

Reflexões sobre a Impermanência

Após encerrarmos 2017 – um ano exigente em muitos aspectos, adentra 2018 – Ano do Cão de Terra – que continuará a instigar novas visões e atitudes; chances para refletirmos e extrairmos da essência nosso melhor – por meio do auto-conhecimento, para o benefício comum.

Os animais do horóscopo chinês são formas de analogias para o despertar de virtudes no ser humano – como o Galo, que anuncia a luz quando ainda há penumbra, que nos acorda para a vida. O cão, que representa 2018, inspira as qualidades do companheirismo, lealdade e de superação nas adversidades. Analogias podem ser meios de suscitar o estado meditativo e de reflexão em nossa mente, esta que é parte indistinta de nossa saúde; no Tai Chi Chuan dizemos que a mente dita, o corpo obedece, e a energia segue...

Quando a mente se estagna num mesmo pensamento ou ponto de vista, o corpo sucumbe e a energia fica parada, ao invés de circular livre, como é para ser naturalmente.

Compartilho este ensinamento, que me foi passado, e que clareou minha mente, enquanto enfrentava turbulências e intempéries. Enxergando só o sentimento de perda e de mudanças inesperadas e bruscas – em muitos aspectos, recebi a contrapartida da palavra “impermanência”.

Foi como a agulha de acupuntura espetando um ponto certo onde o Chi havia se estagnado, aliviando a dor. Refletindo sobre impermanência, podemos ver que, como em tudo, há o lado Yin, mas também o Yang. Depende de cada um saber moderar sua tendenciosidade de visões, bem como saber o quanto ou o quê estamos dispostos a deixar de lado, para poder absorver mais um ensinamento e passá-lo à ação.

Impermanência pode querer dizer que nada é para sempre... mas também quer dizer que ações estão sendo tomadas. Que certas fases passam... mas que determinam, assim, uma nova que se inicia.

Impermanência pode sugerir que temos alguns apegos... mas que o tempo nos fará valorizar as coisas realmente importantes. Pode significar que existe uma perda... mas também significa que aconteceu uma transformação.

O impermanente sugere a imprevisibilidade... e isto exigirá de nós maior preparo, discernimento e criatividade. Não-estagnação é impermanência; tudo que tem fluidez e movimento pode ser compreendido como algo cíclico, onde não distinguimos o começo do fim, já que o meio é impermanente.

Assim é a vida, como também a prática do Tai Chi Chuan; é na sua característica de impermanência – em que somos suscetíveis à influências externas e internas, bem como à situações sob ou fora de nosso controle – que residem nossas chances de transformação, de crescimento, de superação, de eterno aprendizado.

Que esta bela palavra nos inspire, para que quando estivermos prestes a desabar ou desistir, ou quando nossa visão se estreitar em demasia, ela nos mostre sua outra face – a da vontade, perseverança, superação e coragem.

Editorial publicado na Edição número 17 – Fevereiro de 2018, do Informativo Eletrônico do EQUILIBRIUS®