

Meditação na Luz do Espírito

Laurent P. Dazou

Texto original bilígue:

*Meditação Luminosa*¹

baseada no modelo da fotossíntese

¹“...gaia/espiritual/meditaluz/meditacion_luminosa.odt”.

Sumário

1	Meditação luminosa e fotossíntese	1
2	Luz do espírito, fonte da vida	2
3	Espírito ilumina a mente com reflexos na matéria	2
4	Cérebro, mente e manas universal	3
5	Yoga e meditação	3
6	Receptividade mental à luz espiritual	3
7	Luz espiritual pela respiração até o coração	4
8	Luz espiritual-mental em cada célula viva	5

1 Meditação luminosa e fotossíntese

A meditação luminosa é baseada no modelo da fotossíntese das plantas com o sol.

De acordo com as minhas pesquisas, para desenvolver uma sensibilidade espiritual é importante obter modelos físicos, os quais encontramos na natureza, em relação com analogias espirituais, para formatar exercícios que o homem seja capaz de praticar para reforçar sua compreensão das relações que existem entre ele e o Espírito Universal. Os homens constaram que existem três níveis de realidade da vida que surgem no cosmos: o nível espiritual, o nível mental e o nível físico dos fatos e fenômenos, significados e valores.

A fotossíntese é a respiração celular dos vegetais. Para uma árvore, por exemplo, ela consiste em absorver a luz solar graças às suas folhas por forma a fornecer a energia à célula vegetal e, assim, sustentar o processo da sua vida. É importante notar que o homem não consegue absorver diretamente a energia solar para se nutrir. Ele deve consumir determinados vegetais para que essa energia luminosa chegue a alimentar seu organismo. É, portanto, de uma maneira indireta que o homem absorve a energia luminosa do Sol para fazer seu corpo funcionar. Dificilmente ele pode fazer economia na ingestão de legumes e frutas de sua alimentação cotidiana, caso contrário desenvolverá carências e doenças como o escorbuto. A luz do Sol é indispensável ao homem para viver, mas, e é importante referir, ele não a absorve senão de modo indireto, pela ingestão de plantas que fizeram por ele o trabalho de armazenar a luz do Sol.

Para a nossa reflexão filosófica, é interessante notar que a absorção indireta da luz do Sol pelo organismo humano remete à ligação indireta do homem com a luz espiritual. A claridade da realidade espiritual é tão forte energeticamente que se acontecesse de ela entrar diretamente em contato com o corpo humano, imediatamente o destruiria. É pela mediação do pensamento, por intermédio do mental, que a presença do Espírito vai ser percebida pelo Homem. O pensamento vai ligar a luz do Espírito à realidade material. É o mental que vai conduzir a luz do Espírito para a consciência carnal humana. É pensando que vamos construir pela meditação o modelo mental da fotossíntese. Vamos construir uma analogia intelectual como suporte de exercício espiritual. O Espírito necessita de uma estrutura mental para apresentar seus valores, os quais serão assim encaminhados para a consciência do homem, graças ao seu controle mental.

2 Luz do espírito, fonte da vida

Não conseguimos imaginar um ser humano vivendo sem a luz do Espírito, assim como uma planta não vive sem a luz solar. Uma sociedade que vive sem luminosidade da luz espiritual perde sua vitalidade, sua alegria de viver, e agoniza pouco a pouco. Não se pode privar os homens de sua Fonte Espiritual porque eles se deprimem e murcham, exatamente como as plantas!

A luz do Sol é uma fonte de energia para a vida dos planetas. O próprio Sol produz essa energia. Ele não está conectado a uma fonte de alimentação exterior; ele não recebe energia, esta não é encaminhada para ele, a luz é produzida no próprio Sol. Ele é uma autônoma e poderosa Fonte de Criação de Energia. O Sol é uma fonte luminosa física inesgotável para os mundos e a vida sobre os planetas que o orbitam. Ele também é o centro de gravidade do seu sistema. O Sol permite-nos compreender fisicamente o que se passa na vida de um homem espiritualmente.

A luz, no sentido espiritual, é uma palavra-chave da compreensão da Natureza do Espírito Universal. A luz espiritual guia os Humanos, os mundos e os universos. A luz ilumina a alma dos Homens e sua fé na sobrevivência após a morte. No sentido intelectual, assim que alguém fica na dúvida, basta que uma ideia venha iluminar sua consciência para que a escuridão interior se desvaneça e dê lugar à clareza. O caminho interior se abre e tudo se torna límpido! A luz é o termo por excelência que significa a presença da verdade, da bondade e da beleza. O amor ilumina a vida de alegria e felicidade!

3 Espírito ilumina a mente com reflexos na matéria

O próprio Platão, no “Mito da Caverna”, tinha usado a luz como modo de explicar as realidades de um universo superior e divino, em oposição às sombras ilusórias da realidade material. A luz do Espírito de Deus ilumina as ideias do pensamento. Quando os objetos do pensamento, as ideias, recebem a luz do Espírito, eles o impedem e se projetam então como sombras nas paredes da realidade material. Dito de outra forma, o mundo físico é a sombra dos objetos mentais, iluminados pelas luzes do Espírito. Os homens percebem apenas as sombras mentais na sua escala de realidade carnal.

Vamos então usar os modelos intelectuais para nos aproximarmos das luzes do Espírito. Do mesmo modo como não podemos nutrir nosso corpo com a luz do Sol mas podemos comer legumes para captá-la, podemos usar o pensamento e o modelo da fotossíntese para nutrir nossa vida com a luz do Espírito Universal, Fonte da Vida Eterna. Iremos absorver a luz espiritual pela ação do pensamento e captar pelo espelho da reflexão as luzes do Espírito. Como a árvore que capta a luz-fonte do Sol pela ação das folhas e da respiração celular, a ideia capta a luz da consciência superior. É pela imaginação que iremos armazenar em nosso corpo a luz do Espírito.

Este é um treinamento mental eficaz que sensibiliza o pensamento para receber as luzes do Espírito. É um exercício para reforçar os automatismos mentais e a sensibilidade intuitiva às mensagens do Espírito e à luz da verdade.

Antes de mais, precisamos estar certos de uma coisa: a existência da luz da consciência superior, aquela que ilumina o caminho interior do homem. Quando estamos na escuridão da indecisão, basta receber uma ideia para que subitamente a consciência se ilumine e tudo se torne cristalino em nossa consciência. Ela ilumina o homem na noite cósmica, face às suas perguntas, suas ignorâncias quanto às coisas da vida e sobre o seu futuro.

Esta luz interior é comum a todas as consciências humanas. Existe, então, uma Fonte-Mãe para todas as Luzes interiores, como existe uma fonte de todas as luzes dos sóis do Universo. Existe, enfim, uma Fonte Central criadora e Universal para todas as realidades físicas, mentais e espirituais.

Esta Mãe Universal, Fonte de todas as luzes da consciência, dá a cada um a luz do Espírito para

guiar a vida de cada ser humano, a cada instante no caminho do conhecimento da Fonte de Todas as Fontes.

4 Cérebro, mente e manas universal

O que nos leva a considerar a meditação luminosa baseada no modelo da fotossíntese segundo a seguinte descrição:

A consciência superior do Homem repousa delicadamente sobre a superfície do seu cérebro. A consciência superior tem um contato sutil com o órgão cerebral. A interface entre a consciência cósmica universal e a consciência animal interior do homem é, fisicamente, o córtex cerebral, mentalmente é a psique. Aqui devemos notar que é exatamente por essa razão que o animal se tornou “HUMANO”, é porque o cérebro do macaco superior se tornou suficientemente volumoso, podendo assim receber e computar o “MANAS UNIVERSAL”, ou seja, a Mente Cósmica (MANAS é a palavra sânscrita que designa a Inteligência Cósmica, de onde surge o Ser Humano - em inglês isso origina a palavra MIND). Somente o Homem está dotado de um córtex, o que explica por que ele recebe a consciência superior cósmica.

O cérebro humano está suficientemente desenvolvido para receber o Manas, o homem teve a consciência da sua consciência. O Manas entrou no homem e conduziu sua evolução no decurso das eras de sua humanidade. A consciência superior repousa no topo do crânio, e na meditação podemos usar essa presença para organizar exercícios de natureza e qualidade espiritual.

5 Yoga e meditação

Na tradição do Yoga, para meditar é preciso poder se sentar ereto, de forma imóvel e serena. A coluna vertebral reta, esticada, os ombros relaxados, bem puxados para trás para libertar o peito e o coração. Podemos nos sentar no chão, as pernas cruzadas, ou então sobre uma cadeira com as pernas ligeiramente cruzadas, ou não. O que é importante é ter toda a tranquilidade corporal para receber a presença da consciência superior no topo do crânio e poder absorver a Luz universal até mesmo em cada célula do seu corpo.

O cérebro é um órgão que deve ficar relaxado, especialmente durante esta meditação. É necessário imaginar os tecidos do cérebro completamente disponíveis e relaxados. Graças à diversidade de imagens e representações científicas do cérebro que possuímos atualmente, sabemos que o cérebro é uma rede de neurônios e axônios que transportam luzes e informações. Podemos facilmente imaginar a função física-mental e espiritual do cérebro e representarmos os condutores luminosos em ação.

Isso é absolutamente lógico nas perspectivas de uma passagem entre as luzes do pensamento, as luzes do Espírito e os receptores físicos do organismo. Não esqueçamos que iremos usar um modelo físico luminoso, o da fotossíntese, para transpor a visualização das luzes do Espírito para a consciência carnal. Iremos sensibilizar e materializar as influências do Espírito sobre a nossa vida material. A meditação é o momento privilegiado da ligação entre as três realidades: material, mental e espiritual. É o Yoga, a ligação consciente da Vida Universal.

6 Receptividade mental à luz espiritual

Estamos, então, na posição de meditação. O corpo está imóvel. A boca e a língua estão relaxadas. Os olhos estão alinhados e olham para o cérebro. Já vemos nele as luzes interiores dos neurônios e das conexões sinápticas. Os tecidos estão luminosos graças à visão interior. Vamos nos concentrar

agora no contato da consciência superior com os tecidos cerebrais, bem no topo do crânio. Como uma esponja, o cérebro absorve a presença da consciência superior e a transporta para o corpo. A consciência superior flui pelos tecidos relaxados do cérebro (descrições do cérebro).

Ela espalha-se por todo o volume do cérebro e desce até os órgãos dos sentidos. Os olhos, a pele, o nariz, as orelhas, a língua. Os órgãos dos sentidos estão na vanguarda da presença do Espírito. Eles captam as primeiras sensações. Este é o Astral nos sentidos orgânicos.

Observemos por algum tempo esta doce sensação interior do cérebro e dos sentidos banhados pela delicada luz da consciência.

Mentalmente, vamos subir suavemente até a consciência superior, nas alturas do mental, em busca da luz da consciência. A luz superior da consciência cósmica religada à Fonte de todas as consciências. Vamos nos concentrar e visualizar a luz da consciência superior ligada à sua raiz, à Fonte Mãe de todas as luzes de todas as consciências, ou seja, a Consciência Universal, a Consciência do todo. Vamos visitar a presença interior da Consciência Universal, vendo Tudo.

A luz da minha consciência interior tem sua fonte na Matriz Universal, e é essa luz universal que carrego lentamente de volta para o meu corpo, para o meu córtex, para penetrar profundamente os tecidos do meu cérebro. A luz universal de minha consciência superior flui docemente em mim para os órgãos dos sentidos e inunda o interior da minha cabeça com luminosidade mental-espiritual.

7 Luz espiritual pela respiração até o coração

É aqui que vou iniciar um novo movimento, vou me concentrar na inspiração da minha respiração, porque vou usar o ar que entra em meu nariz. Vou usar o ar que entra para conduzir a luz em direção ao meu peito. A inspiração vai conduzir a luz da minha consciência superior para os meus pulmões. A luz vai seguir o ar da minha inspiração, como se cada partícula de luz interior apanhasse um táxi do meu cérebro para ser depositada em um alvéolo dos meus pulmões. Vou me concentrar no fluxo do ar que inspirei. Na raiz do meu nariz, entre os olhos, próximo ao centro do meu cérebro, vou inspirar cada partícula de luz cósmica e atraí-la para o meu peito. Com a inspiração, vou distribuir a luz da consciência cósmica para cada alvéolo dos meus pulmões e “expandir” um enorme espelho onde caiba o mundo, isso no interior da minha caixa torácica. Uma iluminação prânica completa, no interior do meu organismo.

É isso que chamamos de respiração PRÂNICA! É a respiração controlada, misturada à consciência cósmica, à luz do Espírito Universal.

Assim, apanhando o táxi da respiração, a luz da consciência superior, ela mesma ligada à Fonte Mãe da Luz de todas as consciências, entra em cada um dos meus alvéolos pulmonares iluminando, como um espelho cósmico, a superfície interior do meu peito.

Permaneço assim alguns momentos contemplando esta ideia luminosa de respiração prânica, usando o pensamento como receptor da Luz Universal, exatamente como as folhas da árvore captam a luz do Sol, para nutrir as células do seu ser. Eu sou uma árvore que capta a luz do Espírito.

No processo de passagem do ar dos pulmões para o sangue, o oxigênio passa pelo fluxo sanguíneo nesse preciso momento da transformação orgânica. Vamos imaginar que a luz da consciência superior no interior dos alvéolos também passa pelo sangue e vai continuar seu périplo graças ao seu táxi-oxigênio. Cada partícula de luz cósmica vai unida com uma de oxigênio pelo sangue rumo ao coração. Alquimia orgânica da luz no corpo! É rumo ao coração que o oxigênio vai conduzir a luz da consciência. O coração vai receber a iluminação cósmica e se abrir como um universo interior, como um sol que alimentará cada planeta do organismo. O coração vai pulsar o sangue em todas as direções interiores, para todas as células do corpo! E as “partículas” de luz acopladas ao seu oxigênio se dirigirão para o seu destino: a membrana de cada célula. É um coração pulsante e luminoso que

nutre em todas as direções, o corpo cósmico. Ele está conectado a todas as células do corpo, todos os tecidos e órgãos, enquanto eu permaneço imóvel na posição de meditação.

Permaneço alguns instantes nesta maravilhosa estrutura mental, o coração luminoso, as vias interiores resplandecentes das luzes universais.

8 Luz espiritual-mental em cada célula viva

Agora me encontro diante das portas de cada uma de minhas células. Vai se produzir o último movimento da nossa meditação. Vamos solicitar a abertura dos canais iônicos da membrana celular, graças a um movimento de “DESPOLARIZAÇÃO”. Vamos aguardar que as portas da célula se abram e deixem entrar nossa partícula de luz da consciência superior, ela mesma ligada à Mãe de todas as Luzes da consciência. É a Mãe de todas as consciências que entra em cada célula do meu corpo. Ela vai se alojar no coração, o núcleo de todas as células, fundir com a vida de cada uma e brilhar como um sol. Todas as células do meu corpo, em um movimento simultâneo e universal, vão resplandecer a luz da consciência cósmica. Todos os núcleos celulares brilharão como astros flamejantes e iluminarão o organismo humano com uma luz espiritual-mental, estimulando a Fonte da vida em mim mesmo, ou seja, o NÚCLEO de cada célula. A luz impõe-se em todas as realidades da minha vida.

Meu Corpo é um ser de luz ligado à fonte luminosa do Universo Central. YOGA da Fonte Universal até o centro da vida de minhas células. Eu sou a árvore cósmica que se alimenta da luz do Espírito graças à estrutura mental estável e firme, que capta as realidades superiores universais. Sou uno!

Permaneço assim imóvel, sem me mexer.

Então, pouco a pouco, saio da posição e retomo os movimentos para estimular o corpo e voltar a sentir as extremidades. Minha meditação está terminada. Recarreguei minha alma e meu corpo com luz do Espírito. Estou pronto para o meu dia.