

## Apostando corrida com formigas: pés descalços para uma vida prânica.<sup>1</sup>

Laryssa Owsiany (UFRRJ)

Apresentarei, para os fins deste paper meditações etnográficas experienciadas junto a um retiro espiritualista mantido por uma família, em uma comunidade alternativa de Minas Gerais. O local recebe pessoas do mundo inteiro buscando uma desintoxicação orgânica humana e uma reconexão interna com um "Eu superior" através de um processo ritual chamado Prana Prasakti. O ritual é capaz de elevar o padrão vibratório planetário ocasionando uma expansão de consciência e promovendo cura e equilíbrio dos nossos quatro corpos inferiores, o corpo emocional, o físico, o mental e o espiritual. A energia aqui chamada de Prana é uma substância do mundo etérico e princípio vital do cosmos físico.

As religiões chamam essa energia de “Deus” ou “Supraconsciência” e acreditam que seja onipresente onipotente e onisciente. A física quântica chama essa energia de “grande energia de unificação” e também acredita que ela está em toda a parte, é onipotente e onisciente. Os difusores da Nova Era dão outros nomes a essa energia – “Tudo O Que É”, “Inteligência Divina” etc. Todos eles não passam de rótulos para descrever a mesma força ou poder. (JASMUHEEN, 2000, p.10/11)

De acordo com o relato de Oberom no livro “Viajando na luz”, 2001 foi o ano do salto quântico de sua família. Foi nessa época que conheceram o livro “Viver de Luz: a fonte de alimento do novo milênio” da australiana Jasmuheen e oito membros de sua família fizeram o “Processo de 21 dias” citado no livro. Após sua família ter realizado o processo descrito no livro e ter ficado nove meses ingerindo apenas líquidos, seguem rigorosamente uma disciplina até os dias de hoje que consiste em: quatro dias tomando basicamente sucos, “com algumas concessões a coisinhas gostosas esporadicamente”, e três dias no “seco” em que não ingerem nada, nem mesmo água. A família passou a receber desde então pessoas de todas as partes do globo querendo “fazer o que eles fizeram”.

Jasmuheen não é a criadora do processo, seu trabalho, como *“um ser intergaláctico vindo dos mundos unificados é ensinar o sistema que é desenvolvido no planeta arcturo”*. No mundo unificado *“a gente não precisa desse jogo da comida, a*

---

<sup>1</sup> Trabalho apresentado na 31ª Reunião Brasileira de Antropologia, realizada entre os dias 09 e 12 de dezembro de 2018, Brasília/DF.

*gente usa energia livre.*” Jasmuheen alega que seu destino era apenas tornar pública essa possibilidade para o Ocidente e honrar a tradição que já estava sendo praticada a seis mil anos na China e a quatro mil anos na Índia. Não por acaso são os mesmos lugares citados por Mauss no último parágrafo de ‘As técnicas corporais’:

No meu entender, no fundo de todos os nossos estados místicos há técnicas do corpo que não foram estudadas, e que foram perfeitamente estudadas pela China e pela Índia desde épocas muito remotas. Esse estudo sócio-psico-biológico da mística deve ser feito. Penso que há necessariamente meios biológicos de entrar em “comunicação com o Deus”. E, embora a técnica da respiração etc., seja o ponto de vista fundamental apenas na Índia e na China, creio, enfim que ela é bem mais difundida de um modo geral. (MAUSS, p.422)

Parto do princípio de que a consciência prânica é um desses “*meios biológicos de entrar em comunicação com Deus*” do qual Mauss se refere. Desde a inauguração do retiro, há um vórtex energético no templo em que é realizado uma oração todos os dias do ano, sem exceções. A repetição da energia ali depositada criou uma egrégora espacial e temporal que é alimentada diariamente ao pôr-do-sol pelos facilitadores, visitantes e pelas pessoas que estão ali realizando o prana prasakti. A partir de minha participação na manutenção desta egrégora ao longo de aproximadamente dois anos, esboçarei uma reflexão inicial de como os mantras, a pintura de mandalas, o vibhuti, cristais, velas, sinos e sons penetram o contato com o sagrado no decorrer do ritual.

### **O que é o Prana Prasakti?**

O processo de 21 dias, como popularmente é conhecido não está ligado a nenhuma religião, mas é uma ferramenta que pode ser utilizada por todas. Os adeptos deste estilo de vida acreditam que o ritual tem o poder de mudar a informação genética com a qual todo ser humano nasce desde que a pessoa consiga alterar o seu sistema de crenças através de uma reprogramação física, energética, mental e espiritual.

O processo de 21 dias é uma iniciação espiritual pela qual a memória celular é alterada. A fé é o ingrediente básico para realmente se desfrutar do milagre e ter um contato próximo com o Agora, o Eu superior, o Eu Interno, o Eu Divino, a Essência Cósmica, o Brahman, o Eu sou, o Paraíso, Allah, Tupã, Jah, Deus, Momento em que podemos ouvir a voz de nossa consciência e nos autoconhecer.

(OBEROM, 2017, p. 347)

O processo ritual <sup>2</sup> é dividido em três etapas. Os facilitadores deixam claro que é fundamental que a pessoa saiba que estará realizando uma diferente, estranha e muitas

---

<sup>2</sup> Turner (1974) afirma que o ritual está associado à ideia de um retorno ao equilíbrio espiritual de um indivíduo ou grupo que possuía uma perturbação e é realizado de modo que nem o tempo, o espaço e nem

vezes dolorosa experiência física, mas que não acarreta em morte. Sintomas como dor de cabeça, irritabilidade, dores musculares, fraqueza, náusea, insônia, inquietação são descritos como sinais de que o corpo está se purificando. Jasmuheen (2000) afirma que é uma “*mesa de cirurgia da natureza que opera sem bisturi*” e que depois de completar os 21 dias, você não vai mais precisar de comida para viver, nem para lhe proporcionar energia. “*Sua alimentação e energia (nutrientes) serão fornecidos pela Luz. Você vai dar o Salto da Fé e, para isso, aconselho-o a dar um passo além da Ilusão.*” (JASMUHEEN, 2000, p.113).

Em resumo, na primeira semana é trabalhado o corpo físico e a expressão da identidade do ego. A pessoa retira de seu organismo a entrada de qualquer tipo de elemento externo, incluindo todo tipo de líquido, inclusive água. Do terceiro para o quarto dia dessa primeira semana há um realinhamento dos chakras e uma alteração na memória celular. A primeira semana é chamada de travessia do deserto interno. Nestes sete dias iniciais, a desintoxicação começa com uma parada radical do sistema digestivo, forçando, em nível mental e energético, a maior atividade das glândulas pineal e pituitária.

Uma semana onde a gente tira todos os apoios do nosso ego e a gente passa uma semana sem social, sem entretenimento, sem conversa, sem comida e incluso sem aquilo que o nosso corpo entende como o seu sustento primário, que é a água. O ego entra numa situação radical em que ele se mostra bastante.

(Oberom – facilitador no Portal Parvati)

Na segunda etapa é trabalhado o corpo emocional, é nesta semana que acontece a limpeza das ligações kármicas. De acordo com os facilitadores, durante esse período o ego leva você a reviver conflitos, traumas e medos do passado. Superada a desertificação interna, a fase mais difícil do processo, pessoa encontra o Oásis da Vida que é a água. O mínimo que se deve tomar de líquido é um litro e meio, chás e sucos são permitidos, porém o suco com 25% de concentração, apenas suco de fruta em água. Presenciei diversas pessoas ingerindo o primeiro copo de água durante o ritual, após 7 dias “no seco”, tal ato é sempre acompanhado de profunda emoção. Ao final da autoavaliação do dia de cada uma das pessoas, um dos facilitadores dá dicas de como enfrentar o dia seguinte. Como nesta semana o foco é o corpo emocional, os facilitadores também sempre lembravam as pessoas que o processo é feito pra dentro, que era pra enfrentar todas as vontades de socialização que iriam surgir nesta fase e que o silêncio era fundamental. Ao

---

os indivíduos nele envolvidos são os mesmos da vida cotidiana. Pessoas, tempo e espaço estão sob influência de uma atmosfera simbólica que os ressignifica e transforma seus atributos e *status*.

longo da segunda etapa do processo são oferecidos dois sucos por dia, bem diluídos às 9 horas e às 14 horas pra quem desejar, mas é sempre lembrado que as pessoas devem se policiar.

Na última etapa, é trabalhado o corpo mental, de acordo com os facilitadores é a mais importante do processo e que ela “passa em três dias”, apesar de oficialmente ela durar sete. Os praticantes afirmam que a pessoa estará totalmente livre dos conceitos sociais e médicos sobre a necessidade da comida na vida no ser humano. Ao longo da terceira semana, também são oferecidos dois sucos ao dia, um pouco mais concentrados (40%).

É a semana que o ego tende a ir para o futuro, planejamentos e coisas desse tipo. Essa é a semana de reafirmar a nossa presença, de fazer com que a gente volte pro aqui e pro agora. Esse trabalho ressoa no planeta. O processo é uma iniciação espiritual que não quer inflar o ego de ninguém, dar poderes... Apesar de ser sem comida, o objetivo dele não é fazer parar de comer, é buscar o autoconhecimento.

(Oberom – facilitador no Portal Parvati)

### **A inserção no campo e a manutenção da egrégora espacial/ temporal.**

Oberom é o rosto mais famoso do meio brasileiro e uma das grandes referências mundiais no assunto, viaja o mundo com palestras, workshops, vivências e livros escritos sobre consciência prânica. É formado em Educação Física e pós-graduado em Nutrição Humana e Saúde pela UFLA - Universidade Federal de Lavras, com especialização em Yoga pelo Instituto Lonavla (Índia) realizado através da FMU em São Paulo. Entrei em contato com ele através do *instagram* e do *facebook*, e depois de diversos empecilhos, consegui marcar um encontro pessoalmente numa praça no município vizinho a Soledade de Minas. Solicitei que levasse seus livros para que eu pudesse comprá-los. Combinamos uma conversa para que eu pudesse apresentar a pesquisa, sem estruturar nenhum roteiro conduzi a conversa de forma muito informal.

Ao chegar, Oberom logo me chamou a atenção por estar vestindo uma camisa de Nhá Chica, uma beata muito famosa na nossa região. Conte-ihe sobre como havia estruturado o projeto de mestrado, realizando um levantamento bibliográfico sobre o tema através da busca por palavras-chave como prana, viver de luz, processo de 21 dias e não havia encontrado nenhuma literatura sobre o assunto. Ele me informou que nunca foi procurado para nenhum projeto acadêmico no Brasil, e disse que havia apenas uma tese em construção na Universidade americana de *Yale* sobre o viver de luz. Blair havia

morado com eles na comunidade *Aham Prema* durante quatro anos e trabalhado como facilitadora do Processo de 21 dias aplicando questionários quando as pessoas iniciavam o processo e o questionário era repetido ao final dos 21 dias. Oberom me disse que ela ainda enviava o mesmo questionário para estas pessoas após seis meses da realização do processo, a fim de mapear o que e como o processo de 21 dias havia transformado a vida destas pessoas. Ainda que o meio acadêmico fosse algo novo para o grupo, eu notei certa cautela, visto que naquele período a família lutava para desconstruir equívocos midiáticos que foram criados em torno do trabalho realizado por eles.

Desenvolvi meu projeto descrevendo o trabalho do *Portal Parvati* o relacionando com práticas de jejum e com a literatura sobre comida e antropologia. e uma das primeiras coisas que percebi na conversa foi que o “viver de luz” nada tinha a ver com jejum, muito pelo contrário entendi que durante o “*processo de 21 dias estamos sendo alimentados o tempo todo, por prana, por energia cósmica, luz divina.*” Apesar de não ter tido nenhum contato direto anterior com Oberom, alguns de seus irmãos e diversas pessoas que moram na *Aham Prema* foram meus amigos durante a infância e adolescência e fazem parte significativamente de minha memória afetiva. Apresentei-me, e lhe contei que havia estudado na mesma escola que alguns de seus irmãos e que havia perdido contato. Oberom fala de forma muito calma e lenta, sua voz é extremamente baixa, o extremo oposto de meu modo de comunicar. Por vezes, tive dificuldade em ouvir o que ele dizia, e às vezes ele me olhava com uma expressão de que eu falava rápido e alto demais. Ele foi extremamente simpático e se mostrou muito aberto à realização de minha pesquisa, autorizando minha ida diária ao Portal Parvati para acompanhar às orações que eram realizadas todos os dias às 18 horas.

O mato dentro se localiza na zona rural de Soledade de Minas, uma estrada de terra de acesso não muito fácil, sem luz elétrica e sem sinalizações específicas. Na minha primeira visita ao local, mesmo tendo saído com muita antecedência me perdi no caminho, o que acabou acarretando um atraso considerável. Todo o desejo de não chamar tanta atenção caiu por terra, eu tenho asma e a subida ansiosa até o templo fizeram com que eu fizesse o trajeto de forma muito rápida e entrasse no templo com muita falta de ar. O silêncio era absoluto, não consegui controlar a minha respiração ofegante. Senti como se todas as pessoas naquele recinto pudessem ouvir o meu coração bater, o barulho que eu sem querer produzia, me parecia estrondoso. Pode parecer um clichê, mais o barulho do que chamamos de “estômago roncando” também era muito perceptível no local. O

silêncio é tão profundo que o barulho das moscas voando, das cigarras no local chega a ser ensurdecedor.

É necessário adentrar o templo sem sapatos, as pessoas se sentam em almofadas em círculo com cores diferenciando-os. Os visitantes e facilitadores utilizam o encosto azul, e pessoas que estão realizando o processo utilizam o encosto verde. O interior é iluminado apenas por velas, no centro do círculo há vasos de flores, alguns cristais e pedras, uma shruti box<sup>3</sup>, um sino tibetano e um potinho com *vibhuti*.

O Vibhuti simboliza o ciclo de vida e morte, no qual tudo, em última instância, reduz-se a cinzas. Pó tu és, e ao pó retornarás. A cinza ou pó é a condição final das coisas. Ela não pode sofrer mais nenhuma mudança. No contexto espiritual, constitui um aviso àquele que o recebe para desistir do desejo, para incinerar todas as paixões, apegos e tentações, e tornar-se puro em pensamento, palavra e ação.

Sai Baba

O vibhuti é a materialização no plano físico da expressão da Glória de Deus. Os devotos afirmam que a cinza está muito além de toda explicação científica, já que podem comprovar que ela não provém da combustão de elementos materiais, desconhecendo assim sua origem, composição e explicação do fenômeno de obtenção. Sai Baba “só tem que pensar e girar sua mão, para o vibhuti fluir como um manancial de graça no lugar e no momento em que sua vontade assim ordenar”. É distribuído gratuitamente e, geralmente, é passado nos três chakras principais, localizados no ponto entre as sobrancelhas, na parte frontal da garganta e no centro do peito, indicando que desejamos ter unidade entre pensamento palavra e ação. Além da caixinha de contribuição, no interior do templo existem recipientes com a cinza e antes do início da oração muitas pessoas passam o vibhuti nos locais mencionados acima para potencializar a cura.

Há muitas janelas de vidro que possuem vista para a mata fechada e exuberante do local onde o tempo se localiza. Um dos vitrais internos possui o formato de um anjo. Recebi das mãos de uma das facilitadoras uma folha com as orações, dentre elas está a oração do Pai Nosso, uma oração de cura, a grande invocação, *Gayatri*<sup>4</sup> Mantra, e um apelo a um dos setes raios cósmicos, equivalente ao dia da semana proferido por uma das facilitadoras. A espiritualidade é trabalhada através do canto coletivo intercalada com

---

<sup>3</sup> O **Shruti box** é um pequeno instrumento de madeira que tradicionalmente funciona em um sistema de fole, muito presente nos concertos de música clássica indiana.

<sup>4</sup> De acordo com o glossário do livro *Viajando na luz: “Vibração transcendental”*, hino de invocação ao sol central. (OBEROM,2017, p.353)

longos períodos de OM<sup>5</sup> e movimentos das mãos. Considero esta descrição importante, pois logo percebi que o grupo considera o templo como um território geográfico-afetivo, sendo o único local em que eles “fazem o social” visto que a energia da egrégora espacial do Portal Parvati é constituída pela soma dos “silêncios das pessoas que já passaram por ali”.

No primeiro contato com Oberom, ele perguntou se era suficiente que eu somente ouvisse as pessoas durante a transição, visto que eu não poderia falar com elas em respeito ao processo. Os facilitadores são acessíveis fora desse momento, porém as falas de pessoas que estão realizando o processo são apresentadas neste trabalho no contexto da oração, quando publicamente fazem a avaliação diária perante todos. Machado (2010) no artigo intitulado *Novos movimentos religiosos, Indivíduo e comunidade: sobre família, mídia e outras mediações* analisa o contexto dos novos movimentos religiosos como um cenário privilegiado para uma compreensão complexa das tensões da relação entre religião, comunidade e a noção de indivíduo. O ritual realizado no Portal Parvati opera a partir de “*uma lógica não de incompatibilidade entre individualismo e comunalismo, mas de conjugações entre essas duas direções da vida social, não necessariamente incompatíveis ou contraditórias.*” (MACHADO, 2010, p.147) É altamente recomendado para o sucesso do processo a que se evite “fazer o social”, sendo indispensável para sua eficácia a permanência em silêncio. Entretanto, tal prática não se mostra incompatível com o sentimento de “comunidade” e empatia durante a oração. A superação diária de cada um é comemorada com carinho por todos.

Oberom é praticante e estudioso do vispassana, por este motivo o silêncio constitui parte primordial da busca pelo desenvolvimento do Eu Maior. O vispassana é um método de iluminação criado por Buddha (aproximadamente 2.500 anos atrás) e trazido para o Ocidente no final do século passado pelo indiano S. Narayan Goenka em que o propósito é atingir a equanimidade, sem apego nem aversão as ideias, objetos ou situação, é a neutralidade mental. É um processo de auto purificação pela auto observação. Começa-se observando a respiração natural, a fim de trazer foco à mente. Atingindo essa concentração, segue-se observando a natureza mutável do corpo e da mente, observam-se as infinitas sensações no corpo e todo tipo de elemento negativo existente em nosso

---

<sup>5</sup> O Om ou Aum (ॐ) é considerado o mantra mais importante do hinduísmo. Diz-se que ele contém o conhecimento dos Vedas e é considerado o corpo sonoro do Absoluto. OM é, por excelência, o som universal de meditação, aquele que dá progressivamente acesso às mais altas realizações espirituais.

ser começa a emergir em forma de sensações dolorosas chamadas *sankaras*. Nesse estágio, experimentam-se as verdades universais da erradicação do sofrimento e da ausência do ego. Não só adquirimos consciência de que tudo passa – *Anicha-*, mas também uma vivência efetiva com o momento presente.

No presente somos observadores do que é “real”, daí fica mais fácil não se envolver com nada, e não nos envolver com nada, e não nos identificarmos com nada, nada nos fará sofrer. Aceitar o que não pode ser alterado e ser feliz como expectador de todas as circunstâncias e comportamentos sem se prender a eles, consciente do eterno Agora. O caminho, Dhamma ou Drharma, é um remédio universal para problemas universais, não tendo nenhuma relação com qualquer religião organizada ou sectarismo. (OBEROM, 2017, p.350)

Ao final da oração, todos se apresentam dizendo seu nome e de onde vem, e se estão realizando o processo em qual dia de qual semana estão. Em seguida, as pessoas que estão realizando o ritual da mais antiga pra mais nova vão fazendo uma avaliação do seu dia. E ao final, um dos facilitadores conta uma história que ajude na reflexão sobre o autoconhecimento durante o processo, a história contada neste primeiro dia foi “Os exilados de Capela”<sup>6</sup>. Todas as pessoas que participam da oração devem apagar uma das velas acesas no templo, se não houver velas suficientes para todas as pessoas, um dos facilitadores acende para que você possa apagar. Nesta primeira vez, uma das facilitadoras me perguntou se eu queria apagá-la e tive a reação automática de assoprá-la, mas antes que pudesse esboçar o movimento ela disse: “*com os dedos, jamais em sopro*”.

Fui ensinada posteriormente que existem regras tanto para acender quanto para apagar toda vela que é utilizada ritualisticamente. Em termos cósmicos, a luz existe em todo o universo. Ela é ubíqua e, portanto, não pode ser dissipada. Mesmo em um quarto escuro, a luz não deixa de existir, embora em um grau de intensidade que não chega a impressionar nossa retina. É uma característica positiva do Universo, fazendo parte da existência de toda a matéria. Ou seja, a escuridão é, apenas, um grau infinitamente menor de luz.

O isqueiro jamais deve ser utilizado para acender qualquer vela devido aos compostos químicos utilizados em sua fabricação. O fósforo deverá ser utilizado para

---

<sup>6</sup> *Os Exilados da Capela* é um livro de 1949, de autoria de Edgard Armond, que foi secretário-geral da Federação Espírita do Estado de São Paulo. A obra faz parte de uma trilogia que pretende descrever "História Espiritual da Humanidade", da qual fazem parte ainda os títulos "Na Cortina do Tempo" e "Almas Afins".



acender uma vela intermediária, e não deve ser utilizado diretamente no acendimento, assim como o isqueiro pelo risco de contaminar a vela do ritual. A vela intermediária deverá ser utilizada para acender as demais velas que serão utilizadas. Quando acendemos uma vela, isso significa que certa intensidade da luz maior, que permeia todo o Universo, concentrou-se naquele objeto, em forma de chama. Terminada qualquer cerimônia, ao apagarmos a vela, isso não significa que a luz se fez extinta. Geralmente quando este assunto vem à tona as pessoas o comparam dizendo que o mesmo se dá quando alguém morre. Sua alma não se extingue, mas é integrada ao Cosmo, de onde veio. “Por isso, do ponto de vista místico, devemos apagar a vela com um abafador ou com os dedos, para simbolizar que, simplesmente, mudamos a manifestação da luz concentrada, reintegrando-a ao cosmo.” A fraternidade maçônica, por exemplo, considera apagar velas com um sopro como um ato profano, que é interpretado como a intenção de desintegrar a chama e a tentativa de fazer com que ela não exista mais enquanto luz.

Jasmuheen (2000) afirma que durante o processo de 21 dias, em vez de absorver a energia do sol como fazem as plantas, os seres humanos desenvolvem a capacidade de entrar em contato e absorver diretamente a Força Vital Universal, energia ou “chi” (para os chineses) para dentro das células. Isso ocorre através do domínio da mente, onde o controle e a expectativa fazem uso da Lei Universal da Ressonância, por meio da qual os semelhantes se atraem. A pesquisa da medicina holística realizada por Jasmuheen revela que os seres humanos existem numa realidade física, naquilo que é chamado de sistema de quatro corpos – o corpo físico, o corpo emocional, o corpo mental e corpo espiritual. A autora compara os corpos a um violão de quatro cordas. Quando os quatro corpos não estão sintonizados uns com os outros, as pessoas experimentam graus variados de doença física, emocional ou mental, ou insatisfação com a vida. Quando eles estão afinados, a vida fica mágica. Quando esses corpos inferiores (chamados de inferiores por causa da frequência mais lenta de suas vibrações) estão sintonizados com a frequência dos corpos superiores, os seres humanos podem de fato realizar o seu grau máximo de potencialidade nessa vida. Telepatia, clarividência e a capacidade de viver sem comer – e até sem dormir – são apenas os subprodutos naturais de ser um instrumento afinado.

Os quatro corpos humanos “inferiores” de energia vibram em frequências diferentes: o físico (o único visível ou com aparência sólida diante de nossos olhos físicos), o emocional, o mental e o espiritual. Também existem corpos de energia superior, que são considerados superiores por vibrarem em frequências mais elevadas, como os dos arcturianos. Quando os indivíduos colocam esses corpos energéticos em alinhamento uns

com os outros, são capazes de obter um “conhecimento” superior que inclui a vivência da compreensão do sentido superior da existência humana à medida que tudo entra em seu devido lugar. As observações etnográficas a seguir são analisadas no contexto de minha inserção no Portal Parvati, lugar onde é transmitido e aplicado o método de Arcturus que foi publicizado por Jasmunheen.

No que se refere à disciplina corporal observada no Portal Parvati, durante a oração todos permanecem no *Padmasana*, popularmente conhecido como posição de lótus. Esta posição consiste em uma postura em que o indivíduo permanece sentado com as pernas cruzadas e os pés em oposição às coxas. É considerado o maior símbolo da espiritualidade oriental e se tornou o símbolo universal da meditação. Um professor de Yoga me afirmou que é preciso educar o sistema circulatório pacientemente ao longo dos anos até conseguir praticá-la durante horas sem perder a sensibilidade ou a circulação nas pernas e pés. O tempo de permanência, normalmente indicado nos compêndios de yoga para conquistar o *ásana* é de três horas, “porém uma grande dose de bom senso se faz necessária. Comece com poucos minutos e vá acrescentando alguns segundos diariamente”.



Figura 1 - Babaji<sup>7</sup> em posição de lótus.

O tempo da oração em si, é bem menor. Mas há um esforço enorme, dos visitantes (nos quais eu me incluo) em se manter na posição de lótus. Paira no ar uma espécie de intimidação em fazer os mesmos movimentos que o restante do círculo. Meu pai participou de algumas orações comigo, e sentiu enorme dificuldade e sucessivas dores em se manter no padmasana. Certo dia, eu lhe sugeri para se sentar “normalmente” de

---

<sup>7</sup> Babaji é um iogue imortal, um santo crístico que foi revelado para o mundo moderno através da “Autobiografia de um iogue” escrita por Parahamansa Yogananda.

forma mais confortável, pois em hora nenhuma aquilo se mostrava obrigatório. Meu pai respondeu: Laryssa, se a gente vai numa igreja e o pastor fala que quem sentir o desejo no coração deve se ajoelhar e a igreja toda se ajoelha, não importa se você não tá sentindo o desejo. Você ajoelha também pra não ser o diferente e ficar sendo observado e julgado por ser o único que não está fazendo a ação.






















A posição de lótus é comum a todos que estão presentes no círculo, o que diferencia cada uma delas é a posição das mãos. A posição das mãos de uma mesma pessoa também varia durante o decorrer da mesma oração, ao olhar atento é possível também perceber regularidade de alguns *mudras* relacionando-os com a fase em que a pessoa está no processo de 21 dias. Os mudras são gestos com poderes de símbolos que permitem sintonizar com frequências específicas de energia do Universo. Segundo a medicina Ayurveda, a saúde plena é o resultado dessa sintonia em que o ser individual, o microcosmo, sincroniza-se com o Universo, o macrocosmo. Os mudras feitos com as mãos relacionam os cinco elementos da natureza, cada dedo representa uma qualidade de energia material e suas combinações são utilizadas como ferramentas para concentração e expansão de consciência.



Figura 2 - Os dedos e os elementos. Fonte: [yogaflordavida.com](http://yogaflordavida.com)

Além dos elementos, cada dedo também está associado a um chakra (centro de energia do corpo). Ao unir os dedos em gestos de poder, as combinações são capazes de gerar diferentes tipos de conexões energéticas para variadas finalidades.

DEDO	chakra	ELEMENTO
Polegar	Solar	Fogo
Indicador	Cardíaco	Ar
Médio	Laríngeo	Espaço (éter)
Anular	Básico	Terra
Mínimo	Sexual	Água

<b>Chakra Cleansing &amp; Balancing Mudras &amp; Mantras</b> <small>While SEATED in Easy Pose (Cross-Legged on the Floor), VISUALIZE the CHAKRA LOCATION; its COLOUR and REPEAT the MANTRA for 3 MINUTES for EACH CHAKRA; beginning with Root Chakra...</small>				
CHAKRA NAMES, PURPOSE & LOCATION	MUDRA	PROCEDURE	MANTRA & CHAKRA COLOUR	CHAKRA SYMBOL
<b>1. ROOT CHAKRA</b> <b>MULADHARA</b> (SURVIVAL) Base of Spine, on Perineum.		Thumb & Index fingers touch. Arms Straight, hands on knees. Chakra Sound... Long L-A-A-A-M.	 <b>LAM</b>	
<b>2. SACRAL CHAKRA</b> <b>SWADHISTHANA</b> (CREATIVITY) Hips		Place Hands in your lap with your palms facing upwards, right palm resting on top of left. Chakra Sound... Long V-A-A-A-M.	 <b>VAM</b>	
<b>3. SOLAR PLEXUS CHAKRA</b> <b>MANIPURA</b> (WILL POWER) Two-Inches Below Naval		Place Hands between your heart and your stomach. Chakra Sound... Long R-A-A-A-M.	 <b>RAM</b>	
<b>4. HEART CHAKRA</b> <b>ANAHATA</b> (LOVE) Heart		Right Hand: Index finger and thumb touching at Heart Centre. Left Hand in same Mudra resting on the Knee. Chakra Sound... Long Y-A-A-A-M.	 <b>YAM</b>	
<b>5. THROAT CHAKRA</b> <b>VISHUDDHA</b> (EXPRESSION) Throat		Hands by Stomach, fingers interlaced and thumb tips touching. Focus on Throat Chakra. Chakra Sound... Long H-A-A-A-M.	 <b>HAM</b>	
<b>6. THIRD EYE CHAKRA</b> <b>AJNA</b> (INTUITION, WISDOM) Third Eye		Hands in front of the lower part of your breast, Middle fingers stand up tips touching, other fingers bent at first joint as shown. Chakra Sound... Long A-A-A-U-U-M.	 <b>AUM</b>	
<b>7. CROWN CHAKRA</b> <b>SAHASRARA</b> (SPIRITUAL CONNECTION) Crown		Hands in front of your stomach, fingers interlaced, Little fingers pointing upwards. Chakra Sound... Long A-A-A-A-N-G.	 <b>ANG</b>	

©Copyright rosykaur.com. All Rights Reserved.

## O tempo e o chão

A questão da temporalidade dentro do Portal Parvati é muito particular, os horários descritos no totem da porteira de entrada são muito mais para os visitantes do que para as pessoas que estão lá dentro. Os relógios que existem no local jamais batem no horário de verão, apesar do totem ao lado de fora dizer às 19h30min, todas as atividades do portão pra dentro funcionam como se o horário fosse o convencional, a partir das 18h, ao pôr do sol. Os facilitadores me explicaram que realmente existe um cuidado de não associar o portal a estrutura de tempo que sustenta o cronograma comercial ou sistemático do Brasil. Mas esse não é o principal motivo, Oberom me ensinou que existem dois tipos de egrégora, temporal e espacial, ou seja, alimentamos um lugar com a repetição de uma determinada energia depositada nele, criamos um vórtice energético naquele local, ao ponto de uma pessoa que chega pela primeira vez sente uma energia diferente, sente Paz, sente Amor, sente-se acolhida, pois é a energia depositada ali continuamente, isso cria a egrégora de espaço. Além disso, há a proibição do uso de qualquer elemento eletrônico para não interferir nos campos eletromagnéticos do espaço. A energia está ancorada para ajudar aqueles que por exemplo nunca meditaram.

A oração começa não quando o relógio marca as horas e sim quando um sino é tocado. Oberom certa vez me disse: *“Meu pai sempre achou que sinos tem relação com anjos, talvez por sua infância católica (ele era coroinha da igreja), então ele sugeriu que o aviso do início da oração seja um convite aos anjos, loucurinhos próprias da gente.”* A temporalidade mais importante para as pessoas que realizam a transição ritual, não é o passar das horas e nem mesmo a contagem dos 21 dias. O esforço da presença é o maior desafio do *Prana Prasakti*, as pessoas operam com as delicadas e fluidas categorias de passado, presente e futuro. Uma senhora certa vez afirmou que não estava conseguindo *“deixar a segunda semana, a fase de cura do corpo emocional, pois estava tendo problemas com a sua ancestralidade”*. Mencionou que existiam problemas familiares até então ocultos que se mostraram uma barreira, a impedindo de adentrar a terceira semana, apesar de oficialmente (lê-se pelo calendário) já ter começado. Contou que eram histórias sobre casamentos consanguíneos por terras de seus bisavôs que lhe haviam sido reveladas durante o processo e ela precisava descobrir como lidar com este passado que a afetava assim.

Após a travessia do deserto interno e a parte ritual que corresponde ao corpo físico, são incluídas caminhadas na rotina dos que estão realizando o processo. As caminhadas

em contato com o chão constituem parte fundamental para o ganho de força e possuem um aspecto central na transição do corpo físico para o corpo emocional. A distância percorrida e o tipo de caminhada plana ou íngreme é combinada a um tipo de respiração específica que varia de acordo com o dia no qual a pessoa está no processo. As distâncias são dadas no dia anterior durante a avaliação do dia realizada após a oração, o facilitador dá as instruções do dia seguinte: “você vai caminhar até a porteira com uma flor de lótus desenhada, ou até a placa onde está escrito seja feliz”. Não é recomendado que você burle essas regras, os facilitadores alertam que o ego tende a achar que você tem muita energia, e ficará criando ciladas pra você se auto desafiar e tentar ir cada vez mais longe nas caminhadas. Ou andar por caminhos destinados a outras fases do processo pra se auto provar. Carlos Steil e Rodrigo Toniol (2011) ao refletirem sobre os ecocaminhantes chamam a atenção para o caráter terapêutico de caminhadas realizadas em meio a natureza que são compreendidas não apenas como exercícios físicos, mas também como uma via de acesso às questões relativas a alma. O espaço ocupado por Deus, deixa de ser situado em um plano fora do mundo e passa, aos poucos, a habitar “no mundo”, tornando-se acessível por meio de experiências particulares de caráter místico e energético, fruto, especialmente, de um maior contato com a natureza.

A modernidade secular, governada em sua base pela razão científica e técnica, ao mesmo tempo em que imprimiu uma marca a-religiosa no funcionamento da sociedade, também permitiu a emergência de uma verdadeira nuvem de novas crenças que encontram, nos corpos que se conectam com a natureza por meio de caminhadas, um de seus pontos de ancoragem. (STEIL; TONIOL, 2011, p. 30)

Com o passar do tempo, percebi que havia uma explicação muito elaborada acerca do motivo pelo qual o andar descalço é altamente recomendado nesses trajetos. Uma mulher que estava na segunda semana do processo, durante sua avaliação diária foi questionada por um facilitador sobre como havia sido a caminhada daquele dia, ela afirmou que havia sido linda, e que conseguiu se manter muito presente durante a caminhada, pois havia apostado corrida com as formigas.

As pessoas no curso de suas vidas cotidianas, fazem o seu caminho a pé por um terreno familiar, assim os seus caminhos, texturas e contornos variáveis através das estações do ano, são incorporados através de suas próprias capacidades corporificadas de movimento, consciência e resposta (...) Através do andar, em suma, as paisagens são tecidas em vida, e vidas são tecidas na paisagem, em um processo contínuo e interminável. (INGOLD, 2015 p.90)

Samadhi afirmou que sempre questiona se as caminhadas estão sendo feitas com os pés descalços porque a natureza é sábia e um instrumento da presença, se você não se mantém presente você pode pisar numa pedra, ou se machucar de algum modo. E se isso



vier a acontecer, o fato de você sentir dor por ter pisado na pedra fará com que você fique atento e concentrado somente no caminhar sem que sua mente comece a divagar. Tal evento etnográfico tornou a percepção sensorial do ambiente, e a falta de chão da sociedade moderna um importante ponto de análise.

Paradoxalmente, parece que com a marcha adiante da civilização, o pé tem sido progressivamente retirado da esfera de atuação do intelecto, que tem regredido ao status de aparato meramente mecânico, e, além disso, que esse desenvolvimento é uma consequência – não a causa- do avanço técnico em calçados. Botas e sapatos, produtos cada vez mais versátil mão humana, aprisionam o pé, constringindo a sua liberdade de movimento e embotando seu sentido tátil. (INGOLD, 2015, p.74)

Os facilitadores mencionam que a terceira semana do ritual passa em 3 dias, apesar de oficialmente ela possuir 7. Ao final do Prana prasakti as pessoas ficam livres da necessidade de comer e da necessidade de dormir. Segundo Jasmuheen (2000) as pessoas ficam livres para utilizar o calendário gregoriano de 1260, ou o calendário maia de 1320, ou entrar no fluxo do tempo divino, onde sempre se está no lugar certo e na hora certa. Uma senhora certa vez afirmou que não estava conseguindo “*deixar a segunda semana, a fase de cura do corpo emocional, pois estava tendo problemas com a sua ancestralidade*”. Mencionou que existiam problemas familiares até então ocultos que se mostraram uma barreira, a impedindo de adentrar a terceira semana, apesar de oficialmente (lê-se pelo calendário) já ter começado. Contou que eram histórias sobre casamentos consanguíneos por terras de seus bisavôs que lhe haviam sido reveladas durante o processo e ela precisava descobrir como lidar com este passado que a afetava assim.

Logo no primeiro dia de trabalho de campo, me surpreendi com o número de estrangeiros realizando o processo de 21 dias no Portal Parvati. Mas, só me dei conta do verdadeiro caráter transnacional quando certo depois de alguns meses de pesquisa, cheguei antes do horário combinado, e me deixaram aguardando numa espécie de recepção. Esta sala além da loja de artigos indianos, de caixas de lápis de cor e pastas com mandalas pra colorir, havia uma espécie de biblioteca com livros em diversas línguas. Inspirada pelas reflexões de Hirschkind (2006) em suas *Ethical Soundscapes* e as disposições dos afetos sensoriais através da escuta cotidiana desses sermões me proponho a pensar um objeto específico que está a venda nesta lojinha mencionada acima. Um CD com a oração do Portal Parvati é vendido no local, as inúmeras pessoas que deixam o ritual, independente de levarem o CD consigo ou não adquirem o hábito de

todos os dias no mesmo horário em que as pessoas estão reunidas no templo (egrégora do espaço), ouvem ou CD ou simplesmente entoam os mantras ao mesmo tempo em que as pessoas estão reunidas lá no Mato Dentro. Ou seja, a egrégora temporal é potencializada numa frequência energética imensurável.

Outra coisa que me chamou a atenção na biblioteca foi uma série de “cadernos de efeitos especiais”, os cadernos tinham a seguinte mensagem na capa: “Deixe sua mensagem para os próximos iniciantes.” Sentei no sofá para lê-los e quando me dei conta havia se passado cerca de duas horas e meia, encontrei mensagens desde os anos 2000 e de pessoas das mais diversas nacionalidades. Os modos de se expressar nos cadernos, nem sempre eram através da escrita, havia diversas páginas com desenhos, pinturas, colagens, mas o único padrão que seguiam era ao final assinarem o nome, o período em que realizaram o processo (data de início e fim) e o país ao qual pertenciam, Chile, Argentina, Holanda, México, África do Sul, Estados Unidos eram somente alguns dentre os quais estavam documentados ali.

O jogo de escalas se mostrou presente neste momento, a etnografia que se iniciou por uma questão de cultura local, a comunidade hippie da minha cidade foi confrontada por um fluxo de pessoas que atingia âmbitos internacionais. Carly Machado (2010) analisa como os novos movimentos religiosos constroem totalidades complexas de valores sociais que se formulam em torno de projetos religiosos minoritários, em sua maioria transnacionais, não articulados diretamente a um projeto específico de formação da nação, e que tornam incontrollável a relação da comunidade religiosa com a comunidade nacional. As lideranças que em outros contextos seriam denominadas “internacionais”, no decorrer da etnografia se mostraram interplanetárias e multidimensionais.

Cabe destacar a dimensão transnacional das formações comunitárias no contexto dos novos movimentos religiosos. Não apenas uma especificidade da disposição geográfica desses grupos, a transnacionalidade religiosa desses movimentos é em muitas situações um perfil de sua religiosidade descolada de projetos nacionais e propensa a uma circulação mediada fundamentalmente por elementos midiáticos que compõem as vias não apenas de trânsito da mensagem desses movimentos, como muitas vezes sua forma de presença e modalidade de formação de comunidades. (MACHADO, 2010, p.158)

## **Conclusão**

O processo de 21 dias é somente o primeiro portal para uma lenta e gradual evolução espiritual. A comida então, antes uma necessidade vital, muda de sentido e passa



a ser apenas e simplesmente um prazer bucal e mental e não mais uma obrigação orgânica. Muitos que passam pelo processo, decidem por voltar a ingerir “coisinhas” mas aprendem a realizar todo o processo de digestão na boca, e não mais no estômago. Segundo Oberom “*só é possível se manter sem comer estando feliz. Não é o não comer que promove felicidade, mas é a felicidade que pode permitir o não comer.*” As pessoas ficam livres da necessidade de comer e da necessidade de dormir. Além disso, Jasmuheen afirma “*a gente fica livre para utilizar o calendário gregoriano de 1260, ou o calendário maia de 1320, ou entrar no fluxo do tempo divino, onde a gente sempre está no lugar certo e na hora certa.*” As reflexões aqui apresentadas constituem apenas um pequeno recorte etnográfico da construção de minha dissertação que busca estabelecer diálogos com uma literatura que versa sobre o sensório e a espiritualidade no contexto da egrégora mantida no ritual do Prana

Prasakti.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

HIRSCHKIND, Charles. (2006), *The ethical soundscape cassette sermons and Islamic counterpublics*. New York: Columbia.

INGOLD, Tim. *Estar Vivo: Ensaios sobre movimento, conhecimento e descrição*. Editora Vozes, 2015.

JASMUHEEN. *Em sintonia: A arte da ressonância*. Editora Ground, 2001.

JASMUHEEN. *Viver de luz: A fonte de alimento para o Novo Milênio*. 2ª Edição, 2000.

MACHADO, Carly. Novos movimentos religiosos, Indivíduo e Comunidade: sobre família, mídia e outras mediações. *Religião e Sociedade*, Rio de Janeiro, 30(2): 145-163 2010. Disponível em: < [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0100-85872010000200008](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-85872010000200008)> Acesso em: Out/2018.

MAUSS, Marcel. *Sociologia e antropologia*. São Paulo: Cosac & Naify, 2003.

OBEROM. *Viajando na luz*. Editora Alfabeto, 4ª Edição. São Paulo, 2017.

STEL, Carlos; TONIOL, Rodrigo. ECOLOGIA, CORPO E ESPIRITUALIDADE: uma etnografia das experiências de caminhada ecológica em um grupo de ecoturistas. *CADERNO CRH*, Salvador, v. 24, n. 61, p. 29-49, Jan./Abr. 2011. Disponível em:< <http://www.scielo.br/pdf/ccrh/v24n61/03.pdf>>. Acesso em: Out/2018.

TURNER, Victor W. *O Processo Ritual: estrutura e anti-estrutura*: tradução de Nancy Campi de Castro. Petrópolis, Vozes, 1974.