

3º CICLO

LIÇÃO 7

ESTUDO E INICIAÇÃO DO CAMPO FÍSICO:

MANTRA – O SOM PRIMORDIAL (2ª PARTE)

Cada **chakra** tem, em seu nível espiritual, uma correlação com um arquétipo divino. Por sua vez, esses arquétipos vibram através de um som semente (**bija mantra**) que guarda todo o potencial da divindade. Cada arquétipo pode também ser atraído e magnetizar o **chakra** a partir de mantras invocativos.

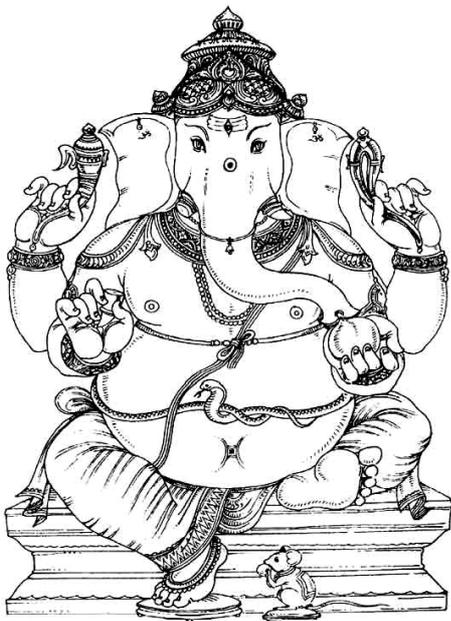
Segue abaixo uma tabela com o **chakra** e as correspondentes deidades, seus bijas e invocações mântricas.

| CHAKRA | DEIDADE | BIJA | MANTRA |
|--------------|-----------|--------|---------------------------------|
| Mūlādhāra | Gaṇeśha | Garṁ | Om̐ Garṁ Gaṇapataye Namaḥ |
| Svādhiṣṭhāna | Lakṣhmī | Śhrim̐ | Om̐ Śhrim̐ Mahā Lakṣhmyai Namaḥ |
| Maṇipūra | Durgā | Durṁ | Om̐ Durṁ Durgayai Namaḥ |
| Anāhata | Hanumān | Harṁ | Om̐ Harṁ Hanumate Namaḥ |
| Viśhuddha | Sarasvatī | Airṁ | Om̐ Airṁ Sarasvatyai Namaḥ |
| Ājñā | Śhiva | Haurṁ | Om̐ Namaḥ Śhivāya |
| Sahasrāra | Nārāyaṇa | ----- | Om̐ Namo Nārāyaṇāya |

Mūlādhāra Chakra – Invocando a Força Espiritual através do Mantra

Para o **mūlādhāra chakra**, a força espiritual está representada pelo arquétipo divino **Gaṇeśha**. Esta deidade é bastante reverenciada na Índia por ser “o Senhor que remove os obstáculos” e “abre os caminhos”. **Gaṇeśha** é sempre reverenciado antes de se iniciar qualquer atividade espiritual ou profana. A ele, são atribuídas várias outras denominações como: **Vighneshvara**, **Vināyaka**, **Gajānana** e **Gāṇapati**. Sua **śhakti** (energia feminina) é **Siddhi** (o arquétipo do poder espiritual).

Gaṇeśha é filho de **Śhiva** e **Pārvati**. Esta deidade é representada no simbolismo védico como tendo um corpo humano e cabeça de elefante. Sua grande cabeça de elefante simboliza a sabedoria e a capacidade de discernimento. As avantajadas orelhas indicam sua capacidade de escutar e assimilar as idéias dos outros. O elefante também representa a força e a determinação. Possuidor de duas presas, a direita significa o intelecto, enquanto a esquerda, que está quebrada, simboliza a emoção que precisa ser dominada pelo discernimento. Dotado de quatro braços, símbolo de sua onipotência, eles representam a mente (**manas**), o intelecto (**buddhi**), o Eu (**ahamkāra**) e a memória (**chitta**). **Gaṇeśha** carrega um machado em sua mão direita superior para cortar os excessos emocionais. Em sua mão esquerda superior segura uma flor de lótus, simbolizando sua aspiração pela iluminação. A mão esquerda inferior sustenta uma bandeja cheia de doces, que representa fartura, e sua mão direita inferior está em **abhāya mudrā**, que simboliza o gesto da bênção, impondo limites e ao mesmo tempo proteção.



A sua frente aparece um livro aberto, mostrando que está sempre a registrar os ensinamentos e acontecimentos da vida. Aliás, diz a lenda que sua presa quebrada é usada para escrever. Sua roupa é amarela (inteligência) e vermelha (atividade no mundo material). Seu grande ventre significa que para se iluminar é necessário ter equanimidade para enfrentar todas as experiências boas e ruins, incluindo-as em nossa vida. Seu veículo é um rato, representando o ego. Este, deve ser dominado, colocando-o aos seus pés; purificado, para que não consuma os doces (tentações mundanas). Desta forma, desenvolve-se a sabedoria.

Existem muitos **mantras** que invocam **Gaṇeśha**. O que considero mais potente é o que reverencia **Gaṇapati** (Senhor dos Exércitos Celestiais).

OM GAṂ GĀNĀPATAYE NAMAḤ

Om. Saudações ao Senhor dos Exércitos Celestiais.

Como pronunciar e entoar o **mantra**:

#mi OM GAM IÊ NAMARRÁ
GANAPATA

Svādhiṣṭhāna Chakra – Invocando a Força Espiritual através do Mantra

O poder espiritual que optei por representar o **svādhiṣṭhāna chakra** foi o do arquétipo divino **Lakṣhmī**. Esta deusa, consorte de **Viṣṇu**, concede bem-estar, prosperidade, riqueza, generosidade, fama, graça, beleza, fertilidade e encanto. A palavra "**Lakṣhmī**" é derivada da palavra em sânscrito **Lakṣhya**, que significa 'fim' ou 'meta'. **Lakṣhmī** também é denominada como **Śhrī**, **Kamalā**, **Dākṣhyāni**, **Padma Sundarī** ou **Apadma** (quando está fora do oceano).

Lakṣhmī é cultuada pelos hindus que almejam algum tipo de riqueza, quer seja material ou espiritual. Existem oito formas de **Lakṣhmī** a serem reverenciadas, conforme o objetivo desejado:

- **Śhāntam Lakṣhmī** – protege toda a riqueza da família, principalmente as crianças, dando tranqüilidade, apaziguando conflitos e livrando de paixões.
- **Gaja Lakṣhmī** – com seus dois elefantes que atendem a todas as preces e orações.
- **Aishvarya Lakṣhmī** – encerra a totalidade do conhecimento, tanto material quanto espiritual. É o poder mental da rapidez de pensamento e capacidade de assumir várias formas.
- **Dhanya Lakṣhmī** – concede a riqueza do bom alimento, com boas plantações e fartas colheitas.
- **Ādi Lakṣhmī** – é a Mãe Divina e fonte primordial de todo o poder de **Viṣṇu**.
- **Vijaya Lakṣhmī** – concede a vitória sobre obstáculos e problemas (vitória também no trabalho e em aspectos legais). Confere o poder de triunfar e conquistar.
- **Dhana Lakṣhmī** – doadora do todo tipo de riqueza material (dinheiro, propriedades e objetos de valor).
- **Vīra Lakṣhmī** – dá força e coragem para enfrentarmos qualquer sacrifício.

Conta o mito que **Lakṣhmī** habitava no fundo dos oceanos (a consciência) e foi dada a **Viṣṇu** (o mantenedor do **dharma**). Os **Devas** (seres divinos – nossas aspirações) disputavam contra os **asuras** (demônios – nossa ignorância) o **Amṛitam** (o néctar da imortalidade – a luz suprema). As forças antagônicas do Universo, porém complementares, estavam em plena manifestação. Receosos de que tudo se diluísse e deixasse de se manifestar, novamente recolhidos em **Brahman**, antes de beber **Amṛitam** (o néctar) e assim permanecerem no mundo imanifesto, decidiram bater o oceano da consciência e recuperar o Néctar da Imortalidade. Quem bebesse esse néctar manteria a imortalidade, ou seja, ganharia o despertar da plena consciência!

Desta forma, perguntaram a **Nārāyaṇa** como obter o **Amṛitam** e foram orientados para que batessem o oceano. Esta era uma tarefa muito grande para ambos – **Devas** e **asuras** – e precisaria de uma cooperação mútua. Teriam que levar uma grande montanha chamada **Mandara** para o oceano, onde seria usada como batedeira. Para tal, foi dada a tarefa à **Ananta**, a serpente que sustenta toda a Criação (a coluna vertebral que sustenta a cabeça). Criaram, então, um batedor do oceano agitando a grande serpente **Vāsuki** (nossa medula espinhal), que é irmão de **Ananta**, enrolada em torno do Monte **Mandara** (nosso tálamo). De um lado, os **Devas** (o fundamento da luz) e, do outro, os **asuras** (o fundamento das trevas) esticaram **Vāsuki**, girando **Mandara** no oceano e agitando suas profundezas. A montanha começou a afundar e tudo se perderia. É aqui que **Viṣṇu** se manifesta como **Kūrma Avatāra** (tartaruga), mergulha até o fundo do oceano e balança o Monte **Mandara** em suas costas, evitando que ela afundasse. Com isso, o Néctar da Imortalidade e outros tesouros foram liberados. Para **Viṣṇu**, como **Kūrma Avatāra**, ficou destinado o mais importante de todos os tesouros: a Deusa **Lakṣhmī**. Ao retirar **Lakṣhmī** do oceano, **Viṣṇu** casou-se com Ela, primeiro no mundo espiritual, e



Lakshmi

ESTUDO E INICIAÇÃO DO CAMPO SUTIL:

ESTUDO DOS SENTIMENTOS HUMANOS (1ª PARTE)

A experiência da Alma humana no Ocidente está fortemente marcada pela consciência materialista dos fenômenos naturais, humanos e cósmicos. Tudo se passa como se a mente racional (intelecto) pudesse dar à Alma humana a compreensão de todas as coisas e essências, poder oferecer-lhe a felicidade completa. Vivemos mergulhados num mundo sem Deus, porque Deus foi transformado em símbolo, em palavra usada para acionar a mecânica de poderes que, em lugar de libertar, submetem a Alma humana aos preceitos e dogmas de uma religião. Esta Alma está sob a tutela do corpo, dos prazeres, dos sofrimentos, dos desajustes, das doenças, etc. Em suma, ela é brinquedo daquilo que a filosofia *yogī* chama de *sthūla-upādhi* e *sukṣma-upādhi*, respectivamente os suportes ou veículos inferior e médio da Alma humana.¹

Nesta seção do capítulo trataremos especificamente dos dois corpos que formam o veículo médio – o *sukṣma-upādhi*. Trata-se dos corpos astral e mental inferior, que juntos se interagem no plano de *kama-manas*, que por sua vez, é responsável pelas emoções, sentimentos, desejos, imaginação, memória e raciocínio da Alma humana.

O que caracteriza nossa consciência cotidiana como Alma humana adormecida é a nossa dimensão limitada à face das coisas, às aparências, ao mundo de *māyā* – mundo temporal e fenomênico qualificado pela impermanência. Vemos um rosto, um corpo, expressões, atos e julgamo-los. Não somos capazes de dimensionar o Ser Verdadeiro para além das máscaras

¹ Segundo a tradição hindu, a Alma humana tem 7 invólucros materiais que “guardam” a sua parte divina ou espírito, também chamado *Jivātman*. São eles, seguindo a escala que vai do mais denso ao mais sutil:

1) corpo físico denso

2) corpo físico etérico

Formam o *sthūla-upādhi* (suporte ou veículo inferior) que se expressa como forma, cor, movimento, fisiologismo, etc.

3) corpo astral

4) corpo mental inferior

Formam o *sukṣma-upādhi* (suporte ou veículo médio) que se expressa como emoção, sentimento, desejo, imaginação, memória, raciocínio, etc.

5) corpo mental superior

6) corpo búdico

7) corpo nirvânico

Formam o *karaṇa-upādhi* (suporte ou veículo superior) que se revela na forma de intuição, abstração, idealismo, arte pura, devoção, amor universal, etc.

sociais, as personalidades. Vemos de uma paisagem os tons gerais, os ruídos, movimentos aparentes, mas não perscrutamos o silêncio, a solidão, a beleza e sabedoria da pedra, da terra, do rio, do animal, da montanha, etc. Portanto, saia da rotina mecânica de sua vida e dê lugar a Natureza. Ela é a expressão viva e dinâmica de Deus.

A Alma humana está limitada “dentro de si” pela palavra, pelo imaginário, pelos sentimentos, emoções e desejos, enquanto no seu “exterior”, por toda a gigantesca maquinaria cultural, social, política e econômica. De todos os lados levantam-se poderes que escravizam a consciência da Alma humana e a incita a buscar soluções puramente práticas, eficientes e que capitalizam, se possível, qualquer espécie de lucro, vantagem, recompensa, “porque afinal ninguém é de ferro”. A Alma humana comum quer ganhar sempre; em suma, firmar domínio e dominação sobre tudo que está a sua volta.

E eis que sobrevém o sofrimento e o desequilíbrio. É chegado o momento de procurar Deus, milagres, fazer promessas de bom comportamento, dedicação e amor ao próximo, enfim, mais uma vez submeter-se àquilo que logo-logo o vai oprimir, ou seja, as “responsabilidades” de uma vida espiritualizada: – “Não tenho tempo e vocação para o trabalho espiritual” ... “Tenho muito medo de espíritos”... “Não sou religioso”... “Minha família é muito católica”... “Acho que não chegou à hora, quem sabe daqui para alguns anos”... “Sou muito jovem, quero aproveitar mais a vida”... “Estou muito velho(a) para começar (a trabalhar espiritualmente)”... “Estou aqui só para resolver uns probleminhas”...

Quantas formas para não se permitir envolver com a face espiritual da vida! Mas aqui estamos, sobreviventes destes e de muitos outros conflitos maiores, no firme propósito de perseverar na busca dessa vida iniciática e espiritualizada. O templo está a nossa frente, ou melhor, dentro de nós e deixamo-nos envolver pela sua beleza e encantamento, onde encontraremos finalmente a reta conduta, a paz interior, a não-violência, o amor, a verdade, o discernimento, enfim, a plenitude. Todos aqueles que trabalham neste lugar de glória e beatitude parecem Almas especiais, aqueles que conseguiram atravessar para a esfera dos semideuses (um pouco heróis, um pouco divinos). Os dias passam, o nosso empenho continua, mas somos assolados por dúvidas, medos, aflições, superstições, a “antiga” fé parece se esvaír. Mas persistimos fazendo pequenos “tratos” com a sorte: – “se isto me acontecer, juro que minha fé ficará inabalável” ... “eu quero entender, porque sou muito racional e tudo tem sua explicação” ...

De repente acontece: uma visão, uma forte intuição, um sonho, um fato que vem nos mostrar alguma verdade ou um novo ponto de vista do mundo espiritual. No entanto, logo recebemos a visita da senhora dúvida, temperada à mais fina razão: "acho que foi impressão minha" ... "só pode ter sido minha imaginação" ... "estou fantasiando demais" ... "afinal, foi apenas um sonho" ... De preferência, as maravilhas do mundo espiritual só são verdadeiras e valorizadas quando testemunhadas ou experimentadas pelos outros, jamais por nós.

Estamos diante de um estado de espírito híbrido de sentimentos e emoções contraditórias que parecem fazer parte de nós desde o nascimento. Algo assim de extensão genética. Tudo leva a crer que nada há a fazer para mudar. E aquele ideal de espiritualidade parece cada vez mais longínquo...

Falaremos a seguir dos sentimentos que ocorrem a cada instante à Alma humana que resolveu desdobrar a sua existência simplória para margens mais distantes e largas da vida, ou seja, a dimensão verdadeiramente cósmica da sua consciência: o encontro com o seu santuário interior, o seu Deus interior. Os sentimentos estão na base de nosso trabalho de autorrealização, aquele que nos levará à vivência do Cristo Cósmico². É preciso que purifiquemos nossos veículos inferiores a fim de alcançarmos aquele estágio de consciência supra-humano ou nirvânico. A Alma humana precisa se qualificar para a sua missão de amor e serviço que transmutará a face do planeta. Não faz muito tempo estávamos mergulhados num nível de consciência muito próximo da animalidade, mas em nossos corações ainda grassam a inveja, a maledicência, os julgamentos, em suma, nossas mentes ainda desconhecem a verdadeira face da vida, ou seja, a Divina Presença de Deus em tudo que se manifesta na natureza. Em tudo existe vida e consciência, desde a diminuta partícula atômica até a mais grandiosa estrela, desde um minúsculo musgo até a frondosa e secular árvore, desde o ínfimo inseto até a mais bela forma humana. E tudo isto está em movimento, crescendo, se multiplicando, se aprimorando, enfim, evoluindo.

² o Cristo Cósmico ou Deus Imanente ou ainda Cristo Interno designa todo o difícil e longo processo de redenção que conduz o "homem-ego" (aquele que está preso à persona, às formas egoístas e sedutoras de uma personalidade, vivendo e agindo de acordo com a ilusão de ser uma entidade separada da Realidade infinita ou Divindade) a renascer para um Eu superior, para um Eu redentor, um Eu Crístico que diz como Paulo de Tarso em suas epístolas: "Já não sou eu que vivo, o Cristo vive em mim... o meu viver é o Cristo". (**Huberto Rohden, Paulo de Tarso, Ed. Alvorada, p.11, 12, 13**)

É sempre bom lembrar que as Almas santas (*Siddhārta Gautama, Sócrates, Jesus, Kṛṣṇa, Paulo de Tarso, Francisco de Assis, Clara de Assis, Tereza de Ávila, Gandhi* e muitos outros) viveram todos os aspectos da condição de Alma humana, desde os vícios e ignorância até chegarem a revelar para si, em si e através de si mesmos a natureza divina que está oculta em toda Alma humana. Esses Grandes Iniciados projetaram para os tempos futuros o exemplo de como cada um de nós pode ser o executor do maior milagre da vida: o poder da ressurreição e transmutação do seu “eu adâmico”³ ou ego no “Eu Crístico”. Este é um processo que culminará naquele ato de João Batista: o batismo compreendido não como um ritual, mas como um mergulho (do grego “*baptista*”) do ego inferior no Eu Superior, do ego pecador no Eu Redentor.

“Eu só vos mergulho na água, mas após mim virá alguém que vos mergulhará no fogo do Espírito Santo”.

(Bíblia Sagrada – Marcos – vers. 1:8)

As chamas do fogo espiritual são as únicas que purificam os sentimentos e fazem com que a Alma humana perceba as belezas dos mundos espirituais, aquelas muitas moradas na casa de meu Pai, segundo os ensinamentos de Jesus. Entretanto, só poderá experimentar com toda intensidade essa verdade, aquele que se empenhar na grande tarefa de se auto-realizar através do fogo que o forja pelo autoconhecimento. E este fogo só se manifestará naquele que mergulhar em si mesmo com coragem de reconhecer suas próprias sombras.

“Se aqueles que o conduzem disserem: ‘Vejam, o Reino está no Céu’, então os pássaros do Céu os precederão. Se eles disserem: ‘Está no mar’, então os peixes os precederão. Mas o Reino está dentro e está fora de vocês. Se conhecerem a si mesmos, então serão conhecidos e saberão que são os filhos do Pai Eterno. Mas se não conhecerem a si mesmos, então estarão na miséria e serão a miséria”.

(Jesus)

³ *Adam* é a contração de duas palavras sânscritas: *adi* (primeiro) e *aham* (ego). O primeiro ego (*Adam*) mergulha no segundo ego, o Eu, que é o Cristo, o *adi-atmam*, do *Bhagavad Gītā*. (*Ibid.*, p. 13)

ESTUDO E INICIAÇÃO DO CAMPO ESPIRITUAL:

MEDITAÇÃO COM O MANTRA DAS DEIDADES

Primeiro estágio (10 minutos)

Sentado em posição de lótus ou meio lótus, fazer a respiração **nāḍī śódhana prāṇāyāma**, no primeiro minuto, de forma acelerada e, em seguida, tranquilamente.

Segundo estágio (20 minutos)

Sentado, repetir o **mantra** mentalmente. Deixe que os pensamentos fluam junto com a repetição do **mantra** e toda vez que perceber que o abandonou, retorne a ele sem julgamentos nem cobranças. Permita que o **mantra** absorva todo o seu Ser.

Terceiro estágio (10 minutos)

Deite-se e fique em silêncio.

EXERCÍCIO Nº 31

Finalidade: para desenvolver e aumentar a telepatia (capacidade de captar sentimentos e pensamentos de outras pessoas).

Preparação: corpo e vestes limpas, ambiente silencioso, arejado e com pouca iluminação. Este exercício requer uma fotografia da pessoa a quem se interligará telepaticamente ou a participação de outra pessoa para que seja feito em dupla.

Execução: sente-se na posição que achar mais confortável. Respire profundamente por alguns minutos e vá deixando sua mente cada vez mais receptiva. Pense na pessoa cuja fotografia está em sua mão ou à sua frente, formando uma dupla. Olhe para ela e procure captar o que essa pessoa lhe haveria de dizer. Estructure seus pensamentos e peça para ela que lhe mande uma mensagem. Em seguida, aguarde uma resposta, mantendo-se calmo e receptivo. Pratique este exercício por no máximo 30 minutos.

Observação: no início, poderá sentir um estado de confusão mental, um burburinho de muitas vozes, cheio de interferências. Com a prática, você conseguirá discriminar as vozes e começará a captar sentimentos e pensamentos da pessoa em questão.