

Cuidar, cuidando-se: E a espiritualidade do ser?



Iara da Silva Machado(*)

Psicóloga Transpessoal

Alubrat Campinas 201742

O momento planetário atípico propõe convites significativos de avaliação de conduta diante de si mesmo.

Uma pandemia, uma eminência de adoecimento coletivo, com risco de morte, colocou todos os continentes em alerta, e confiscou a liberdade de ação humana por dias, semanas, meses...

A pergunta basilar pode ser dita assim: De que modo todo este processo que está acontecendo aparentemente ‘fora’ reverbera no íntimo do ser humano?

A ação de catalogar números de óbitos, de contaminados e recuperados; o ato de promover o distanciamento social, enquanto fator de segurança e integridade; a utilização adequada da barreira de proteção - máscara e demais EPIs são propostas de atenção básica à saúde mundial, enquanto medidas emergenciais de contenção de contágio, sem solução efetiva, ainda com a eminência de morte pairando sobre as cabeças de toda humanidade neste ponto do século XXI.

Esta história está sendo escrita com resíduos de uma sociedade que advém de traumas inacabados de duas grandes guerras mundiais.

Richard Wolman sobre a perspectiva histórica da busca da espiritualização do ser humano, no seu livro *Inteligência Espiritual* alude que:

Nossa geração pós-guerra herdou as lembranças daqueles pesadelos. Em meados da década de 1960 vivíamos em nossa própria escuridão interior [...] de um ponto de vista psicológico, é como se nossa cultura estivesse apenas começando a se livrar dos efeitos da síndrome de um forte estresse pós-traumático [...] a esperança de relações humanas mais humanitárias, no entanto, sinaliza para mim um novo despertar de uma postura amorosa em vez de autoprotetora no mundo [...] a necessidade de iluminação espiritual para combater o caos e a violência e proporcionar algum tipo de paz interior nunca foi tão profunda. (WOLMAN, 2001, p. 39-40).

E com esta panorâmica, diante de um torpor psíquico que a humanidade vem saindo, surge um “agente invisível” que pode ser letal. Estranho a tudo que se conhece até então, provocando pesquisas, estudos sistemáticos, continuados para vir encontrando um caminho de cura para uma pandemia.



Proponho um exame consciencial de três eixos de auto observação no processo pandêmico neste momento.

Os eixos da:

- Espiritualidade
- Distanciamento Social
- Morte

O ser humano é transpessoal, isto é, um ser para além da identidade do Ego, da Personalidade, sendo essencialmente espiritual e cósmico, vem há séculos e séculos fazendo cisões perigosas entre os corpos energéticos que compõem as camadas da Integralidade do ser, na comunhão com sua *espiritualidade*.

Sobre a *espiritualidade* do ser, a Ana Cláudia Quintana Arantes traduz a seguinte reflexão:

Penso na espiritualidade como um eixo que faz com que eu me movimente na relação comigo mesma, com a minha vida, na relação com o outro, na relação com a sociedade, com o Universo, com a natureza e com Deus. (ARANTES, 2019, p.120).

Assim, de modo bem didático, honrando os quatro campos energéticos ou corpos energéticos, o organismo físico, do homem/mulher pós-modernos, estava sendo bastante negligenciado no âmbito natural em vários momentos da vida ordinária, e a superficialidade que crescia, pela rapidez e praticidade da vida diária, de onde até os frutos, legumes, hortaliças, grãos estavam cedendo lugar de modo ostensivo ao fast food e industrializados que lembravam frutos maduros da natureza distante, embalados de modo cuidadoso em caixas plastificadas. Não havia tempo para se nutrir com tranquilidade...

A coisificação do ser estava potencializando uma grave ruptura humana do corpo físico com a sua natureza fundamental.

Esta rapidez das horas, de um dia que escoava sem uma percepção clara dos mecanismos corporais e seus sistemas de “última geração”, trazendo uma onda de



distanciamento social, onde cada mesa, cada sala comercial, cada escritório produzia de modo frenético, e os momentos de um happy hour, um cafezinho, um jantar entre amigos ou almoço em família deveriam está devidamente agendados para não interferir na produtividade e competitividade necessária entre as organizações, instituições, compromissos de trabalhos cada vez mais necessários...

A proximidade humana estava sendo terceirizada em nome da evolução, progresso, desempenho e tecnologias de ponta, de última geração ou ultra geracional, cada vez mais útil para uma vida cada vez melhor!

A ***proteção, em termos de atos básicos de higiene e saúde*** entre as pessoas era dispensável, porque não estava havendo consciência de proximidade ou afastamento. A energia psíquica estava alinhada a uma vida muito rápida, onde não se tinha tempo a perder. O momento de enriquecer era agora, o momento oportuno de investir era esse. As visitas amorosas terão seu momento ***depois***, quando tudo estiver mais ajustado e os bens materiais catalogados pelo trabalho árduo darão condições de viagens, passeios, deleites, repouso...

A condição pandêmica levou o ser humano a dizer de si para consigo mesmo: Não posso arriscar! A pausa é um dever de sobrevivência! Atenção à responsabilidade social do ato de ir e vir! Quantos sonhos estão sendo desfeitos. Quanta incompletude a morte está deixando...

No livro O brilho das estrelas acendendo a luz da esperança, que traz a história de uma jovem que foi morta em acidente de trânsito, pelos olhos maternos, no item que trata da morte enquanto um exercício de despojamento da matéria, diz:

Viver e morrer são experiências da VIDA. Todos os eus (egos), personalidades que revestem os seres humanos, estão trabalhando para o despertar espiritual, observando o que subsiste além da morte. (MACHADO, 2016, p.110).

O ser humano precisa voltar a reconhecer sua humanidade, lembrar que o lugar mais poderoso de acolhimento à saúde mental é a afetividade saudável.

A atenção básica, o ouvir, um diálogo simples, leve e sem pressa, na ação de prestar atenção ao cotidiano, o que alimenta o corpo físico, o que nutre a alma, o que si É.

Quem são os amigos, familiares e amores? Quais pendências emocionais ainda estão afetando os sistemas que se quer cuidar? Onde o esquecimento de que as mãos são



extremidades de contato e que precisa de água e sabão para limpar os pontos de aproximação tátil com os outros seres humanos foi relegada a plano inferior de cuidado de si?

As palavras que saem da boca e tudo aquilo que se coloca nesse orifício de recepção e doação são preciosos, onde é possível revisitar a capacidade de pronunciar mantras, os sons primordiais que harmonizam as células do corpo, construindo moléculas semelhantes ao lótus nos conjuntos celulares, harmonizando os sistemas que formam a rede neuronal perfeita da estrutura central nervosa,

na culminância do respirar bem e do bem respirar!

O mundo parou para que o ser humano possa se auxiliar enquanto indivíduo, unidade, que fazendo parte do Cosmos, tem uma responsabilidade sobre a saúde da raça humana. A pandemia não é uma catástrofe, um castigo ou um presente nesta proposta de reflexão dialógica textual, ela pode ser vista enquanto um fenômeno de probabilidade de despertar individual, onde cada pessoa assimila a experiência do ponto de maturação que está podendo alcançar, para se voltar a favor de si mesmo e se perguntar, do modo mais honesto possível, qual a economia psíquica que cada um está fazendo para cuidar dos seus corpos físico, emocional, mental e espiritual nestes dias atuais.

Quais intenções e propósitos são capazes de se inferir para vir qualificando as horas com melhor aproveitamento?

E então é possível começar a falar do propósito pessoal que cada um pode fazer nesses dias: O que se está ressignificando na vida cotidiana nesta fase? O quanto de amorosidade se está podendo doar nesses dias? Qual o valor de uma vida? É possível mensurar o valor de um ente querido que morreu e deixou uma lacuna impreenchível?

A morte sobre as cabeças de todos neste processo de busca de cuidados para salvar milhares e milhares de pessoas, incrementando e fomentando pesquisas que intencionam cuidar da vida. Acima de outros aspectos periféricos, quando o tema envolve o instinto de sobrevivência e auto preservação.

Que as barreiras de proteção sejam utilizadas de modo saudável, não pensando em doença e sim em subsistência; acolhendo o distanciamento social enquanto um ato psíquico de amor e as tecnologias como um auxiliar para o alinhamento das pesquisas e estudos macro sociais que podem vir promovendo uma onda mentoeletromagnética de curas de enfermidades antigas, que assolam a humanidade, que sou eu também.

O Novo Normal vem convidando a humanidade a mudanças que envolvem coletividade e bem estar social, àqueles que estão podendo visitar os cômodos da sua casa interior,

dos seus manuseios emocionais e quão limpo e assepsiado estão ficando suas gavetas psicológicas, seus padrões mentais e sua leitura mais ampliada do cosmos, representado no campo das virtudes, e do que é produzido à revelia por mecanismos sistêmicos entre a raça humana e o sistema solar do qual o planeta Terra está conectado.



Essa macro visão de si, integrando no micro cosmos essas responsabilidades de auto cuidado é uma possibilidade do Novo Normal. Cuidar está sendo uma frequência de ordem coletiva para que a transpessoalidade materialize uma Nova Era, onde a humanidade se veja em continuidade uns dos outros, chamando a atenção para um aspecto filosófico que diz: *Amem uns aos outros!*

E, para aqueles que estão atravessando a despedida de amores para uma outra dimensão de vida, Huberto Rohden traz uma reflexão transcendente no livro de Alma para Alma que assim diz:

Deixa que a alma querida siga os seus caminhos- ainda que esses caminhos a conduzam aos confins do universo, à mais extrema distância do teu habitáculo corpóreo. Se entre essa alma e a tua existir afinidade espiritual, não há distância, não há em todo o universo espaço bastante grande que de ti possa alhear essa alma. Ainda que ela erguesse vôo e fixasse o seu tabernáculo para além das últimas praias do Sírio, para além das derradeiras fosforescências da Via-Láctea, para além das mais longínquas nebulosas de mundos em formação – contigo estaria essa alma querida [...] Ama – e estarás sempre perto do ente amado...Em todo o universo...Dentro de ti mesmo...(ROHDEN, 2011, p. 185-186).

Cuidar, cuidando-se um caminho de espiritualidade! Somos UM!

Fonte:

Arantes, Ana Claudia Quintana. A morte é um dia que vale a pena viver. Rio de Janeiro: Sextante, 2019.

Machado, Iara da Silva. O Brilho das Estrelas: Acendendo a Luz da Esperança! 2 ed. João Pessoa: Ideia, 2016.

Rohden, Huberto. De Alma para Alma. 3 ed. São Paulo: Martin Claret, 2011.

Wolman, Richard N. Ph.D. Inteligência Espiritual. Rio de Janeiro: Ediouro, 2001.



***Psicóloga Clínica Especialista em Infância e Adolescência há 27 anos. CRP13/2262. Psicóloga Transpessoal. Terapeuta Internacional em DMP Deep Memory Process, Woolger Training Brazil. Psicoterapeuta em Análise Bioenergética. Astróloga, com atuação em Astroterapia. Gestora de Roda de Cuidados com o Feminino (Paraíba e Bahia). Escritora.**