

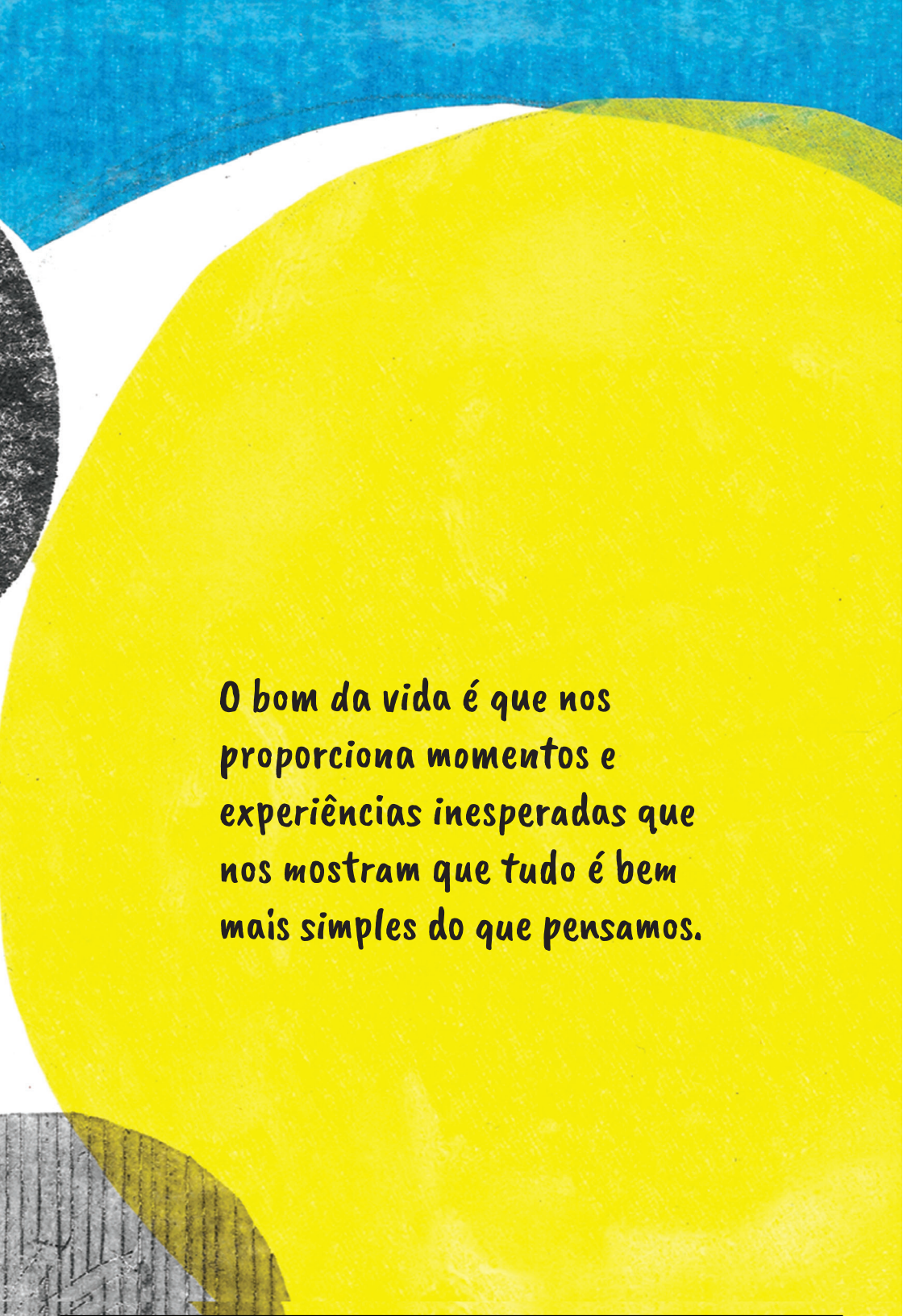
Sónia Ferreira

VIAGEM
SER E
VOAR

*Ilustrações de
Ana Maymone*

VIAGEM
SER E VOAR





*O bom da vida é que nos
proporciona momentos e
experiências inesperadas que
nos mostram que tudo é bem
mais simples do que pensamos.*

No dia 26 de fevereiro de 2016, durante uma sessão de um curso de aprofundamento da temática da Presença experienciei um momento de insight, quando, no meio da dinâmica da sessão me questionava sobre como poderia ir mais fundo em mim própria e as palavras teimavam em não sair. Um dos colegas do curso pediu-me para fechar os olhos, parar por alguns segundos e dizer apenas o que me viesse à mente, sem pensar, apenas falar. No início, as palavras que começavam a sair passavam, ainda, pelo crivo da consciência que teimosamente procurava um sentido para as mesmas; então, sem aviso, palavras saíram da minha boca, simples, puras, sem filtro e essas palavras relatavam uma viagem que estava a acontecer no meu interior, em imagens.

Foi indescritível a sensação de liberdade e de tranquilidade que esta experiência me permitiu sentir, para além de me provar que o meu SER já É e tem um plano de viagem que está a decorrer, neste momento.

As palavras vinham acompanhadas de imagens mentais, como se fosse uma história. Abstrai-me do que se passava á minha volta e deixei-me levar com as sensações das palavras, daquela viagem. Sentia-me bem como se estivesse a relatar internamente uma viagem do meu SER, de um caminho onde existia uma sensação de continuidade e de longinquidade. Estava como observadora, mas como parte integrante também. Houve um momento em que parei, abri os olhos e senti-me como se tivesse retornado de uma longa viagem. Mais tranquila, desprendida, apenas EU.

As palavras que mais repeti foram VOAR e SER logo seguidas de palavras como viajar, ampliar, nidificar, estabelecer, navio, água, bebê, vento, encontrar, ampliar, integrar, ser, janela, porta, local, montanha, absorver, mergulhar, interiorizar. Até hoje não me esqueço do que senti depois de “retornar”. Sou, na essência, no âmago do meu ser, muito mais que aquilo que EXPRESSO.

O cenário que vi ficou na minha cabeça de tal forma que pensei que seria interessante passar esta experiência para um desenho, tal a forma tão real e impactante.

Nas páginas que se seguem está isso mesmo, a viagem do Ser que fiz naquele dia, como se fosse um pássaro, em total liberdade.



**SER,
VOAR**