

## OS CENTROS DE ENERGIA E A EXPANSÃO DA CONSCIÊNCIA

(texto de Eduardo Lobo Fonseca - 06.05.97)

(Texto Integral)

O Reino dos Céus já está aqui e necessita uma Nova Terra.

A Nova Terra já está aqui e necessita um Novo Ser Humano.

Vamos tentar esboçar, de forma bastante esquemática, os traços essenciais da nossa proposta de trabalho;

a) É transpessoal holística, entendendo o ser humano como uma célula cósmica e como um ser inacabado, uma vez que sua capacidade perceptiva, intelectual, volitiva e de amar são mutáveis e passíveis de desenvolvimento.

b) Não é clínica, uma vez que as desarmonias e conflitos são entendidos como parte do processo de desenvolvimento.

c) Tenta adaptar-se ao atual momento porque passam o planeta e o indivíduo desta última década do milênio. Este momento caracteriza-se pelo fato de que quase todas as estruturas compartimentadas, toda a visão mecanicista das ciências de décadas atrás, estão desmoronando. O ser humano está muito mais instável, não encontra pontos de apoio firmes, nem referências seguras e parâmetros nos quais confiar. A matéria lhe escapa: é sabido que a matéria é energia e vice-versa, e que seu comportamento não é previsível. Até o limite entre orgânico e inorgânico, a base de todas as ciências biológicas, desapareceu.

Este ser humano de 1990 é um ser diferente. E o que vejo, na minha aproximação do ser humano, é basicamente sua própria desvalorização. Não tendo sistemas de valores confiáveis nos quais se apoiar, tem medo. E o temor só é curado pelo amor.

d) Utiliza, como ferramenta, a imitação da plástica do outro e a grande quantidade de energia produzida pela necessidade de estar livre das próprias travas.

A imitação das plásticas pressupõe ser um espelho da postura do outro; é colocar-se no lugar dele na completa aceitação do termo, não só a partir de uma análise intelectual, própria das terapias tradicionais que ajudam a manter a distância entre terapeuta e "paciente", mas sintonizando-se com os diversos níveis energéticos das diferentes partes do corpo e seus correlatos psicológicos. Desta forma, não é necessária uma distância para me proteger. Na realidade, tudo é a vida na vida.

Este exercício de imitação permite-nos: por um lado, conhecer compartilhando, quer dizer co-sentir, co-pensar, co-sofrer, co-participar; e, por outro, realizar uma viagem interior de conscientização e liberação de nossas próprias travas, à medida que seguimos o cliente. Dito de outra forma, no trabalho buscamos "ajudar, ajudando-nos", "amar, amando-se".

e) Elabora a energia do ser humano, que se encontra distribuída e pode ser experimentada em diversos centros. São modalidades da energia que se expressam em diferentes níveis, representam as múltiplas inteligências que operam em nós e cuja conscientização faz-se

necessária para o nosso desenvolvimento.

Os centros energéticos participam da plasticidade própria dos elementos mais fluidos. Os diferentes estados de ânimo têm correspondência com diversas formas de energia destes centros e com o desenvolvimento delas, bem como com posturas corporais.

Por ignorância ou condicionamento, estes centros interferem uns nos outros, obscurecendo as portas do reino. Um dos objetivos deste trabalho é superar este conflito e conseguir que os centros trabalhem alinhados e, ao mesmo tempo, independentemente entre si, emitindo cada um sua nota particular.

Trabalhamos com os 7 centros clássicos, ou chakras (coronário, da visão, laríngeo, cardíaco, vegetativo, lumbo-sacro e baixo), os quais, em uma leitura mais ampla, vemos como 4 "umbigos".

Eu os chamo de "umbigos", porque são as fontes nutrientes do ser humano, que se nutre da Terra como se nutre da sua mãe, como se nutre das forças cósmicas que correspondem ao centro coronário.

O centro baixo é um tipo de umbigo que liga o indivíduo à terra.

A seguir, temos o centro do cordão umbilical: o vegetativo (o umbigo real), que é a conexão com a humanidade, através da mãe.

Temos, em formação, um 4º umbigo, a altura do centro cardíaco que nos une ao resto da humanidade através do amor. Este centro tem a ver com o sentimento ou, como dizem alguns, com o nível emocional superior ou verdadeiro. Não tem sim e não, não tem positivo e negativo, é amor.

Ao longo dos anos, este foi o centro que vi mais encorajado em um grande número de pessoas. De alguma forma cada um de nós sente que aí reside o Eu. O gesto que acompanha a palavra Eu aponta para este centro e creio que nas profundezas deste lugar encontra-se o Mistério do Deus encarnado.

Em resumo, creio que este é, ao mesmo tempo, o centro mais profundo e mais íntimo, cuja completa abertura infunde Vida a todo o ser, a vida verdadeira, eterna.

No nosso trabalho estamos percorrendo conscientemente, a cada dia, o caminho da energia de cima para baixo, desde o centro coronário até o centro baixo, desde a conexão cósmica até a telúrica, desde a mais pura energia até a matéria mais densa; esvaziando todos os conteúdos pessoais, todos os conteúdos que aparentemente moldam nossa vida cotidiana e que, em geral, implicam em interferências de centros que vão travando ou contaminando as energias de tal maneira que dificultam seu livre fluir.

Um dos obstáculos para este fluir é a idéia de eu que construímos, com a qual acabamos superidentificados e que seria o peso maior que temos que deixar cair. Isto está relacionado com aquele tipo de pessoa que desenvolveu uma personalidade rígida, a partir de um ambiente repressivo. Neste caso damos ênfase à liberação, à perda de limites, o que denominamos trabalho centrífugo ou expansivo. Num segundo momento seriam propostos trabalhos de centramento ou centrípetos. Quando, diferentemente, a pessoa tem uma excessiva falta de limites, uma personalidade desregrada, aquele caminho não é o indicado, mas sim o contrário. O primeiro passo é um trabalho centrípeto ou de centramento e, só mais adiante, com muito controle, seriam propostos exercícios expansivos e centrífugos.

f) Já que as mudanças pelas quais passa o nosso planeta, exigem de nós um trabalho de adequação em todos os níveis, incluindo o celular, é necessário um sistema que trabalhe, cotidianamente, nos níveis físico, psicológico e no da consciência integral.

O trabalho é visto como uma prática diária, que inclui:

- movimento rítmico-expressivo dos centros de energia,
- trabalhos com a respiração, a voz e o som;
- massagem psico-física;
- dramatização;
- oficinas de modelagem, e
- meditação.

Tudo dirigido para o autoconhecimento e a conscientização dos diversos estados anímicos. É dada ênfase especial à recuperação da espontaneidade, a chegar a um encontro com as forças da natureza, buscando que a consciência individual e a cósmica se façam uma.

Os efeitos do trabalho neste sistema tornam-se evidentes por uma série de mudanças que tanto as pessoas percebem em si, como também aqueles que as rodeiam, já que de forma concreta, as mudanças físicas revelam, sem dúvida, transformações que estão ocorrendo em outros níveis mais profundos: perceptivo, sensorial, emocional, mental, comportamental, da cosmovisão e do próprio sistema de valores.

É certo, também, que de uma maneira geral, as modificações ocorridas, tendem a estar entre os seguintes parâmetros, como uma transição:

de: para:

compulsivo espontâneo e escolhido

controle desapego

fixação fluidez

distanciamento, contato

medo confiança

formalismo rígido conteúdo essencial

visão plana multidimensional

dualidade esquísóide complementação dos opostos

ausência presença

olhar comprometido, condicionado olhar limpo

permitindo ao ser humano viver uma plenitude antes desconhecida.

Nas palavras de uma aluna:

" I reached a point where there was no need to practice justifying anymore, a point where I could take life, people, faith as that what it is: an eternal, neverending process of being".

"Cheguei a um ponto em que não há necessidade de justificar-me, um ponto em que podia assumir a vida, as pessoas, a fé, como são: um infinito, eterno processo de ser".