

Processo de Ascese Conjunta

(Relato de Experiência)

- *Anabel Mattei (Parque Carcarañá)*
- *Ana Facundes (Parque Caucaia)*
- *Denise Chaves (Parque Caucaia)*
- *Rodrigo Ul (Parque Caucaia)*
- *Samuel Chaves (Parque Caucaia)*
- *Seba Odasso (Parque Paravachasca)*

Novembro de 2016

PROCESSO DE ASCESE CONJUNTA

INTRODUÇÃO

A intenção desse escrito é relatar as experiências de um grupo de mestres de diferentes Parques de Estudos e Reflexão (Caucaia, Carcarañá, Paravachasca e de outros parques em diferentes momentos) que tem encarado o trabalho de ascese de maneira conjunta. Tal iniciativa, que teve início em fevereiro de 2015, contou com diferentes momentos de trabalho conjunto apoiado em intercâmbios diários e retiros ocasionais.

Comentaremos as formas de trabalho que fomos encontrando, os diferentes momentos desse processo e os registros comuns que o grupo foi alcançando durante esse tempo e que se refletiram em novas compreensões sobre a ascese e os temas essenciais.

Até agora, esse processo teve momentos diferentes: iniciou-se com um experimento de um pequeno grupo de mestres do Parque Caucaia; por ocasião da inauguração do Centro de Estudos de Caucaia, houve um intercâmbio com mestres de outros Parques, que se propuseram um trabalho de 100 dias; posteriormente, uma parte desse grupo continuou trabalhando em conjunto em retiros, intercâmbios e câmara de silêncio.

No contexto do que foi dito por Silo de que “os conjuntos melhoram os indivíduos”, o trabalho conjunto reforça a ascese como uma experiência comum. Assim, os avanços que muitas vezes consideramos como frutos apenas do esforço pessoal se dão dentro de um âmbito maior de transmissão de Força, inspiração, esclarecimento e bondade, que parte de um espaço comum, de uma intenção que sempre esteve presente e que se expressa através de nós.

UM EXPERIMENTO NO PARQUE CAUCAIA

Em fevereiro de 2015, inspirados no intercâmbio com um grupo de mestres do Parque Bosques (Argentina) que vinham trabalhando juntos, decidimos fazer um experimento de “trabalho conjunto de ascese” em Caucaia em um grupo de quatro mestres.¹

Descobrimo o comum

Sem estabelecer qual seria a duração desse "experimento", definimos o modo de trabalho centrado em uma prática de entrada e intercâmbio diários.

A primeira semana de trabalho nos permitiu ter uma visão melhor da entrada (porque podíamos comparar dia a dia a forma de trabalho, os registros, os impedimentos, as relações com a vida cotidiana) e definir melhor o procedimento de entrada – essa foi uma primeira e fundamental etapa, que formou as bases para prosseguir.

Definindo uma entrada e trabalhando com ela sem alterações improvisadas, pudemos começar a reconhecer e diferenciar dificuldades que são próprias do trabalho, independentemente do procedimento adotado. Em um momento seguinte, pudemos avançar para o intercâmbio de registros e experiências – várias delas que reconhecíamos como comuns.

Para o intercâmbio, servia como pauta a Guia do Caminho Interno,² em que pudemos observar algumas "etapas" equivalentes à prática de ascese: a separação entre os caminhos, a tentativa de ascensão, o "abandono" dos estímulos internos e externos, a necessidade de equilíbrio, absorção da luz, etc.

Assim, fomos reconhecendo dificuldades, registros e certas moradas comuns por onde se passa nesse caminho em direção aos espaços profundos (que tem a ver com a própria direção da energia), a necessidade de encontrar o equilíbrio entre o sobressalto e o desalento, etc. E isso independia da disciplina e da entrada escolhida por cada um ou do “propósito de cada um”.

Mantivemos o trabalho diário por cerca de um mês e meio e, a partir daí, cada um foi encontrando seu ritmo de prática, mas mantivemos um intercâmbio frequente e essa forma de trabalhar em grupo se mantém até hoje.

¹ Grupo formado por Samuel Chaves, Michael Almeida, Denise Chaves e Ana Facundes

² Ver "Notas de Retiro con la Guía del Camino Interno. 21, 22 y 23 de Agosto de 2014, Parque La Reja" (<http://www.parquebosques.org/m/NotasdeRetiroconlaGCI21-23Ago2014-II.pdf>)

Redescobrimo o conjunto

Durante todo esse período de trabalho diário, mantínhamos um intercâmbio também diário. Esse intercâmbio foi fundamental para avançar, e registrávamos novamente, como naquele momento da disciplina, que “avançávamos juntos”.

Para nós, foi fundamental “redescobrir” esse âmbito de trabalho conjunto, que parecia ter sido perdido com o fim do processo disciplinário, já que a partir daí tínhamos entendido que se tratava de que cada um construísse sua ascese. Continuaram se dando intercâmbios esporádicos, mas que já não serviam – como no âmbito da disciplina – para ir construindo a certeza de registros, visto que agora aparentemente cada um estava fazendo “seu” trabalho. E pouco se podia dizer da entrada ou do propósito em termos comuns.

Considerando os anos anteriores de dificuldades e dúvidas – e certamente alguns poucos avanços – era fácil lembrar dos momentos em que abandonamos ou pensamos em abandonar o trabalho de ascese porque parecia não haver maneira de encontrar o caminho – algo que talvez tenha acontecido com vários nesses 5 anos desde que recebemos a ascese.

Nesse trabalho conjunto, focamos no que era comum, além de intercambiar sobre todos os detalhes (técnicos ou não técnicos), tratando de romper a autocensura que nos deixava encerrados nesse solipsismo de experiências que se davam apenas em cada consciência e que o eu tratava de “normalizar”, relegando-as sempre a um campo de dúvidas.

Não menos importante foi a sintonia que se foi construindo nesse grupo (que já havia sido formado por afinidade), mas que foi se gerando com base no que era transpessoal, no que era comum. O intercâmbio não era somente um relato das experiências de cada um, mas um esforço coletivo por estruturar o que ia acontecendo, como se, com a contribuição do ponto de vista de cada um, pudéssemos ir construindo uma visão mais completa daquilo que começávamos a registrar com esse “olho interno” que começávamos a desenvolver.

O que começou como um experimento nos abriu um novo horizonte com relação à ascese. Experimentamos um avanço considerável em nossas experiências, em nossas condutas e estilo de vida, que foi se centrando cada vez mais em torno desse trabalho.

Compreendendo em outra profundidade como os conjuntos melhoram os indivíduos e que este não é um caminho individual, surgiu no Parque Caucaia a necessidade de um retiro mensal de ascese, desde setembro de 2015, aberto a todos os mestres que estão no trabalho, os que estiveram e por algum motivo fizeram uma pausa mas querem retomá-lo, e aos que desejam começar.

OS 100 DIAS

Por ocasião da inauguração do Centro de Estudos do Parque Caucaia, em setembro de 2015, ocorreram intercâmbios sobre ascese conjunta, e muitos amigos sentiram ressonância com essa experiência que se conta no tópico anterior (Um Experimento no Parque Caucaia). Registrávamos que, apesar de fazer esforços para estar na ascese com certa permanência, íamos e vínhamos sempre na mesma paisagem mental, sem conseguir consolidar as condições necessárias para ir avançando. Sentíamos a necessidade de construir um âmbito de trabalho comum onde pudéssemos experimentar que avançávamos juntos.

A partir desses intercâmbios, criamos um grupo de trabalho e intercâmbio de ascese com entrada diária durante 100 dias. Buscávamos estabelecer uma nova condição, que servisse para construir um degrau. Nos inspiramos nas considerações do capítulo IX de *O Segredo da Flor de Oro*, "O estabelecimento da base em 100 dias": "(...) *Estabelecer completamente a base exige 100 dias antes de obter a verdadeira luz. Assim como estás, ainda trabalhas com a luz dos olhos, não com a luz do espírito, não com o fogo da essência, não com tocha da sabedoria.*"³

Com relação ao por que fazer uma entrada diária, nos alentou esta citação de Silo, referindo-se às disciplinas e à ascese:⁴

"A substância mental é tão instável e móvel que você não sabe como se apresenta. Com a rotina diária, você vai fixando o trabalho. Se não obtém determinados indicadores dos passos, você não pode avançar. Os indicadores dos momentos de processo são muito importantes porque os registros dançam. Então, você vai passo a passo, evolui para outra escala. (...) E, assim, vai encontrando momentos excepcionais. Sem esses momentos ou experiências não há o que considerar para aprofundar. Na ascese, você toma essas experiências para desenvolver e aprofundar. Busca-se a transformação da experiência interna. A disciplina forma uma estrutura mental. Agora, vamos à transformação dessa forma, à evolução, à perfeição".

Abrimos um chat em Facebook para intercambiar e enviar comentários, já que éramos cerca de 20 mestres de distintos Parques e países. Nos propomos terminar este processo e avaliá-lo em PDV em janeiro de 2016.

Começamos com o trabalho de entrada diária em setembro. Fomos enviando avaliações de nossas experiências regularmente pelo chat, e fizemos intercâmbios de acordo com a necessidade.

³ *El Secreto de la Flor de Oro, Versión de Tomás Cleary*. Editorial Edaf, México, 1995. Pág. 67

⁴ Apontamentos de Escola. Reunião no Centro de Estudos de PDV (7 de janeiro de 2010)

Processo de trabalho e registros

Estar em algo todos os dias com outros, manter isso em copresença e aprofundar o intercâmbio foi construindo um âmbito mental propício para romper a autocensura, encontrar a linguagem para intercambiar sobre registros e experiências (independentemente do procedimento de entrada de cada um), reconhecer as dificuldades e encontrar posturas mentais para superá-las, descobrir o comum nos percursos internos e nas experiências que estávamos tendo.

Fomos ganhando certezas que se instalaram em nosso trabalho, consolidando uma "condição necessária" para avançar e romper o limite que experimentávamos.

O registro de que estávamos juntos em "um intento que vale a pena" nos tirava das dúvidas e impossibilidades, nos enchia de afeto, nos inspirava e reforçava nossa resolução e seriedade no intento. O âmbito comum permitiu que pudéssemos dar-nos conta de que o maior esforço que tínhamos que fazer era manter a direção.

Isso teve muita força. Talvez seja o que mais ajudou o tema da afetividade pelo trabalho e a direção para o profundo.

A ascese começou a ganhar força como tema na vida cotidiana, a operar como centro de gravidade: estava permanentemente em copresença, era o tema em que estávamos, era o "foco" do estilo de vida. As copresenças mudaram: imagens, pensamentos, registros que nos acompanhavam durante o dia.

Houve uma mudança no registro do transcorrer, na percepção e estruturação da realidade. Apareceu um "observador" neutro que se dava conta dos momentos do processo, e acompanhava tudo o que ia acontecendo, trazendo "calma" e "objetividade" durante os vai-e-véns.

Consequências

Este processo contribuiu claramente para a construção e fixação do procedimento de entrada, da carga e aprofundamento do propósito.

A intensidade e a acumulação em tão pouco tempo deu muita clareza ao processo de construção do âmbito de ascese e dos estados internos pelos quais se pode chegar a transitar.

Torna-se evidente que o centro do estilo de vida deve estar no profundo. Sem esse esforço, nada faz sentido. Esse esforço complementa a "nostálgica unidade perdida".

CÂMARA DE SILÊNCIO ⁵

Alguns amigos coincidíamos no interesse em experimentar a mecânica de trabalho da câmara de silêncio. Em setembro de 2015, deu-se a oportunidade de formar um grupo para participar de um retiro que estava previsto para janeiro de 2016.

Nesse retiro, trabalhamos com base no que está proposto em "Contribuição sobre Trabalhos de Escola: Ascese e Câmara de Silêncio", de Federico Palumbo.⁶

O grupo se formou cerca de 3 meses antes do retiro, e uma primeira etapa consistiu em leitura e intercâmbio de temas relacionados a ascese, como a Força, o sentido da vida e a transcendência. Ao mesmo tempo, refletíamos sobre o propósito deste retiro.

Uma semana antes, nos encontramos em PDV e intercambiamos sobre nossas expectativas com relação ao retiro, e o processo de ascese de cada um até aquele momento. Nosso interesse comum era aprofundar na ascese.

O retiro consistiu em duas semanas de trabalho intenso, com dois intervalos de dois dias. Durante os três primeiros dias, o objetivo era se familiarizar com a câmara. Nos cinco dias seguintes, trabalhamos na direção de acumulação de registros e, finalmente, nos últimos dias buscávamos fixar os registros em direção ao aprofundamento das experiências.

Antes de cada sessão, meditava-se sobre o propósito desta e, na câmara, após um relaxamento, cada um fazia sua prática.

A duração e intensidade do trabalho e a sintonia entre os participantes propiciaram um ambiente muito inspirador para as experiências. A atmosfera de confiança que foi se gerando foi muito importante para romper a autocensura no intercâmbio, o que por sua vez ajudou a avançar no reconhecimento de registros comuns. Nesse sentido, pudemos observar uma espécie de retroalimentação, em que o trabalho de um gerava nos outros uma nova memória que propiciava ajustes na postura mental para sessões posteriores.

⁵ Grupo formado por Anabel Mattei (Parque Carcarañá), Ana Facundes, Denise Chaves, Samuel Chaves, Rodrigo UI (Parque Caucaia) e Seba Odasso (Parque Paravachasca)

⁶

http://www.parquepuntadevacas.net/Producciones/Federico_Palumbo/Ascese_y_camara_de_silencio.pdf

Experiências comuns e descrição de registros

O trabalho na câmara e o intercâmbio nos ajudou a reconhecer e aprofundar as experiências em direção aos espaços profundos, e inclusive a ressignificar experiências anteriores que, ao não terem comparação, haviam ficado no campo da dúvida.

O intercâmbio ajudava a ajustar a direção da experimentação, provar ou descartar coisas, incorporar a experiência do outro, ter certezas de experiências. Eu posso duvidar de minhas experiências, mas com as do outro aparece a certeza.

Durante o processo do retiro, fomos nos dando conta de que existe um percurso comum ⁷ que nos dá certeza do descrito no *Olhar Interior*. Assim, *O Olhar Interior* e sua linguagem serviram como referência para a descrição que fazemos a seguir.

No início da sessão, experimentamos com maior profundidade registros que parecem fundamentais para ir em direção à suspensão do eu, como soltura, entrega, deixar-se ir, não querer nada, abandono de expectativas, etc.

À medida que se dava a atenuação dos estímulos externos e internos, experimentávamos o registro do duplo de diferentes maneiras: energização das extremidades do corpo; calor; sensação de um segundo corpo; corpo sólido cheio de energia; sensação de corpo expandido; energia expandida que vai se unindo e solidificando.

Esse registro do duplo muitas vezes era precedido ou intercalado com o registro de vazio, de diferentes maneiras: silêncio profundo; ausência de si mesmo; deixar de existir; ausência absoluta; nada total; estado de imaterialidade; uma noite escura consciente de si mesmo; calma absoluta; ausência de buscas.

Se podíamos manter o equilíbrio nesse vazio, ocorriam registros que consideramos como de contato com o Centro Luminoso: registro de um ponto na cabeça que vai se carregando e em um momento começa a irradiar luz; energia que vem de fora e me suga; sensação de entrar ou sair de uma luz; forte iluminação do espaço de representação; transformar-se em luz; contato com a fonte e origem de tudo; presença de uma intenção bondosa, que está além de mim e da qual eu participo, às vezes traduzida como o Plano.

⁷ "Há 4 experiências, que chamamos de "Vazio", "Duplo", "Centro Luminoso" e "Consciência Separada". Estas constituem um claro percurso que se revelou no trabalho em câmara de silêncio. A experiência do profundo é uma experiência circular, que por sua vez é finita e infinita. Às vezes, representada como Cidade Escondida. Esses são 4 pontos que nós reconhecemos entre várias pessoas. Eles não são verdades em si. Cada ponto é uma descrição de diferentes experiências e registros que agrupamos com uma palavra-conceito. Cada ponto admite extensão e profundidade." (*Contribuição sobre Trabalhos de Escola: Ascese e Câmara de Silêncio*, de Federico Palumbo)

Consequências

Fomos adquirindo a certeza de que o trabalho não era individual, e sim que a experiência vinha de um espaço comum do qual todos participávamos. Registramos comunhão: somos energia em permanente comunicação.

Fomos registrando o despertar de um olhar ou ponto de observação mais interno, uma espécie de observador neutro: ver-se agindo, sentindo, pensando como se estivesse "separado" do mundo fenomênico. Experimentamos que o contato com o Centro Luminoso alimenta esse observador.

Compreendemos que a ascese é um caminho para o despertar, em que o acesso aos espaços profundos desperta uma nova energia que, através de um esforço consciente, pode ser direcionada para a consolidação da consciência de si e da unidade interna.

Após o retiro, que foi um trabalho intenso em grupo, manter a prática e o intercâmbio ajudou a continuar aprofundando na ascese e nas experiências descritas.

CONCLUSÕES

Muitos de nós que fizemos o processo disciplinário nesse formato de camadas, sem mestre, em uma relação horizontal com os pares, experimentamos o intercâmbio como ponto de apoio fundamental para alcançar os registros apontados pelos passos. Experimentamos, também, em alguns casos de grupos mais permanentes de trabalho, o claro registro de que avançávamos juntos.

Quando recebemos as pautas para a ascese, essa forma de trabalho conjunto foi de certa maneira desarticulada, porque já não havia passos e procedimentos conjuntos que servissem de pauta, não era necessário comentar o Propósito e a rotina deveria ser substituída pelo estilo de vida.

Compreendemos que existe uma dimensão pessoal da ascese que é inevitável: há um trabalho que ninguém pode fazer pelo outro. Cabe a cada um registrar a ressonância com o propósito e tomar a decisão de empreender esse caminho de experiência e meditação.

Por outro lado, entendemos que a ascese conjunta vai além de um grupo intercâmbio: é a possibilidade de realizar um esforço coletivo para estruturar a ascese, em que nossos registros se completam, e esse "consenso" passa a dar realidade ao que experimentamos. Assim, fomos adquirindo a certeza de que o trabalho não é apenas individual, mas que a experiência se origina em um espaço comum do qual todos participamos.

À medida que fomos avançando na compreensão das dificuldades e dos registros, foi ficando mais evidente para nós que não há nada de muito individual nesse caminho. A Guia do Caminho Interno é uma pauta de registros que serve para todos nós. E quando começamos a ter experiências com o profundo e a meditar sobre elas, também compreendemos que não inventamos nada - está tudo no *Olhar Interior*. Até o ponto de descobrir que nosso propósito é o mesmo.

Compreendemos que o ascenso é uma construção diária e que é nesse cotidiano em que se relaciona a copresença do propósito, o esforço em se manter em consciência de si e uma atitude meditativa que permite integrar as experiências e construir certezas como degraus que vão permitindo o avanço. Nessa perspectiva de esforço permanente de estar em determinada postura mental entendemos a substituição da rotina pelo estilo de vida.

Tudo isso nos abriu um novo horizonte em relação à ascese, ao compreender que o despertar é possível e alcançável e que se constrói hoje.