



*Alma - posição, forma e atributos**

Ken O'Donnell

As dualidades matéria/antimatéria, sensível/não-sensível, físico/espiritual podem ser facilmente entendidas pelo conhecimento do mecanismo com o qual a consciência humana opera através do corpo. A alma tem três funções básicas para desempenhar: dar e manter a vida, expressar e experimentar sua própria vida singular e receber as recompensas ou os frutos das ações passadas desempenhadas em existências anteriores.

POSIÇÃO

Quando olho num espelho, não vejo meu reflexo, mas o de meu corpo. De fato, a alma está olhando através das janelas dos olhos de algum ponto dentro da cabeça. As funções sensitivas são controladas e monitoradas por meio dos sistemas nervoso e hormonal de um ponto específico na área do cérebro que aloja as glândulas do tálamo, hipotálamo, pituitária e pineal. Essa região é conhecida como o assento da alma ou o terceiro olho. A conexão entre o físico e o não-físico ocorre por intermédio da energia do pensamento.

Quando vista de frente, essa região parece estar um pouquinho acima da linha das sobrancelhas, entre elas. Muitas religiões, filosofias e estudos esotéricos dão grande importância ao terceiro olho ou olho da mente. Os hindus usam um tilak, um ponto vermelho ou pasta de sândalo no centro da testa. Os cristãos também fazem o sinal-da-cruz pondo o polegar nessa região. Os muçulmanos também tocam esse ponto em saudação tradicional. Quando alguém de qualquer cultura faz um erro tolo, intuitivamente leva a mão para o meio da testa. Afinal de contas, não é o corpo que comete o erro, mas o ser pensante que está operando o corpo de um ponto específico. Já que o cérebro é o centro de controle de todos os processos do corpo — metabolismo, os sistemas nervoso, endócrino, imunológico e linfático —, faz sentido que a pessoa interior esteja alojada em algum lugar do cérebro.

Assim como o motorista acomoda-se atrás do volante, segurando-o com as mãos, a alma “assenta-se” num ponto específico do centro do cérebro, próximo ao corpo pineal. Isso é importante para os propósitos da meditação, pois esse é o local para onde a atenção é primeiramente direcionada no esforço de concentrar os pensamentos: eu sou a alma, um foco minúsculo de energia-luz consciente, centrado no ponto entre as sobrancelhas.

Quando dizemos “sinto algo bem aqui”, pondo a mão sobre o coração, nem sempre nos referimos a alguma coisa dentro do peito. O coração físico é simplesmente uma bomba do sangue incrivelmente sofisticada. Ele pode até ser transplantado! Porém, dentro do eu real, o ser vivo e pensante, existe um centro de emoções, humores e sentimentos.

As sensações que muito obviamente sinto no corpo devem-se à total interligação que existe entre a alma e a matéria que ela está habitando. Por exemplo, quando estou com medo de um cão, o sistema inteiro é ativado. Do centro de controle, no meio do cérebro, a alma envia mensagens para todo o corpo. A adrenalina é liberada para dar força extra aos músculos. O coração começa a bater mais depressa, a respiração torna-se mais rápida e as palmas das mãos ficam úmidas. Pode



parecer que todos os órgãos têm sensibilidade e sistemas emocionais autônomos, mas a operação inteira dura tão pouco — uma fração de segundo — que nem percebo a coordenação das sensações e as respostas da alma a partir de sua própria cabine especial de pilotagem, no centro do cérebro. Dessa forma, se sinto algo em meu coração por causa de alguma coisa ou de alguém, aquilo está realmente sendo processado por mim, o ser pensante, para depois refletir em meu coração.

FORMA

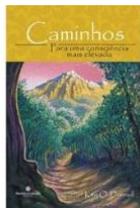
Todas as características presentes na alma são sutis ou não dimensionais por natureza — pensamentos, sentimentos, emoções, poder de tomar decisões, traços de personalidade, e assim por diante. Se essas características são todas sem tamanho, então é razoável concluir que a energia consciente da qual elas surgem também não tenha tamanho. Por essa simples razão, ela é eterna. Uma coisa que não tem tamanho físico não pode ser destruída.

Como uma alma, não estou difuso pelo corpo todo nem sou uma duplicata invisível e etérea do corpo físico. Mesmo que essa forma sutil exista, ela é o efeito da alma que habita a forma física, e não a alma em si. Assim como o Sol está em um ponto e ainda assim irradia luz por todo o sistema solar, a alma está num local e sua energia permeia o corpo inteiro.

Para expressar algo que existe mas não tem dimensões físicas, nós podemos usar a palavra ponto. A alma, portanto, é um ponto infinitesimal de luz consciente. Com a finalidade de termos uma imagem em que possamos fixar nossas mentes, podemos dizer que ela é semelhante a uma estrela em sua aparição. Em meditação profunda, posso perceber a alma como um ponto infinitesimal de luz não física circundada por uma aura de forma oval.

**Este texto foi retirado do capítulo III do livro [Caminhos para uma consciência mais elevada](#). Também estão disponíveis para leitura, trechos dos capítulos de I a IV, no site da Editora Brahma Kumaris]*

Ken O' Donnell é consultor, escritor e coordenador da Organização Brahma Kumaris na América do Sul. Autor de diversos livros: *A Alma no Negócio*, *O Espírito do Líder*, *Reflexões para uma Vida Plena*, dentre outros.



Para adquirir o livro *Caminhos para uma consciência mais elevada*, [clique aqui](#).