mágica, sobre a qual ninguém se importa. A ditadura começa antes do nascimento e não pára com a morte. Obstrui seu livre arbítrio de manhã até a noite, em cada dia gasto neste planeta. E você nem mesmo vê - isso é o que é realmente mágico sobre essa ditadura das samskaras.

Considere novamente o exemplo da mulher que foi atacada sexualmente quando tinha três anos, e que perdeu totalmente qualquer memória consciente do evento. Nós realmente podemos dizer que ela é livre em suas relações com homens? Visto do lado de fora, ela é totalmente "livre". Ninguém a força a escolher esse ou aquele homem, e se ela se divorcia quatro vezes, isso é totalmente sua responsabilidade. No entanto, conhecendo a terrível pressão exercida pela emoção latente, conhecendo a samskara e seu dinamismo, podemos manter a mesma afirmação? A mulher nem mesmo sabe que suas escolhas estão sendo influenciadas pela samskara. De fato, ela nem mesmo sabe que a samskara está impresso; ela pode se acreditar livre enquanto sua vida emocional está sendo manipulada por uma força que ela nunca viu. Este é o primeiro método comum através do qual uma samskara, uma marca emocional feita no passado, pode te escravizar, sem que você desconfie.

Porém, este esquema precisa ser ampliado, pois ao praticar a regressão, fica claro que as pessoas não são só influenciadas através de samskaras da tenra infância.

Algumas samskaras que emergem não podem ser relacionadas a qualquer circunstância desta vida presente. Será enfatizado, novamente, que não importa se você acredita em vidas passadas ou não. Na realidade, quanto menos crenças você tiver, melhor; pois crenças geram expectativas, e expectativas, por sua vez, tendem a distorcer a pureza da experiência. O ponto importante é que algumas samskaras que são descobertos não podem, possivelmente, serem relacionados a esta vida presente; ainda que estas samskaras se provem cruciais para entender os gostos e antipatias que governam suas escolhas presentes e o modo como você administra sua vida. Vamos ver alguns exemplos que ilustram os mecanismos principais pelos quais as samskaras interferem.

2.2 Superimposição

Estudo de caso –

Mary era uma mulher de vinte e quatro anos, passando por uma fase de intensa depressão. Ela se casou quando tinha dezoito anos, mas se mostrou impossibilitada de permanecer fiel ao marido. Ela teve o primeiro amante depois de dezoito meses de casamento, e outro cinco meses depois que acabou com seu casamento. Então ela enlouqueceu. Começou indo de um homem para outro, multiplicando experiências pequenas e superficiais que a deixavam cada vez mais arrasada. Aqui está a narração de uma experiência chave que ela teve durante uma de suas regressões.

Qual é o sentimento agora? – Frio. Terrivelmente frio.

Frio dentro ou fora ? – Ambos.

Como é ao seu redor ? É úmido. Está frio, frio, frio... feito de pedras. Eu posso ver este grande edifício feito de pedras, e é... terrível, pior que qualquer coisa. Está tão frio... Eu não queria vir aqui. Ou talvez eu quis, mas agora eu não quero mais estar aqui.

O que está acontecendo neste edifício? – É um convento. Eu estou presa. Eu quero ir embora. É repugnante, como se a frieza do lado de fora estivesse congelando meu coração. Ninguém se preocupa. Ninguém sorri. Às vezes eu choro, mas eu estou sempre só. Algumas vezes eu nem mesmo choro, eu estou como que morta...

Você às vezes sente a mesma frieza nesta vida presente? – Oh! sim. Quando eu preciso de alguém que se importe comigo. De verdade, eu só quero sentir um calor humano, e nada mais.

Mas este sentimento, é seu, ou é da mulher presa no convento? – É dela. Vem dela. Mas então, quando vem para mim... se torna meu.

Da próxima vez que vier a você, você poderia reconhecer que este é o sentimento dela, não seu? – Sim, está bem claro.

Este exemplo é bem típico de uma samskara de passado distante que interfere na vida diária. Mary nunca tinha estado em um convento durante sua vida atual. No entanto, desde sua infância, ela expressava sentimentos confusos sempre que se referia à vida contemplativa; tendo sido, algumas vezes, atraída e algumas vezes apavorada com

isto. Gradualmente, sua atração para a vida religiosa se tornou uma piada para todos seus amigos, que conheciam o promíscuo tipo de vida que ela estava levando.

É importante perceber como Mary se sentia quando estava sozinha nesta vida presente. A terrível solidão de uma freira presa se sobrepôs à sua vida emocional presente. Os sentimentos desta jovem mulher, aqui e agora, eram uma mistura do passado e do presente, impossível de desembaraçar. Esta angústia sobreposta a deixada arrasada, e pronta a fazer qualquer coisa para que alguém se importasse com ela. Ainda visto pelo lado de fora, Mary era "livre" para correr de um amante para outro – o que mostra como você pode estar completamente enganado quando julga alguém de acordo com os chamados princípios morais. Assim que a samskara subjacente foi reconhecida na regressão, o sofrimento desta mulher não poderia ser mais tão intenso quanto antes.

Estudo de caso – Samantha, 25 anos.

O começo da sessão de ISIS revelou um spot doloroso na área das costelas. Samantha começou se sentindo muito aflita e respirando depressa, como se estivesse com falta de ar. Ela parecia como se estivesse sofrendo consideravelmente.

O que você está sentindo agora? – Medo. Eu estou sendo ferida. Estão chutando minha cabeça e minhas costas. [Ela estava ofegante e soluçando, se enrolando no colchão, como se estivesse tentando escapar dos golpes.]

Você pode se mover? – Eu só posso tentar me proteger.

Por que eles estão fazendo isso? – Porque é fácil me tratar sem nenhum respeito.

Você se sente mais sendo bem jovem, ou velho? – Bem jovem. Homem.

Isso dura muito tempo? – Um pouco. E então eles me largam lá e se afastam correndo. Eles eram jovens... mais ou menos a minha idade.

E então? – Raiva. Frustração. Humilhação. [Ainda soluçando.]

Você às vezes tem a mesma emoção na sua vida [presente]?

– Sim, o mesmo sentimento.
Tem alguém ao seu redor? – Não. Isso foi fora da aldeia.

Como era a aldeia? – Pequena. Estradas sujas. A maioria das casas são niveladas. Sujas.

Tem alguma árvore? – Não. É muito seco e quente. Dá a impressão de que a aldeia é tipo árabe-muçulmana [A cliente ainda estava ofegante.]

Tem também algumas pessoas boas na aldeia? Minha mãe. Eu não tenho nenhum amigo. Eu posso ver meu pai sentado lá, bebendo café. Ele não fala muito comigo. Eu devo ter uns doze ou quatorze anos. Às vezes eu tenho que apoiar meu braço. Parece debilitado, não é tão grande quanto o outro.

Pode se mover? – Um pouco. [Até o fim da sessão, a cliente ficou massageando seu braço direito.]

As pernas estão bem? – Bem, mas eu não sou muito forte. Eu sou alto.

O que aconteceu com este braço? – Sempre foi assim, desde que eu era pequeno. Eu não posso fazer muita coisa com ele.

O que você faz depois de ter apanhado? – Eu apenas me levanto e ando. Eu vou embora da aldeia. Eu apenas caminho por horas. Eu me sinto tão sem esperança, tão humilhado. [Chorando.] O que eu posso fazer? Eu só quero ir embora.

E então para onde você vai? – Não tem nenhum lugar para onde eu possa ir, eu tenho que voltar para a aldeia. Eu sei que vai acontecer de novo, porque sempre acontece. Eu não posso falar para o meu pai, porque ele acha que eu deveria me defender. Eu vou para minha mãe, mas não há nada que ela possa fazer. Ela apenas me conforta o máximo possível. Eu continuo pensando o tempo todo que eu queria ter nascido mais forte. Eu queria poder me defender... Como eu sou fraco. Eu não gosto de mim.

Você algumas vezes se sente assim em sua vida (australiana presente)? - Sim. O mesmo sentimento de que eu não posso me defender.

O menino tem algum amigo? – Não. Eu não sou como os outros, eu sou envergonhado e eles se afastam. E eles tiram sarro de mim.

Você também sente isso em sua [presente] vida? – Sim, eu me mantenho alheia às pessoas, me empurrando para longe delas. Não me sentindo boa o suficiente para não arriscar a possibilidade de ser motivo de gozação.

Você pode sentir que esta emoção não é realmente sua, mas esta é a emoção do menino? – Sim. É a vibração dele.

E então? – Estou em uma rua. Tem uns burros. Nenhum carro, mas carroças puxadas por burros. Sempre que eu estou na rua, sempre há comentários. Pessoas fofocam pelas minhas costas. É uma vida bem miserável. Eu tenho um trabalho na terra, mas não importa o que eu faço, eu apenas penso como eu sou. Eu me sinto derrotado. Eu acordo de manhã, eu caminho, eu trabalho nesta terra, eu caminho de volta, e isso é tudo que eu tenho. Eu estou usando um turbante. Eu sou muito alto.

[Mais tarde na sessão, a cliente reexperienciou a morte desse homem aleijado.] – Parece que eu estou me deitando, embora eu sinta que eu estou morrendo no meu sono. Eu estou me erguendo. Algo está saindo por minha cabeça. Eu estou subindo. Então eu tenho a sensação de encontrar minha mãe, como se ela estivesse esperando por mim. Há uma sensação de alívio. E então, depois de um certo tempo, eu entro nesta escuridão. Tudo desaparece na escuridão.

Este é um exemplo perfeito de como um samskara é carregado de uma vida para outra. A pessoa pode entender por que o rapaz árabe, aleijado, se sentia alienado e inseguro. Claro que, a pessoa pode ser aleijada e extremamente iluminada e feliz. Mas pelo menos o desespero do menino árabe teve algum fundamento tangível. Não era necessário mas era compreensível.

Entretanto, Samantha não sofre de qualquer enfermidade ou debilidade. Quando ela se retira de possíveis amizades, sentindo-se inibida e rejeitada na vida; devido às mesmas emoções, isso se torna absurdo e inimaginável. O braço aleijado desapareceu há muito tempo, contudo a emoção continuou lá. O padrão emocional do aleijado foi sobreposto nas emoções de Samantha desde sua infância, sem que ela se desse conta disso.

Absurdo? Realmente! Entretanto é exatamente assim que funcionamos constantemente. Modalidades e intensidade podem variar, mas sempre é o mesmo esquema. Um padrão impróprio é impresso bem fundo, e persiste muito tempo depois que sua causa geradora já desapareceu. "Eu já não estou presa em um convento, contudo, eu continuo me comportando como se eu quisesse ser confortada a qualquer preço", ou "eu já não tenho um braço aleijado, nem vivo em uma sociedade que me rejeitaria se eu tive um. Entretanto, eu ainda me sinto alienado e deixado de lado." Estas emoções são puras reflexões do passado. Elas são ilusórias e irreais a partir do momento em que não se baseiam em nada tangível, mas, ao mesmo tempo, o sofrimento e a bagunça que elas criam em nossas mentes e em nossas vidas são extremamente reais.

2.3 Eternas repetições

Estudo de caso – mulher, 30 anos

O que você está sentindo? – Eu posso ver a casa. É feita de luz. As cores são realmente diferentes. Eu nunca vi cores como estas antes. Tem muito mais amarelo e tons de laranja. Uma mulher bonita com cabelo escuro, comprido. Ela parece japonesa. Ela está de pé na porta, olhando para fora.

O que ela está fazendo? Seu marido foi embora. Ele a deixou. E a vida dela pára ali. Ela sabe que nunca o verá novamente. Está acabado. Não é nem mesmo dor, é pior que isso. Ela está despedaçada. Ela apenas deixa de funcionar.

Nesta regressão uma samskara principal por ter sido abandonada é desvendada. Em sua vida atual, sempre que esta mulher era abandonada por um homem, seu sofrimento era insuportável, porque a angústia da mulher japonesa se sobrepôs às suas "próprias" reações. A dor dela aconteceu em dois níveis, mas até ela passar pelo processo de regressão, ela não pôde ver. Tudo que não pode ser visto é dez vezes mais doloroso, porque não há nenhum modo que a pessoa pode entender. Ser abandonada era para ela igual cair em uma cova sem fundo, pega num sofrimento além de qualquer possibilidade de racionalização.

Um detalhe crucial é que a cliente, nesta vida presente, tinha escolhido um marido que viajava muito. Cada vez que o homem partia, o casal conseguia ter uma briga horrível, de forma que, cada partida tinha um gosto de separação final, e a mulher

iria reexperienciar a agonia de ser abandonada. Ao invés de dizer a si mesma "Nós tivemos uma boa briga porque eu odeio vê-lo partir, mas de qualquer maneira, ele voltará em dois meses"; ela se desesperava, como a mulher japonesa. E o mesmo drama se repetia duas vezes por ano.

Esta tendência de sempre repetir a mesma provação é o produto direto do dinamismo das samskaras. A ferida emocional da samskara é muito dolorosa, não consegue permanecer neutra. Está clamando para ser curada. A carga emocional associada à samskara é tão intensa que, uma vez que você não a resolva, ela tende a gerar circunstâncias que permitem que se expresse. Em muitos casos, isto resultará na repetida vivência de circunstâncias semelhantes, de vida para vida.

Depois de ter visto como as samskaras tendem a sobrepor reações emocionais em cima de sua consciência presente, introduziremos agora o segundo mecanismo principal. As samskaras tendem a fazer com que você crie circunstâncias de vida pelas quais elas podem se manifestar. Eles não só aumentam sua dor e emoções atuais através da superimposição, mas também te manipulam a criar dificuldades nas quais as emoções podem ser vividas de novo. Eles atuam como tendências latentes, influenciando fortemente seu destino.

2.4 Mâyâ, ilusão

Até agora, nós só consideramos os grandes animais na selva das samskaras: esses traumas emocionais principais, criados por circunstâncias dramáticas. Se nós quisermos adquirir um quadro claro de como a mente funciona, nós precisamos levar em conta muitos outros resquícios, não tão intensos, deixados pela experiência. Mas que entretanto continuam atrapalhando a sua percepção atual do mundo.

Vamos pegar um exemplo. Você entra na cozinha de um amigo, e há um cheiro particular no ar. Imediatamente este cheiro o faz lembrar de uma cozinha onde você passou parte de sua infância. Nesta cozinha havia um gato que dormia embaixo da mesa, e havia uma velha senhora trabalhando. Todos os tipos de recordações voltam em sua mente. Se você se sentia bem naquela cozinha, o sentimento bom volta a você enquanto você está no cozinha de seu amigo. Assim, talvez, você se sinta confortável e fale para seu amigo "eu gosto da sua cozinha!"

Agora, suponha que você se sentia extremamente incômodo com a sua avó, porque ela o forçava a comer alcachofras que você odiava. E neste dia em particular acontece que seu amigo está cozinhando alcachofras. O mal-estar será relembrado – a ansiedade em seu peito, a tensão em sua barriga. Você não está se sentindo realmente ansioso e tenso, mas as lembranças são vívidas. De qualquer maneira, você está completamente separado da cozinha de seu amigo enquanto as recordações acontecem. Se seu amigo estiver falando com você nesse momento, é bem provável que você tenha que lhe pedir que repita o que ele disse. Você foi seqüestrado por este episódio do passado.

Este exemplo presume que você poderia, conscientemente, se lembrar do episódio durante o qual a samskara foi impressa. Suponha agora que você tenha esquecido tudo sobre a sua avó. É provável que algo diferente aconteça. Você entra na casa de seu amigo, o clima geral e o cheiro ativam uma conexão inconsciente com o episódio esquecido, e resulta num certo mal-estar. Há um certo grau de ansiedade em

seu peito e tensão em sua barriga, e você não sabe o porquê. Você não se lembra de qualquer detalhe específico da cozinha da sua avó, só o mal-estar existe. O fardo emocional do passado é superimposto sobre a sua consciência atual pelo vínculo do cheiro, mas você não percebe isto. Você só está ciente de duas coisas: a cozinha e o seu desconforto. Então, você bem pode pensar: "eu não gosto da vibração desta casa!", ou "eu não me sinto confortável com estas pessoas." Claro que, a cozinha é exatamente a mesma, é só a sua percepção que muda. Dessa forma, seu julgamento é completamente irrelevante e absurdo; entretanto, tudo isso vem à sua mente muito "naturalmente" e "logicamente".

Enquanto você é pego neste modo de reação, você pode pensar que o que você está vendo é a cozinha de seu amigo. Mas você está se enganando completamente. Você está vendo a cozinha da sua avó, cheia de projeções inconscientes de alcachofra-fantasmas, e o que seu amigo está vendo na cozinha dele é completamente diferente. Sua cozinha não tem nada a ver com a cozinha real, não é nada mais que uma construção de sua mente. Naquele momento, você está desconectado; você está morando em um mundo imaginário, como se fosse uma gaiola; você está em qualquer lugar, menos "aqui e agora". Seu julgamento é prejudicado por um fator não visto, e qualquer decisão importante que você tivesse que tomar nesta cozinha, provavelmente seria distorcida e te desencaminharia.

O próximo passo é ver que essas superimposições acontecem constantemente, não apenas durante o dia, mas até mesmo durante seus sonhos! Um exemplo simples de superimposicão que muitas pessoas experimentam conscientemente é o de canções ou pedaços de música que elas escutavam em um certo período de suas vidas. Se a mesma música é ouvida alguns anos depois, então o sabor , a atmosfera e os sentimentos daquele período imediatamente voltam para suas consciências.

Você estando ciente disto ou não, a situação é tal que inúmeras memórias parecidas estão constantemente nublando a sua percepção atual do mundo. Com muita freqüência, várias samskaras são ativadas simultaneamente, cada uma sobrepondo seu próprio conjunto de emoções e impressões que aumentam a confusão. Imagine seu amigo, na cozinha dele, tocando a canção que você escutava dez anos atrás, quando você estava sofrendo por um amor que não deu certo, ou talvez quando você recebeu as melhores notícias de sua vida... que apuro! Muitas samskaras secundárias não são associadas a uma emoção evidente, mas só com um sentimento vago de mal-estar ou alegria. Quando ativadas, eles apenas sobrepõem uma certa atração ou repulsão, uma névoa sutil sobre sua percepção atual.

Se somarmos as influências de todos as samskaras-gigantes, as de tamanho médio e as pequenas, nós teremos uma visão do que é maya (ilusão). Não há nenhuma necessidade de negar a realidade física do mundo para concluir que nós vivemos em completo maya ou ilusão. Se o universo é real ou não, não é o problema nesta fase, porque nós não estamos morando no universo – nós estamos morando no nosso mundo-samskara. Nós nunca vemos a cozinha do nosso amigo, ou a cozinha de outra pessoa; nós só pegamos uma mistura estranha e obscura do próprio ambiente e de nossas próprias projeções. Nós nunca vemos a árvore da esquina, porque é igual a uma outra árvore na qual batemos alguns anos atrás e uma certa tensão inconsciente aparece cada vez que nos aproximamos dela. Nós nunca vemos nossos amigos do modo como eles realmente são, porque o jeito que eles falam, como eles se vestem, o modo como eles se

apresentam apertam nossos botões e nos fazem projetar impressões e imagens sobre eles. Estas impressões têm mais a ver com a nossa piscina de samskaras do que com quem realmente são os nossos amigos. Entre nossas recordações conscientes e nossas superimposições inconscientes, nós não vemos o mundo, nós sonhamos o mundo.

Mestres hindus gostam, freqüentemente, de enfatizar o caráter dramático desta situação. Nós gastamos nosso tempo ficando chateados com os dramas de nossa vida, mas todos estes dramas são apenas ninharias, comparados à tragédia de estarmos, permanentemente, isolados em uma nuvem de ilusão, uma gaiola, gerada pelas samskaras. Nós nunca vemos o mundo, nós apenas podemos ver o nosso mundo, que está cheio dos fantasmas do nosso passado. Nós estamos desconectados e vivemos em uma nuvem, e nós nem mesmo suspeitamos disto. Desde o princípio, deve estar muito claro que o propósito de um trabalho genuíno de regressão é, gradualmente, dispersar esta nuvem de ilusão, e não se iludir seguindo as estórias de nosso passado.

2.5 Gostos e Antipatias

Quando você buscando o seu Self, sempre é válido ponderar o que em você parece ser central e essencial – o núcleo do seu "eu". Nesse sentido, é interessante olhar as raizes de seus gostos e daquilo de que não gosta. É um fato que muitas pessoas tendem a considerar seus gostos e atrações como uma parte bem central de suas personalidades. Algumas pessoas têm uma afinidade especial por uma certa cor, por exemplo, e escolhem todas suas roupas de acordo. Se elas entram em um lugar com a mesma cor nas paredes, elas imediatamente sentem: "Essa é minha cor, aqui é um bom lugar para mim." Se tem a ver com cores, comida ou qualquer outra coisa, as pessoas tendem freqüentemente a olhar seus gostos e repugnâncias quando buscam se definir, e compreender o que é o "eu" delas, e o oposto "não-eu".

Estudo de caso – homem, 25 anos.

O que você está sentindo agora? – Dor, dor, dor... sempre dor. Nunca termina.

Qual é a impressão que você tem do seu corpo, grande, ou pequeno? – Grande. É um homem grande. Ele tinha ombros enormes. [Rindo:] eu me sinto como um camarão comparado a ele. [Então a dor piora e o rapaz está quase gritando.] Isso nunca terminará, isso nunca terminará!

Você se sente mais em um lugar fechado ou ao ar livre? – Fechado. É escuro. É subterrâneo. É um quarto pequeno e está frio. Dor, dor, dor... eles estão me torturando e nunca termina.

Que tipo de emoção vem com isso? – Ódio. Se eu pudesse me mover daquela mesa, um pouco que fosse, eu mataria eles três, e absolutamente nada poderia me impedir. Mas eu estou fortemente acorrentado, e isso continua e continua. Um deles está recitando versos em latim. [Gritando:] Eles estão cortando meu peito!

Este ódio, você alguma vez sentiu isto nesta vida presente? – Sim, sem razão aparente, eu sempre odiei o latim! Quando eu estava na escola eu tinha este ódio irracional por latim, sem qualquer motivo real. Eu tinha um tal desprezo pela professora de Latim, eu sempre tentava ser horrível com ela... Não é o latim, são eles! Eu poderia

matá-los, e o outro hipócrita que está recitando seus versos em latim enquanto eles estão me torturando. Oh! Senhor! Oh! Senhor! É como se eu estivesse me voltando para Deus com todas as forças que me restaram. Oh Senhor! Isso nunca terminará?

[A qualidade da vibração mudou no quarto, como se um anjo tivesse aparecido; o cliente quase não pode falar.] – Há uma luz branca descendo. É enorme. Eu estou fora. Eu não estou mais em meu corpo. Eu posso ver o que eles estão tentando fazer com meu corpo de cima. Isso não importa mais. Agora há só a luz.

Um processo de regressão o convida a reconsiderar muitas de suas atrações e antipatias, e descobrir se elas correspondem a reais aspirações do seu Eu Superior ou se elas não são nada mais que o resultado mecânico das impressões de suas samskaras. Neste ponto, a regressão pode ser considerada como um caminho de descondicionamento.

Porém, deve ser enfatizado que este caminho tem muito pouco, senão coisa alguma, a ver com "renunciar a seus desejos". Quando as pessoas tentam renunciar seus desejos, na grande maioria de casos elas acabam suprimindo-os. Conceitualmente, há algo errado em tentar condicionar a si mesmo para não ter um desejo. Suponha que um desejo está vindo do condicionamento de uma samskara; ele não pode ser satisfeito tentando adicionar um outro condicionamento em cima desse primeiro condicionamento. A meta de ISIS é descondicionar. A única coisa que ISIS lhe pede que faça é procurar, sistematicamente, a fonte de suas reações, incluindo suas atrações e antipatias. Pode parecer que várias atrações e antipatias são, obviamente, o resultado da influência de samskaras, e neste caso, é provável que elas desapareçam, uma vez que a samskara tenha sido liberada. Isso acontece por si só, e não tem nada doloroso associado. É mais como se libertar de um fardo artificial do que qualquer outra coisa. O resultado final do processo não é uma condição indefinida de desejar-livremente, mas um estado maduro no qual sua espontaneidade genuína foi desvendada e o verdadeiro propósito da pessoa foi achado, acima de todos os condicionamentos.

Estudo de caso – mulher, 43 anos.

O que você pode perceber agora? – Eles vão matá-lo. Eles o levaram embora. Está partindo meu coração. Eu nem mesmo tive tempo para dizer a este homem como eu o amei. E agora é muito tarde. Ele será executado amanhã, e ninguém pode fazer nada. Eu nunca mais o verei novamente... [onda de desespero].

Há alguma ligação entre este episódio e algum evento em sua vida presente? – Uma vez, eu me apaixonei loucamente por um homem que tinha exatamente os mesmos olhos. Era uma situação impossível. Ele era casado, e eu era casada. Por meses eu não consegui tirá-lo de minha mente. Era o mesmo coração partido. Eu levei um ano para me recuperar.

É essencial entender que quando uma conexão de "amor-à-primeira-vista" acontece entre duas pessoas, não deve, necessariamente, ser deduzido que eles já se encontraram em uma vida anterior. Nunca deve se deixar de enfatizar este ponto, porque

economizará algumas almas românticas de cometer enganos enormes e os justificar pela prática de regressão.

Você se lembra do fantástico computador em The Hitch-Hikers' Guide to the Galaxy? Você alimenta o computador com a decisão que você tomou, e sai imediatamente com uma lista de razões brilhantes para explicar por que sua decisão é a única que faz sentido. Interessantemente, algumas pessoas tentam fazer exatamente o mesmo com regressão. Elas já se decidiram que elas querem começar uma nova relação, ou se livrar de um marido, uma esposa; e elas tentam a regressão para achar uma razão de vidas passadas para confortá-las em suas decisões. Elas querem acreditar que é o destino que está acontecendo, ao invés de assumirem suas escolhas. Elas querem a regressão para mostrar que seus novos cônjuges são companheiros de alma com quem já estiveram associadas em vidas anteriores. Mas, a menos que o conector esteja pronto para acalmá-los, como o computador galático, o que elas, normalmente, terminam descobrindo é de natureza bem diferente.

Conexões de vidas passadas existem, mas elas não se manifestam, necessariamente, na forma de atrações magnéticas. Na realidade, na maioria dos casos onde tal atração acontece, não tem nada a ver com uma conexão de vidas passadas. Se nós pegarmos a última regressão, o que nós descobriríamos? A cliente conheceu um homem que tinha olhos semelhantes a alguém por quem ela fora profundamente apaixonada em uma vida anterior. Isto, juntamente com algumas outras semelhanças, ativou uma samskara enorme que reativou a dor que ela sentiu quando perdeu o outro homem na vida passada. Aqui é onde a pessoa tem que ter muito cuidado. A intensidade da emoção só indica que uma grande samskara é ativada, e não é, de maneira alguma, um sinal de conexão de vidas passadas. Normalmente, quanto mais barulhenta é a emoção em sua psique, o mais provável é que sua fonte seja uma samskara.

Pode ser doloroso perceber que a mesma atração apaixonada pudesse acontecer com qualquer outra pessoa que, por uma ou outra razão, pudesse ativar a mesma samskara. Entretanto, esta percepção poderia te economizar muito tempo e desvios, pois relações baseadas em samskaras estão longe de serem as mais bem sucedidas ou as mais duráveis. A camada de samskaras é comparável à um caleidoscópio. Suas polaridades, atrações e repulsões estão perpetuamente se movendo e mudando sob a influência de uma grande quantidade de micro-fatores irracionais.

Deixe-me esclarecer: eu não estou sugerindo que é apenas devido à samskaras que as pessoas se apaixonam – assim como a regressão não implica que todas as demonstrações afetivas de um ser humano são decorrentes de samskaras. A regressão nos ensina que quando uma samskara é ativada, nós somos manipulados. Nós podemos acreditar que estamos tomando decisões de nosso próprio livre arbítrio, mas na realidade, é a samskara que nos projeta em uma direção ou outra. Não é nada mais que uma reação pré-gravada – um condicionamento que é ativado e que nos compele a mudar para uma certa direção (a menos que nós nos tornemos ciente do que está acontecendo). Então, mais cedo ou mais tarde, o caleidoscópio gira um pouco e a atração vai por água abaixo. Nós acabamos não entendendo o que estamos fazendo com tal companheiro, ou em um tal trabalho, ou em qualquer outra situação onde nós nos pusemos sob o feitiço mágico da samskara.

CAPÍTULO 3

EMOÇÕES VERSUS SENTIMENTOS

3.1 O amor do gato e o amor de Cristo

Em inglês, a palavra "amor" pode ser usada em contextos bem diferentes. Por exemplo, quando o gato vem e mostra afeto logo antes de você alimentá-lo, você diz, facilmente, que o gato te ama. Se você é sensível o suficiente para saber falar com gatos, você pode ouvir o gato, até mesmo, sussurrando: "Eu te amo. Você é uma pessoa tão legal. Você é tão esperto para um humano." Obviamente o gato te ama.

A mesma palavra, amor, também é usada para descrever o que emana de Cristo, ou de mestres iluminados ou guias, quando eles dão tudo de si para um discípulo. Alguns destes mestres têm uma capacidade incrível de amar. O amor irradia deles como uma força de tirar o fôlego; você pode sentir isso "fisicamente". Perto deles, é como se você estivesse tomando banho em um oceano de doçura. Toda a tristeza, frustração e violências em você são suavizadas. Obviamente o guia te ama.

Porém, o amor de Cristo e o amor do gato são de uma categoria muito diferente. Por exemplo, expulse o gato de casa ao invés de dar-lhe o jantar. Imediatamente, o gato já não o amará. Ele grita em desaprovação. Se você pudesse falar com o gato, você ouviria algo como, "eu o odeio! Cedo ou tarde eu o matarei!" Agora, se você expulsa Cristo de sua casa, o amor dele não vai mudar em nada. O amor de Cristo independe da sua atitude. É incondicional. Acontece em um nível completamente diferente dos sinais condicionados de afeto do gato. Entretanto, nós usamos a mesma palavra, amor, para o gato e para Cristo.

Da mesma maneira, a palavra "emoção" é usada para qualificar tendências psicológicas ou forças com essências completamente diferentes. Isto não se aplica somente ao inglês, mas para idiomas modernos em geral. A irritabilidade de um motorista preso num trânsito intenso, a luxúria ou o ciúme de um amante, o medo da morte, a ansiedade que precede um exame educacional, a compaixão de um Buddha iluminado, a raiva de uma criançinha, o senso estético que surge ao se admirar a beleza de uma paisagem, a exaltada vibração interior de um santo em comunhão com a divindade – tudo isso é rotulado com a mesma palavra, emoção, apesar do fato destes acontecerem em esferas diferentes dentro de nós mesmos. Isto demonstra que uma quantidade enorme de confusão surgiu em nosso mundo, no que diz respeito às emoções.

3.2 Emoções e samskaras

Um grande e sábio segredo é: para se conhecer alguma coisa, descubra sua origem. Isto pode ser aplicado para toda uma gama de mistérios espirituais e incluindo o tópico presente. Para se aprender a discriminar entre os vários tipos de emoções, é essencial que se descubra as suas fontes. Diferentes emoções vêm de várias partes dentro de você, o que dará pistas sobre o que fazer com elas.

Uma das principais características das samskaras é que elas tendem à gerar emoções. Uma impressão, ou samskara, é deixada por uma experiência. Quando uma experiência semelhante ou relacionada à esta samskara acontece, uma emoção é ativada. Por exemplo, você teve um acidente de carro terrível em algum lugar na cidade. Depois disso, toda vez que você passa pelo mesmo lugar, uma emoção surge dentro de você. As

circunstâncias dramáticas do acidente vêm à tona e uma reação acontece. Medo, ansiedade, ou algum nível de desconforto é sentido. Podem ser discernidos três elementos nesta resposta emocional:

- o estímulo (dirigindo pelo mesmo lugar);

- a samskara (a impressão emocional ou cicatriz deixada pelo acidente);

- a emoção da reação (ansiedade, desconforto).

Nós podemos resumir esta seqüência:

estímulo > samskara > reação emocional

O estímulo ativa a samskara, e uma reação emocional acontece. Pelo menos não há muita dúvida sobre a natureza desta emoção; ela vem de um condicionamento. A emoção é como uma rotina estereotipada da mente; é altamente previsível. Cada vez que você passa pelo mesmo lugar, a mente reacional toca sua mensagem pré-gravada. Não será difícil para você transpor a análise deste mecanismo para sua própria vida e achar uma gama inteira de emoções semelhantes que podem ser rastreadas voltando a certos eventos traumáticos.

Este tipo de emoção não encorajará claridade interior. É mais como uma reação química errada que acontece cada vez que a samskara é ativada. Há alguma coisa doente nisso. É igual à uma ferida que pede para ser curada. Além disso, não surge, obviamente, da espontaneidade de sua alma; está completamente condicionada. A reação emocional não se origina de seu verdadeiro Self. Não é nada além de uma mensagem pré-gravada, que é repetida cada vez que o estímulo certo é encontrado.

O problema é que você, freqüentemente, não está atento a estes mecanismos que trabalham dentro de você. Noventa e nove por cento do tempo, você os ignora completamente. Lembre-se dos exemplos de samskaras apresentados nos capítulos anteriores. Foi apenas passando pelo processo de exploração da regressão que os clientes puderam ver que suas emoções se originaram de samskaras. Se você perdeu qualquer memória consciente de uma samskara, é altamente provável que você perderá a conexão. Uma emoção aparecerá de repente em seu campo de consciência, ativada por um estímulo, e a mesma sucessão acontecerá:

estímulo > samskara > emoção

Porém, se a samskara foi enterrada nas profundidades de seu inconsciente, o que você perceberá? O estímulo, a emoção, e nada mais. No que diz respeito à sua percepção, a seqüência foi encurtada para:

estímulo > emoção

Por exemplo, alguém te diz algumas palavras e uma resposta vem imediatamente, em palavras ou em pensamentos: “eu gosto dessa pessoa” ou “esta pessoa é uma idiota”, dependendo do conteúdo do estímulo. Ou você está dirigindo e

escuta o motorista atrás de você buzinando, e então você se pega respondendo com um insulto. Mas o elemento mediano – o vínculo chave – está perdido. Você está completamente desapercebido da samskara, que faz com que você reaja ao estímulo. Você foi enganado. Você pode pensar "eu respondi", mas, verdadeiramente, não há nada de seu Self naquela resposta. É apenas outra mensagem pré-gravada que é tocada automaticamente, uma vez que o botão apropriado foi apertado.

Expanda este modelo para a grande variedade de samskaras escondidos em sua mente: aquelas que você conhece, e aquelas que você nem mesmo suspeita que existem, mas que ainda estão ativas. Fica óbvio que, grande parte de suas emoções, em todos os aspectos de sua vida, da mais fraca à mais intensa, podem ser relacionadas a esta seqüência: estímulo > samskara > emoção. Este modelo é extremamente mecânico, muito como um boneco para que satisfaça a aspiração verdadeira do Espírito. Entretanto, o fato cruel é que a maioria de suas emoções são reações a um estímulo que ativa algum tipo de samskara.

A maioria, mas não todas. De vez em quando, uma luz surge no coração, e uma diferente "freqüência de ser" é experimentada. Sente-se uma emoção que não é a expressão gritante de uma demanda urgente e não vem da estimulação mecânica de uma samskara.

Em uma busca genuína pela liberação espiritual, parte do trabalho deve imperativamente visar o descondicionamento. Redescobrir sua espontaneidade implica que você pode separar: o Ser de sua fachada, as verdadeiras emoções de emoções condicionadas, e expressões do Self de reações dos samskaras.

3.3 Emoções versus sentimentos

Nesta fase, é necessário que se introduza duas palavras diferentes para emoções: uma para aquelas relacionadas ao afeto demonstrado pelo gato, e a outra para aquelas parecidas ao amor incondicional de Cristo. Para o condicional, eu usarei a palavra "emoções". Para o incondicional, eu usarei a palavra "sentimentos".

Algumas outras palavras poderiam ter sido escolhidas. Porém, a etimologia da palavra emoção se ajusta muito bem no uso que é sugerido aqui. O sufixo moção significa movimento. O prefixo "e" é uma forma abreviada de "ex", indicando um movimento para fora, como em saída (exit) ou excreção. Portanto, e-moção significa "movimento para oo lado de fora" e as emoções, precisamente, o leva a sair de si mesmo. Elas vêm da camada de samskaras e não do Self. Elas te fazem responder de uma maneira que não envolve seu Self, mas é apenas uma reação mecânica na camada de samskaras (corpo astral). E-moções fazem com que você perambule longe da sua natureza real.

A palavra "sentimento" tem a vantagem de ser usada por Rudolf Steiner e mestres Hindus de Vedanta, com o mesmo significado de "conhecimento por identidade" como será explicado neste livro. Assim, nosso vocabulário ficará consistente com o maior número de fontes possível.

3.4 Emoção e reação

Um critério fundamental para discernir uma emoção de um sentimento é que a emoção é uma reação, enquanto que o sentimento não o é. Desta forma, os termos "emoção" e "emoção reacional" são, então, sinônimos.

A palavra "reação" é extremamente apropriada, porque tem conotações nos campos da química e da física, isto é, o funcionamento mecânico do mundo. Pense em uma reação química. Por exemplo, ponha um bloco de sódio metálico na água, e resultará numa explosão, ou misture ácido clorídrico e amônia líquida, e uma espetacular nuvem de fumaça branca é liberada. Um determinado coquetel de causas físicas sempre cria o mesmo efeito.

Embora emoções possam parecer mais complexas devido à fluidez do campo psicológico, elas podem ser relacionadas a um modelo semelhante. Um estímulo vem do mundo exterior; desencadeia uma samskara; e uma resposta emocional, automaticamente, se segue. Por exemplo, nos dias da Guerra Fria, algumas pessoas ficavam iradas cada vez que ouviam "comunismo". Isso funcionava como um feitiço cada vez que a palavra era pronunciada na frente delas. Por outro lado, outras pessoas se irritariam cada vez que ouvissem "anticomunismo", e exatamente com a mesma consistência que as primeiras. Mesmo se elas não demonstrassem suas emoções abertamente, você poderia notar que algo dentro delas estava reagindo. Elas se achavam muito diferente do grupo anterior, mas em termos de samskaras, existe realmente tanta diferença?

As emoções não são apenas mecânicas, mas também "psicológicas" e mesmo "químicas". Isto pode ser ilustrado com um simples mas surpreendente experimento: obtenha emprestado um estetoscópio, e escute seus intestinos. Coloque o final plano do estetoscópio na pele, em algum lugar ao redor do seu umbigo ou na área ilíaca da direita. Escute o som natural que vem do movimento incessante do seu trato digestivo. Então, pense em algo desagradável, como em alguém que você não gosta, ou algo que te assusta, ou aquilo que te faz sentir desconfortável. Imediatamente, o som de seus intestinos mudará! Quanto mais sua orelha se acostuma a escutar através do estetoscópio, você percebe que a mudança está longe de ter pouca importância. O som ficará muito mais gutural e de repente, incrivelmente desarmonioso. Obviamente, este pensamento desagradável é suficiente para modificar, completamente, o funcionando de seus intestinos, o movimento de suas fibras musculares, e por conseguinte a química da digestão. Escute você mesmo. Como pode acontecer um processo de digestão apropriado com tal som? Você concluirá facilmente que deve haver alguma verdade literal na declaração, "envenenado por suas emoções."

3.5 Emoções sempre podem se transformar em seus opostos

Uma das maiores desvantagens das emoções é que sua magia é passageira e mutante. Se você for atraído para uma certa pessoa ou para uma certa ocupação profissional devido à influência de uma samskara, é bem provável que, cedo ou tarde, você se desencantará, perderá interesse, e será atraído para outro lugar. Um outro estímulo desencadeará outra samskara, e todas as resoluções anteriores cairão terra abaixo. As samskaras operam em sua mente como um caleidoscópio. Basta apenas um leve movimento, e uma configuração completamente diferente aparece. O mundo era verde, e de repente, aparece rosa. Na realidade, o mundo não mudou em nada, mas só leva uma fração de segundo para você enxergá-lo totalmente diferente de quando você o olhava pelas lentes do caleidoscópio de suas samskaras.

Uma boa maneira de saber se seu amor pertence à categoria de emoções ou sentimentos, é se perguntar o que aconteceria se você fosse rejeitado, ou traído. Se o amor que você sente se equivale à uma emoção, este pode se transformar facilmente em seu oposto. Em um segundo, "Você vê seu amigo como um porco coberto de sujeira, ou como uma carruagem cheia de diabos." Se o seu amor corresponde a um sentimento verdadeiro, então ele não será rompido por uma resposta negativa por parte do seu amado. É um critério amargo, mas se aplicado com sinceridade, pode te poupar de muito desengano e perambulações.

3.6 As mil máscaras das emoções

Raiva, ira, frustração, irritação, desespero, tristeza, depressão – todas estas podem ser definidas como emoções. Ninguém reclamará de um sistema que te permite se libertar delas. Mais tarde, pode parecer que você é muito mais apegado à estas emoções do que você pensava no início, e que você, na verdade, as aprecia como tesouros. No entanto, seja qualquer caminho sinuoso que você tenha que percorrer, o intelecto não se chocará pela idéia de se libertar de raiva ou depressão.

Porém, se você começar à observar as suas reações de uma maneira sistemática, ficará óbvio que o modelo "estímulo > samskara > emoção" não se aplica somente para raiva e depressão, mas também para várias emoções denominadas "emoções positivas". Em muitos casos, quando você demonstra amor, caridade, compaixão ou várias formas de comportamento moral, é a mesma seqüência que está envolvida.

Simplificando, você percebe que, na maioria do tempo, seu amor é semelhante ao amor do gato. Você dá, desde que seja alimentado. Claro que você não está pedindo exatamente as mesmas coisas que o gato. Você quer ouvir ou sentir que você está bonito, ou algo equivalente a isso que te conforta e te faz sentir seguro. Mas o padrão básico é o mesmo – se você é expulso, sua emoção se modifica imediatamente, ou até mesmo se transforma em seu oposto.

A realização é, de fato, desafiadora. Ela pede, sem dúvida, uma reorientação de valores. Se "boas" ações podem brotar do nível manipulador das samskaras, então, o que realmente é bom ou ruim? Um senso estagnado dos clichês morais sobre o que é bom e ruim emerge, e estes se tornam inadequados para compreender a realidade das emoções e sentimentos.

CAPÍTULO 4

A CAUSALIDADE DE EMOÇÕES E SENTIMENTOS

4.1 Processos de emoções e pensamento

As distinções que nós fizemos entre emoções e sentimentos também podem ser aplicadas a diferentes formas de pensamentos. Muitos pensamentos são similares a emoções, no sentido de que eles não são nada além de reações. Entender este ponto nos conduzirá a uma definição mais ampla de emoções.

Tente a seguinte experiência. Sente-se quietamente e comece a observar seus pensamentos. Não tente impedi-los. Não interfira com eles de maneira alguma. Apenas se torne ciente deles, como eles surgem em sua mente. Esta, por si só, é uma técnica principal de meditação. No princípio você não pode discernir muito, porque a mente é

muito rápida; os pensamentos se seguem um ao outro ininterruptamente, e você termina "pensando" ao invés de meditar. Conforme você pratica, entretanto, a mente tende a reduzir a velocidade, e você se torna capaz de ver cada pensamento assim que ele aparece em seu campo de consciência. Neste momento você pode fazer uma observação essencial. Se você pode apenas observar o pensamento, sem qualquer forma de reação, ele desvanece. Então outro pensamento vem à tona. Repita o mesmo processo. Repare sem reagir, e o pensamento desaparece. Se você pudesse manter esta atitude, observando sem reagir, sua paz mental estaria firmamente estabelecida, pois os pensamentos seriam como pássaros voando no fundo de uma paisagem. Ou seja, os pensamentos não te perturbariam muito e não deixariam nenhum rastro em sua mente.

Mas na realidade isto não acontece. Cada vez que um pensamento ou uma percepção surge, a tendência da mente é agarrá-lo, e desencadear outro pensamento, através de algum tipo de associação. Por exemplo, você ouve um ruído vindo de sua geladeira, e a mente conclui: "A geladeira está vazia." O que é seguido por: "Brünnhilde está vindo para o almoço" e "eu tenho que ir fazer compras", "Mas primeiro eu tenho que ir para o banco", e assim por diante. Ou surge um pensamento sobre seu amigo Victor, e a mente começa à trabalhar: "Ele não é tão agradável quanto Zacharias", e então "Zacharias me deve algum dinheiro", e "Como eu poderia educadamente lembrá-lo?", e assim a infinita dança continua.

Deveria estar claro que este modus operandi é basicamente similar ao modelo que nós descrevemos para emoções.

estímulo > samskara > reação

No caso do pensamento, o estímulo é o primeiro pensamento, como o seu amigo Victor, ou uma percepção sensorial, como o barulho da geladeira. A reação é o pensamento seguinte que a mente agarra e vincula ao primeiro. Então, o segundo pensamento se torna o estímulo para a reação seguinte, e assim por diante:

pensamento ou percepção > micro-samskara > outro pensamento

Porém, se não houver uma micro-samskara que faz uma associação entre os dois pensamentos, a mente simplesmente pararia e ficaria calada. Estas samskaras podem não ser dotados de tanta carga emocional quanto aqueles que nós já consideramos previamente, mas eles ainda tem todas as características fundamentais de samskara. Eles são gravações na substância mental que criam uma certa reação quando ativados pelo estímulo certo.

Esta abordagem derrama uma luz diferente no fluxo incessante de pensamentos experimentados quando você fecha os olhos e observa sua mente. Estes pensamentos não são nada além do resultado da dinâmica de suas samskaras. Se você não tivesse mais samskaras, ou se você pudesse apagar a camada de samskaras, então, quando fechasse os olhos, você seria capaz de parar de pensar e entrar diretamente em reinos mais elevados de consciência.

Em Sanscrito, todos os pensamentos e pequenos movimentos mentais que, continuamente, acontecem na mente são chamados vrttis . A raiz da palavra, vrt , significa "virar". No texto seminal do sistema de yoga, o Yoga-Sutras de Patañjali, a

primeira instrução é: yogas'citta-vrtti-nirodah (1.2), o que significa "Yoga é a erradicação do vrttis da mente." A mensagem está clara – enquanto que as samskaras poluem sua consciência com constantes movimentos de reações mentais e emocionais, o estado de yoga, ou unidade transcendental, não poderá ser alcançado. Em Sanscrito, a camada na qual todas estas reações acontecem e na qual as samskaras estão embutidas é chamada manas (correspondendo ao corpo astral, no sistema de corpos sutis usado na linguagem de trabalho da Clairvision). Manas normalmente é traduzido em inglês como "mente", e, como vimos, e é neste sentido que a palavra "mente" é usada neste livro.

Não importa se você percebe o que vem desta camada de manas/mente, como pensamentos, emoções, ou uma mistura de ambos. Sejam pensamentos ou emoções, são todos, fundamentalmente, reações, desencadeadas por samskaras. A natureza que eles apresentam é similar às respostas condicionadas.

Deste ponto de vista, o problema não é tanto discernir entre pensamentos e emoções, mas discernir entre o que é reação e o que não é, o que vem de samskaras e o que não vem. Em outras palavras, você necessita estar apto a discriminar entre os mecanismos manipuladores das samskaras e a espontaneidade do Self. Para este propósito, da mesma maneira que nós estabelecemos uma distinção entre emoções e sentimentos, uma distinção clara tem que ser feita entre esses pensamentos que se originam de samskaras e aqueles que não.

A meta deste trabalho não é apagar toda e qualquer forma de pensamento e te transformar em um vegetal livre de pensamentos. Não obstante, assim como as emoções da mente reacional podem ser substituídas gradualmente por sentimentos espontâneos, da mesma forma, o pensamento da mente reacional pode ser substituído pelo pensamento vivo da mente transformada, ou "supermind" (corpo astral transformado). Para se ter uma visão mais clara destas transformações, nós precisamos entender o que são sentimentos.

4.2 Sentimentos

Se não existissem princesas, quem se preocuparia em lutar com o dragão? Se o propósito deste trabalho fosse apenas alcançar uma certa tranqüilidade emocional, por que qualquer pessoa se comprometeria no longo e difícil processo de neutralizar a manas/mente? Seria muito mais simples aprender a substituir as emoções negativas pelas "positivas", como nesses métodos onde se ensinam as pessoas a enviar afirmações positivas para as partes subconscientes de suas mentes. Tal prática pode trazer melhorias definitivas. Porém, conceitualmente, há um ponto fraco nisso – eles empilham condicionamentos em cima de condicionamentos. Nas profundezas da mente, se escuta repetir: "eu sou feio e doente, eu sou feio e doente", então, a pessoa cobre com "eu sou bonito, eu estou bonito", esperando que a mente comece a repetir o último até mesmo mais que o primeiro. Estes métodos podem te ajudar a se tornar mais bem sucedido em suas rotinas diárias, mas eles não trazem uma resolução do problema real – o eclipse do Self causada pelas samskaras. Afirmações positivas podem acalmar o dragão, mas não alcançam a princesa. Se o nosso propósito é a liberdade metafísica, nós temos que sair totalmente da camada de samskaras, e não substituir um condicionamento escuro por um rosado.

É fácil falar sobre emoções, justamente porque elas pertencem ao manas/mente, e porque nossa linguagem acontece principalmente nessa camada. Não é tão fácil falar

sobre sentimentos, porque, por natureza, eles transcendem esta camada. Sentimentos pertencem à "não-mente" (corpo astral transformado). As palavras podem apenas lhe dar uma idéia sobre sentimentos. Mas uma idéia mental, sobre o que está além do reino da mente, nunca poderá ser uma compreensão real a este respeito. É necessária uma experiência direta.

A causalidade dos sentimentos é completamente diferente da das emoções. As emoções freqüentemente parecem ser estúpidas, contudo, elas seguem uma certa lógica e são altamente previsíveis. Por outro lado, sentimentos estão além do reino da lógica racional. Por muito tempo, durante seu processo de desenvolvimento, você nunca sabe com antecedência quando um sentimento real vai acontecer. Sentimentos são como uma dádiva, e o manas/mente não tem nenhum controle sobre eles. A mente pode bloqueá-los, até certo ponto, mas não pode fazê-los surgir.

Alguém já disse que as emoções podem ser percebidas como ondas. Assim também sentimentos podem ser descritos como ondas internas, mas de uma natureza completamente diferente. Ao invés de te afastar do teu centro, os sentimentos revelam mais do teu Eu Superior. Sentimentos lançam luz no verdadeiro núcleo da sua personalidade. Ao invés da trepidação superficial das emoções, um sentimento é um despertar profundo e imóvel. Ao invés de uma e-moção (movimento para fora), o sentimento é uma 'em- imobilidade" uma onda quieta, tranqüila, que cria contato com suas partes mais profundas. A direção dos sentimentos é, definitivamente, centrípeta, enquanto que o das emoções é centrífuga. A emoção dispersa sua vida em todas as direções; e o sentimento centraliza.

Outra característica do sentimento é a sua densidade, ou plenitude. A nível de vivência, as emoções se apresentam vazias comparadas à plenitude e a perfeição dos sentimentos. Pessoas que pensam que suas vidas seriam enfadonhas sem a excitação das emoções não tem a menor idéia do que está do outro lado do manas/mente. Emoções criam uma agitação trêmula que permanece confinada dentro de uma fina camada. Por outro lado, um sentimento é um despertar multi-dimensional, através do qual a plenitude de ser é vivida. Você é mais através de sentimento, ao passo que as emoções roubam alguma parte do seu ser.

4.3 Emoções fazem com que você não involva o Self.

A diferença mais importante entre emoções e sentimentos são que emoções fazem com que você não involva o Self, ou Eu Superior, enquanto que os sentimentos são associados a estes. Para esclarecer melhor, Vamos usar um modelo simples de corpos sutis. Um ser humano pode ser considerado como feito de:

1)um corpo físico;

2)um corpo etérico, ou camada de força vital, ou envelope de prana;

3)um corpo astral que corresponde ao manas/mente da tradição hindu e que é o morada das emoções, assim como dos pensamentos que são o resultado das samskaras. No sentido exato, o corpo astral é a estrutura, e o manas/mente é sua função. Os dois realmente não podem ser separados, e assim, os termos "corpo astral" e "manas/mente" podem ser considerados realmente sinônimos;

4)uma camada de Autoconsciência que nós chamamos Ego, ou Ego Superior, ou Self, ou Eu Superior, ou Espírito.

Neste contexto, o significado do palavra Ego é bem diferente daquele que é usado por mestres hindus ou budistas. Para eles, a palavra ego se refere ao "pequeno ego", ou "ego ávido" – o condicionamento que é produto das samskaras. Este "pequeno ego" é, na realidade, sinônimo de "manas/mente", a camada de emoções reacionais e condicionadas que corresponde ao corpo astral da nossa linguagem. Com a finalidade de simplificar, no contexto deste livro, assim como nos demais: "Despertando o Terceiro Olho" e "Entidades", os termos Ego, Ego Superior, Self, Eu Superior e Espírito são usados com o mesmo sentido.

Nos termos deste modelo de quatro veículos ou corpos sutis, o trabalho de auto-transformação pode ser descrito como uma purificação do corpo astral, ou manas/mente, possibilitando que o Self possa ser vivenciado em sua pureza e totalidade. Vamos retornar à Yoga-Sutras de Patañjali. Como nós vimos, este livro para a iluminação começa com: yogas' citta-vrtti-nirodah , "Yoga é a supressão das flutuações de chitta" (1.2). Certamente, não estamos fora do caminho traduzindo: "Yoga é a supressão das flutuações do manas/mente", porque chitta nada mais é que a substância do manas/mente. Uma tradução, portanto, mais precisa seria: "Yoga é a erradicação do vrttis da substância da mente." O próximo verso do Yoga-Sutras é:

tada drastuh svarupe vasthanam (1.3)
"Então o vidente está firme em sua própria natureza verdadeira."

Novamente, a mensagem está clara. Faça o manas/mente transparente, e imediatamente, o Self será revelado detrás dele. O manas/mente e suas samskaras são um véu mascarando o Self.

Se analisássemos o funcionamento das samskaras em termos deste modelo simples de corpos sutis, o que nós descobriríamos? Vamos voltar novamente ao exemplo do ruído da geladeira, que o faz lembrar de Brünnhilde, que vem para o almoço. O som é recebido, em primeiro lugar, por nossas orelhas físicas. Do corpo físico, a percepção é transmitida à camada de energia, o corpo etérico, e alcança a camada de consciência mental e emoções (corpo astral). Nesta fase, porém, um curto-circuito acontece. Ao invés de ser percebido através do Self, o som é recebido pelo manas/mente que cria uma associação, e um pensamento é gerado – ainda no corpo astral. Então outra micro-samskara é desencadeada e outro pensamento surge, sempre no corpo astral.

Na realidade, como isto se manifesta? Você pensa sem estar ciente que você está pensando. O Self, camada de autoconsciência, é omitido do processo de pensamento. Através da prática de vigilância interna, isto pode ser observado facilmente. Existem momentos em que você está ciente, e se um pensamento surge em sua mente você pode apenas observá-lo e deixar que se vá, sem interromper o fluxo de sua consciência. Em outros momentos, você é pego por um trem de pensamentos. Um pensamento surge, e depois outro, e você nem se dá conta que isto está acontecendo. Não é você que pensa, são os pensamentos que pensam em sua mente. Sua consciência está perdida, dominada

pelo manas/mente. Só depois de alguns minutos (ou horas!) você se lembra de seu propósito e restaura a consciência interna.

O mesmo processo de se desviar do Self acontece ainda mais obviamente com as emoções. Por exemplo, um motorista o surpreende buzinando quando você menos espera. O som é recebido por suas orelhas (corpo físico), transmitido pela camada de energia (corpo etérico), e alcança seu manas/mente. Uma fração de segundo depois, você se vê respondendo com um insulto. O fato é que você estava totalmente inconsciente da samskara que foi ativada e reagiu. Isto indica claramente que houve um desvio da camada de autoconsciência. O que entrou no corpo astral, foi seguido de uma reação voltada para fora (as palavras de insulto). O mais elevado dos quatro veículos de autoconsciência sofreu um curto circuito.

Entre os pensamentos e emoções do manas/mente e os da autoconsciência, a relação pode ser descrita como "aquele que come/aquele que é comido". Você pode tanto reagir quanto estar ciente, mas os dois são opostos. Quando você reage, sua consciência está perdida, como que "comida". Não é nenhum exagero descrever o manas/mente como o predador do Self. Através do trabalho de auto-transformação, esta relação é lentamente invertida. A camada de autoconsciência amadurece em um Self imensurável, que pode neutralizar qualquer onda do manas/mente mesmo antes que surja. Assim como um dos textos fundamentais de Vedanta coloca, o Self se torna o "comedor", o "devorador" de tudo (Brahma-Sutra 1.2.9).

4.4 Sentimento, Self e unidade

Contrariamente às emoções, os sentimentos são dotados de um sentido do Self. Com relação aos sentimentos, há muitos níveis. Alguns sentimentos têm uma pequena tonalidade de autoconsciência, quase não mais que um pano de fundo. Outros te conectam com o teu nível mais profundo e fazem o teu Self brilhar como um sol. Porém, o denominador comum de todos os sentimentos é que, o contrário das emoções, eles não ocultam o Self mas revelam-no. Sentimentos estabelecem um vínculo de vivência com a "pequena chama", a eterna presença do Self no coração – ao passo que as emoções são sentinas na personalidade superficial, na fachada.

Isto sugere que as emoções o mantêm separado da pessoa ou das circunstâncias que as desencadearam, pois em uma emoção, seu Self simplesmente não está presente. É mantido longe da ação. Como poderia haver unidade entre seu Self e a situação, uma vez que seu Self não está envolvido ?

Por outro lado, o sentimento cria uma unidade entre você e o objeto ou pessoa com as quais se relaciona. Vamos dizer que você está observando a enorme quantidade de estrelas em um céu noturno, e a beleza do momento gera uma onda interna; de repente você é parte do universo. Há uma sensação forte e tangível de unidade com o céu estrelado. Isso é um sentimento. Apenas um momento antes, você estava olhando as constelações, e elas eram pontos mais brancos em um fundo escuro. Talvez você estivesse aprendendo a reconhecer suas posições, ou talvez você tenha sido pego em outros pensamentos, dificilmente ciente das estrelas. Você estava olhando pelo manas/mente. De um lado, havia você no solo, e do outro lado, os pontos brancos. Agora, de repente, uma parte sua mais profunda desperta com um sentimento íntimo de sua unidade com o cosmo. Sua percepção inteira é transformada, como se você estivesse

em um espaço diferente. O universo, de repente, faz sentido para a alma. Um sentimento está surgindo.

Vamos examinar outro exemplo, algo que acontecerá muito a mais e mais terapeutas nas próximas décadas, e que poderia criar uma revolução na arte de diagnose. Um amigo ou um cliente vem te ver com uma dor em algum lugar de seu corpo. Você apenas sente uma intensa compaixão por ele. Você está em seu coração e esquece de todos seus problemas pessoais durante algum tempo, e está tão aberto quanto pode. Então, sem ter que fazer qualquer pergunta, você percebe, de repente, que está sentindo onde a dor dele é. Não é nem mesmo que você saiba onde é a dor, você sente isso! Você sente o corpo dele como se fosse seu próprio corpo. Há uma onda de unidade entre vocês dois, e como resultado prático você tem um flash , não de clarividência ou clariaudiência, mas de "clarisentimento". Você sente o que seu amigo sente, como se você estivesse no corpo dele. Para essa experiência acontecer, você precisa estar apto a esquecer totalmente suas próprias dificuldades e emoções por um momento, e estar lá apenas para o outro, abrindo-se para ele ou ela através de seu coração, sem qualquer restrição.

Um ponto crucial sobre "clarisentimento" é que você sente a dor e as emoções da outra pessoa, mas para você não há nenhum sofrimento associado a eles. O amigo experimenta a dor a partir de seu nível de emoções (o manas/mente), mas você recebe isto pela sua camada de sentimento. Você não está sofrendo com ele, você está com ele enquanto ele está sofrendo, o que é bem diferente. É uma proximidade, uma abertura de coração para coração, pela qual você sustenta a intensidade do outro perto de seu Espírito. Mas não há nada desagradável ou doloroso para você neste estado.

Um dos objetivos principais da técnica ISIS de regressão é ajudar a desenvolver esta habilidade para sentir o que outros experimentam em seus corpos e mentes, através de um espaço de compaixão superior. Enquanto representando o papel do conector, acontecerá cada vez mais de você ter uma sensação ou receber uma imagem logo antes do cliente mencioná-la. Estes momentos de "percepção compartilhada", freqüentemente são acompanhados de uma sensação tangível de que seu Eu Superior está presente e participando do processo.

Essencialmente, sentir é um modo de conhecimento através da unidade. Tem a ver com se sintonizar em um objeto ou uma pessoa e deixar suas qualidades se tornarem vivas dentro de seu próprio Self. Mais que apenas reverberar junto com o objeto, esta é uma experiência de unidade metafísica. É claro que existem níveis em tal experiência, mas conforme sua capacidade para sentir cresce, esta percepção de unidade fica cada vez mais clara.

A unidade associada a sentimentos lhe dá a capacidade para entender coisas e seres através do lado de dentro. Você deixa de olhá-los por fora e se espantar com as diferenças entre você e eles. Se, através do sentimento, você pode "se tornar um" com o que eles são, seja apenas por um instante, então, não haverá jeito de permanecer um estranho à eles. Esta percepção, sem a qual o amor pode apenas ser uma fachada, implica em uma profunda aceitação metafísica de situações e pessoas. Você pode não concordar com o que uma pessoa diz ou faz. Você pode trabalhar em uma direção diferente e com objetivos opostos. Entretanto, sentir faz com que você experimente uma unidade, ser uno com aquela pessoa. Você faz o que você tem que fazer, mesmo se isso

não servir aos interesses dessa pessoa; mas você participa do plano cósmico, porque sua ação está baseada em reconhecer a natureza essencial da pessoa – não em negá-la.

Conforme você avança no trabalho, você começa a experimentar uma inesperada e vasta gama de sentimentos e sensações, porque você se abre a várias modalidades muito além dos limites habituais da mente. No nível do manas/mente e suas emoções, você só pode entender, até certo ponto, o que é similar a seus próprios padrões. Se algo ou alguém é muito estranho a sua própria experiência, então se torna um completo mistério. A mente não consegue, nem ao mesmo ter uma idéia de como seria a sensação de ser assim. Por outro lado, sentir não é limitado por essas rígidas imposições e abre o seu universo interior a todos os tipos de novas compreensões.

4.5 A vasta gama de sentimentos

Este último ponto é importante, porque corrige uma falsa idéia que muitas pessoas têm, implicitamente, sobre elas mesmas. Elas tendem a pensar que por um lado existem as emoções; e pelo outro, amor incondicional e compaixão – como se estes dois fossem os únicos sentimentos possíveis. Claro que, a idéia de amor incondicional é muito agradável, mas tente imaginar uma vida na qual todas as emoções picantes seriam substituídas por amor incondicional e nada mais. O espetáculo seria terrivelmente chato – um paraíso insípido no qual todo o mundo estaria preso no mesmo sentimento.

Na realidade, é exatamente o oposto. Conforme você desenvolve sua capacidade para sentir, você se torna capaz de se sintonizar com todos os tipos de pessoas e saber o que elas experimentam, dentro de você mesmo. Então, a descoberta notável é justamente que todo o mundo parece mais ou menos preso em uma certa variedade de emoções, as quais não variam muito de uma pessoa para outra. Dá a impressão de que apenas uma dúzia de notas musicais são repetidas infinitamente, por milhões e milhões de pessoas que estão encarceradas em suas emoções como em uma gaiola, e impossibilitadas a se abrirem a qualquer outra coisa.

Em contraste, sentimentos parecem como uma vasta e fluída variedade de estados e experiências. Sendo um meio de conhecimento através da identidade, sentimentos lhe permitem reverberar com várias freqüências novas além das limitações habituais da mente. Isto não só se aplica a se sintonizar em outras pessoas, mas também a tudo ao seu redor – animais, plantas e objetos inanimados. Esta habilidade para sentir resultará em um banho de dádivas, como um aumento da sensibilidade artística e criatividade, maior tolerância e compreensão para com os outros. Paradoxalmente, os seres humanos adquirem muito mais originalidade quando eles se abrem à esfera dos sentimentos, porque eles começam a experimentar modalidades mais variadas e refinadas de ser.

4.6 A camada de sentimentos e a alquimia do corpo astral

Nós explicamos como as emoções pertencem ao manas/mente que corresponde à camada do corpo astral. Vamos agora considerar a camada na qual os sentimentos acontecem.

Embora eles tenham uma conexão direta com o Self, ou Ego, sentimentos pertencem a uma camada diferente. Para usar a analogia de uma lâmpada elétrica incandescente, a própria lâmpada poderia ser vista como o Self, enquanto os

sentimentos são similares à luz que dela irradia. Sentimentos pertencem a uma esfera na qual o Self encontra expressão, conhece o mundo e responde a ele.

No sistema de Rudolf Steiner, o Self-Espírito, é o que corresponde à camada de sentimentos. Infelizmente, seguindo a terminologia teosófica, Steiner, às vezes, usou a palavra manas como sinônimo para Self-Espírito. Isto é um engano muito grande, pois manas, em Sanscrito significa justamente o oposto – a camada de pensamentos e emoções reacionais.

Em suma, da mesma maneira que o corpo astral é a camada de emoções e pensamentos (pensamentos reacionais), assim o Self-Espírito, ou vijñana-maya-kosa, é feito de sentimentos. O começo da iluminação espiritual consiste em substituir o corpo astral por esta nova camada que, atualmente, não é muito desenvolvida na maioria dos seres humanos.

Do ponto de vista de alquimia interior, isto significa construir um novo veículo, um "corpo astral transformado", que seria a morada dos sentimentos. O termo "corpo astral transformado", é de alguma maneira enganoso, pois dá a idéia que a nova camada nova será construída fora do velho corpo astral, depois de algum processo de transformação, o que não está correto. A nova camada é feita a partir da mesma substância do Self (Ego), construída pelo Self, do mesmo modo que uma aranha constrói sua teia; de acordo com um exemplo freqüentemente usado na tradição hindu. Assim, no lugar do corpo astral transformado, seria mais apropriado usar o termo corpo astral transubstanciado.

Pode ser feito um paralelo com a busca dos alquimistas pelo ouro. Na simbologia astrológica e alquímica, o ouro representa o Sol que não é outro senão o Espírito ou Self, ou Ego. Seguindo a mesma analogia, os metais básicos podem ser relacionados às paixões, emoções e reações do corpo astral. Metais básicos se tornando ouro correspondem à transformação através da qual o corpo astral é substituído pelo Self-Espírito, ou corpo astral transubstanciado.

Por ser feito do ouro do Espírito, o corpo astral transubstanciado (camada de sentimentos), permanece intocável por flutuações emocionais e pode manter sua integridade no processo da morte. Pode ser, então, chamado, corretamente, de veículo da imortalidade, ou corpo de imortalidade. Esta não é, contudo, a imortalidade física, para a qual várias outras camadas teriam que ser transformadas. Entretanto, o corpo astral transubstanciado é um veículo através do qual a transição da morte pode ser feita com completa consciência, e a consciência e as experiências desta vida podem ser mantidas e podem ser transferidas para a vida seguinte sem a desintegração astral, que normalmente acontece com a morte.

A perspectiva das técnicas Clairvision é estritamente alquímica. Um objetivo central da ISIS é ajudar a discernir entre emoções e sentimentos, a fim de começar o trabalho de transmutação do corpo astral no ouro alquímico, o corpo astral transubstanciado.

Antes de lidar com este ponto e ir um passo mais adiante nos mecanismos da mente, vamos resumir o tópico de emoções e sentimentos em uma tabela.

Emoções Sentimentos

raiva, ciúme, amor apaixonado... amor mais elevado, compaixão, calor de alma, entusiasmo, sensibilidade estética...

são reações são incondicionais

podem, rapidamente, se transformar em seus opostos são estáveis e não consideram reações

surgem da ativação de uma samskara surgem independentemente de samskaras

geram mais samskaras não criam mais nenhuma samskara

estão baseados em agarrar estão baseados em deixar ir

obscurecem o Eu Superior e reforçam o laço com o corpo astral possuem ressonância com o Eu Superior e reforçam tal vínculo.

favorecem e são favorecidos pela falta de consciência aumentam e são aumentados através da consciência

descentralizam tem uma direção centrífuga (para longe do Self) recentralizam tem uma direção centrípeta (em direção ao Self)

fazem com que você rompa relações com seu ambiente estabeleça uma unidade com o objeto

causam uma percepção distorcida da realidade devido à interferência samskarica a objetividade é redescoberta na subjetividade mais profunda

Te fazem viver em "seu" mundo. Te permitem viver "no" mundo.

Vamos também usar uma tabela para resumir as comparações com outros sistemas.

Emoções Sentimentos

Linguagem Clairvision corpo astral estado pessoal corpo astral transformado estado transpessoal

Sanscrito mano-maya-kosa , envelope feito de manas vijñana-maya-kosa, envelope feito de buddhi

Grego dianoia, a mente discursiva nous , equivalente grego de budhhi

Latim Escolástico ratio intellectus

Kabbalah nefesh e ruah neshamah

Rudolf Steiner corpo astral Self-Espírito

CAPÍTULO 5

SAMSKARAS E MEDITAÇÃO

5.1 A conexão do macaco

Era uma vez um homem que vivia na Índia e que ficou muito entusiasmado em achar seu Self e decidiu achar um mestre e alcançar a iluminação espiritual. Ele inquiriu sobre todos os gurus do estado, até que lhe contaram sobre um que era famoso como o mais sábio e o mais iluminado de seu tempo. Lá foi ele, então, para o templo deste homem santo. Assim que ele chegou, o guru lhe fez a pergunta tradicional:

“O que veio você buscar aqui?”

O homem era muito direto. “Guruji, eu ouvi dizer que você é uma grande sábio. Você me dará a iluminação espiritual?”

O guru sorriu. “Certamente, filho, eu lhe darei iluminação.”

O novo discípulo foi levado à alegria. “Isso é maravilhoso Guruji! Obrigado, muito obrigado. E o que terei eu que fazer para ser iluminado?”

“Apenas vá e se sente debaixo daquela árvore e medite.”

“E o que eu terei que fazer para meditar?”

“Nada, filho. Apenas se sente embaixo da árvore com seus olhos fechados. Mas o que quer que você faça, não pense em macacos. Isso é tudo. E você alcançará a iluminação.”

Nosso homem ficou tão deliciado com as novas de sua iminente iluminação que se esqueceu de sua mala e foi se sentar imediatamente embaixo da árvore. E ele começou seu processo de meditação.

Porém, dez segundos depois que ele tinha se sentado numa bonita posição de lotus e fechado seus olhos, um primeiro macaco apareceu na sua meditação. Ele imediatamente espantou isso para longe de sua mente, mas dez segundos depois outro macaco apareceu; e mais um; e mais um... Para seu constrangimento maior, depois de meia hora, o homem tinha visto cada possível macaco indiano. E então, implacavelmente, sua mente começou a lhe enviar imagens de macacos africanos. Depois de outra hora, e alguns mil macacos mais, o novo discípulo decidiu que o caso estava sem esperança e voltou para o mestre.

“Guruji, você tem que me contar mais sobre a natureza da mente!”

Depois disso, o guru começou a instruí-lo no conhecimento das samskaras.

5.2 Cogito ergo non sum, eu penso, entretanto eu não sou

Tornar a mente completamente silenciosa não é impossível, mas requer um deslocamento para um estado diferente de consciência. Se você permanecer na camada habitual do manas/mente e tentar bloquear o fluxo de pensamentos é uma iniciativa notoriamente sem esperança. Quanto mais você tentar lutar, mais a mente se rebela e envia pensamentos à sua consciência. Se você nunca experimentou isso por você mesmo, tente se sentar durante alguns minutos com a resolução firme de não pensar, como o novato discípulo de nossa história. Você será logo convencido de que tentar parar a mente enquanto estiver operando pela mente é pura perda de tempo.

Como vimos anteriormente, estas flutuações mentais constantes são chamadas vrttis em Sanscrito. A raiz vrt significa virar, e o sufixo “-ti” é usado para criar substantivos de ação. Então, vrtti significa a ação de virar, o fato de virar. A palavra é totalmente apropriada, pois cada uma destas pequenas flutuações, ou vrttis, tende a virar sua mente em uma direção ligeiramente diferente. Um vrtti vem, e mais um, e mais

outro... e se você não está vigilante, alguns minutos depois, você se encontra em um estado mental completamente diferente.

Contanto que sua consciência esteja atuando no manas/mente, a razão pela qual é impossível de parar o vrttis é bem simples – o manas/mente é feito de vrttis. Esta camada de emoções e pensamentos atua como um véu que esconde o Self, assim como mostra os primeiros versos de Patañjali's Yoga-Sutras: "Faça o véu de vrttis cair, e imediatamente sua natureza real é revelada." Uma vez que o manas/mente perpetua sua dança infinita, você permanece absorvido pela vrttis. Isto significa que sua consciência tem sido infestada pelo vrttis há tanto tempo, que você não consegue, nem mesmo imaginar que você pode existir além deles. Você chega a acreditar que pensar significa ser, enquanto que é justamente quando você está no manas/mente que você está desconectado do Self.

Um homem que veio a ser considerado como um dos pais do pensamento racional, o filósofo francês René Descartes, do século dezessete, impressionou gerações de filósofos com a declaração: cogito ergo sum , "penso, logo existo (sou)."

Três séculos e meio depois, o tempo veio a nos dar um novo começo, com a reivindicação oposta, cogito ergo non sum , "eu penso, então eu não sou." Sinto muito, Senhor Descartes , mas é justamente quando nós deixamos de pensar que começamos a ser. Se há uma camada que pode ser dita que existe , é aquela do Self. Na medida em que somos pegos nas flutuações mentais do manas/mente, estamos desconectados do Self.

Mais uma vez, isto não significa que o propósito deste trabalho é erradicar qualquer forma de pensamento, mas mais propriamente, substituir os pensamentos mecânicos e incessantes da mente reacional pelo pensamento luminoso do transformado (ou transubstanciado) corpo astral. Estas duas formas de pensamento são tão radicalmente diferentes que é um grande erro usar a mesma palavra para ambas, da mesma maneira que "emoção" não pode ser usada tanto para o amor do gato quanto o de Cristo. Uma das características do pensamento do corpo astral transformado é que este pode ser desligado à vontade. Ao contrário do pensamento do manas/mente, ele não acontece mecanicamente e involuntariamente, mas é um ato completamente consciente de vontade própria.

5.3 Neutralizar as principais samskaras para pacificar a mente

O vrttis são de um interesse fundamental para o nosso estudo dos mecanismos da mente em relação à regressão, porque eles são um indicador direto da presença e dinamismo das samskaras. Nós descrevemos o manas/mente como sendo feito de reações: pensamentos reacionais e emoções reacionais. O manas/mente está cheio de ondas de reações, e o vrttis são estas ondas. Assim como no oceano há ondas grandes e ondulações, assim no manas/mente há reações principais causadas por grandes samskaras, e ondulações infinitas causadas pela grande quantidade de micro-samskaras.

Uma compreensão fundamental é que o corpo astral é feito de samskaras . Sua verdadeira natureza é agarrar e reagir, e sua substância é como um mar de samskaras, algumas grandes, algumas pequenos, algumas mais ligadas às emoções, outras mais ligadas aos pensamentos. Mesmo apesar do corpo astral não possuir uma unidade e

consistir em uma combinação de partes diferentes e mal acasaladas, todas suas partes estão fortemente interrelacionadas. Por exemplo, suponha que você seja afetado por uma forte emoção logo após de se indispor com alguém de sua família. Se, logo após o acontecido, você se sentar e tentar meditar, notará que sua mente estará muito mais agitada por pensamentos que o habitual. Muitos destes pensamentos não terão nenhuma conexão com a situação presente. Eles serão os vrttis normais, porém mais rápidos e mais intensos que o habitual.

O que está acontecendo? A emoção está agitando a camada inteira da mente reacional, resultando em um aumento da atividade do vrttis. O mar está agitado nas profundezas, então, sua superfície inteira é coberta com ondas. Outro modo de explicar isso é que uma intensa carga emocional foi ativada, e isto está alimentando todos as outras samskaras. É como se a tensão na mente reacional tivesse sido aumentada, e tornado disponível uma voltagem e intensidade maior para todos as outras samskaras. O resultado é um aumento da atividade de vrttis de vários tipos.

Esta observação é significante; fornece uma pista para alcançar o silêncio mental durante meditação. Claramente, nós queremos nos libertar dos vrttis para descobrir o Self, que está escondido atrás deles. Nós constatamos a origem do nosso pensamento perpétuo como sendo incontáveis micro-samskaras, das quais a substância real da mente é tecida. Mas se nós tivéssemos que erradicar cada e toda micro-samskara antes de atingirmos a paz mental, a tarefa seria infinita, simplesmente porque você não pode esvaziar um oceano com uma colher de chá. A situação é bem diferente. Não é o número ilimitado de micro-samskaras que torna a mente incontrolável, mas o fato de que estas micro-samskaras são alimentadas pela carga emocional de um número limitado de grandes samskaras.

Se você não pode fazer sua mente sossegar, não é porque é feita de micro-samskaras. Por si mesmos, estas micro-samskaras não seriam fortes o suficiente para manter sua mente frenética. Eles certamente criam ondas em sua consciência, mas você poderia apenas observar e poderia deixar que estas enfraquecessem, sem perder sua linha de autoconsciência. Se você não tem paz mental, é porque algumas tempestades estão acontecendo permanentemente em sua mente reacional, devido às cargas emocionais associadas com o número limitado das grandes samskaras. Você pode não vê-las, e nem estar ciente de suas presenças, porque elas têm operado na sua mente quase que constantemente, desde quando você pode se lembrar. Porém, é a energia delas que alimenta todo as outros micro-samskaras e torna a mente reacional incontrolável, devido à voltagem excessiva. Mais de noventa e nove por cento de sua entropia mental é devido à menos de um por cento de suas samskaras e a intensidade maligna que elas espalham.

Isto sugere que não é, necessariamente, sempre meditando, que você chegará a um estado apropriado de meditação – para além do manas/mente – mas sim olhando para este um por cento de samskaras de intensa nocividade e neutralizando-as. Se você tem meditado durante vários anos sem qualquer resultado decisivo, você deveria ponderar sobre este ponto, pois isso poderia salvar outros vinte anos de meditação que não conduziriam a parte alguma.

5.4 Até que ponto a meditação pode neutralizar samskaras?

A pergunta que, logicamente, se segue é: não é suficiente meditar para neutralizar samskaras, sejam elas grandes ou pequenas? Esta é uma pergunta chave, pois te permite entender o maior papel que a regressão pode representar em um caminho espiritual.

Teoricamente, sim, é suposto que um sistema formal de meditação lhe permita clarear a totalidade de sua mente. Alguns sinais indicam que uma liberação está acontecendo; por exemplo quando você começa a sentir contrações musculares, ou quando certas atividades emocionais ou mentais estão acontecendo enquanto você medita, isto pode significar que você está liberando alguma samskara. Claro que, a pessoa não deveria ser muito otimista sobre este último ponto. Infelizmente, não é suficiente alguém ter a mente agitada por pensamentos para se ter certeza de que está liberando uma samskara. Entretanto, de modo geral, mesmo sem sentir nada nos músculos ou atividade mental especial, a direção geral da meditação é liberar tensão, ansiedade e samskaras. Cada vez que você se senta e medita, algumas samskaras são libertados e neutralizados.

Na prática, porém, a situação está longe de ser tão simples, devido a vários fatores importantes. Primeiro, você normalmente medita só uma ou duas vezes por dia. Até mesmo se você meditar duas horas duas vezes ao dia, que já é bem respeitável, é bem fácil para sua mente esconder as samskaras principais durante a meditação e deixá-las soltas durante as restantes vinte horas. Esta é uma sutil advertência às pessoas que acreditam que é suficiente meditar duas vezes ao dia para alcançar uma grande transformação espiritual, sem ter que manter qualquer consciência particular o resto do tempo. O manas/mente é excepcionalmente inteligente, e se você oferecer qualquer oportunidade para que ele o engane, você pode ter certeza de que será pego. Nada é mais fácil para o manas do que fazer um acordo com você, do tipo: "eu lhe darei uma linda paz na meditação, duas vezes ao dia, e você me deixará livre o resto do tempo para jogar os meus jogos." Você não pode encontrar um exemplo melhor que este para o tipo de prática espiritual que acontece há vinte anos sem qualquer abertura decisiva. Pode haver melhorias em sua memória, na sua qualidade de sono e na sua pressão sanguínea – porém, os mesmos resultados poderiam ser alcançados com alguns posturas de Hatha-yoga e um pouco de relaxamento. As grandes transformações espirituais nunca acontecem, simplesmente porque as maiores samskaras permanecem intocadas durante o processo.

A situação fica bem diferente se, além de sua meditação diária, você se propõe a permanecer consciente e observando as reações de sua mente de manhã até a noite. Desse modo, é muito mais difícil para a mente reacional te manipular com samskaras, sem que você perceba o que está acontecendo.

Até mesmo se você pudesse permanecer permanentemente ciente, ou se você pudesse meditar de manhã até a noite, o fato é que as maiores samskaras surpreendem em sua capacidade de se encapsular e proteger a si mesmos. Se uma experiência foi traumática o suficiente para deixar impressa uma importante marca samskarica, a mente reacional usará qualquer truque possível para ocultar a impressão e torná-la inacessível para a sua consciência. A natureza do manas/mente é tal que fará qualquer coisa para evitar enfrentar suas próprias contradições. Para isto, usa uma variada gama de mecanismos de proteção. O paradoxo é que em muitos casos, os mecanismos protetores acabam sendo, significativamente, mais dolorosos, custando mais energia do que seria

necessário para achar a fonte do problema e digeri-lo a partir do nível de autoconsciência. Assim, cada vez que você se aproxima para ver uma samskara, a mente desvia a sua consciência. Se nada drástico é feito, esta situação pode se perpetuar por anos e anos de meditação. Você, certamente, liberta samskaras durante a meditação, mas, usualmente, apenas as menores, as principais permanecem intocadas.

Fundamentalmente, técnicas de meditação têm como objetivo desenvolver a autoconsciência, e, em certos casos, construir os corpos sutis. Porém, elas não são especificamente projetadas para colocá-lo em contato com as samskaras. Para ilustrar este ponto, eu usarei o exemplo de um barco, e a força que é preciso para movê-lo. Você pode passar uma hora remando diariamente; se o barco estiver ancorado, vinte anos depois, você ainda estará no mesmo lugar. Meditação é um processo que faz com que você se mova em direção à luz de maneira geral, sem se concentrar, especificamente, nas amarras que o mantêm preso. O exemplo do barco revela que a solução não é só remar, mas livrar-se da âncora.

Claro que você poderia pensar em outra solução. Você poderia puxar o barco com tanto força que as amarras da âncora se arrebentariam. Isso significaria um aumento tão grande do poder de sua meditação, que nem mesmo as maiores samskaras não poderiam resistir, e explodiriam em sua consciência. O problema é que para alcançar tal intensidade de meditação, você, primeiro, teria que se livrar de suas maiores samskaras, pois elas são o principal fator limitante. É obviamente um círculo vicioso.

Até mesmo se você se tornasse um asceta por tempo integral e não fizesse nada além de meditar por meses, de manhã até a noite, o que lhe permitiria, possivelmente, alcançar a intensidade exigida no exemplo acima, ainda haveria algo conceitualmente errado em exaurir sua energia tentando mover o barco enquanto ancorado. Por que não levantar a âncora primeiro, e então, ir para onde quiser? Assim que um punhado de alta carga emocional samskarica é neutralizado, sua mente se torna, de repente, incomparavelmente mais serena, permitindo um maior aprofundamento da meditação.

Outro ponto que deve ser claramente entendido é que a influência das samskaras se tornou muito mais forte do que costumava ser algumas gerações atrás. Em relação ao nosso exemplo, não é apenas uma corda, mas dúzias, se não centenas de cordas que nos mantêm ancorados perto da orla, e as amarras vem se tornando ainda mais sólidas. Particularmente, as técnicas de meditação importadas pela maioria dos mestres orientais haviam sido projetadas para discípulos cujas emoções não eram, certamente, tão rudes e violentas quanto as nossas hoje no Ocidente. Alguns séculos atrás, na Índia, um asceta provavelmente poderia se engajar na prática espiritual sem ter que se preocupar se seus bloqueios emocionais iriam suprimir a intensidade de sua meditação. No entanto, os tempos mudaram. O nível geral da neurose das pessoas aumentou em tal proporção que se tornou irreal negar a dimensão psicológica em um caminho espiritual, e tentar alcançar esclarecimento sem trabalhar sistematicamente na erradicação de padrões emocionais prejudiciais.

Eu certamente não estou sugerindo que regressão devesse substituir a meditação, mas combinando os dois, muito tempo e esforço pode ser economizado em um caminho espiritual. A condição presente do corpo astral humano é tal que, não lidando, especificamente, com samskaras, você se coloca na posição de tentar remar o barco sem elevar a âncora.

5.5 A manifestação das samskaras na meditação

Há muitos modos através dos quais as samskaras se manifestam enquanto você está meditando, já que todas as reações do manas/mente derivam de samskaras. À parte das idéias sobre meditação, deixe-me chamar sua atenção para dois mecanismos particulares.

Um modo comum pelo qual as samskaras se manifestam durante a meditação é através da dor em várias partes do seu corpo. Se você se dedicou a meditar por longos períodos, por exemplo cinco horas ou mais por dia, durante pelo menos uma semana, você terá notado que numerosas dores apareceram, às vezes nas áreas mais inesperadas do corpo. Partes de seu corpo nas quais você normalmente nunca sente dor ou desconforto, tornar-se-ão terrivelmente dolorosas.

Estes dores de meditação têm algumas características incomuns. Primeiramente, eles só aparecem durante a meditação, e normalmente cessam assim que você sai do estado meditativo. Em segundo lugar, freqüentemente, elas são bem ilógicas. Por exemplo, você pode sentir uma dor repentina em seu ombro esquerdo enquanto sentando em uma posição que não tem nenhum efeito direto sobre esta parte de seu corpo. Em terceiro lugar, estas dores são extremamente teimosas. Quando seguindo um curso prolongado de meditação, você pode sentir a mesma dor, no mesmo lugar, todo dia, e toda hora que você medita, por dias e dias sem qualquer alívio. Em quarto lugar, a característica principal destas dores é que elas aumentam com a energia da sua meditação. Quanto mais profunda sua meditação e quanto mais você se conecta com a energia, pior fica a dor. Tão logo você pare de meditar a dor cessa.

Estas dores da meditação vêm diretamente das samskaras. Elas indicam que sua meditação foi profunda o suficiente para alcançar uma de suas principais samskaras, e que a "luta" entre a samskara e a luz está ocorrendo. Retornando ao nosso exemplo, você é o barco; a luz da consciência superior está te puxando, mas a samskara está resistindo obstinadamente, como a âncora. Em muitos casos, isto pode durar anos. Cada vez que você constrói a energia da meditação, a dor reaparece. Cada vez você liberta a pressão da energia – por exemplo, se você deixar de meditar ou se você ficar irrequieto ao invés de permanecer conectado – a dor diminui ou pára. O padrão torna-se especialmente drástico quando você se esforça para meditar de manhã até a noite durante algumas semanas ou meses; a intensidade da dor pode assumir proporções simplesmente insuportáveis. A menos que você passe por tal experiência, você simplesmente não pode saber quanta dor é possível sentir em seu corpo. Nesta fase, você pode, usualmente, perceber que a dor não é apenas física, mas acompanhada de um componente emocional. Mas na maioria dos casos, você não possui a energia dinâmica para liberar esta dor, simplesmente porque sua meditação foi desenhada para levá-lo em direção à luz, não para lidar com samskaras.

No começo de uma sessão de ISIS, antes de entrar no estado regressivo, é bem comum clientes experimentarem dores deste tipo em várias partes do corpo. O termo técnico usado para estas áreas dolorosas é " spot "(ponto). Os spots são manifestações diretas das samskaras – os mecanismos por trás deles são idênticos àqueles por trás das dores que surgem na meditação profunda.

A energia de ISIS, porém, opera diferentemente da meditação. Não age como um instrumento de elevação espiritual geral, mas é dotado de um dinamismo especial designado para revelar as samskaras e neutralizar o poder delas. Em outras palavras, é uma energia que não trabalha no intuito de remar o barco, mas que é especializa em lidar com âncoras. Portanto, a experiência será completamente diferente; ao invés de sentir a dor e nada mais, a dor se transformará rapidamente em uma emoção. Por exemplo, você sentirá uma intensa tristeza, ou raiva. Você se reconectará com a carga emocional presa a samskara.

Nesta fase, é comum a experiência onde a dor desaparece completamente, o que pode ser totalmente desconcertante para iniciantes. Como eles poderiam sentir tal dor intensa alguns segundos atrás, e a dor desaparecer assim que eles se tornassem cientes da emoção? O desaparecimento da dor indica que a camada que encobre a samskara foi removida. Você se reconectou com a emoção, e todas as circunstâncias relacionadas ao episódio traumático começam a retornar à sua consciência. Por conseguinte, não há mais qualquer necessidade de mecanismos de proteção. Reuniu-se as condições necessárias para a liberação da carga emocional associada a samskara.

Desta maneira, meditação e regressão podem trabalhar juntos. Através da meditação, spots (samskaras latentes) são revelados, e através da regressão estes são liberados. Estas liberações permitem uma qualidade mais profunda de meditação, na qual podem ser contactados samskaras mais profundos, e assim por diante.

Claro que você não precisa meditar para estabelecer contato com samskaras. Apenas através da vida normal, observe suas reações, e as circunstâncias de vida provocarão muitas emoções que se relacionam a suas samskaras. Porém deveria estar claro que regularmente, através da prática de meditação, você tem contato com assuntos muito mais profundos. Isto é por que as pessoas que praticaram muita meditação podem alcançar resultados muito rápidos quando elas passam por um processo de regressão. A meditação delas não apenas lhes permitem lidar com vários assuntos secundários, mas também estar em contato com os verdadeiros monstros das profundezas, as "samskaras com letras maiúsculas". Estas pessoas não têm acesso a energia dinâmica para lidar com essas samskaras, mas conseguiram estabelecer contato com elas, o que já é um passo crucial no processo.

Contrariamente, pessoas que já passaram por muitas regressões se surpreenderão ao descobrirem samskaras completamente novas e inesperadas questões igualmente importantes, após experimentarem uma meditação profunda. Da mesma forma que a regressão pode ser um complemento poderoso para a meditação, a meditação aumentará grandemente a profundidade da regressão.

5.6 Ondas

Vamos agora examinar outro mecanismo pelo qual as samskaras se manifestam durante a meditação. A experiência que vamos descrever é muito importante. Dependendo da sua atitude, isso pode conduzir a um grande progresso ou mesmo para erros ainda maiores. O mecanismo tem a ver com enormes ondas emocionais que, de repente, varrem sua consciência quando você alcança uma certa profundidade em meditação.

O tipo de estados meditativos que nós estamos nos referindo agora não pode ser alcançado apenas meditando durante algumas horas por dia, seja a técnica que for. Para que essas ondas aconteçam, você, normalmente, precisa de um total afastamento da vida mundana, não fazendo nada além de meditar, por pelo menos algumas semanas. A experiência requer total isolamento, ou, pelo menos, que você não fale durante aquele período. Não deveria haver nada que pudesse distrair sua mente, nenhuma atividade acontecendo ao seu redor, nenhum telefone, nenhum correio – apenas meditando, comendo, e dormindo. Em algumas práticas de iniciação, isto é levado a cabo em uma cripta subterrânea, em escuridão absoluta; a pedra que o cerca provê o isolamento de todas as vibrações do mundo.

Os princípios atrás desta prática estão claros; em grandes proporções, você é o produto de seu ambiente. Uma vasta parte de suas emoções e padrões de pensamento vem do que seus pais, amigos e sócios que imprimiram em você, como também de todas as impressões sensórias colecionadas desde que você nasceu. Então, nos perguntamos o que existe além desta acumulação introduzida e impressa. O que permaneceria exatamente de você, se isso tudo fosse apagado? O que, dentro de você, seria de natureza eterna e não somente o produto de seu ambiente?

Claro que, tal período intensivo de meditação não deveria ser tentado sem a devida preparação. Somente quando você tenha se dedicado e se submetido a um trabalho sob si mesmo, alcançando um sincero grau de estabilidade emocional, que podem ser tentados tais períodos longos de meditação e por tempo integral. Além disso, embora nós estejamos alcançando uma idade de auto-iniciação, eu ainda recomendaria que você buscasse o conselho e a proteção de um guia competente antes de lidar com práticas explosivas deste tipo.

O que acontece depois de algumas semanas de meditação em tempo integral e isolamento? Você descobre algumas modalidades completamente novas de você. De vez em quando, aberturas de conscientização acontecem, e você percebe que, até então, você sempre tinha existido dentro de uma certa moldura, sem nunca cruzar seus limites. A atmosfera, o sabor e as rotinas estereotipadas em sua cabeça sempre foram as mesmas; mas você nem mesmo as notava, simplesmente porque faltava referências. Nunca tendo experimentado qualquer outra coisa, você acreditou que era o que toda a pessoa poderia ser. Então, de repente você percebe que pode ser completamente diferente. Utilizando uma analogia preciosa aos mestres hindus, até então você tinha apenas visto o mundo com óculos verde. Agora, você descobre que também pode enxergá-lo com óculos amarelos, azuis, ou até mesmo sem óculos algum!

Junto com estas aberturas, outra experiência é provável de acontecer – ondas inesperadas, súbitas, e totalmente violentas de emoções ou desejos. Por exemplo, você é levado repentinamente por um desejo irresistível de voltar para o mundo e estudar o Tao. Dentro de um minuto, se torna a coisa mais importante em sua vida – uma coisa que você quer e que parece segurar a chave para uma completa plenificação. É como se você tivesse alcançado uma absoluta certeza interior sobre qual direção seguir. Enquanto você está supostamente meditando, sua mente começa a arrumar todos os detalhes freneticamente: que livros vai ler primeiro, como se inscrever no próximo curso de chinês na universidade, onde comprar roupas chinesas, e como achar um mestre taoísta.

Então, algumas horas depois, algo surpreendente acontece; outra onda emerge, completamente diferente da primeira. Você, de repente, sente uma necessidade irresistível de pegar o primeiro avião para Nova York , encontrar uma amiga que você não vê há quinze anos, e casar-se. O Taoísmo desapareceu completamente de sua mente, e a certeza anterior foi substituída por uma nova: a única coisa que pode preencher sua vida agora é ir e se casar com aquela pessoa – que nunca foi realmente uma amiga íntima antes, e que você não vê há mais de quinze anos. Sua meditação muda. A mente se torna hiperativa, organizando todos os detalhes da viagem: o agente de viagens de quem você comprará a passagem, o que você usará no casamento, que nomes dará aos filhos, e assim por diante.

Se você puder resistir a este feroz ataque emocional, e puder permanecer em sua retirada de meditação ao invés de pegar o primeiro avião para Nova York, o que acontece? Algumas horas, ou talvez um dia depois, outro maremoto varre sua consciência e você quer começar uma editora, ou fazer arte dramática, ou se tornar um ministro metodista ou um político.

O mais notável sobre estas ondas é sua intensidade. Elas parecem estar vindo de lugar nenhum, e quando você menos espera. A violência delas o empurra ao limite do que você pode agüentar. Você realmente tem que utilizar seus recursos mais profundos para ficar meditando ao invés de ser carregado embora por elas. A maioria das pessoas tende a acreditar que receberam um sinal inconfundível do destino quando são golpeadas por uma onda dessas. Elas acreditam que acharam o verdadeiro propósito de suas vidas.

Poderia levar uma vida inteira para satisfazer quaisquer destes desejos. Esta é um das razões pelas quais você tem que estar completamente preparado antes de passar por este tipo de prática meditativa longa e intensiva. Se você se rende à primeira onda, e termina em Shangai, o que pode acontecer terrivelmente rápido sob tais circunstâncias, nada de bom provavelmente acontecerá. A decisão de voar para a China não foi tomada a partir do livre arbítrio, mas ditada pela pressão de uma samskara. Cedo ou tarde, outra samskara o levará em outra direção. Se você deixar sua vida ser regida pelo caleidoscópio do manas/mente, o resultado final só pode ser o caos. Até mesmo se você tivesse êxito na China, o que seria um "samskara-sucesso". Sua linha espiritual estaria perdida, e poderia levar vinte anos antes de você encontrá-la novamente.

Por outro lado, se você puder resistir às primeiras ondas e puder permanecer firme em sua meditação, as seguintes terão menos poder sob você. Você poderá compará-las com as primeiras e se convencer que algo incomum está acontecendo. Entretanto, por mais bem preparado que você possa estar, você provavelmente será surpreendido pela intensidade cataclísmica destes desejos. Estes são os tipos de desejo que as pessoas regularmente sentem apenas uma vez a cada vinte anos, e que pode lhes fazer mudar tudo. Entretanto, em meditação profunda uma onda nova pode te abater diariamente, ou até mesmo a cada algumas horas. Tendo resistido a uma dúzia deles, por uma semana, você sabe que eles são o produto das samskaras, e então, fundamentalmente, uma fraude. Mesmo assim, você precisa de toda a sua determinação e da ajuda de Deus para não se render ao décimo terceiro. Finalmente, depois de um tempo que varia muito para cada indivíduo, as ondas param, e você descobre que se tornou uma pessoa completamente diferente.

O modo como estas ondas o pegam e o deixam elétrico por algum tempo, antes de desaparecerem em um anticlímax e dar caminho a outra onda, deixa pouca dúvida sobre a real natureza delas, e origem – estas ondas vem de suas mais profundas e intensas samskaras. A maioria das pessoas não estabelece muito contato com estes samskaras maiúsculas durante a vida inteira. A pressão de sua meditação faz as samskaras explodirem em sua consciência uma após a outra. Nos termos do nosso exemplo, a força que puxa o barco ficou tão intensa que nenhuma amarra pode resistir. O que muitos seres humanos não conseguem alcançar em várias vidas é completado em algumas semanas.

Uma vez que o maremoto passe, o que se segue é a experiência de "nascer de novo". Foram liberadas tantas cargas emocionais que sua mente ficou totalmente diferente, como se tivessem sido erguidos toneladas e toneladas de sua cabeça. Você apenas se reconhece. Sua vida ficou inacreditavelmente simples.

5.7 Não tome nenhuma decisão importante durante um retiro de meditação

Para ser capaz de lidar com tais ondas sem ser carregado, você precisa já ter feito um trabalho significante em suas samskaras. Quanto mais você tiver as observado, assistido suas próprias reações em situações diárias e procurado as fontes de seu comportamento condicionado, menos chance você tem de ser distraído pelas Sereias, quando a "hora de Deus" vem. Nesse ponto, o trabalho de regressão é uma das melhores preparações possíveis para resistir à intensidade espiritual dos momentos de grande despertar, e evitar a primeira armadilha da samskara.

Dado à natureza desta ondulação samskarica, é sábio não tomar nenhuma decisão de vida importante sempre que participando de um retiro de meditação ou de um intenso processo de regressão. Mesmo numa escala muito menor, podem ser ativadas ondas semelhantes de desejo. Se você se rendesse a uma onda dessa e tomasse decisões importantes naquele momento, você poderia lamentar amargamente mais tarde. Mais uma vez, tais decisões não estariam baseadas em livre arbítrio e nas reais aspirações do Self, mas na tirania das samskaras. A sabedoria recomenda, primeiro, terminar o retiro de meditação ou a regressão intensiva, e então esperar algumas semanas antes de tomar qualquer decisão importante.

5.8 Uma nota sobre os joelhos

Os joelhos são uma exceção ao padrão de dores profundas que acontecem na meditação devido ao aparecimento das samskaras.

Se um spot no ombro, nas costas, ou qualquer outra parte de corpo, com exceção dos joelhos se tornam doloridos sob a pressão da meditação profunda, a melhor atitude é permanecer imóvel e observar o spot. Apenas permaneça ciente dele; se você se inquietar, estará diminuindo a pressão da energia e evitará a samskara. Simplesmente, observe o spot, e deixe que ele amadureça através de sua quietude e consciência. Se não desaparecer, faça uma regressão sobre isto! Em todo caso, você não danificará seu corpo permanecendo quieto e agüentando a intensidade criada por uma samskara.

Porém, se você estiver sentando em lótus, semi-lótus, ou qualquer outra posição de pernas cruzadas, a situação é bem diferente no que diz respeito a seus joelhos. Dê uma boa olhada em alguém na posição de lótus. O que acontece quando ele coloca o calcanhar perto da virilha? Não é a articulação de joelho que gira, é o quadril. Ao

contrário do que a pessoa poderia pensar, é através da flexibilidade dos quadris que a posição de lótus é alcançada – não a dos joelhos. A articulação do joelho é feita de ligamentos minúsculos que não podem ser muito estirados sem dano.

Se depois de meditar durante algum tempo você começa a sentir dor nos joelhos, é porque o quadril contraiu. O quadril girou para dentro, o que resulta em mais tensão para os ligamentos do joelho. Estes pequenos ligamentos são frágeis, e não é inteligente tentar forçá-los além de seus limites. Se você danifica um deles, poderá levar meses antes que você possa se sentar de pernas cruzadas novamente.

A conclusão é que uma dor nos joelhos sempre deve ser respeitada. Se seus joelhos começarem a doer enquanto meditando de pernas cruzadas, mude de posição. Sente-se em uma cadeira se preciso. Suportar calmamente a dor para permanecer imóvel causa mais danos do que bons resultados.

CAPÍTULO 6

SAMSKARAS E DESORDENS FÍSICAS

6.1 Um exemplo de dor física criada por samskaras

Estudo de caso –

Lenka era uma empresária de 46 anos que veio me consultar depois de anos de uma séria depressão. Entre suas reclamações somáticas, que nada parecia aliviar, estavam as terríveis enxaquecas sentidas na testa, e fortes cólicas. Antes de vir a tentar a técnica ISIS de regressão, Lenka tinha buscado, sem sucesso, a ajuda de vários de terapeutas.

Logo após o começo da primeira sessão, um doloroso spot foi localizada na área esquerda de suas costelas. Como Lenka conectou mais profundamente com a energia, o spot ativou, repentinamente, a enxaqueca habitual e a dor intestinal com uma violência extrema. Deve ser grifado que em nenhum momento da sessão, eu toco a cabeça ou o abdômen de Lenka; e em nenhuma ocasião antes desta sessão de ISIS, Lenka sofreu algum desconforto na área esquerda de suas costelas.

Depois de um momento de dor angustiante, trabalhando naquele mesmo lugar, a qualidade da vibração no quarto, de repente, mudou, e Lenka começou a reexperienciar um episódio com uma intensidade particularmente vívida.

O que você está sentindo? – estou com frio, com muito frio. [Lenka está tremendo de frio debaixo de uma pilha de cobertores.] Algo muito grande caiu em mim e me enterrou. É uma pedra. Minha cabeça dói. E há fogo. Muitos pessoas estão sendo mortas... cenas de devastação. Houve um terremoto e agora há o fogo, mas eu estou enterrada debaixo da pedra, dessa forma, não estou sendo queimada.

Agora tem água vindo. O fogo acabou. Eu não posso me mover porque estou enterrada debaixo da pedra, e a água está me cobrindo. Oh! Está terrivelmente frio [Lenka está tremendo mais do que antes.] Está gelado, um frio totalmente congelante. [Gritando:] O bebê! O bebê está morrendo! Sou eu debaixo da pedra, mas eu estou grávida de um bebê. Oh! Dor... É como se eu estivesse sentindo a dor habitual do meu estômago ao mesmo tempo.

Você quer dizer é igual às suas dores intestinais? – A mesma. O bebê está morrendo! [Inundação de lágrimas.] O bebê está saindo e não tem ninguém para ajudar. Oh! Eu queria estar morta. E dói, dói parir o bebê. [Soluçando:] está morto. Eu sei que o bebê está morto. Oh! Eu sinto a intensa enxaqueca novamente. [Gritando:] Dói! Dói! Minha cabeça está rachada, aberta, um racho totalmente aberto. Dói! É horrível! Meus cérebros estão saindo! Está aqui! [Indicando o lugar em sua testa onde ela normalmente tem enxaquecas:] Minha cabeça tem uma fenda aberta aqui. A pedra... a pedra esmagou minha cabeça. Eu queria estar morta. Parece que eu deveria estar morta, mas, por alguma razão, não estou. Oh Deus! Dói tanto!

Depois da sessão, Lenka me contou o quanto ela sempre teve medo de ter uma criança, o que, de repente, começou a fazer sentido depois de reexperienciar este episódio. Ela tinha ficado grávida cinco vezes. Dois haviam sido abortados, enquanto os outros três terminaram em aborto natural.

Os resultados desta regressão foram espetaculares. Dentro de alguns dias as enxaquecas e as dores intestinais caíram pela metade. Depois de algumas semanas e mais algumas sessões, as dores de cabeça tinham desaparecido quase completamente. A depressão começou a melhorar e Lenka se livrou de todos os seus medicamentos para dores, tranqüilizantes e comprimidos para dormir.

6.2 Samskaras não se manifestam apenas na mente

Neste capítulo, nós veremos como algumas samskaras não apenas se manifestam por emoções e reações mentais, mas também por desordens no corpo físico.

No último capítulo nós vimos que em meditação profunda, samskaras, freqüentemente, criam dor física em várias partes do corpo, e que em ISIS, semelhantes spots dolorosos são experimentados. Mas em ISIS, a situação é diferente. Ao invés de sentirmos a dor sem jamais perceber o que está atrás dela, uma energia dinâmica é ativada, a qual revela a samskara atrás do spot. Na maioria dos casos, a dor pára assim que o cliente se conecta com a emoção e as circunstâncias relacionadas a samskara. Esta reconexão permite ao cliente neutralizar a samskara liberando sua carga emocional.

Estas experiências são de grande interesse, porque elas permitem que os clientes percebam por eles mesmos, o quanto as samskaras podem "agarrar" o corpo físico. A intensidade das manifestações físicas durante algumas regressões é tal que os clientes não podem ter muita dúvida sobre a interligação das samskaras e o corpo físico. No exemplo acima, Lenka não podia acreditar que, simplesmente, apenas colocando energia em um ponto em seu peito, eu pudesse reproduzir suas enxaquecas e cólicas exatamente da mesma forma que ela sentia normalmente. Era uma demonstração clara que algo diferente de apenas fatores físicos estavam causando seus problemas.

O conceito de doenças psicossomáticas que significa a possibilidade de complexos mentais criando desordens físicas, não é novo. A introdução da regressão em explorações psicossomáticas oferece um modo direto de achar a fonte real da desordem, freqüentemente, bem além dos traumas da primeira infância. Por conseguinte, esta técnica permite liberações profundas e curas. A essência da regressão é voltar para as origens. Como nós veremos, uma cura nunca pode ser considerada realmente completa

uma vez que não se tenha lidado com a origem da doença, não importando o tipo de terapia utilizada.

Antes de atacar a difícil pergunta de determinar qual a proporção de doenças que podem ser decorrentes de samskaras, vamos primeiro examinar os mecanismos através dos quais uma samskara cria uma desordem física. Se olharmos o padrão que emerge da regressão de Lenka, vemos que é bem semelhante àquelas emoções, que já estudamos, relacionadas à samskaras, que, por natureza, tendem a repetir a mesma mensagem "eternamente". A natureza deles é similar ao condicionamento. Se você foi abandonado e se você quase morreu por causa disto, a samskara tende a colocá-lo em situações onde o mesmo drama de rejeição é vivido de novo e de novo. Se você se sentiu excessivamente alienado em uma vida passada, porque você era aleijado, suas samskaras o farão sentir-se alienado aqui e agora, sem qualquer razão lógica atual para isto. Muitos bloqueios samskaricos agem como funções pré-gravadas. Contanto que eles não sejam eliminados, você permanece preso em uma retomada infinita destes papéis.

Se analisarmos o caso de Lenka, nós podemos ver que este segue, exatamente, o mesmo padrão. Quando praticando a regressão, eu observei que, freqüentemente, a perda de uma criança, principalmente próximo ao parto, deixa algumas das samskaras mais profundas possíveis. Como a samskara que se manifestou na vida de Lenka, em seu medo de ter crianças. Também o momento de forte dor emocional, quando estava presa debaixo da pedra, resultou em uma depressão séria que nada parecia aliviar até que ela passasse pelo processo de regressão.

Porém, o episódio traumático inicial não só consistiu de uma aflição emocional; mas foi acompanhado de uma terrível dor física. O crânio dela foi quebrado, aberto pela pedra, e ela suportou as dores do parto nas condições mais repugnantes. Nesta vida presente, quando esta samskara era reativada, a depressão de Lenka começava. Não era só a dor emocional que era trazida à superfície, mas também desordens físicas. Lenka começou a reviver o trauma de sua cabeça através das enxaquecas, e as dores do parto através da cólica intestinal. O esquema é idêntico àquele descrito para padrões emocionais, mas com uma dimensão física somada. Um sofrimento do passado se sobrepõe no presente. Embora Lenka não pudesse perceber isso antes de passar pelo processo de ISIS, suas desordens físicas eram nada mais que uma retomada de circunstâncias do passado.

Do ponto de vista médico, é essencial entender que a origem da enfermidade de Lenka tinha pouco, ou nada a ver, com seus intestinos. Nós permaneceremos muito mais fiel à verdade se chamarmos a dificuldade de Lenka de uma "dor de barriga", ao invés de uma desordem intestinal. Aconteceu que, no caso dela, alterar a química dos intestinos, era o modo mais direto para a samskara reproduzir a dor do parto. Mas a samskara também poderia ter se expressado criando a mesma dor em outro órgão, por exemplo criando uma desordem na esfera ginecológica, desde uma tensão pré-menstrual até um problema no endométrio, ou mesmo câncer. Esta é tipicamente uma situação onde, uma atitude rígida de prática médica, que enfoca um único orgão, seja intestino, útero ou o que for, perde completamente o ponto e se prova incapaz para provocar qualquer melhoria duradoura.

6.3 Acidentes acontecem por acidente?

No caso que acabamos de examinar, nós vemos uma cliente sentir quase a mesma dor que a do episódio que originou a samskara, mas expressando-a através de um órgão diferente e em circunstâncias de vida diferentes. Porém, em alguns casos, o paralelo entre as circunstâncias relacionadas a samskara e à doença física nesta vida, é ainda mais óbvio. Em particular, o significado de muitos acidentes é percebido bem diferentemente depois de passar por um processo de regressão. Este é um pequeno exemplo dentre muitos outros semelhantes a que eu encontrei em minha prática.

Estudo de caso –

Lucie, 44 anos, sofria há muito tempo de uma sensação incômoda em sua virilha esquerda. Era uma sensação sutil, algo entre uma dor e uma tensão. Nenhum médico conseguira achar qualquer coisa patologicamente errada com ela, embora ela sentisse que havia algo errado. A regressão seguinte aconteceu enquanto trabalhava na virilha esquerda.

Qual a sensação que você tem de seu corpo, grande ou pequeno? – Eu o sinto bem grande; e muito forte. Um homem GRANDE. Ele está totalmente enfurecido. Está no meio de uma batalha, como nos tempos medievais. Há pessoas e corpos em todos os lugares. Ele está lutando com algo muito pesado, um tipo de cacete, ou talvez uma espada. É extremamente pesado. Ele está completamente furioso. Ele está rugindo e está se movimentando como um louco. Ele sente que nada pode detê-lo, ele irá matar a todos eles!

[Então, o cliente, de repente, grita, como que em dor.] Ah! Algo o pegou na virilha. A dor é terrível. Ele cai de joelhos.

Eu posso vê-lo deitado de costas. Ele não consegue se mexer. Tem algo perfurando sua virilha , como um pedaço de metal. Pode ser uma seta.

O que está acontecendo ao redor dele? – É uma sensação de distanciamento. A batalha continua, mas é como se eu a escutasse de longe. Eu estou deitado de costas, imobilizado com aquela coisa na minha virilha. Agora a batalha acabou. Eu posso ver corpos em todos os lugares. É noite. Ele está paralisado, ele não consegue continuar. Ele está metade dentro, metade fora de seu corpo, como se estivesse pregado a ele pela seta em sua virilha.

Ele fica lá por muito tempo? – Parece muito tempo. Ele sabe que está morto e que não é certo permanecer lá. O corpo dele está começando a apodrecer. Mas ele não consegue ir embora. A virilha o segura. Coincidentemente, Lucie tinha tido um acidente quando tinha aproximadamente 30 anos (mais ou menos quinze anos depois que ela tinha começado a sentir a dor sutil na virilha, de forma que o acidente não podia ser responsabilizado pelo desconforto nesta área). Ela foi atropelada por um carro no quadril esquerdo, e sofreu múltiplas fraturas. Não é insensato querer estabelecer um vínculo entre este trauma e a ferida do guerreiro medieval. A próprio Lucie fez a conexão assim que esta sessão de ISIS acabou, "A dor na virilha dele era exatamente como a minha, quando eu tive meu acidente."

Desde quando eu comecei a praticar regressão , eu tenho me surpreendido por várias ocasiões onde acidentes coincidiram com um trauma semelhante, descoberto pelo cliente enquanto reexperienciando um episódio de vidas passadas. Sabendo que leva anos para construir um campo para o câncer se desenvolver em seu corpo, não é difícil conceber como o manas/mente pode fazer a sua parte. Mas em um acidente de carro, quando alguém quebra o quadril em uma fração de segundos, não é tão fácil conceber que a mente possa estar envolvida! Entretanto, qualquer mecanismo de sincronicidade pode estar envolvido, dúzias de exemplos semelhantes sugeriram que não é por casualidade que algumas pessoas quebram o braço esquerdo preferivelmente à perna direita, ou o nariz no lugar do sacro. Pelo contrário, muitos acidentes parecem acontecer como se o trauma estivesse pré-gravado, e como se a pessoa estivesse inconscientemente – mas justamente, atraindo o desastre. Nestes casos, enquanto que a samskara não seja neutralizada, continua atraindo problemas, da mesma maneira que uma lâmpada atrai mariposas a noite.

6.4 Dores diferentes, mesmo meridiano

Nesta seção, olharemos como diferentes desordens físicas podem aparecer de vida para vida ao longo da linha do mesmo meridiano de acupuntura.

Estudo de caso –

Sophia tem 41 anos e sofre de uma forte dor ciática na perna direita (meridiano zu-shao-yang). Os cirurgiões lhe deram uma advertência terrível – a menos que operasse, ela poderia terminar em uma cadeira de rodas. Porém, ela se recusou a fazer qualquer forma de cirurgia, e decidiu se curar através de outros meios. Essa é uma passagem de uma regressão chave, que mudou o curso de sua doença.

O que você está sentindo agora? – Sinto frio, muito frio. [Embora fosse um quente dia de verão em Sydney, Sophia está tremendo de frio, e pedindo mais cobertores.] Eu estava na água, mas agora eu cheguei na orla. Não há ninguém lá. Eu estou todo só. Estou assustado, e com frio. É um lugar enorme. A praia parece não ter fim. Eu posso ver o céu.

Você pode ouvir algum som? – Sim, as ondas.

Alguma dor? – Nada além de uma dormência. Eu não consigo caminhar. Estou sentando com minhas pernas estiradas, mas eu não posso me levantar. Minha perna direita parece completamente entorpecida. Eu me sinto agitado. Primeiro eu pensei que fosse medo, mas agora é mais como sentimento de impotência. Eu não sei o que fazer! Eu não posso ficar lá, não está me levando a parte alguma. Mas ao mesmo tempo, eu não posso me mexer também, por causa de minha perna. Eu gostaria de estar com os outros, no navio. Eu não posso me lembrar do que aconteceu exatamente, como eu cheguei lá. É um marinheiro; e ele está paralisado. Ele simplesmente não consegue mexer a perna direita.

A sensação na perna é semelhante à que você sente hoje [em sua vida australiana atual, no século vinte]? – Sim. A dormência que sinto na praia é exatamente na mesma área em que sinto a dor ciática atualmente [meridiano zu-shao-yang].

É idêntico? – Não é a mesma dor, mas o sentimento atrás de ambos é exatamente o mesmo.

Quando você tem a dor ciática, você também sente algo semelhante ao homem na praia? – Sim, desespero. Porque minha dor parece não ter fim nunca. Ele também se sentia desesperado porque não teve jeito dele escapar daquele lugar. O sentimento é o mesmo.

Quando você sente o desespero nesta vida [presente], é seu ou dele? – Parece mais dele. De fato, é completamente dele.

Neste exemplo, percebemos que a dor violenta atual da cliente não era parte do episódio original. Tudo que o marinheiro estava sentindo era um entorpecimento na perna. Entretanto, a localização da dor de Sophia permanecia no mesmo lugar (a linha do meridiano zu-shao-yang no lado externo da coxa e da perna). E tinha a emoção que acompanhava, isto é, o desespero impotente.

Embora a cliente não apresentasse os mesmos sintomas que os do marinheiro encalhado, ela teve a sensação de um sabor em "comum" que une os dois. Isto é bem característico de dores físicas que persistem de uma vida para outra. Em casos semelhantes, clientes fazem, freqüentemente, comentários como, "não é a mesma dor, mas a sensação atrás dela é a mesma" ou "é a mesma vibração." Tais ocorrências em regressão são um sinal extremamente favorável; elas indicam uma grande chance de melhoria. Elas mostram que o cliente contactou uma samskara que está embaixo da dificuldade física. É então provável que uma melhora aconteça uma vez que a samskara seja liberada.

Depois desta regressão, a dor ciática começou a diminuir significativamente, mas não totalmente. Mais alguns episódios relacionados a mesma samskara ainda estavam para serem descobertos antes que uma cura final pudesse ser alcançada. Essa é um das regressões que se seguiram.

No começo da regressão, Sophia parece estar sentindo muita dor. Ela está se mexendo erraticamente e pulando, como se estivesse lutando contra inimigos invisíveis.

O que está acontecendo agora? – Eu posso ver pessoas sentadas ao redor do fogo. Alguém pegou uma vara em brasa. Ele usa isto para me queimar lá. [Sophia indica um ponto na lateral de seu pé direito.] Eu estou sentada, e eles estão me segurando. É o mesmo sentimento desesperançoso. Eu estava tentando me defender, e então eu deixei de lutar. [Sophia fica quieta de novo.]

Por que? – Eu sei que eles não estão fazendo isto para me ferir. Eu sei que eu tenho que passar por isto. Assim, eu tento permanecer quieta. Parece um charuto... agora eu não sinto mais a dor. O charuto ainda está lá, mas a dor é muito menor. Eles fizeram isto como um tratamento, porque eu estava ferida. O homem com o charuto era algum tipo de médico.

Há alguma semelhança entre esta dor e sua dor ciática? – Oh, sim, muito parecida! Entretanto, era no pé, não na perna. [Nesta vida de presente,] eu nunca sinto dor em meu pé.

O que se parecem estas pessoas? – Não são grandes. Cabelo escuro, curto. Eles estão morando no deserto. Há algumas mulheres com eles. Eles riem com suavidade de mim e eles me dão algo para beber. Eles dizem que eu tive muita sorte deles me acharem e me tratarem. Foi um acidente. Algo atingiu o meu quadril. Um camelo. Eu fui chutada por um camelo, e eu estava deitada no deserto, completamente impotente, impossibilitada de me mover. Sempre é a mesma impressão – eu não consigo me mover, como se eu fosse morrer lá. É um desespero abrupto.

Nesta regressão havia um elemento significante; o ponto indicado pela cliente em seu pé era o ponto de acupuntura zu-shao-yang 41. No episódio, a dor no pé era sentida bem ao longo da linha deste meridiano. A dor ciática que Sophia tinha sentido durante anos estava no mesmo meridiano, mas na coxa e a perna, não no pé. Isto estabelece uma continuidade interessante entre os diferentes episódios – todos eles acontecem ao longo do mesmo meridiano de acupuntura, mas em partes diferentes e com modalidades diferentes. Este padrão não é incomum; eu observei isto em vários clientes. Algumas pessoas parecem repetir doenças ao longo do mesmo meridiano de uma vida para outra.

Esta sessão trouxe uma melhora adicional, mas foi apenas após mais algumas regressões que uma cura final foi alcançada. Aqui é outro episódio importante experimentado por Sophia.

Onde você está agora? – Estou caminhando, eu estou caminhando! Eu os deixei e eu vou sozinha.

Quem são eles? - A tribo. Eles queriam que eu ficasse com eles, mas não era direito. Sou eu, mas sou eu no futuro, não nesta vida. Eu vacilei muito tempo, e eles estavam me pressionando para ficar com eles. Como pressão social, o peso de hábitos e tradição. Eu tive que ficar com eles e ser como eles, entretanto eu ousei partir. Me sinto tão livre! Eu estou caminhando, eu estou correndo ao longo das colinas em um vale. Agora que eu tomei minha decisão, minhas pernas se sentem completamente livre. Eu não tenho que estar como eles. Eu posso ser apenas eu mesma, não importa o que eles pensem. Eu sei que eu nunca vou voltar.

Ao término deste processo de ISIS a dor ciática de Sophia, tinha desaparecido completamente, sem qualquer forma de tratamento médico, e depois nunca reapareceu. Ela não só podia andar por horas na mata, mas também carregar troncos e fazer parte de projetos de construção. Ainda que os cirurgiões tivessem identificado previamente tal dano através de uma radiografia de sua espinha, eles tinham lhe dado um prognóstico sombrio, até mesmo com cirurgia. Este exemplo mostra como seria errado acreditar que ISIS pode melhorar apenas condições de tipos psicossomáticos, e não desordens físicas.

6.5 Nenhuma correspondência direta entre desordem física e samskara

Até agora, foram examinados só exemplos com uma conexão óbvia entre a samskara e a desordem física. Entretanto, é importante entender que em muitos casos, o que é sobreposto pela samskara é bem diferente da impressão original. Em outras palavras, a dor ou dificuldade geradas por uma samskara aqui e agora podem ser de uma natureza diferente daquilo experimentado quando a samskara foi contraída.

Estudo de caso – David, um paciente aidético de 34 anos.

O que você está sentindo? – Estou caindo no espaço. Eu não tenho um corpo, eu apenas estou em um espaço escuro e caindo.

Onde isso o leva? – A um lugar estranho. Você vai lá antes de nascer. Você pode ver o que está acontecendo na Terra de lá. Eu posso ver como eu vou ter que entrar em um útero e toda aquela bagunça. Eu simplesmente não quero ir. Eu só quero ficar lá, no espaço, mas não tenho escolha. Eu tenho que ir, mas não quero. Eu não quero entrar na bagunça. Eu não quero nascer.

Você às vezes sentiu a mesma coisa, durante sua vida? – Eu acho que, no fundo, isso sempre esteve comigo, o sentimento de não querer estar aqui.

Diga-me, qual é a diferença entre aquele sentimento e um desejo de morte? – Eu não acho que tem muita diferença! Lá no fundo eu sei que o único modo para sair daqui é morrer.

Você quer dizer que tem vivido todos estes anos com um desejo de morte na mente? – Mm, sim, eu acho que sim. [David riu e então ficou calado durante um minuto.]

O próximo passo do processo de regressão teria sido achar a fonte do desejo para não estar em Terra, em outras palavras, a impressão traumática da qual o desejo de morte se originou. Porém, esta foi a primeira e última regressão de David. Ele teve que ser hospitalizado antes do nosso próximo encontro, e morreu alguns dias depois.

A síndrome "Eu não quero estar na Terra" está longe de ser rara. A regressão mostrou que um grande número de pessoas carrega tais padrões samskaricos com elas, e só encarnam no útero da mãe com muita relutância. Em muitos casos, porém, estes padrões não se manifestam como um desejo de morte e não criam nenhuma doença maior – só uma falta de motivação e uma relutância para se envolver em ocupações mundanas.

Vamos ser claros, eu não estou sugerindo que regressão possa curar AIDS! Se eu fosse tirar qualquer conclusão deste estudo de caso, é que, se um paciente carrega um desejo de morte maior, seja a doença que for, eu não vejo como uma solução final pode ser trazida ao problema sem lidar com o desejo de morte, independente de outros tratamentos. Uma vez que uma doença tenha aparecido no corpo físico, apagar o condicionamento mental negativo pode não ser suficiente para provocar a cura. É então bem sensato usar formas de tratamento que melhorará o estado físico. Mas um tratamento físico seria por si só suficiente? É razoável esperar curar uma doença sem

lidar com sua causa? E até mesmo se tal cura fosse possível, seria uma medida final ou apenas uma medida paliativa antes do problema real reaparecer em outro lugar?

6.6 Pode alguém curar uma doença sem tratar da sua causa?

Primum non nocere, "Em primeiro lugar, não faça as coisas se tornarem pior," este era um princípio essencial da medicina de Hipócrates. Hoje em dia, infelizmente, este parece ter sido esquecido. Os medicamentos convencionais modernos visam libertar os pacientes de seus sintomas. Ainda, se considerarmos o fato de que alguns destes sintomas podem ser usados pelo corpo em uma tentativa de corrigir desordens mais profundas, então suprimir o sintoma necessariamente não ajuda o paciente. Se a causa real (a qual pode não ter nada a ver com o sintoma aparente) não é tratada, o que acontece ao paciente uma vez que o sintoma é "curado"? Esta pergunta é particularmente pertinente no que diz respeito às doenças relacionadas à samskaras.

Suponha que uma desordem física é devido a uma samskara. A carga emocional da samskara acha uma saída temporária por um sintoma físico. Suponha que o paciente esteja tomando comprimidos que matam os sintomas sem lidar com a samskara. O que acontecerá? A samskara terá que achar uma nova saída para expressar sua carga emocional. Isto se manifestará por outros sintomas, mental ou físico, que pode terminar sendo pior que o problema original! Cedo ou tarde, novas desordens aparecerão, possivelmente com uma intensidade muito maior, pois a liberação natural da carga emocional foi bloqueada. Isto significa que você pode não estar ajudando, necessariamente, seus pacientes livrando-os de seus sintomas, se você não lhes dá uma chance para estabelecer um contato com as samskaras atrás destes. O estudo de caso seguinte é típico de uma história médica que poderia ser infindável, se a samskara atrás disto não tivesse sido neutralizada.

Estudo de caso –

Alexander tem 27 anos e sempre foi muito saudável, com exceção de uma acumulação de problemas todos localizados na mesma área: o lado direito do abdômen. Com oito anos, ele começou sofrendo de uma dor reincidente na área ilíaca direita. Um dia, repentinamente, a dor piorou intensamente, e um cirurgião decidiu que, provavelmente, era um caso de apendicite. Alexander se submeteu a uma operação a troco de nada, pois o apêndice provou ser perfeitamente normal. Entretanto, cinco dias depois da operação, a cicatriz abriu novamente, e uma Segunda operação foi necessária. Uma grande cicatriz resultou, o que piorou os problemas de circulação de energia na área.

Cinco anos depois, exatamente a mesma dor reapareceu, mas muito mais intensa. Desta vez, todos os cirurgiões concordaram que, realmente, parecia ser apendicite – apesar do fato de que o apêndice já tinha sido cortado fora. Foram feitos vários testes para se tentar achar uma causa, mas sem qualquer sucesso.

Com vinte e quatro anos, o rapaz teve um violento ataque de cólica renal, sempre do lado direito. Ele acabou até expelindo uma pedra, e confirmando a diagnose de pedra nos rins.

Embora as diagnoses dos cirurgiões tivessem mudado com o tempo, este rapaz sempre sentia que era a mesma dor que continuava voltando. A intensidade, às vezes era maior, às vezes menor, mas o sabor da dor era exatamente o mesmo. Este mesmo sabor

foi identificado imediatamente quando ele reviveu a experiência de ter sido mortalmente ferido.

O que você está sentindo? – Desespero. Desta vez eu não vou lutar. Eu estou pronto para morrer. Eu posso vê-los chegando. É tão fácil, eu só espero um segundo ao invés de atirar. Eles atiram primeiro. É como se eu já estivesse fora do meu corpo e olhasse a situação de cima. Eu posso ver o homem atirando, e a bala viajando inacreditavelmente lenta, e alcançando meu corpo. A dor em meu lado direito, é minha velha dor, exatamente a mesma. Me puxa de volta para meu corpo, durante um segundo. Tudo fica preto. Eu não consigo ver nada depois disso.

Depois de mais quatro regressões no mesmo episódio, as dores desapareceram e nunca mais voltaram.

6.7 Samskaras e a gênese da doença

Neste capítulo, olhamos alguns exemplos de desordens físicas que foram causadas através de samskaras. Isto obviamente conduz a perguntas como "todas as doenças são devido a samskaras?" e "quais doenças podem ser curadas por regressão?"

Nosso corpo físico é um instrumento extraordinariamente bem-construído e durável, considerando que nós não tomamos muito cuidado com ele, e que normalmente leva mais de meio século antes de se arruinar. Em termos de robustez, não muitas de nossas realizações tecnológicas podem competir. O corpo também é capaz de muitos ajustes. Por exemplo, a pessoa pode viver muito bem só com dez por cento de um rim, e um pulmão é suficiente para uma existência próspera. Para ficar doente, normalmente, não é o bastante um único fator, mas uma acumulação de causas, algumas internas e algumas externas.

Seria insensato, e um pouco dogmático, negar a importância de fatores externos na gênese de doença. Se seu corpo absorve mais que uma certa quantidade de radiação, ou de uma fonte nuclear artificial ou devido à depredação da camada de ozônio, é bem provável que venha a manifestar câncer. Se você ingere certas toxinas, você cria danos no tecido do corpo irreversíveis, e assim por diante. Não obstante, pode ser que alguns destes fatores externos acontecem porque você os atrai. Por exemplo, nós vimos que é possível que acidentes não aconteçam completamente por casualidade. Nós também sabemos que quando há uma epidemia, algumas pessoas não ficam doentes, embora se exponham ao germe. Claramente, alguns fatores individuais modificam grandemente sua sensibilidade para com as causas externas da doença.

Seria extremamente difícil tentar determinar de uma maneira científica a parte influenciada por samskaras na origem de doenças. Embora, hoje em dia, na esfera da biologia e psicologia, algo é declarado científico se funcionar em ratos e se a pessoa possa produzir estatísticas sobre isto. Apesar de que, ratos também têm samskaras. E assim, provavelmente, você poderia fazer estatísticas em regressão. Mas há uma necessidade óbvia de novos modelos de entendimento no campo da vida científica para compreender por que as pessoas podem reagir tão diferente à condições externas semelhantes. O material que emerge na regressão, certamente, traz muitos elementos para responder esta pergunta. Do que foi visto em relação a samskaras, nós podemos tirar as seguintes conclusões:

1) algumas samskaras criam desordens físicas, e não apenas funcional. Todos os tipos de doenças podem ser o resultado da influência de samskaras, de simples enxaquecas até câncer.

2) uma vez que uma samskara gerou uma desordem física, a última adquire sua própria força, e não desaparecerá, necessariamente, apenas lidando com a samskara. Então, parece lógico implementar qualquer tratamento físico apropriado que possa ser requerido. Mas tratar de desordens físicas sem lidar com as samskaras atrás delas não resolverá os problemas do paciente; podendo torná-los ainda pior.

3) na maioria dos casos, leva muito tempo antes de uma doença se desenvolver a partir de uma samskara. Durante anos, a desordem é puramente funcional, ou há apenas um "sentimento incômodo" em algum lugar do corpo, sem qualquer outro sintoma. O quanto antes o problema for confrontado, maior a chance de se acabar com a desordem física apenas liberando a samskara, sem a necessidade de qualquer outro tratamento.

4) sentir um spot em qualquer lugar de seu corpo não indica que uma doença surgirá um dia nesta área em particular! Primeiramente, a maioria das samskaras nunca gera qualquer doença ou desordem física. Secundariamente, se eles criam algum tipo de doença, o "spot" onde uma samskara é sentido durante a regressão ou meditação é localizado freqüentemente em uma área diferente da desordem física.

A acumulação de samskaras no corpo astral alcançou um nível que poderia facilmente ser chamado de "neurose coletiva". Nossa sociedade está doente com samskaras, e à beira de um desastre. Através de uma erradicação sistemática das samskaras pela regressão, inúmeros problemas futuros – mentais e físicos – poderão ser evitados.

Que tipo de doenças podem ser curadas através de regressão? Assim como acontece com a maioria das formas de cura, a eficiência não depende tanto do tipo da doença, mas do tipo do paciente. Regressão não requer que você acredite em vidas passadas, mas exige uma mente aberta e uma certa determinação para enfrentar problemas ao invés de tentar escapar deles. Ficar doente é a forma que muitas pessoas usam para evitar de olhar para a origem de seus conflitos internos. Se for este o caso, o sucesso só poderá vir quando o paciente estiver pronto para conhecer e assumir os conflitos – e não é todo mundo que está pronto para fazer isso.

Eu vi a regressão trazer resultados espetaculares em uma grande variedade de desordens físicas, de problemas de pele até tumores abdominais, de incontinência urinária até certas formas de paralisia. Eu testemunhei muitas melhoras que pasmaram médicos da mesma categoria ou os fizeram fingir que nada tinha acontecido, porque os resultados eram incompatíveis com o entendimento que eles tinham da doença. Porém, eu, certamente, não apresentaria a regressão como uma panacéia, porque eu também vi a regressão ser ineficiente para trazer alívio físico para muitos outros pacientes que sofriam exatamente dos mesmos tipos de doença.

Para concluir este capítulo, pode ser interessante ponderar sobre um fato simples que eu tenho observado ao longo dos anos. Quando trabalhando com ISIS, os clientes

que parecem passar pelas curas mais espetaculares normalmente são aqueles que não usam a técnica com a finalidade de se curar, mas para se conhecerem.

CAPÍTULO 7

O FIM DAS SAMSKARAS

7.1 Transformando serpentes em cordas

Um resultado significante de ISIS é se dar conta da presença e da ação das samskaras. Entendendo os mecanismos das samskara e analisando seu comportamento emocional, você identificará certos padrões. Então, através da ISIS, várias samskaras, totalmente desconhecidas, serão reveladas. Serão trazidas de volta à sua consciência algumas impressões traumáticas de seu passado, e você poderá, imediatamente, fazer conexões com emoções presentes e comportamentos condicionados. O simples fato de ver como um mecanismo errado opera em sua mente já faz metade do trabalho de neutralização. A samskara ainda está lá e sobrepõe suas emoções em sua consciência – mas você pode ver isto acontecer, e então isto se torna um problema muito menor.

Há muitas razões porque isso acontece. Quando a fonte de uma dor não pode ser reconhecida, a dor tende a aumentar automaticamente. Suponha que você está em uma praia e você vestiu sua camiseta depois de nadar. De repente, você sente uma pontada de dor no lado esquerdo do peito. É tão intensa que você perde a respiração e tem que se sentar. Imediatamente você começa a pensar em um ataque cardíaco ou alguma outra doença terrível, e uma cadeia de associações se segue – hospital, seguro de saúde, e assim por diante. O desespero toma conta! Então, um minuto depois, você percebe, de repente, que uma vespa ficou presa dentro de sua camisa, e que a dor vinha do fato de ter sido picado. Isto traz alívio imediato! O "dano sofrido" é exatamente o mesmo, mas seu sofrimento diminui pela metade. A razão é simples; alguns segundos atrás você teve um ataque do coração, e agora você apenas foi picado por um inseto. Embora a dor física seja exatamente a mesma, seu sofrimento diminui grandemente.

Um exemplo clássico da tradição hindu ilustra este padrão de comportamento. É uma história contada por muitos mestres, de um texto de Vedanta chamado o Ashtavakra-Gita. Esta "Gita" recebeu este nome em razão do grande sábio Astavakra, que era aleijado oito vezes, (asta = oito, vakra = retorcido), e ainda era um dos grandes professores de felicidade eterna de seu tempo. Astavakra usou o exemplo de uma serpente que cria grande tumulto durante uma reunião. Quando a serpente foi descoberta, a multidão foi tomada pelo pânico; todos começaram a gritar e correr em todas as direções. Então, repentinamente, alguém descobre que a serpente não é uma serpente, mas uma corda enrolada! Imediatamente, a agitação pára. Tudo volta ao normal, e as pessoas começam a rir de suas próprias reações.

Cada vez que você é afligido por uma emoção, o fato de ver a samskara atrás dela, altera completamente sua perspectiva, como quando a serpente se torna uma corda, ou como quando o ataque cardíaco transforma-se em uma picada de inseto. Não é seu chefe ou seu namorado que estão sendo cruéis, não é o mundo que está tentando ferí-lo deliberadamente. É apenas um pequeno mecanismo interno que está repetindo sua mensagem pré-gravada. É uma samskara, e nada mais.

Porém, uma mera compreensão intelectual destes processos não vai ajudar muito. Uma pessoa que tenta aplicar este princípio sem a experiência direta da regressão

(ou algum outro modo metafísico de conscientemente explorar impressões samskaricas profundamente arraigadas) seria como um homem que, enfrentando uma serpente, tenta se convencer que: "não é uma serpente, é uma corda." O empreendimento inteiro se transformaria em um escárnio. O que você precisa é ser capaz de ver as samskaras e se reconectar a elas conscientemente, o que é exatamente o que a ISIS te permite fazer, porque a mágica (maya) das samskaras é tal que você pode enganar a si mesmo, mas você não pode enganá-las. Uma vez que você não percebe que a serpente é uma corda, a corda o morderá da mesma maneira e tão violentamente quanto a serpente o faria. É através da prática de técnicas como ISIS e assistindo suas reações durante suas atividades diárias que você se libertará, e não apenas lendo livros sobre o tópico.

O exemplo da serpente e da corda também lhe permite entender por que as crianças jovens são tão vulneráveis às emoções. A mente lógica delas ainda não é desenvolvida. Quando algo lhes acontece, elas não têm nenhuma possibilidade de racionalização – nenhuma barreira protetora; portanto, cada vez que elas confundem uma corda com uma serpente, não há nenhuma maneira de trazê-las à luz da razão. A situação pode ser bem inocente, mas para elas é como se a vida tivesse sido ameaçada. Elas só podem entrar em pânico, como você faria se fosse atacado por alguma criatura desconhecida no meio da noite e não tivesse nenhuma maneira de escapar ou se defender. Isto explica porque circunstâncias secundárias podem criar grandes samskaras em jovens crianças.

7.2 Samskaras são ridiculamente pequenas

Há outra razão porque ver samskaras, automaticamente, neutraliza muito sofrimento; não importa quão grandes as emoções que surgem deles possam ser, as samskaras, por si mesmas, não são mais que minúsculas sementes, ridiculamente pequenas comparadas aos motins que elas geram em sua consciência. Os impulsos que surgem das samskaras são ampliados artificialmente pelo corpo astral, como quando uma imagem é refletida sem fim por um jogo de espelhos. Não fosse por este mecanismo, os motins emocionais simplesmente não poderiam acontecer, ou pelo menos, eles nunca alcançariam a mesma intensidade.

As técnicas de ISIS visam alcançar uma percepção direta das samskaras como sementes no corpo astral. Antes que você possa tremer de raiva ou qualquer outra emoção, uma onda tem que vir de uma samskara. Vamos nos lembrar mais uma vez a seqüência que nós descrevemos previamente: estímulo > samskara > reação/emoção.

No centro de nosso método de regressão está a habilidade para perceber as ondas de emoção que saem da semente, ou samskara. Isto requer o desenvolvimento de qualidades novas. Para começar, você tem que aprender a perceber como as samskaras se fazem sentir em seu corpo de energia. Este é um dos primeiros resultados obtidos pela prática da ISIS – você claramente sente sua samskara como "spots" em várias partes de seu corpo de energia. Esta percepção não é nem vaga nem etérea, mas tão tangível quanto a percepção do calor ao colocar sua mão perto do fogo. De repente, as samskaras deixam de ser teoria, e você pode senti-las por si mesmo.

Outra qualidade essencial que precisa ser desenvolvida é uma certa consciência durante as atividades diárias. Qualquer que seja seu método de desenvolvimento espiritual, sem o cultivo da consciência, nada decisivo pode acontecer. Se você tentar trabalhar em suas samskaras sem observá-las quando elas o manipulam, a briga estará

perdida de antemão. Uma parte chave do processo é observar suas próprias reações em várias situações de sua vida.

Isto não significa que você tem que suprimir suas emoções. Este método não te pede que deixe de ser bravo, gritar com seus amigos, ou quebrar pratos. Mas sempre que passar por estas rotinas diárias, o que você tem a fazer é estar ciente, o que significa observar a si mesmo se tornando emocional e sentir a samskara atrás da emoção. É requerida uma vigilância persistente durante suas atividades diárias. Neste trabalho de consciência, você não precisa ver porquê e como a samskara se originou. Você não precisa reexperienciar o episódio durante o qual foi impresso. Tudo que você precisa é sentir a semente da samskara em seu corpo de energia – o spot – e sentir a onda emocional que vem dela.

Este processo não requer dons especiais ou percepção sobrenatural, mas requer uma forte perseverança. Isso implica que a toda hora, minuto após minuto, você observe suas reações em relação às pessoas e situações. Se você persistir nesta direção, gradualmente, será capaz de ver as ondas emocionais em fases cada vez mais próximas de quando elas acabam de surgir das samskaras – uma grande realização. Você então descobrirá que entre o desencadeamento da samskara de raiva e o momento em que você começa a quebrar pratos, existe um longo caminho a seguir. O problema é que, se você não tivesse feito o trabalho de se tornar consciente, todas as reações que conduzem desde a ativação da samskara à quebrar a louça teriam acontecido tão depressa, que você não teria percebido coisa alguma. Observando suas reações sistematicamente, você se dá conta de várias fases intermediárias, durante as quais a emoção é ampliada artificialmente.

Uma grande descoberta é que a onda emocional, se você pudesse vê-la assim que sai da samskara, é inacreditavelmente minúscula. É apenas uma pequena vibração, quase sem qualquer sabor emocional preso a ela. Então vem toda a magia (maya) de seu corpo astral para super ampliar esta micro-vibração em uma emoção formal, e te fazer reagir e fazer todos os tipos de coisas que você nunca escolheria fazer se fosse movido apenas por seu próprio livre arbítrio. Além disso, muito desta amplificação não é nem mesmo devido ao que é relacionado a própria samskara; mas sim devido a uma espécie de hábito de seu corpo astral. O corpo astral aumenta vibrações emocionais; é o modo como foi condicionado a atuar. Além do mais, tudo acontece tão depressa, que você nem mesmo percebe o que está acontecendo.

A situação fica bem diferente se você sistematicamente pratica "estar ciente". Cada vez que a emoção vem, você pode vê-la evoluir, fase por fase. Você pode antecipar cada fase, mesmo enquanto o processo está acontecendo: "eu estou sentindo o spot da samskara, logo, eu sei que, em breve, vou sentir a vibração que vem dele. Agora eu estou sentindo a vibração, e eu sei que vai crescer. Agora a vibração cresceu, portanto eu sei que eu vou começar a sentir a emoção. É isso, o primeiro matiz de raiva está aparecendo em minha mente. Agora está crescendo, eu posso sentir a vibração de raiva alcançando meu sangue e fluindo por ele; só um pouco mais e eu vou começar a gritar. É isso, eu estou gritando e estou tremendo. Eu vou começar a jogar os pratos em breve."

Claro que, uma vez que sua consciência se torne tão refinada, é altamente improvável que você alcance a fase de jogar os pratos tão prontamente. Sob observação

constante, muitos padrões emocionais repetitivos ficam tão insuportáveis que eles acabam sumindo. Você se vê sempre reagindo do mesmo modo: "Agora eu vou sentir isso de novo. E então eu vou dizer as mesmas palavras, mais uma vez. E então eu vou fazer isso novamente", e assim por diante. Se você percebe que tem sido carregado por emoções destrutivas só depois que elas acontecem, não há muito o que você possa fazer a respeito. Mas se você se dá conta enquanto está acontecendo, a situação é bem diferente.

Outro resultado importante de estar ciente é que aquele mecanismo de amplificação pelo corpo astral, simplesmente, não pode acontecer. Vamos olhar mais uma vez para a representação do diagrama dos corpos sutis que introduzimos no Capítulo 4.

O estímulo é recebido pelas sensações do corpo físico, transmitidas pelo corpo etérico, e alcança o corpo astral. Então, a ação da samskara é fazer o impulso evitar a camada de autoconsciência. Uma cadeia de reações acontece dentro de seu corpo astral, o que corresponde aos mecanismos de amplificação que nós acabamos de descrever. Porém, se a camada de autoconsciência não é evitada, então o esquema fica completamente diferente. O corpo astral perde sua supremacia, e muito de sua "química" é automaticamente neutralizado pela luz do Eu Superior. Isto significa que se sua autoconsciência é forte o suficiente, então as reações mecânicas do corpo astral perdem o poder, automaticamente. O ponto fraco do corpo astral é que ele só pode operar livremente se você não estiver ciente. Quanto mais auto-ciente você se torna, o que significa que quanto mais você envolver o veículo do topo de nosso diagrama, ao receber sensações e percepções do mundo, menor será a chance do corpo astral te manipular como um boneco. A liderança do Self se manifesta e o poder do condicionamento cai.

Deve ser acentuado novamente que, neste processo, nenhuma supressão de emoções é efetuada. Se algumas emoções deixam de acontecer, não é porque você está fazendo algo que as bloqueie. É porque o maya delas deixou de acontecer. De qualquer maneira, qual é o valor de uma emoção que desaparece assim que você se dá conta dela? Se uma emoção desaparece apenas olhando para ela, não pode ser muito real. Este é outro modo de compreender a diferença entre emoções e sentimentos. Quando um sentimento surge dentro de você, quanto mais ciente você está dele, mais forte este se tornará. Quando uma emoção surge, quanto mais ciente você se torna, mais rapidamente ela tende a desaparecer. Se você puder experimentar isto inúmeras vezes por si mesmo, a natureza ilusória e artificial das emoções reacionais se tornará tão clara que sua visão do que é real ou irreal em sua psique mudará completamente.

Vamos tentar entender mais precisamente a diferença entre visão clara e supressão, no que se refere às ondas emocionais. Quando uma emoção surge de uma samskara, é bem pequena e inocente. Quanto mais forte a consciência do Self, menor será a chance desta minúscula vibração florescer em uma reação maior, com uma descarga de adrenalina, etc. Apenas permanece como é, e diminui. Ao invés de se transformar em um elefante, permanece do tamanho de uma barata. Supressão corresponde a um mecanismo bem diferente: a vibração floresce em uma emoção, raiva, por exemplo, e então você esconde a raiva ao invés de expressá-la. O problema maior é

que, provavelmente, esta energia de raiva cause aquele tipo de destruição dentro de você que os mestres Vedânticos compararíam a um elefante furioso em seu quintal.

7.3 Reação versus consciência

O esquema que acabamos de descrever sugere que em qualquer fase do desenvolvimento de uma onda emocional, você pode reagir ou pode estar ciente, mas não ambos. Tem vezes que você não está ciente, e aí, as reações seguem seu curso mecanicamente. Mas quando você está ciente, a cadeia de reação pára. A vibração original que surge da samskara não floresce em uma emoção completamente-madura, mas dissipa com suavidade. Claro que no princípio, a situação nem sempre estará tão clara. Em vários casos, você estará ciente de que está reagindo, mas mesmo assim, a reação em cadeia ainda seguirá o seu curso até certo ponto, e as emoções reacionais ainda acontecerão.

Neste processo, há um conflito entre duas partes diferentes de você: por um lado, autoconsciência, e por outro lado, o corpo astral e suas respostas automáticas. Quanto mais a luz do Self brilhar em sua autoconsciência, mais ela neutralizará as reações químicas errôneas geradas por seu corpo astral. Entretanto, há um círculo vicioso, porque é justamente as samskaras que impedem a luz do Self de brilhar! Assim, o processo de libertação é duplo: por um lado, reforça a consciência do Self, e por outro lado, diminui o poder da mente reacional através de neutralização do maior número de samskaras possível. A primeira parte corresponde aos vários processos de meditação, iniciação, rituais, e assim por diante, enquanto a segunda pode ser trabalhada através da ISIS.

De um modo super simplificado, você poderia dizer que no princípio do trabalho, o estado consciente só consiste das reações do corpo astral sem autoconsciência. Ao término do trabalho, a autoconsciência do Eu Superior irradiará livremente, pois as reações do corpo astral foram erradicadas, e substituídas pelos sentimentos. Durante o processo deste trabalho, várias proporções de autoconsciência e reações estarão presentes e interagindo.

7.4 Liberando a carga emocional

Para enfraquecer o "apego" da mente reacional, uma coisa se provará particularmente potente – a liberação das cargas emocionais associadas a um número limitado de samskaras extremamente poderosos. Algumas samskaras são dotadas de energias emocionais devastadoras, mesmo porque elas foram impressas durante circunstâncias dramáticas – se você foi torturado, por exemplo, ou se você viu seu filho morrer na sua frente – ou porque circunstâncias traumáticas o pegaram quando você estava especialmente vulnerável, como no caso de uma criança jovem que não tem a proteção de uma mente racional, e aumenta desproporcionalmente a natureza real de alguns eventos. Essas samskaras maiúsculas estão estocadas com cargas emocionais que elevam o nível de tensão em toda a camada astral.

Se você examina o modo pelo qual a mente reacional opera, você verá que tudo responde a uma lei de polaridades. Um ponto em comum de todas as emoções é que elas ou o atraem para algo, ou o repelem disto. Uma emoção nunca é neutra; sempre tem uma polaridade que o empurra em uma direção ou outra. Esta poderia ser uma boa definição de emoção: uma polaridade astral que compele ou repele. Do ponto de vista do corpo astral, não é a direção que importa, mas o fato de que há uma polaridade, uma

carga. Basicamente, para o corpo astral, não importa se você ama ou deseja alguém ou se você o odeia e despreza. O que importa é a intensidade com que a carga interna é sentida, e quanto, irresistivelmente, você é levado a amar ou odiar.

Isto nos leva à discernir duas razões diferentes do porquê uma emoção toma conta de você. Claro que, há a samskara em particular que é ativada e reage pela emoção; e atrás desta samskara há um certo acontecimento de sua infância, ou de suas vidas passadas, ou ambos. Porém, outra razão essencial também é a "voltagem" geral de seu corpo astral. Quanto mais samskaras maiúsculas você tiver, mais as suas cargas emocionais alimentarão todo a as suas outras samskaras, o que te fará reagir violentamente. Conseqüentemente, assim que você começar a liberar suas principais samskaras, sua vida emocional ficará consideravelmente mais simples e muito menos fora de controle. Isto é porque a tensão geral, a "voltagem" do corpo astral cai significativamente.

Uma conseqüência adicional é que um problema emocional nunca pode ser considerado independente de toda a camada emocional. Se você grita com seu sócio, provavelmente não é apenas devido esta samskara relacionada a uma emoção de raiva, mas também à vários monstros que vivem nas suas profundezas. É a carga destas mega-samskaras que alimenta sua raiva. Então só uma abordagem global, lidando com a mente reacional como um todo, pode trazer melhoras reais.

Conforme sua visão se expande, você irá perceber que a situação é complicada ainda mais pelas interações com o seu meio. Não são só as cargas emocionais de suas próprias samskaras principais mantém a voltagem de seu corpo astral artificialmente alto, mas também as das pessoas com quem você vive e trabalha. Esta influência não deve ser exagerada, porque só é ativa dentro de certos limites. Além disso, não é saudável culpar seus vizinhos por seus próprios períodos de altos e baixos. A história espiritual está cheia de pessoas que alcançaram liberdade metafísica nas circunstâncias mais adversas. Não obstante, o corpo astral não é uma camada diferente da do corpo físico, e recebe impulsos emocionais e energias de nosso ambiente. Mais uma vez, este nível de compreensão não deveria ser usado como uma desculpa, e então, todo mundo ainda permanece responsável pelo modo com que se comporta. Pois se seu corpo astral fosse completamente transformado, não seria afetado através de ondas astrais coletivas desorganizadas. Ainda assim, isto pode lhe dar pistas sobre porque você pode começar a se sentir deprimido de repente, ou "pesado" quando certos eventos mundiais, que causam angústia em larga escala, acontecem.

7.5 Abertura metafísica

Tendo discutido quão necessário é limpar o corpo astral e suas muitas samskaras para alcançar a liberdade espiritual, agora é hora de enfatizar a declaração inversa. Se o trabalho lida apenas com samskaras, acaba dando volta em círculos. Se você só enfoca as emoções, sem nunca experimentar estados mais altos de consciência, então você pode acabar trabalhando com as suas emoções para sempre e nada mais. Isto, claro, não só se aplica a regressão, mas para qualquer forma de psicoterapia ou exploração psicológica.

Nós discutimos como, se você medita sem lidar com suas samskaras de um modo sistemático, o maior risco é alcançar uma certa altura e nunca ser capaz de ir além dela, porque você está amarrado a samskaras como um barco numa âncora. Mas, se você faz o oposto, e só trabalha em samskaras sem meditar e desenvolver estados mais

altos de consciência, então você alcançaria uma certa profundidade das emoções e aí estagnaria. Você clarearia alguns bloqueios emocionais, você solucionaria alguns assuntos, e então você entraria em um beco-sem-saída porque o seu estado de consciência ficaria necessitando de uma luz superior para trabalhar mais a fundo. Há uma relação direta entre o quão alto você pode ascender e o quão profundo você pode descer. Uma vez que você não entre em contato com qualidades mais altas de consciência, é extremamente difícil alcançar as camadas mais profundas do corpo astral e suas principais samskaras.

O problema é insidioso porque você pode estar completamente bloqueado no seu processo espiritual e ainda assim ter muitas liberações emocionais, o que pode dar uma falsa impressão de que você está progredindo. Você, provavelmente, conhece algumas pessoas nessa situação. Eles são pegas em alguma forma de terapia emocional e parecem nunca estarem aptas para sair dela. Elas se tornam cada vez melhores em expressar suas emoções, elas podem chorar cada vez mais, gritar cada vez mais alto. Elas continuam assistindo seminários nos quais elas "se purificam muito". Mas dez anos depois, elas ainda estão trabalhando em bloqueios emocionais semelhantes, assistindo a seminários de terapia e "se purificando muito" – nada de fundamental mudou na vida delas. Isto significa que o trabalho delas é totalmente horizontal. Elas exploram assuntos relacionados ao mesmo nível de suas mentes cada vez mais, e nunca conseguem ir mais fundo.

Ao se trabalhar com samskaras, um fato jamais deveria ser esquecido – samskaras são infinitas! Não é limpando um número grande de samskaras que você chega em algum lugar, mas limpando algumas localizadas em níveis cada vez mais profundos, até alcançar a fonte real de todo o apego da mente reacional. Isto não pode acontecer sem o contato regular com estados superiores de consciência do Self, o que normalmente implica em alguma forma de meditação. Isto não só se aplica à regressão, mas à qualquer forma de psicoterapia ou exploração psicológica. Se uma abertura metafísica não acontece em determinada hora, o processo continuará eternamente, sem alcançar uma resolução final dos problemas. Fundamentalmente, não é a nível emocional que podem ser resolvidos problemas emocionais, mas por uma abertura metafísica.

Conseqüentemente, para acontecer uma transformação real da psique, uma forma exclusiva de trabalho psicológico é insuficiente. Quanto mais você incorporar uma dimensão metafísica ao trabalho, maiores serão as chances de uma abertura acontecer. Um ponto chave sobre as técnicas de ISIS é que elas te levam a várias experiências de expansão da consciência, na qual a reexperiência de episódios de vidas passadas são apenas um subproduto. Por exemplo, as técnicas de ISIS lhe permitem viajar longe no espaço interno e espreitar mundos intermediários, nos quais você esteve entre a morte e o nascimento. Elas também permitem o contacto com anjos e o reconhecimento da influência de várias criaturas não-físicas. Tudo isso cria um despertar de sua visão espiritual. Para entender o que faz com que as pessoas mudem no processo de ISIS, é importante compreender que o despertar da visão interna é pelo menos tão importante quanto a neutralização de samskaras. A visão superior te permite continuar o processo de exploração psicológica de um modo vertical. Ao invés de vagar eternamente ao redor do mesmo tipo de assunto, ela te permite mergulhar nas camadas mais profundas do corpo astral, e alcançar experiências metafísicas do Self.

Claro que quanto mais cargas emocionais você conseguir neutralizar, melhor. Limpar samskaras trará melhorias definitivas para todos os aspectos de sua vida: física, mental / emotional e espiritual. Porém, por si mesmo, limpar samskaras não é suficiente. Se você quiser tirar o maior benefício das técnicas ISIS de regressão, deve estar ciente que o propósito dela é bem maior do que apenas lidar com samskaras. ISIS o levará a várias jornadas em sua trilha no tempo, a mundos diferentes e planos de consciência. Uma maturação profunda de seu ser espiritual e de sua visão interna será o resultado desta experiência. Elas provocarão aproximadamente, tanta mudança em você quanto a limpeza mecânica de algumas samskaras, se não mais.

Até onde se diz respeito à transformação espiritual, não há nenhuma causalidade direta. Ao lidar com tarefas materiais do dia a dia, você pode preparar listas de problemas e pode resolvê-los um por um. Como resultado, você empreende progressos. Você pode constatar como a resolução de cada problema te ajudou a avançar. No trabalho espiritual, entretanto, o progresso está longe de ser tão mecânico. Surgem problemas e você trabalha para limpá-los, mas as mudanças reais não parecem vir como uma conseqüência direta de um processo particular. Você se compromete com várias práticas, e em algum momento, percebe que você ficou diferente, e que vários de seus problemas passados desapareceram. É freqüentemente impossível determinar quando, como e porquê eles desapareceram. Você passou por uma maturação profunda e ficou diferente, lentamente. Você mudou para uma qualidade diferente de ser, e nesta nova condição, você, simplesmente, não consegue mais achar os problemas de ontem. Você percebe que os problemas que você tinha eram conseqüência de como você era, mais do que qualquer outra coisa. Tendo ficado diferente, estes problemas não estão mais com você.

7.6 O fim das samskaras

O que acontece às samskaras depois que você as neutraliza pela prática da regressão e consciência? Eles não desaparecem, eles permanecem como sementes. Esta já é uma grande melhora – havia vinte e quatro elefantes em sua sala de estar, e você os transformou em vinte e quatro baratas. Isso vai tornar sua vida muito mais fácil. Entretanto, embora neutralizados, as sementes permanecem; e até mesmo se elas desaparecessem completamente, outras apareceriam. Samskaras são como uma onda no mar. "Destrua" uma onda e outra virá, e assim por diante, sempre. Samskaras são infinitas, e como nós vimos, há uma razão muito simples para isto – a natureza real do manas/mente é ser "samskarada". A substância real do corpo astral é feita de samskaras. Gastar sua vida explorando uma samskara depois da outra não faz sentido.

A solução é de uma natureza diferente – entrar totalmente em uma camada diferente de consciência. Você não pode esvaziar um oceano, pode torná-lo menos escuro de alguma maneira, erradicando as principais fontes de poluição. Porém, a resposta verdadeira para o problema é diferente – sair da água escura e começar a viver ao ar livre. Isto significa uma mudança de consciência de emoções para sentimentos, ou em outras palavras, de manas para buddhi, do consciente desavisado do corpo astral para a consciência do corpo astral transformado (o Self-Espírito da terminologia de Steiner) na qual o Self irradia como um sol. Isto corresponde a uma transformação alquímica pela qual o corpo astral é substituído pelo corpo astral transubstanciado.

Esta transformação é gradual, e por um longo período, a mente reacional e suas samskaras ainda estão lá, mas eles se tornam cada vez menos importantes. A mente

reacional, progressivamente, perde a capacidade de te segurar com suas rotinas mecânicas. Sua autoconsciência cresce em intensidade e presença, até o ponto onde, já não estará sendo obstruída pela mente reacional, a autoconsciência se torna a consciência do Self.

Conforme a transformação acontecer, gradualmente, você perderá sua capacidade de sofrer. Um presente bonito que você pode dar às crianças é lhes ajudar a aprender a diferença entre dor e sofrimento. Na condição humana presente, dor é inevitável. Uma vez que você habita um corpo físico, você tem que experimentar dor de vez em quando. Sofrer é de uma natureza diferente. É uma reação do manas/mente que aumenta a dor, somando a ela vários enfeites emocionais e vibrações. Em muitos casos, a dor é apenas passageira; mas se alguém desejar, sempre pode somar à ela e pode sofrer mais – não há limite. Este conhecimento pode ser comunicado facilmente às crianças jovens. Por exemplo quando elas se ferem um pouco, tente encenar um sofrimento terrível. Role no chão por diversão, grite ruidosamente e diga, "estou sofrendo, estou sofrendo" usando todos os seus recursos melodramáticos – elas entenderão a mensagem. A ironia, claro, é que os adultos fazem a mesma coisa o tempo todo em outro nível, quando eles continuam aumentando vibrações insignificantes em emoções enormes.

Um das lições de ISIS é que mesmo se a dor for inevitável, o sofrimento não é; e pode ser completamente erradicado. Este não é um ideal metafísico distante, mas uma meta realizável que você pode muito bem se propor, se estiver preparado para pôr o método em prática com perseverança. Se você combinar ISIS com o observar de suas reações sistematicamente, não demorará muito para que uma parte significativa de seu sofrimento diminua, tendo sido exposto como um apego desnecessário da mente.

CAPÍTULO 8

LEMBRANDO VIDAS PASSADAS

8.1 Por que nós não nos lembramos de nossas vidas passadas?

Antes de analisar os mecanismos pelos quais podemos nos lembrar de vidas passadas, vamos ver por que a maioria das pessoas, sob circunstâncias habituais, são impossibilitadas de se lembrar delas.

Primeiramente, as pessoas não são capazes de se lembrar da maioria de seus sonhos. Se isto acontece, como poderíamos esperar que elas se lembrassem de suas vidas anteriores? Fundamentalmente, as razões pelas quais as pessoas não se lembram de suas vidas passadas ou de seus sonhos são as mesmas. Para entender completamente esta situação, vamos recapitular alguns detalhes de anatomia sutil, quer dizer, o conhecimento dos corpos sutis que constituem a totalidade de um ser humano.

1) todo o mundo está familiarizado com o corpo físico – o que os cirurgiões podem abrir e podem cortar. Este é feito dos nutrientes que nós comemos, a tradição Vedantica chamou-o de anna-maya-kosa , o "envelope- feito-de-comida".

2) além do corpo físico, existe o corpo etérico, feito de energia vital que é chamada de Qi na medicina tradicional chinesa, e de prana na literatura Sanscrita. Conseqüentemente, o nome prana-maya-kosa , significa "envelope-feito-de-prana", dado a esta camada em Vedanta. Da mesma maneira que a água penetra uma esponja,

assim o envelope de prana, ou corpo etérico, penetra o corpo físico por inteiro, e também se estende um pouco além dos limites deste.

Uma vez que você esteja vivo, seu corpo físico e etérico nunca se separam. Então, podemos considerar a ambos como uma estrutura individualizada, que para nosso propósito será chamado de complexo inferior.

3) além dos corpos físico e etérico, está o corpo astral, camada de manas/mente, ou mente reacional, na qual as emoções e a maioria de nossos pensamentos acontece. Como foi discutido anteriormente, as samskaras repousam no corpo astral.

4) o Ego está no centro de todos os outros corpos. Em uma fase mais adiante, quando lidando com processos alquímicos mais avançados, eu farei distinções claras entre Ego, Self e Espírito. Mas no contexto deste livro, estas distinções não teriam qualquer uso prático. Assim, podemos considerar as palavras Ego, (ou Ego Superior), Self (ou Eu Superior) e Espírito como sinônimos e se referindo à chama imortal que é o núcleo dos seres humanos.

É importante notar que o corpo astral e o Ego estão muito juntos. Pode-se até dizer que o Ego está enroscado na rede do corpo astral. Por isso que, quando você fecha seus olhos, a menos que você tenha passado por um caminho de auto-transformação, você não pode separar o que, em sua consciência, vem da mente e o que pertence ao Self. Você pode saber intelectualmente que você tem um Eu Superior, e que este Self é o pano de fundo de sua consciência, como uma tela branca na qual vários filmes são projetados. Mas na prática, o Self é escondido pela mente reacional, de forma que é impossível para você conectar diretamente com sua luz. Então, o primeiro propósito de um caminho espiritual é separar o Self do corpo astral.

Até que isto aconteça, citando uma analogia freqüentemente achada na literatura sanscrita, os dois permanecem misturados como leite e água no mesmo copo. O corpo astral e o Ego estão amarrados juntos. Por conseguinte, nós podemos simplificar nossa estrutura de quatro pavimentos dividindo-a em dois:

um complexo superior, feito do corpo astral e do Ego, e que não se separam contanto que você não tenha "achado seu Self";

um complexo inferior, feito dos corpos físico e etérico, e que não separam uma vez que você esteja vivo.

8.2 Cheio de buracos como um coador, ou queijo suiço

O que acontece quando você dorme? O complexo inferior (corpo físico + corpo etérico) fica na cama, enquanto o complexo superior (corpo astral + Ego) parte e vaga em esferas diferentes. Os dois complexos permanecem unidos pelo o que alguns esotéricos chamam de cordão de prata. Assim, os estados de estar acordado e dormindo correspondem a duas direções diferentes tomadas pelo corpo astral. Durante o dia, o corpo astral reconhece o mundo físico pelas sensações físicas do corpo físico. Durante a noite retira-se do corpo físico e dirige sua atividade para os vários mundos astrais que resultam em sonhos e outros estados mais profundos de consciência. Na hora de acordar, o corpo astral deixa a esfera astral e re-entra no corpo físico.

A razão porque nós não nos lembramos de muitos de nossos sonhos e outras atividades astrais noturnas é que na fase atual do desenvolvimento humano, os corpos astrais são vazados como um coador. Estão cheios de buracos, como queijo suiço. Além disso, as pontes de comunicação entre o complexo inferior (corpo físico + corpo etérico) e o corpo astral não estão desenvolvidas corretamente. Então, mesmo se o corpo astral puder reter algumas das experiências da noite, as memórias correspondentes têm pouca chance de passar e alcançar sua consciência desperta.

Em sua condição presente, o corpo astral está, dolorosamente, necessitando de estrutura, e até mesmo, necessitando de unidade. Parece um conjunto de remendos mal remendados. Nós poderíamos comparar isto a um quebra-cabeça, cujos pedaços não se ajustam um ao outro. Cada pedaço do quebra-cabeça tem sua própria samskara e suas próprias emoções, desejos, atrações e antipatias. Cada pedaço corresponde a uma faceta diferente de sua personalidade. Em termos de vidas passadas, cada um destes pedaços foi forjado em períodos diferentes de seu passado, sob a influência de várias experiências de vidas passadas.

Na prática, significa que como um ser psicológico, você é feito de partes, cada uma com seu próprio sabor, seu próprio passado e seus próprios desejos. Por exemplo, uma parte de você pode amar ler livros sobre espiritualidade, enquanto outra parte está interessada em jogar nos cavalos, e ainda outra em viajar ao redor do mundo. Cada uma destas partes é um dos "múltiplos" caráteres que constituem sua personalidade. A palavra caráter é bem apropriada, pois em grego antigo significava uma marca impressa, gravada ou estampada, como em uma moeda ou um selo – o que se ajusta muito bem aos mecanismos que nós descrevemos sobre samskaras. Neste contexto, poderíamos definir caráter como um conjunto de samskaras impressos em um pedaço particular do corpo astral, e trabalhando para satisfazer seus próprios desejos de acordo com seu próprio passado.

O drama da vida é que cada destes caráteres trabalha para si mesmo e não se preocupa com o desejo das outras partes. Por exemplo, a parte que ama jogar não se preocupa com a sabedoria descrita nos livros que seu caráter espiritual acumula. Assim a interrelação dos caráteres o colocarão, freqüentemente, em dolorosas situações contraditórias. Cada caráter é como um ditador potencial que visa assumir sua vida e transformá-la de acordo com seu próprio gosto e desgosto. Por exemplo, o "leitor" em você não se importaria em transformar sua casa em uma biblioteca gigantesca, enquanto que o "jogador" amaria vê-lo trabalhar como um repórter de esporte. O único interesse comum compartilhado pelos caráteres é alienar seu Self tanto quanto possível, porque se o Self começasse a comandar, significaria o fim de qualquer possível supremacia para eles. Por conseguinte, a realidade de vida para a maioria das pessoas é que o Self é anestesiado e mantido dormente no fundo, enquanto diferentes caráteres lutam pela supremacia.

8.3 O mosaico explodido

O que acontece quando você morre? O complexo superior (corpo astral + Ego) se separa do inferior (corpo físico + corpo etérico), da mesma maneira que quando você dorme. Mas neste momento, o cordão de prata será quebrado, e o complexo inferior é abandonado. O corpo físico começa a apodrecer, e o corpo etérico desintegra na camada etérica global do planeta. Seria inexato acreditar que o complexo superior vai e viaja em

mundos espirituais e volta da mesma maneira que é, depois, talvez, de uma pequena limpeza e alguns melhorias feitas por anjos, para uma encarnação nova.

A realidade da situação é dramaticamente diferente. Quando a maioria das pessoas morre, o corpo astral delas se transforma em caos, devido à falta de unidade que descrevemos. A multiplicidade dos caráteres não é apenas funcional; mas reflete o fato de que a estrutura real do corpo astral é um mosaico, ou retalhos mantidos juntos artificialmente desde que você esteja vivo. Quando chega a hora de morrer, esta ilusão de unidade se dispersa. A fachada da personalidade cai e o corpo astral é experimentado como realmente é – um mosaico explodido.

Na prática isto significa que assim que o cordão de prata se quebre, a maioria dos pedaços astrais vão voar embora, cada um na própria direção, como pássaros que escapam quando você abre a gaiola.

Para a pessoa que acabou de morrer isto é uma experiência bem traumática. Imagine você morto e flutuando no espaço astral purpúreo. Você vê seu caráter "leitor" ir para longe de você em uma direção, o "jogador" em outra, a parte de você que poderia falar japonês em outra... Você é, literalmente, despojado, desmembrado. As partes que eram mais relacionadas ao prazer, sexualidade e instintos movem para os mundos vitais, enquanto suas partes mentais partem para os mundos mentais – e o que permanece? Seu Ego, ou Eu Superior, com algumas sobras retalhadas do corpo astral. Então, o Ego despojado pode começar sua jornada nos mundos do Espírito.

Isto explica o que Gurdjieff quis dizer quando ele disse que para a grande maioria dos seres humanos, não faz sentido falar sobre reencarnação, simplesmente porque eles não têm um corpo astral. Mais de noventa e nove por cento dos seres humanos têm um corpo astral que não é nada além que um grupo de borboletas. Claro que estas pessoas reencarnarão, mas o que exatamente reencarnará? O Eu Superior, o que é precisamente a parte que elas nunca se deram conta durante suas vidas, e que não tomou realmente nenhuma parte nas suas atividades. Quase tudo o que elas consideravam como sendo "elas" desintegrará e retornará para o pó astral. Não é de se espantar que elas não serão capazes de se lembrarem de muita coisa na próxima vida, uma vez que elas perderam a maioria da substância astral na qual foram registradas as impressões desta vida. Gurdjieff resumiu esta situação nitidamente dizendo, "O pó retorna para o pó".

8.4 Branco como a real cor de luto

Infelizmente, todos os pedaços astrais não retornam ao pó astral. Muitos deles tendem a permanecer como são e aderem aos seres humanos viventes tentando perpetuar a atividade deles.

Esta explosão do corpo astral explica porque o costume hindu tradicional era usar só branco e fazer um semi-jejum, evitando, principalmente, proteínas, durante as semanas que se seguiam à morte de alguém na família deles. Os hindus consideram que algumas das mais baixas partes vitais do morto podem tentar aderir a outros membros da família de um modo parasitário. Usar branco, a cor da pureza, e evitar carne e grãos, é considerado como medidas protetoras para diminuir a possibilidade de tal "infestação". O costume ainda é observado, até mesmo em partes modernas e educadas da Índia.

Uma teoria bem parecida pode ser achada na sabedoria tradicional chinesa. O Po corresponde às mais baixas partes vitais de um ser humano e é dito que permanece na Terra depois de morte, enquanto o Hun , feito de partes mais espiritualizadas, sobe para o céu. O Po pode aparecer para os familiares ou amigos até mesmo como uma réplica assustadora do morto, horas ou dias depois que este faleceu. O paralelo com várias histórias de fantasma é óbvio. Uma análise detalhada destes mecanismos pode ser achada em meu livro, " Entities, Parasites of the Body of Energy " (Entidades, Parasitas do Corpo de Energia).

8.5 Esquecimento devido à falta de presença

Vamos agora nos concentrar na parte que não é aniquilada. O Self, ou Ego é a chama eterna em um ser humano e permanece intacto enquanto passa pela transição de morte. A pergunta é, o que mais persiste? Quais são os mecanismos pelos quais algumas partes astrais se perdem, enquanto outras permanecem fixadas ao Self e seguem-no em sua jornada entre a morte e o próximo nascimento?

O assunto é importante, pois as partes astrais que persistem e acompanham o Ego serão o núcleo de sua personalidade na vida seguinte. Depois da morte, o Ego atravessa várias camadas astrais, e então parte para os mundos Espirituais. Depois de ficar nestes mundos, volta à Terra através dos mundos astrais. É enquanto atravessa estas camadas astrais no seu caminho de volta para a Terra que o Ego coleta a matéria de seu corpo astral futuro. As partes astrais que o Ego manteve ao seu redor agem como um núcleo, juntando substância astral de acordo com suas próprias tendências – que resultará em gosto e repugnância, como também o potencial emocional e mental na vida seguinte. Assim, o que quer que seja que se mantenha vinculado ao Ego depois de morte influenciará o que nós seremos em nossa próxima vida.

Antes de tentar entender como algumas recordações podem ser mantidas no núcleo astral central ao redor do Ego, vamos ver primeiro como a maioria se perde. Enquanto se executa a grande maioria das ações em suas vidas, as pessoas estão totalmente desatentas. Nós tendemos a passar mecanicamente por nossas atividades diárias. Nós falamos um verdadeiro propósito. Fazemos coisas até sem saber que estamos fazendo. Nós não estamos realmente presentes em quê estamos fazendo. Mesmo se praticássemos estarmos conscientes, porções inteiras de nossos dias podem decorrer antes que recobremos nossa linha de consciência. Em resumo, nós não estamos vivendo nossa vida, nós estamos dormindo nossa vida.

Em termos de corpos sutis, isso significa que o Ego não tem nenhuma participação nestas ações. Percepções sensoriais são recebidas no corpo astral, nos pedaços do quebra-cabeça astral. Então, estes pedaços reagem mecanicamente de acordo com seus próprios gostos e antipatias, expressando suas próprias samskaras. As ações reacionais são executadas como que mecanicamente, e a participação do Ego é evitada. Tudo permanece na periferia da camada astral. Nada é impresso perto do Ego, simplesmente porque o Ego está ausente do acontecido. Como o Ego pode se lembrar do episódio se não está envolvido nele? Aqui repousa a razão principal para o esquecimento do Espírito: falta de consciência. Em termos de impressão astral, não há nada além do pó que, mais tarde, retornará ao pó.

8.6 Recordação tipo 1 – intensidade

Há algumas situações onde este esquema de esquecimento não se aplica. Suponha que você está descansando na margem de um rio e um crocodilo aparece inesperadamente e te ataca. É bem provável que você vai ficar muito ciente por um momento. Imagine… Você estará por inteiro envolvido nesta situação, você estará totalmente presente. Será impressa qualquer emoção que você possa sentir, junto com sensações e percepções, nas camadas mais profundas de seu corpo astral. Este clímax de consciência fará com que seu Ego emirja por algum tempo de sua inatividade. Haverá uma entrada do Ego no mundo físico e simultaneamente, uma entrada de informação em suas camadas astrais mais profundas. Um pacote inteiro de percepções, sensações e emoções serão armazenadas perto do verdadeiro núcleo da sua arquitetura interna. A trilha deixada em seu corpo astral por tal "pacote emocional" realmente pode ser considerada como uma samskara principal. Devido à profundidade da impressão, todas as condições serão reunidas para que você mantenha este fragmento astral perto de seu Ego, até mesmo depois do despojamento da morte, e isso voltará para você em sua próxima vida.

Assim, a primeira categoria de recordação de vidas passadas é feita de várias experiências que compartilham uma característica comum – intensidade. As experiências extremamente dolorosas pertencem à esta categoria. Sempre que você experimenta um clímax de dor física ou emocional, você, automaticamente, se torna intensamente consciente. Porém, não só um tipo de dor é necessário para gerar intensidade. Por exemplo, se você vê a terra aparecer ao longe depois de cruzar o Pacífico em uma balsa, ou se você tem sucesso de repente conquistando o que você quer depois de anos de esforço, a intensa elação do momento afiançará uma impressão profunda, a fonte de possíveis memórias futuras. Isto explica porque muitas regressões de vidas passadas desvendam intensos episódios.

8.7 Recordação tipo 2 – aberturas espontâneas

De vez em quando, sem qualquer influência do mundo externo, o Eu Superior emerge e vêm à superfície. Um despertar espontâneo e temporário acontece. Pode ser experimentado como uma revelação interior, num desses momentos raros, límpidos, no qual você pode ver a eternidade. Você se senta por um momento, com uma sensação intuitiva de sua natureza eterna e de sua vastidão. Mas a experiência não tem que ser grandiosa, pode ser, simplesmente, um momento mágico, alguns segundos durante os quais o coração explode com alegria sem causa. Então, o santuário se fecha novamente, porque toda a nossa estrutura não está pronta para manter esta conexão.

Durante este momento de abertura, um vínculo foi estabelecido entre a superfície e o mais profundo, entre a consciência do mundo físico e a consciência do Eu Superior. Os requisitos necessários foram preenchidos para uma impressão profunda o suficiente para durar além do abalo astral que acontece depois da morte. As circunstâncias, sentimentos, sensações e percepções de tal momento são memorizadas além do tempo.

8.8 Recordação tipo 3 – o corpo de imortalidade

A prática constante de consciência vigilante, que é a base de muitos caminhos de auto-transformação, tende a multiplicar as ocasiões em que o Eu Superior é envolvido na vida diária. Isto resulta na multiplicação das sementes para recordação futura.

Em capítulos anteriores nós esboçamos a transformação que conduz de emoções à sentimentos, de manas para buddhi, de reação e condicionamento à espontaneidade do

Ego. Esta metamorfose gradual acontece junto com o desenvolvimento de uma nova camada, um "corpo astral transformado" chamado Self-Espírito por Steiner, e que corresponde ao vijñana-maya-kosa da tradição Vedantica. O corpo astral, morada das samskaras, perde sua predominância e é substituído progressivamente por esta nova camada, na qual o Ego se expressa diretamente. Paralelamente com a substituição de emoções pelos sentimentos, emerge um novo modo de pensamento, que já não é desconectado do Ego, mas irradia-o. O desenvolvimento do corpo astral transformado corresponde ao florescer direto de uma nova consciência interna, conectada com o Eu Superior.

Outra diferença principal entre o corpo astral e o corpo astral transformado é que o corpo astral é feito de partes separadas que constantemente tentam escapar do comando do Ego. O corpo astral transformado, pelo contrário, age em conjunto com o Ego, completamente permeado por sua luz e sua vida. Não pode estar separado do Ego, porque é nada mais que a irradiação do próprio Ego. O corpo astral é feito de pó astral coagulado, enquanto que na matéria do corpo astral transformado o Espírito reside. A substância do corpo astral transformado pode ser realmente considerada o tecido ou essência do Espírito (Self-ness). O Self gera esta substância da mesma forma que a aranha tece sua rede.

Por conseguinte, o corpo astral transformado permanece intacto depois da morte, enquanto que o corpo astral é despedaçado. Dessa maneira, as recordações armazenadas no corpo astral transformado são mantidas para sempre. Assim, do ponto de vista de estrutura, nós podemos discernir dois tipos diferentes de material de vidas passadas: as principais samskaras que foram impressas tão profundamente no corpo astral que continuam vagando ao redor do Self vida após vida; e as recordações do corpo astral transformado que persistem na substância imperecível do corpo de imortalidade.

Entretanto, na prática a situação não é tão simples, porque há um longo período de transição durante o qual a consciência opera em parte no corpo astral e em parte no corpo astral transformado, as proporções dependem do seu nível de desenvolvimento. Estruturalmente, isto resulta em uma rede astral feita de remendos interligados destes dois veículos. Algumas recordações são armazenadas tanto no corpo astral quanto no corpo astral transformado, ou até mesmo metade em um, metade no outro.

Mas não se confunda; no que diz respeito à grande maioria dos seres humanos, o corpo astral transformado permanece um ideal distante. Os mecanismos de recordação de vidas passadas pelo corpo de imortalidade não estão disponíveis, simplesmente porque o corpo astral transformado não é construído. Com exceção das pessoas que, nesta vida ou em alguma vida anterior, seguiram um processo longo de desenvolvimento e adquiriram as primeiras noções de corpo astral transformado. Na grande maioria dos casos, quando uma experiência de vidas passadas acontece, é através das impressões deixadas por samskaras como foram descritas na seção, "Recordação de tipo 1 – intensidade".

CAPÍTULO 9

O CAMINHO PARA RECUPERAR RECORDAÇÕES

9.1 Avançando nas recordações de vidas passadas

Tendo analisado o's modos como algumas recordações são preservadas de uma vida para outra, vamos olhar agora o problema por um outro ângulo; por quais mecanismos pode-se recuperar algumas destas recordações? Como a pessoa pode se lembrar de elementos de suas vidas passadas?

Se há um santuário interno onde as recordações de nosso passado distante se encontram, então este lugar está além de nossa consciência desperta do dia-a-dia.

A vida consciente da maioria das pessoas é limitada à "mente falante", às camadas mais superficiais do corpo astral. Lembre-se do caminho seguido pelo Ego depois de morte: tendo perdido a maioria dos remendos do corpo astral, viaja por várias camadas astrais, e então nos mundos Espirituais. Então o Ego volta aos mundos astrais, juntando matéria astral ao seu redor. O núcleo astral que persiste depois de se despedaçar tem um papel chave para determinar que tipo de substância astral é atraída. O corpo astral transformado, até mesmo no começo, pode influenciar ainda mais na estruturação de um corpo astral harmonioso. Infelizmente, na grande maioria dos seres humanos, o corpo astral transformado é muito pouco desenvolvido e por conseguinte, têm uma participação bem negligível. Dessa forma, é o núcleo sólido das samskaras de existências passadas que têm o papel dominante em atrair o material astral de nosso próximo corpo astral. Este núcleo sólido é, realmente, muito pequeno e cercado de várias camadas.

Depois do nascimento, você aprende a usar sua mente gradualmente, o que significa que você experimenta pensamentos e emoções em seu corpo astral. Mas isto acontece principalmente por estímulos externos. As camadas superficiais do corpo astral são modeladas por fora por sua educação e tudo aquilo que você recebe de seus pais e de sua cultura. Nas camadas superficiais do corpo astral, você opera com os elementos recebidos do mundo externo. Isto resulta em uma polaridade no corpo astral, uma tensão entre os impulsos profundos que vêm das impressões trazidas de vidas passadas, e as impressões colecionadas nesta vida. Uma grande parte de suas habilidades mentais, sensibilidade artística, estabilidade emocional e outras qualidades dependem do quão harmoniosamente o matrimônio acontece entre impulsos internos e externos, quer dizer, entre o material que você trouxe com você e o que você acumula nesta vida presente.

A camada superficial, que significa sua mente consciente, é constantemente influenciada por emoções e várias reações que vêm das samskaras mais profundas. Mas nunca se vê estas samskaras, porque a zona de proteção é muito espessa.

Se você quer se lembrar de suas vidas passadas, você precisa mergulhar nas camadas mais profundas da mente inconsciente. Isto requer uma energia que lhe permite penetrar e alcançar as partes do corpo astral perto do núcleo central do Ego – as partes nas quais são inscritas recordações de vidas passadas. Esta energia desbravafora é a principal diferença entre regressão e outras técnicas de psicoterapia. Por que a psicanálise não conduz a regressões de vidas passadas? Simplesmente porque aos psicanalistas faltam este tipo de energia. Por que tantos iniciados, Cristãos Gnósticos, Hindus e Budistas se lembram de suas vidas passadas? Porque tendo achado o Ego, eles tiveram acesso à esta energia e ao material inscrito perto do Ego. Por que a regressão é muito mais fácil de alcançar agora nos anos noventa do que no final da década de setenta, e por que está se espalhando depressa? Porque devido a um despertar da consciência coletiva, é muito mais fácil ter acesso à esta energia do que era antes.

O fato de que o estado de regressão vem desta energia explica porque, uma vez familiar com as técnicas de ISIS, você tem que fazer muito pouco para regredir um cliente; a energia faz o trabalho por você. Pela mesma razão, você precisa saber muito pouco para ser um bom conector. O que você precisa é ser capaz de se sintonizar e deixar a força agir através de você. Se você sabe muito, então você tem que esquecer tudo o quê sabe. Toda a informação exigida para administrar uma boa regressão está contida na energia, e se você tentar aplicar o que sabe ao invés do que a energia dita, os resultados serão medíocres e você perderá freqüentemente os assuntos mais importantes.

Também explica porque, depois que você administra várias sessões de ISIS, seus clientes começarão a regredir até mesmo antes que você comece a implementar as técnicas. A energia flui por você como um fluxo vivo, não se preocupa com técnicas.

Quem são os melhore clientes para a regressão? Aqueles que podem se conectar com esta energia, que sejam capazes de se abrir e recebê-la, seja jovem ou velho, saudável ou doente. Não importa se eles acreditam em vidas passadas ou não, contanto que eles possam estar abertos. Alguns dos maiores descrentes provaram serem capazes de se conectarem imediatamente, enquanto algumas pessoas que acreditavam muito em reencarnação tendiam a construir expectativas que bloqueavam o fluxo de energia. Suas idéias pré-concebidas não deixaram nenhum espaço para a energia trabalhar.

9.2 O brilho da astralidade

Uma vez que as samskaras são armazenadas em áreas do corpo astral que repousam além do campo habitual de sua consciência desperta, para acontecer lembranças de vidas passadas, um vínculo tem que ser estabelecido entre a mente consciente e estas camadas profundas do corpo astral.

Certos sinais indicam quando esta conexão foi feita. Por exemplo, uma sensação especial surge no quarto. A "atmosfera" muda completamente, como se um flash de energia astral tivesse sido trazido ao seu redor. Se você tem praticado as técnicas indicadas no livro "Despertando o Terceiro Olho", você pode estar familiarizado com alguns dos outros sinais. Em particular, o quarto parece, de repente, mais escuro para seus olhos. Neste espaço mais escuro, as cores parecem mais luminosas, como se cada cor fosse feita de milhares de minúsculos pontos brilhantes. Claro que não é o quarto que fica escuro, mas sua percepção que se abre à "escuridão visível" e se sobrepõem à luz do quarto. Você também pode, algumas vezes, perceber uma sensação característica nos rins, devido à intensa conexão deste órgão com o corpo astral.

Até mesmo se você não está familiarizado com estes sinais, você pode aprender a reconhecer facilmente o "brilho da astralidade" que acompanha o estado de regressão. A energia no quarto se torna repentinamente, "mais densa"; e o "sabor da consciência" fica um pouco semelhante ao do estado de sonho. (Lembre-se de como você se sente quando acorda logo após um sonho.) Isto não significa que regressão e sonhos são semelhantes! Os dois estados são bem diferentes. Entretanto, ambos envolvem um redirecionamento de consciência para as camadas astrais, o que explica porque seus "sabores" estão relacionados.

9.3 O conteúdo de recordações de vidas passadas

Dos mecanismos de recordação de vidas passadas que analisamos no último capítulo, podemos tirar algumas conclusões sobre o conteúdo de recordações de vidas passadas. É claro que temos que nos lembrar de que estamos lidando com um campo que está além dos aspectos ordinários de existência, e portanto no qual não se deve generalizar muito depressa. Com regressão, virtualmente, qualquer coisa é possível! Não vamos então presumir que todas as regressões de vidas passadas, necessariamente, seguirão os padrões indicados abaixo. Entretanto, uma compreensão clara de certos mecanismos permitirá aos conectores serem mais úteis aos seus clientes. A ignorância destes princípios pode conduzir a um acúmulo de enganos que abortam o estado de regressão nos primeiros minutos da experiência.

Vamos voltar para o exemplo do crocodilo feroz que de repente te atacou em uma vida anterior. O que exatamente será armazenado no corpo astral? O conteúdo de sua mente naquele momento, começando com o medo, é claro, e toda a atmosfera emocional ao seu redor – nós poderíamos dizer o "sabor" da situação – os pensamentos que vieram à você, e todas as percepções e sensações do momento: as cores da paisagem, os cheiros do pântano, o sentimento de calor, o contato de suas roupas e o vento em sua pele... um filme como um registro destes momentos com os detalhes mais minuciosos, fora e dentro de você.

Agora, o que não foi armazenado? Todos os elementos de sua vida que não estava em sua mente naquele momento preciso. Por exemplo, seu endereço ou a data, o nome do país, até mesmo seu nome. O primeiro reflexo, ao ser atacado por um crocodilo, não é dizer: "é 1854, eu estou na África, meu nome é Wolfgang e eu sou um explorador."

Outras coisas que não são armazenadas são os julgamentos que você pode ter feito mais tarde, como: "Como eu fui valente!" ou "Como eu fui estúpido!" ou "eu poderia ter feito isto de outra forma." Todos estes comentários de julgamento não puderam ser registrados no "filme", porque eles vieram mais tarde. O processo de gravação pode ser comparado à caixa preta de um avião que registra todos os parâmetros em um momento crítico.

9.4 A arte de dar à luz

Assim sendo, uma recordação de vidas passadas genuína é, normalmente, muito simples. É um pacote de emoções, sensações, sentimentos e imagens relacionadas a um momento particular – o momento no qual a pressão da emoção fez seu Self "reabrir". Tudo foi devidamente registrado e armazenado, e o cliente reexperiencia a cena exatamente como se o crocodilo estivesse na frente dele. Seu corpo pode ter a mesma atitude que na cena, e todas as emoções e sensações são recordadas como se elas estivessem acontecendo aqui e agora.

Entretanto, reexperienciar o episódio está longe de ser traumático, pois o cliente permanece perfeitamente consciente de quem ele é agora, do quarto no qual a sessão está sendo administrada, do colchão no qual ele está deitado, da voz do conector, e assim por diante. Além disso, sempre que se alcança o estado de ISIS, uma certa abertura metafísica acontece, o que adiciona um fundo de serenidade para a experiência. Inclusive, a carga emocional da samskara para o cliente era um fardo pesado, e então, reexperienciar o trauma passado é acompanhado por um grande sentimento de alívio, como se o veneno estivesse sendo eliminado.

Vamos voltar para o modo como o cliente entra na experiência de regressão. Em alguns casos extremos, a cena inteira voltará em um segundo, com todos os detalhes. Mas na maioria dos casos, não voltam todos os componentes da cena ao mesmo tempo. O começo da experiência é gradual, só com alguns detalhes que surgem na consciência do cliente. Por exemplo, o cliente tem um vislumbre de uma emoção e conta ao conector, "eu tenho medo" ou "eu odeio esta pessoa." Ou talvez a experiência começa com uma sensação como sentir frio, e o cliente começa a tremer, até mesmo em um dia quente de verão. Ou o cliente diz, "eu estou sendo chutado nas costelas" ou "há um peso pesado em meus ombros." Estas primeiras impressões são freqüentemente vagas. Elas são a primeira trilha a ser cuidadosamente seguida para recuperar gradualmente, cada vez mais elementos da cena até que o quadro completo é desvendado.

O conector enfrenta uma tarefa delicada; um engano sobre os mecanismos de recordação pode conduzi-lo a fazer para os clientes as perguntas erradas o que pode resultar, possivelmente, na perda da trilha ao invés de aprofundar o estado de regressão. Nesta fase, os clientes estão vagueando entre dois estados de consciência: o estado desperto habitual, e o estado de regressão. Eles estão percebendo só algumas sensações ou detalhes da cena. Eles precisam de um pouco de ajuda para entrar no estado de regressão mais profundamente, e é a função do conector prover esta ajuda, fazendo certas perguntas. Mas as perguntas terão que ser escolhidas cuidadosamente.

Suponha que o conector pergunta, "qual é seu nome?" ou "em qual país você está?" Só irão confundir os clientes, pois nesta fase eles não têm a mais vaga memória de tal detalhe. Eles não estão vendo nem dez por cento da cena ainda. Dessa forma, como eles poderiam saber que país era? Como foi discutido antes, ao ser atacado por um crocodilo, a pessoa normalmente não pondera sobre considerações geográficas. No estado em que eles estão, os clientes simplesmente não podem responder tal pergunta – estes detalhes estão além do alcance. Assim o que acontecerá? Para achar uma resposta, os clientes terão que pensar, o que significa voltar para a consciência mental habitual. Em um segundo eles estarão fora do estado de regressão, e a experiência estará perdida. Pelas mesmas razões, nesta fase frágil, se os clientes não podem responder uma de suas perguntas, não insista; pergunte alguma outra. Mais tarde, quando os clientes estão firmemente estabelecidos no estado de regressão, a situação será bem diferente; se nenhuma resposta é dada a uma pergunta, é mais provável ser devido a um mecanismo de resistência, e o conector tem que insistir.

Nos primeiros minutos de uma regressão, as perguntas certas são as que trazem uma resposta imediata e sem esforço. Elas se referem a elementos que estão ao alcance do cliente, embora ele não esteja, ainda, completamente ciente deles. Por exemplo, "Como seu corpo se sente, grande ou pequeno?" ou "Como você sente ao redor, morno ou frio?" Para responder, o cliente não tem que pensar, mas só sentir. Deste modo, você lhe permite penetrar mais adiante na cena, somando mais elementos gradualmente, até que ele afunde completamente na reexperiência do episódio. No final das contas, o processo não é tão diferente de dar à luz.

9.5 Exemplos bem sucedidos de aprofundamento nas regressões

Estes mecanismos não só se aplicam à recordação de episódios de vidas passadas, mas também para cenas da primeira infância, como mostra o exemplo seguinte.

Estudo de caso – Simone, 52 anos

O começo da sessão foi doloroso e agitado, como se Simone estivesse grávida com a experiência mas incapaz de deixar acontecer. Depois de meia hora de trabalho – deveríamos dizer trabalho de parto? – a atmosfera repentinamente mudou no quarto, e puderam ser sentidas todas as características acima mencionadas sobre o flash da astralidade.

O que você está sentindo agora? – Eu não sei, apenas sinto algo estranho. [Nesta fase, o cliente não pode ver nada do episódio. Mas a experiência está perto, daí o sentimento estranho.]

Sente-se mais como sendo homem ou mulher? – Mm... Nem homem nem mulher. [Esta pergunta é prematura e realmente não ajuda a engajar o processo. Mas as seguintes fazem o clique.]

Parece mais de dia ou de noite? – Noite.

A sensação é de ser grande, ou pequeno? – Pequeno, pequeno... vazio... todo só... [Simone se enrola e cruza os braços dela contra o tórax. Ela está um passo mais adiante na experiência, mas tudo ainda é nebuloso. Pelas perguntas seguintes a situação começa a aparecer claramente a ela.]

O que quer você?- Minha mãe ! Eu quero minha mãe!

Ela está com você? – Não! Não! Não! Eu tenho fome e ninguém está me alimentando. [Simone começa a chorar com soluços enormes e chupar o dedo polegar. De lá, ela pode ver todos os detalhes da cena: a mobília no quarto, a cor das cortinas, etc. Deste ponto, a regressão desdobra mais ou menos por si só.]

Estudo de caso – Homem, 27 anos.

No começo da sessão, um spot muito doloroso é revelado debaixo da escápula de seu ombro esquerdo. Depois de trabalhar naquele mesmo ponto durante alguns minutos, a energia começa a mudar no quarto. A dor desaparece, e o cliente fica muito quieto.

O que você está sentindo? – [Nenhuma resposta. Tudo ainda é extremamente nebuloso.]

Como seu corpo se sente, grande ou pequeno? – Grande.

Você tem a sensação de que está se movendo ou imóvel? – Imóvel.

Em qual posição? – Deitado de costas. Em uma cama.

Você se sente jovem ou velho? – Velho. [Todas estas respostas saem imediatamente e sem esforço, sem pensar. O tom da voz do cliente gradualmente muda, indicando que ele está começando a ter mais certeza do que ele sente. O clique vem através da próxima pergunta.]

Saudável ou doente? – Cansado, muito cansado. É como se eu fosse morrer... e aceitasse isto. Foi bom! Mas ao mesmo tempo eu sinto uma raiva. [O cliente entrou no episódio completamente e de agora em diante permanece nele.]

Há alguma razão para esta raiva? – Eu ia contar algo para meu filho.

Como o que? – Eu ia lhe falar que eu o amo. É como se minha vida tivesse sido perdida, porque eu nunca pude dizer a ele que eu o amei.

Você tem a sensação de estar só, ou com alguém ao seu redor? – Não estou só, tem alguns espíritos ao meu redor.

Como eles são? – Amigos. Eles me conhecem. Eles estão ao redor do meu corpo e estão esperando que eu morra completamente. Eles estão dizendo, "Você passou por isto antes." Eles são como amigos que você não vê durante algum tempo. Mas eu quero falar com meu filho.

9.6 A abertura metafísica

Uma vez que os clientes estão mais firmemente estabelecidos no estado de regressão, podem ser perguntados todos os tipos de perguntas. O modo como cada pergunta é levantada e formulada ainda é importante para a sessão continuar corretamente, mas há muito menos risco da experiência se perder repentinamente.

O conteúdo da consciência dos clientes enquanto no estado de regressão é uma estranha mistura, na qual passado e presente é sobreposto um ao outro. O cliente revive o episódio como se estivesse acontecendo bem na frente deles, sentindo as emoções e sensações correspondentes. É como entrar num outro corpo e ser outra pessoa – contudo esta outra pessoa parece extremamente familiar.

Você pode ter uma sensação desta continuidade quando você recorda como se sentia quando era uma criança. Era um "você" bem diferente, mas há uma certeza interna, além de qualquer possível dúvida, que era você mesmo. Durante a regressão, é uma extensão desta experiência que surge. Você adquire a mesma certeza interna de sua identidade, até mesmo se em vidas passadas "você" é bem mais diferente do "presente você" que o "você" da primeira infância. Mas ainda assim, é o mesmo "você". Esta experiência de identidade é de natureza metafísica e não pode ser entendida completamente contanto que você não passe por ela você mesmo.

Assim, durante uma regressão, nós temos a superimposição de dois "você" – você no passado, e você no presente; pois nas técnicas ISIS de regressão, nenhuma hipnose é usada, nem qualquer dispositivo que visaria diminuir sua consciência presente. Você permanece completamente ciente de você agora, e a qualquer momento

você pode escolher desconectar do estado de regressão e estar só ciente do quarto, seu corpo, e o "presente você".

A superimposição dos dois "você", passado e presente, é uma experiência muito fascinante; porque você mudou. O "sabor" de seu ambiente interno ficou completamente diferente. E ainda é o mesmo você, não pode haver a mínima dúvida. Não importa quanto tempo atrás o episódio pode ter acontecido, se centenas ou até mesmo milhares de anos – a continuidade do Self é inalterada pelo tempo.

Então, aqui está você, em pé no cruzamento do tempo, percebendo, de repente, que "você" pode ser bem diferente do que está acostumado. Você se dá conta que você vive sua vida em uma caixa de fósforo. Você percebe que você tende a limitar sua existência dentro de um alcance limitado de emoções e sentimentos, sempre as mesmas rotinas repetitivas. Ao mesmo tempo você pode ver que não tem que ser assim, porque você é infinitamente mais vasto. A superimposição do passado você no presente você, lhe permite espiar a profundidade incrível de seu Self. É uma imensidade sem fim, uma explosão imóvel. De repente você é . Esta é a experiência principal que a regressão pode te oferecer – e também a mais curativa. Apenas um vislumbre da sua verdadeira natureza pode trazer mais mudanças em sua vida que anos de discussão e análise de seus problemas. Em última instância, a pessoa não se liberta de problemas lidando com samskaras, mas entrando no Self.

CAPÍTULO 10

PERGUNTAS FREQÜENTES

10.1 Por que se concentra em emoções negativas, ao invés de só trabalhar na luz? Não se dá poder para os condicionamentos negativos ao se gastar energia olhando para eles? Por que não apenas ampliar nossa luz?

Suponha que há um rato morto apodrecendo debaixo do seu sofá. Você pode pôr algumas mantas agradáveis em cima do sofá, assim ninguém pode ver o rato. Você pode comprar flores e pode tentar cobrir o fedor com uma fragrância adorável. Então cada vez que você está no quarto, você focará a fragrância adorável para não dar poder ao fedor sujo que vem do cadáver do rato. Mas isso é realmente uma solução?

Outra atitude comum é evitar aquele quarto de agora em diante, e só viver no resto da casa. Muitas pessoas espirituais procedem deste modo; eles constroem cada vez mais luz em certas partes de si e deixam alguns cantos escuros sem nunca nem olhar para eles. O resultado é que a disparidade entre o lado claro e o lado escuro continua aumentando, o que não pode ser completamente satisfatório. Quando algumas pessoas seguem um caminho espiritual e tem a sensação de que estão fazendo "todas as coisas certas", e mesmo assim, a iluminação parece nunca vir, normalmente é porque elas adotaram esta atitude.

Outro problema é que os seres humanos alcançaram uma fase onde há ratos mortos em quase todos os cantos da casa, o que torna a atitude de avestruz cada vez mais difícil de sustentar. Você fica apenas com um armário minúsculo no último andar, no qual você pode se "iluminar" completamente.

Ou talvez você escolherá a atitude do asceta. "Esta casa é pura ilusão; eu sempre odiei isto. Eu estarei em cima do telhado e nunca voltarei para esta bagunça." Então

você pode se iluminar completamente em seu telhado, e não ter que se preocupar sobre os cadáveres dentro da casa. Mas então, é isto! Você está morto para o mundo, você está fora dele. A única coisa que você pode fazer para outros seres humanos é lhes ensinar também como deixar a casa e ser iluminado no telhado.

A perspectiva da alquimia interna é diferente, visa transformar os veículos de consciência. Visa um esclarecimento no mundo, não fora dele. Nesse caso, você tem que limpar a bagunça, você não pode, simplesmente, ignorá-la. Você tem que trabalhar para trazer a luz em cada quarto da casa. É absurdo esperar que isto aconteça até que você se dê ao trabalho de mover o sofá e se libertar dos cadáveres.

10.2 Nós realmente precisamos passar por uma regressão para nos libertar das samskaras? Afinal de contas, muitos mestres hindus alcançaram a iluminação meditando, sem se preocuparem sobre catarse emocional.

Primeiramente, você deveria considerar que o ambiente psicológico de discípulos hindus meio século atrás não pode ser comparado ao peregrino de hoje vivendo em Los Angeles ou Milão. Nossa civilização alcançou um nível sem precedente de neurose, e antes de tentar se tornar supernormal, é sábio trabalhar para ficar normal. Contanto que o nível de existência do tipo Papai-mamãe, namorada-namorado não tenha sido solucionado, por que enganar a si mesmo fingindo viver uma vida divina? Tal atitude significaria correr o risco de meditar durante cinqüenta anos sem qualquer abertura real, simplesmente porque as teias enroscadas de sua mente reacional não podem, de maneira alguma, serem comparadas à simplicidade emocional do povo indiano. Hoje em dia, a Índia mudou muito, e o nível de neurose das pessoas não é muito diferente do nosso.

Aparte disso, seria totalmente infiel dizer que os discípulos hindus ou budistas não tiveram que passar por um processo longo e doloroso de catarse emocional antes de entrar em suas gloriosas meditações. Mas este trabalho nas samskaras era feito de um modo diferente.

Achar um mestre não era um empreendimento fácil. Na Índia ou Tibet, até pouco tempo atrás, aqueles que pretendiam ser discípulos, freqüentemente tinham que viajar durante vários anos e enfrentar todos os tipos de perigos antes de conseguirem achar um mestre – o que representava um processo de iniciação em si mesmo.

Tendo achado o guru, os problemas dos discípulos tinham apenas começado. As tradições hindus e budistas estão cheias de histórias de mestres que levavam seus discípulos ao limite da insanidade para ajudá-los a libertar-se de seus preconceitos mentais e de suas samskaras. Só depois de ter sido "cozinhado" assim durante anos, o discípulo receberia a iniciação.

Pegue a história do grande mestre Milarepa, por exemplo. Durante seus anos de preparação, seu guru Marpa lhe pedira que construísse uma casa circular em uma colina, depois da qual Milarepa receberia a iniciação. Quando Milarepa tinha construído metade da casa, Marpa voltou e disse, "Olha, filho, eu acho que este, realmente, não é um lugar bom para uma casa. Então, derrube-a e ponha as pedras de volta aonde você as pegou." Milarepa achou difícil dar conta da tarefa, mas fez como lhe foi falado. Uma semana depois, Marpa levou Milarepa sobre outra colina e lhe falou, "Aqui é onde eu

quero a casa, e deveria ser semi-circular." Ansioso para receber sua iniciação, Milarepa começou a nova edificação imediatamente.

Quando Milarepa tinha erguido aproximadamente a metade da casa semi-circular, Marpa voltou e disse, "o que é esta choça ridícula que você está construindo aqui?" Milarepa estava confuso, e quando ele conseguiu articular que estava apenas seguindo as instruções que tinham sido determinadas, Marpa respondeu, "eu disse isso? Eu deveria estar bêbado neste dia. Mas hoje eu não estou bêbado, e eu tive uma boa idéia para a casa. Uma casa tântrica deveria ser triangular. Assim você demolirá sua choça, levará todas as pedras para esta outra colina, e me construirá que uma casa tântrica triangular." Milarepa quase teve um colapso quando ouviu estas palavras. Marpa, bêbado, como pôde ser isso! E a casa a ser reconstruída novamente! Milarepa estava exausto, com suas mãos cheias de bolhas, e ele tinha uma ferida grande nas costas que não quis mostrar a Marpa, com medo de desagradá-lo. Milarepa estava desanimado e confuso, mas ele realmente queria achar a Verdade. Ele tinha duas escolhas, ou partir e renunciar à iniciação, ou confiar em Marpa incondicionalmente e continuar construindo. Assim, ele juntou suas últimas forças, e começou a demolir sua bonita casa semi-circular e levar as pedras para a outra colina.

Depois que Milarepa tinha completado quase um terço da casa triangular, Marpa chegou no local. Ele parecia muito bravo. Ele gritou, "Você, feiticeiro imundo! Você não percebe que a forma deste edifício vai atrair todos os demônios da área? Você está tentando destruir a mim e minha família? Quem lhe disse que construísse tal casa monstruosa?" Dominado pelo desespero, Milarepa quase não podia responder, "Mas você me pediu!" Marpa estava ficando mais bravo e mais bravo. "O mentiroso ignominioso!" ele disse, "eu nunca ordenei isso! Como você pode estar tão insolente? E você queria que eu o iniciasse! Derrube esta casa imediatamente e reponha as pedras onde você as achou!" Então Marpa partiu. A noite que veio era uma noite sem luar – a noite mais escura de toda a vida de Milarepa. Ele estava simplesmente rachado ao meio; toda a sua estrutura mental tinha sido arrebentada. Mas por alguma razão, ele não partiu.

Na manhã seguinte, Marpa enviou sua esposa para pegar Milarepa. Eles lhe deram uma boa comida, e de repente Milarepa viu suas dificuldades se acabando e pensou que seria iniciado. Mas não! Marpa o manteve construindo e demolindo casas durante anos, algumas quadradas, outras com nove pavimentos de altura, e ele usou muitos outros subterfúgios para jogar Milarepa em crises constantes de desespero. Milarepa quase cometeu suicídio várias vezes.

Então, um dia, o caminho da desintegração estava completo, e para sua grande surpresa, Milarepa recebeu a tão esperada iniciação de repente. Depois disto, Milarepa se tornou um dos mais iluminados gurus da tradição tibetana.

Histórias semelhantes nas quais gurus puseram seus discípulos em situações impossíveis para ajudá-los a trabalhar suas samskaras, poderiam encher livros inteiros. Estas tentativas podem ser consideradas um equivalente do trabalho feito através da regressão – o qual, visto por esta nova perspectiva, não é, afinal de contas, tão duro!

10.3 Como tantas pessoas parecem descobrir que foram alguém importante em uma vida passada?

Precisamente, elas não descobrem! Depois de ter testemunhado milhares de regressões com clientes e estudantes da Escola Clairvision, eu só encontrei uma pessoa que reviveu ter sido um membro de uma família real na Europa. A declaração de que todo o mundo descobre que foi alguém importante em uma vida passada é uma fantasia, normalmente apoiada por pessoas que não têm a mais vaga experiência da verdadeira regressão.

10.4 Como as pessoas, uma vez revivendo uma vida passada, não começam a falar no idioma que tinha naquela vida?

Antes de vir para a Austrália, eu morei na França durante vinte e sete anos. Francês era minha língua original. Então, eu vim a adotar o inglês como um idioma que parecia mais natural a mim.

Eu tive uma experiência várias vezes, que pode esclarecer esta pergunta. Quando me lembro de episódios ou conversas que aconteceram na França – e em francês – acontece com freqüência das palavras chegarem a mim em inglês! Se esta transferência de idioma pode acontecer dentro de uma vida, é bem fácil conceber que também pode acontecer de uma encarnação para outra.

Talvez nós não percebamos exatamente que idioma é. Nós pensamos que idiomas são feitos de palavras. Mas talvez, idiomas sejam feitos de forças, e as palavras que nós colocamos em cima destas forças para expressá-las são menos importantes que as próprias forças. Quando morremos, as palavras caem, mas as forças permanecem, e nós as levamos conosco de vida para vida. Pessoas que são acostumadas a usar mais de um idioma provavelmente acharão mais fácil de entender este conceito.

CONCLUSÃO

Para concluir este estudo dos mecanismos de regressão, eu estenderei um convite e uma advertência.

Primeiro, o convite. O que aconteceria se sua vida pudesse ser completamente transformada por um processo de regressão? Poderia ser que o que nós discutimos neste livro também se aplica a você? Poderia ser que, desconhecidamente para você, sua vida seja influenciada presentemente por alguma grande samskara, e que revelando esta samskaras e livrando-se dela, avenidas completamente novas abririam em sua vida?

E agora a advertência. Se você for passar por um processo de regressão, tenha certeza de que você faz isto com um conector qualificado. A intenção do processo deve ser alcançar clareza em sua vida presente, ao invés de escrever romances sobre suas vidas passadas. Tendo entendido os princípios que são apresentados neste livro, você será capaz de descobrir os terapeutas menos sérios (esses que estão muito contentes apenas em lhe falar que você foi um rei ou uma rainha em suas vidas passadas) e ficar longe deles.

Se você deseja saber mais sobre ISIS, você pode obter publicações e outros materiais de aprendizagem no site da Internet da Escola Clairvision. (O endereço está indicado no final da introdução.)

Eu te desejo o melhor em sua busca.

Home Mailing List Email Us Order