ENGORDAR OU AGUENTAR? UMA LEITURA DO GANHO DE PESO A PARTIR DO BIOALINHAMENTO

TO GAIN WEIGHT OR TO ENDURE? A READING OF WEIGHT GAIN FROM BIOADHESION

¿ENGORDAR O AGUANTAR? UNA LECTURA DE LA GANANCIA DE PESO A PARTIR DE LA BIOALINEACIÓN

10.56238/IIMultiCientifica-133

Raquel Oliveira Lima
Mestre em Educação, Especialista em Metodologias do Ensino das Artes, Licenciada em Pedagogia, Psicanalista Clínica (PC 06171), Psicoterapeuta Holística (ABRATH-13018BR)
Instituição: Faculdade de Filosofia Dom Aureliano Matos (FAFIDAM/UECE)
E-mail: limaraquel13@yahoo.com.br
Lattes: http://lattes.cnpq.br/2669541887364010

Adalton Leonel de Souza
Fisioterapeuta, Pós-graduado em Fisioterapia Neurológica
Instituição: Instituto Bioquantum Cursos
E-mail: adaltoneadaylton@gmail.com

Adaylton Leonel de Souza
Fisioterapeuta, Pós-graduado em Fisioterapia Neurológica, Pós-graduado em Psicologia Transpessoal
Instituição: Instituto Bioquantum Cursos
E-mail: adaltoneadaylton@gmail.com

RESUMO
O presente ensaio analisa o ganho de peso e a obesidade sob a ótica do Bioalinhamento e das Cinco Leis Biológicas. O objetivo é compreender os fatores causais que levam à proliferação e ao acúmulo de tecido adiposo, seja de forma generalizada ou localizada, bem como a resistência desse processo frente a tratamentos convencionais e intervenções cirúrgicas. A metodologia baseia-se na revisão conceitual da literatura da área, com destaque para o Dicionário Bio-Emocional de Pujó e os estudos de Ryke Geerd Hamer. Os resultados indicam que o ganho de peso atua como um mecanismo preventivo e adaptativo da biologia (vantagem biológica) decorrente de um registro cerebral de choque, impotência e desvalorização pessoal (“conflito de silhueta”). Conclui-se que o acúmulo de gordura reflete uma necessidade inconsciente de o organismo estocar energia para “aguentar” ou enfrentar ameaças percebidas. Assim, a resolução definitiva do quadro e a perda de peso sustentada dependem da identificação da causa primária (DHS) e da atualização da percepção do indivíduo no tempo presente, superando a mera intervenção estética ou mecânica.

Palavras-chave: Bioalinhamento. Obesidade. Conflito Biológico. Desvalorização. Tecido Adiposo.

ABSTRACT
This essay analyzes weight gain and obesity from the perspective of Bioalignment and the Five Biological Laws. The objective is to understand the causal factors that lead to the proliferation and accumulation of adipose tissue, whether in a generalized or localized manner, as well as the resistance of this process to conventional treatments and surgical interventions. The methodology is based on a conceptual review of the literature in the field, with emphasis on Pujó's Bio-Emotional Dictionary and the studies of Ryke Geerd Hamer. The results indicate that weight gain acts as a preventive and adaptive mechanism of biology (biological advantage) resulting from a brain record of shock, helplessness, and personal devaluation ("silhouette conflict"). It is concluded that the accumulation of fat reflects an unconscious need for the organism to store energy to "endure" or face perceived threats. Thus, the definitive resolution of the condition and sustained weight loss depend on the identification of the primary cause (DHS) and the updating of the individual's perception in the present time, overcoming mere aesthetic or mechanical intervention.

Keywords: Bioalignment. Obesity. Biological Conflict. Devaluation. Adipose Tissue.

RESUMEN
El presente ensayo analiza el aumento de peso y la obesidad desde la óptica del Bioalineamiento y las Cinco Leyes Biológicas. El objetivo es comprender los factores causales que conducen a la proliferación y acumulación de tejido adiposo, ya sea de forma generalizada o localizada, así como la resistencia de este proceso frente a tratamientos convencionales e intervenciones quirúrgicas. La metodología se basa en la revisión conceptual de la literatura del área, con énfasis en el Diccionario Bio-Emocional de Pujó y los estudios de Ryke Geerd Hamer. Los resultados indican que el aumento de peso actúa como un mecanismo preventivo y adaptativo de la biología (ventaja biológica) derivado de un registro cerebral de choque, impotencia y desvalorización personal ("conflicto de silueta"). Se concluye que la acumulación de grasa refleja una necesidad inconsciente del organismo de almacenar energía para "aguantar" o enfrentar amenazas percibidas. Así, la resolución definitiva del cuadro y la pérdida de peso sostenida dependen de la identificación de la causa primaria (DHS) y de la actualización de la percepción del individuo en el tiempo presente, superando la mera intervención estética o mecánica.

Palabras clave: Bioalineamiento. Obesidad. Conflicto Biológico. Desvalorización. Tejido Adiposo.

1 INTRODUÇÃO

Este texto trata das questões relacionadas à obesidade e/ou outras formas de ganho de peso segundo as Leis Biológicas dentro dos estudos desenvolvidos pelo Bioalinhamento[1]. Nessa abordagem, o ganho de peso e a dificuldade para perder peso, situação que acomete um percentual elevado de pessoas em todo o mundo, é proveniente de uma condição de impotência e/ou desvalorização sofrida pelo indivíduo em determinado momento de sua vida. Na perspectiva do método Bioalinhamento, essa condição é um registro cerebral que a biologia/organismo realiza durante uma situação impactante e inesperada, chocante para o indivíduo. Este registro é o responsável por enviar constantes mensagens para o corpo estocar energia para estar preparado para aguentar ou enfrentar possíveis novas situação de ataques externos, assim como acontece na natureza com toda a biologia animal. Neste ensaio, falamos sobre as bases científicas que sustentam o conflito biológico desencadeador da obesidade em suas especificidades, suas definições, sentido biológico e possibilidades de tratamento.

Quais são os fatores que levam o corpo a desenvolver uma multiplicação celular dos tecidos adiposos? Esta é a pergunta intrigante que todas as pessoas poderiam fazer diante de um ganho de peso inesperado, diante de uma obesidade severa ou mesmo em situações onde o acúmulo de gordura se desenvolve em uma área especifica do corpo (coxas, braços, barriga, etc.). Obviamente, existe um fator causal para engordar de forma generalizada ou em uma região especifica, ou seja, não é por acaso que isso acontece.

E por que algumas pessoas engordam e nunca conseguem emagrecer? Fazem dietas prescritas e acompanhadas pelo nutricionista, fazem exercícios físicos com acompanhamento de um educador físico e depois de um período de empenho e esforço acabam desanimando porque não conseguiram os resultados almejados: perder peso e manter-se magro ou com o corpo que lhe faria sentir-se bem e saudável.

Por que é que esses procedimentos não funcionam para algumas pessoas? Por que é que depois de empreender todos os recursos disponíveis, inclusive os recursos mecânicos como as cirurgias, elas não conseguem perder o peso adicional ou sobrepeso, mesmo diante de estímulos físicos e alimentares?

[1] O Método Bioalinhamento é um método terapêutico baseado nas 5 Leis Biológicas advindas da Nova Medicina Germânica e demais ciências que o compõe como a Etologia Animal, a Antroposofia, a Bioquímica da Emoção, a Física Quântica na Saúde, a Psicologia Transpessoal, entre outras abordagens.

Por que alguns perdem inicialmente 5/6 quilos, parece que tomou um ritmo e, de repente, chega a um platô, a velocidade da perda de peso cessa, passando a ser desgastante, uma verdadeira luta para perder alguns gramas?

E afinal, o que é que acontece com as pessoas que não conseguem perder peso? Quais são os fatores que são determinantes para que uma pessoa comece a ganhar peso e obter um acúmulo de tecidos adiposos? Os autores do Bioalinhamento compreendem que os fatores, a causa primária vem de uma grande desvalorização sobre si mesmo.

Mas como funciona esse processo? Existem pessoas que são gordinhas ou carregam um sobrepeso e são bem resolvidas aparentemente, nos amplos sentidos da vida, são felizes e divertidas e não expressam um problema em relação ao seu peso; outras, adotam um discurso de bem resolvidas com seu peso para poder conseguir lidar com o problema da facilidade de ganhar e manter um peso adicional e, outras, ainda, que se preocupam com pequenos percentuais de gordura no corpo por questões estéticas. Estamos falando que existem várias categorias: existem essas pessoas que são bem resolvidas e aquelas que não são. Existem as que são muito magras e não são satisfeitas com seus corpos, por exemplo.

Existem aquelas que se sentem completamente fora dos padrões que elas acreditam serem aceitos pela sociedade, pelo convencionado como medidas estéticas padrão. Existem também, as que se olham no espelho e se avistam gordas e não o são, assim como as que se olham no espelho e se avistam magras e na realidade estão com sobrepeso. Nesses casos, há uma distorção da realidade chamada de *conflito da silhueta*.

Neste estudo, estamos falando daquelas pessoas que apresentam uma insatisfação com o seu ganho de peso; aquelas que tentam perder peso através de orientações/procedimentos profissionais convencionais e não conseguem realizar seus intentos. Iniciam bem, mas esbarram num bloqueio da perda de peso desejado. Aqui, explicamos como esses processos ocorrem a partir dos comportamentos biológicos do *tecido embrionário*[2] responsável pelos conflitos relacionados à obesidade e seus fatores.

[2] Os tecidos embrionários são *folhetos embrionários* que formam tudo que existe no corpo humano – Existem órgãos que são formados por apenas um tecido embrionário, existem outros que são formados por mais de um tecido. Quando compreendemos o comportamento de cada tecido embrionário, começamos a entender qual é o processo que leva a um sintoma ou patologia. Eles são: Endoderma, MesodermaAntigo/Mesoderma Novo e Ectoderma.

1.1 O CONFLITO BIOLÓGICO DA OBESIDADE

De acordo com o Dicionário Bio-Emocional (PUJÓ, 2016), existem vários sentidos biológicos nesse tipo de conflito. Um deles é, que ser grande na natureza é uma solução exitosa para a sobrevivência; outro sentido é o de acumular reservas energéticas para possíveis carências futuras; inchar-se, crescer para atemorizar o inimigo (lutar e não fugir). Podendo também, a obesidade, derivar de outros conflitos relacionados a enfermidades como o diabetes, as relacionadas à glândula tireoide ou outras glândulas; ainda, por fatores metabólicos voltados para suprir alguma ausência interna, como por exemplo, uma programação de perda importante como: recuperar o filho perdido ganhando peso para parecer estar grávida.

Para Pujó (2016, p. 485), a função de ganhar peso deve ser compreendida como um mecanismo preventivo da biologia. Em outras palavras, o organismo não acumularia gordura por acaso ou por um erro de funcionamento, mas porque interpreta que precisa preparar-se para enfrentar uma situação percebida como ameaçadora. Trata-se, segundo o autor, de um conflito estrutural, frequentemente difícil de ser identificado, justamente porque nem sempre está associado a um acontecimento isolado e evidente.

Em muitos casos, essa percepção de ameaça instala-se de maneira silenciosa, repetindo-se ao longo do tempo até produzir uma sensação permanente de perigo ou vulnerabilidade. É como se o organismo permanecesse em estado de vigilância, antecipando a possibilidade de novos ataques ou dificuldades.

Pujó recorre, então, à própria lógica da natureza para explicar esse comportamento biológico. Diversas espécies acumulam reservas energéticas quando pressentem períodos de escassez ou quando seus filhotes precisam enfrentar sozinhos as exigências da sobrevivência. Sob essa perspectiva, criar reservas constitui uma estratégia adaptativa de proteção. Assim, o ganho de peso passa a ser compreendido, no âmbito do Bioalinhamento, como uma resposta preventiva do organismo diante da expectativa de futuras adversidades (Pujó, 2016, p. 485).

Neste sentido, para Pujó, a resposta masculina na natureza é engordar para fazer-se grande, dominante; reter água para fazer-se existir; reter gordura para acumular energia e posteriormente usar nas batalhas. Já a resposta feminina na natureza seria a de emagrecer para desenvolver-se com mais facilidade (correr, por exemplo) ou desaparecer.

De acordo com as 5 Leis Biológicas, o conflito do *Tecido Embrionário Mesoderma Novo*, é um conflito de *Impotência e Desvalorização*. Em se tratando da obesidade, de forma geral, trata-se de um

conflito de desvalorização da pessoa consigo mesma. “Eu comigo”, “Eu para mim mesmo”. Esse conflito pode se dar numa esfera real, imaginária, simbólica ou virtual.

Por exemplo, aquela pessoa que mantém gordura numa região específica do corpo e mesmo fazendo exercícios e outros procedimentos estéticos, a dificuldade permanece. Para o Bioalinhamento, essa dificuldade não é da região específica onde se acumulou a gordura. O que existe é uma informação registrada no cérebro, enviando 24 horas por dia uma mensagem dizendo para o corpo estocar energia. Com isso, promove uma vantagem biológica, uma multiplicação celular dos adipócitos. Isto é, desenvolve uma forma de preservar o organismo com relação à causa primária do problema.

Pode parecer estranho dizer que é uma vantagem biológica acumular gordura de forma generalizada ou localizada. MAS vamos supor que um indivíduo tem um peso adequado. Adequado para a altura e idade, dentro de um padrão tido como normalidade. Porém, um dia ele percebe que alguém olhou pra ele com um olhar de reprovação. Digamos que esse olhar veio de seu professor durante uma apresentação de um trabalho acadêmico, diante de uma banca de avaliadores e demais colegas que estão assistindo. E nesse exato momento em que ele sentiu esse olhar de reprovação, ele recebeu isto como um choque, como um baque. Ou seja, ele teve a percepção de que estava reprovado. Sentiu um impacto mediante o olhar do outro dentro dessa situação, que pra ele, foi vivenciada de forma isolada, dentro dele mesmo. É o que no Bioalinhamento chamamos de *vivido em isolamento*, que é o instante de segundos em que ocorre o registro no cérebro. Além disso, foi impactante e inesperado. Portanto, um choque para esse indivíduo. Isto significa que ocorreu um DHS (Síndrome de Dirck Hamer).[3]

Se o nosso personagem sentiu que houve um erro irreparável, uma reprovação naquilo que ele estava fazendo, de forma chocante, então é nesse momento que o organismo adota um mecanismo para *aguentar* esse impacto. Se ele receber perguntas ou comentários adicionais com ar de escrutínio ou reprovação durante a apresentação, ele sofrerá vários impactos que irão se organizar em forma de desvalorização. Surge, ali, uma sensação de que ele não está dando conta e que não será capaz de realizar aquela tarefa à contento.

Ele sentiu uma sensação de *impotência e desvalorização* naquele segundo. Não uma desvalorização vinda dos outros, mas uma desvalorização de si mesmo, no sentido de “eu não me sinto capaz de fazer essa explanação”. “Eu me sinto muito pequeno, muito frágil diante disso tudo”. E o que

[3] DHS: Situação impactante, inesperada e dramática vivida em isolamento pelo indivíduo.

pode acontecer? Através desse conjunto de sentimentos o organismo entende que tem um problema. E se tem um problema, a biologia irá tentar corrigir esse problema.

E como é que a biologia corrige um problema onde o sujeito está sentindo uma grande desvalorização de si mesmo, porque não se sente capaz de realizar algo; uma sensação de impotência porque não consegue uma saída imediata, fazer diferente para corrigir aquele desconforto?

Vamos entender. Primeiramente, o organismo despende um grande gasto energético tentando resolver, tentando uma saída imediata, uma solução. Então, no primeiro momento essa pessoa não irá engordar. No primeiro momento ela irá perder peso, mesmo que ela seja magrinha, seu estoque de energia será gasto nessa tentativa. Isto ocorre no período em que o choque aconteceu, quando ela se sentiu desvalorizada por si mesma em decorrência de seus próprios julgamentos. Sim. Esses julgamentos variam de pessoa para pessoa, dependendo de sua cultura, sistemas de crenças, de como ela percebe a vida de um modo geral. Ou seja, o modo como ela percebe o mundo é que irá determinar se ela sentirá isso como chocante ou não. Esse tipo de choque depende de percepções próprias do indivíduo.

Considerando que o nosso personagem tem pouco tecido adiposo, esse tecido será consumido em função do gasto energético realizado pelo organismo na tentativa de encontrar uma saída para se livrar daquela situação e se sentir valorizado, mudar a cena, sair do cenário. O que ocorre aqui é um consumo das células adiposas. Porém, quando esse indivíduo encontra uma luzinha no fim do túnel, uma pequena saída onde ele possa, talvez, se livrar dessa sensação de desvalorização e/ou de impotência sobre si mesmo, dele para com ele mesmo... o corpo para de gastar energia porque agora já não precisa mais procurar incessantemente uma saída. Porque ele já encontrou uma possibilidade de resolução ou mesmo uma grande saída para o problema.

Agora ele vai para um segundo momento que já não precisa mais de um grande gasto energético para achar uma solução. Como tem um registro no cérebro sobre essa informação, a biologia dessa pessoa irá tentar ajuda-la para que, se novamente, ela vier a passar pela mesma situação, ou coisa semelhante, ela já tenha uma reserva energética importante para *aguentar* um próximo ataque.

E como é que ocorre essa reserva energética? Proliferando, multiplicando as células adiposas. É nessa hora que o nosso personagem começa a ganhar peso. E o interessante, é que, se ele sentiu o impacto em uma área especifica do corpo, é lá que ocorrerá o acúmulo de tecidos adiposos. Se ele se sentiu desvalorizado por inteiro, ele terá gordura generalizada. Um aumento distribuído dessa multiplicação de adipócitos.

Por exemplo, por quê que uma pessoa tem acúmulo de gordura somente na região abdominal? Porque, se a pessoa em questão sentiu o impacto, o choque, como um golpe baixo (simbolicamente os golpes baixos se dão na boca do estômago ou abdômen), é exatamente ali onde irá aparecer o acúmulo de gorduras. É onde a pessoa sente mais fortemente esses impactos que ela precisa ter uma reserva energética para *aguentar* a situação novamente, independente de ser igual, basta ser similar ao ocorrido inicialmente, que foi o que provocou o registro ou *relae*.[4]

Aqui, a natureza diz o seguinte: "se amanhã acontecer de novo essa situação, não se preocupe porquê eu vou lhe deixar com uma reserva a mais de tecido adiposo, porque se você precisar gastar energia, já terá um estoque garantido".

MAS, se a informação/registro/*relae* permanece, a pessoa irá mudar seu estilo de vida (alimentação, exercícios físicos, jejuns, medicação, cirurgias, etc.) e não verá mudança. Quanto mais ela passa fome, mais o organismo cobra alimento (que são as fontes de energia), isto é, para manter o estoque em dia. Ocorre, por exemplo, de quando a pessoa inicia um programa de emagrecimento, nos primeiros dias alcançar rápidos e bons resultados e logo em seguida ocorrer um bloqueio. Quando isso acontece é porque o organismo entendeu que o gasto energético está intenso e precisa voltar a estocar energia. Então, tudo que a pessoa come é transformado em gordura. Porque tecido adiposo é energia.

Na natureza, os ursos, por exemplo, multiplicam o peso várias vezes durante o verão e o outono, para poderem enfrentar o inverno rigoroso, período em que entram em estado de hibernação, porque no inverno a comida é escassa. A lógica da natureza é manter um estoque energético para enfrentar uma possível escassez. Com o animal humano é a mesma coisa: "eu preciso de energia no meu corpo para *suportar*, *aguentar* uma fase que vai ser difícil".

E por que é que o organismo humano interpreta dessa forma? Por que ele tem essa informação? Segundo o Bioalinhamento, é porque teve uma situação causal, uma situação primária, onde o corpo entendeu que era necessário guardar o maior estoque possível de energia para que não venha a passar dificuldade futuramente.

[4] Relae: informação registrada no cérebro.

1.2 O CONFLITO DE SILHUETA

É interessante lembrar que o conflito de silhueta é unicamente humano. Os demais animais na natureza não enfrentam essa dificuldade. Dr. Ryke Geerd Hamer (1935-2017)[5] confirma que o conflito de silhueta é tipicamente humano porque no reino animal não existem padrões estéticos. Na natureza o magro conota fragilidade; um lobo grande, gordo, tem mais chances de sobrevivência que um lobo magrinho. Um elefante terá menos predadores que um rato, por exemplo. Não por questões de bravura, mas por ser grande, maior... isto porque os animais pequenos são prezas fáceis. Na natureza, ser grande é uma vantagem biológica.

Os humanos fazem parte da natureza, no entanto, se diferenciam por causa dos conflitos. Criam padrões estéticos, impõem convenções sociais, etc. Porém, do ponto de vista biológico, ser grande é uma vantagem do organismo para *aguentar* uma determinada situação em que a pessoa possa sentir-se desvalorizada ou impotente por si mesma ou mesmo por situações reais de ataques vindos de outros, principalmente relacionados às questões estéticas.

Segundo Pujó (2016), se nos sentimos desvalorizados por este tipo de conflito, “para o inconsciente será o sinal de que necessitamos nos tornar grandes para impressionar mais”. É conveniente lembrar do chamado *conflito bloqueante da silhueta*, relacionado ao hormônio Glucagon e nesse sentido, “se nos sentimos atacados por estar gordos, a própria solução leva a não baixar de peso” (p. 485). Neste caso, é importante, primeiramente descobrir o conflito de silhueta bloqueante.

As questões estéticas prevalecem, na maioria dos casos, para que as pessoas com obesidade permaneçam nessa condição. O tecido adiposo, representa, por exemplo, uma camada protetora/amortecedora, para os ataques/golpes externos. Sejam eles reais, simbólicos, imaginários ou virtuais. O acúmulo de adipócitos é uma ação biológica, é a biologia interferindo para que haja uma vantagem, um ganho de tempo, uma chance para a sobrevivência na natureza.

No entanto, quando o meu olhar estético se sobrepõe à natureza, começam as corridas por tratamentos estéticos em geral e, se não tratada a situação primária, a pessoa passará a vida toda submissa aos procedimentos de ordem estética sem obter o corpo magro desejado.

[5] Criador da controversa "Nova Medicina Germânica", posteriormente chamada de 5 Leis Biológicas, ele defendeu que doenças graves, como o câncer, surgem de choques emocionais repentinos. Teve sua licença médica cassada na década de 1980 e enfrentou forte oposição da medicina científica tradicional.

1.3 OUTROS CONFLITOS RELACIONADOS À OBESIDADE

Existem outras categorias de conflitos tais como: o Conflito em constelação do pâncreas (repugnância) e de vesícula biliar (ressentimento); o Conflito de identidade (relacionado com o reto), crianças que engordam para chamar a atenção da mãe ausente.

Há também os conflitos segundo a localização: No ventre, por exemplo, pode estar relacionado a proteção de um filho (para as mulheres) ou "eu sinto que minha vida é controlada pela minha mulher" (para os homens; As barrigas caídas sobre a região pubiana denotam um conflito sexual no sentido da proteção dos órgãos sexuais para que nada ali aconteça; gordura nos ombros ou parte superior das costas, um conflito do tipo "devo ser mais forte para *aguentar* essas cargas"; Edemas em determinadas regiões trazem a dúvida sobre valores pessoais: "continuo sendo válida"? isto em relação à área afetada do conflito;

Os demais conflitos são: Conflito emocional e de proteção, nele, a gordura reflete algo interno, "só pode ser comigo mesma", porque para o inconsciente o alimento físico significa o mesmo que alimento emocional; Conflito do globo, que é um conflito ligado as questões espirituais, temas repetitivos relacionados ao Eu Interior e ao Eu Superior; Engordar sem comer, que é um conflito ligado aos rins, aos líquidos. O conflito dos rins é um conflito de moralidade vital. Envolve território, desvalorização, líquidos, medo de água e outros fatores do gênero; Gordura em baixo dos braços: sentimento de repugnância, "me sinto indigno, repelente com essa obesidade".

Podemos dizer que, em geral, são esses conflitos específicos que nomeiam as muitas partes do grande conflito da obesidade. As causas primárias são várias e acabam num indicador de desvalorização e impotência onde a biologia se organiza para ganhar tempo diante do problema até que ele seja eliminado, como falamos no Bioalinhamento, até que o indivíduo vire a página. E enquanto a massa do conflito prevalecer, a saída é estocar energia para *aguentar* possíveis futuros ataques, sejam eles reais, imaginários, simbólicos ou virtuais.

2 QUESTÕES E SOLUÇÕES

A partir desse ponto, vamos revelar questionamentos feitos pelo público e orientar as soluções que o Bioalinhamento considera viável como tratamento.

Questão 1: Pessoa que engordou após ter se submetido à quimioterapia. O que fazer?

Primeiramente, não são todas as pessoas que passam por tratamento quimioterápico que engordam. Esta pessoa, provavelmente, sentiu que sofreu vários ataques ao se submeter a esse tipo de

tratamento. “Eu vou ter que *aguentar* tudo isso”. Acompanhado da sensação de impotência por não poder fazer nada para mudar aquela situação. Certamente, teve um ciclo: uma grande sensação de impotência por não poder fazer algo, um momento inesperado e impactante para ela, como por exemplo, a notícia de que teria que fazer quimioterapia ou mesmo, a notícia do seu diagnóstico. Lembrando que isso depende da percepção de cada um. Se ela recebeu isso como um golpe, um período em que ela teria que suportar algo terrível, que teria que ter forças para *aguentar*... o corpo se manifesta acumulando uma reserva energética. Essa reserva energética, natural do ser humano é um tecido adiposo.

Se a pessoa está nessa situação, o que pode fazer para mudar? De acordo com o Bioalinhamento, ela precisa atualizar as informações. Para voltar a possuir o peso anterior ou o peso ideal, é preciso encontrar o que foi causador de uma necessidade de *aguentar*, algo que a pessoa não se sentia capaz ou uma grande desvalorização de si mesmo no sentido de “eu acho que não consigo”, ou as duas coisas. Encontrado o causador (o DHS) é só atualizar para o AGORA, não importando se aconteceu há poucos meses ou há muitos anos atrás. O que importa é que essa situação existe lá atrás. E perguntar para a pessoa: HOJE, o que você já conseguiu mostrar pra você mesmo que é um valor seu? O que é que você mostra para si mesma de que é capaz? E se você tem valor e você tem capacidade, você não tem que *aguentar* mais nada. A pessoa só precisa *aguentar* quando ela acredita não ter essas condições de si sentir capaz e valorizada. Se HOJE se sente capaz e valorizada isso, esse AGUENTAR já não precisa mais existir.

Questão 2: E se a obesidade já vem da infância e a pessoa passa a vida adulta fazendo dieta e sempre se frustrando? Como se curar?

Se a obesidade vem da infância, se a criança nasceu grande, com um certo nível de gordura corporal, com uma certa reserva energética, sabe o que aconteceu? No Bioalinhamento, esse conflito ou a sensação de ter que *aguentar*, a sensação de desvalorização de si mesma, não é da criança. Essa sensação é da mãe, partiu da mãe, provavelmente, durante a gravidez. Durante a gravidez ela pode ter vivenciado uma *situação impactante e inesperada* com o sentido de ter que *aguentar*. Então é preciso perguntar para essa mãe o que é que provavelmente aconteceu durante a gravidez que para ela foi *impactante e inesperado* no sentido de *aguentar* ou no sentido de uma grande *desvalorização de si mesma*, ou ainda de uma *desvalorização estética*.

No caso da *desvalorização estética*, pode ocorrer da mulher querer muito engravidar, ser mãe, mas na hora em que ela começa a ver as modificações no corpo dela, ela se sente desvalorizada sobre

seu próprio corpo. Nesse momento, pode ocorrer um *choque*, ao constatar que o corpo está totalmente modificado. “Nossa, meu abdômen está deste tamanho”! “Isso volta ao normal”? “Minhas roupas vão caber novamente em mim”? “Quanto tempo isso vai demorar para se normalizar”?

E nesse momento *impactante*, essa mãe transfere essas informações para o filho que está ali no seu ventre. O que acontece, é que ao receber essa informação, a biologia do bebê tenta mudar a situação, tenta resolver o problema. E como é que resolve? No primeiro momento tem um gasto energético para tentar solucionar a situação, mas num segundo momento quando aparece uma luzinha no fim do túnel, esse organismo começa a modificar as células adiposas para acumular energia e nasce um bebê gordinho, grandão. E se essa informação permanecer com ele ao longo do seu crescimento, essa informação ficará 24 horas por dia dizendo que é preciso armazenar energia para poder *aguentar* o que há de vir.

Importante! Se não é possível perguntar aos pais o que aconteceu durante a gravidez, não importa. O que importa é saber que essa informação (relae) não faz parte da história da criança (ou adulto que sempre foi obeso), esse registro não é para ser da criança. O mais importante, é o que ela, hoje, é capaz de fazer para se sentir valorizada por si mesma, sem que tenha que conviver com essa necessidade de *aguentar* alguma situação, mantendo essa reserva energética.

O mais interessante nisso tudo é entender que a pessoa não depende de ninguém para que mude essa percepção no seu corpo. Não depende de ninguém para livrar-se da percepção de *aguentar* algo. Só precisa atualizar as informações!

E como é que atualiza? Perguntando: O que é que HOJE você é capaz de fazer por você mesma, que você lhe faz sentir-se valorizada? Pode ser o olhar-se no espelho e se gostar (não é aceitar o corpo como ele é, não se trata de aceitação, aceitar é o mesmo que *aguentar*). O que é que você faz por você hoje que lhe faz sentir-se valorizada por você mesma?

A partir daí, o corpo passa a mudar o comportamento. A pergunta é: Em que você se valoriza? O foco é: onde é que você se sente valorizada por você mesma? É pergunta-se: no que é que eu sou tão bom que me faz orgulhar-me disso? O que reforça isso? Faça mais disso!

Questão 3: E no caso de cirurgias bariátricas e lipoaspiração, o conflito continua?

No caso da lipoaspiração que é um procedimento que retira gorduras localizadas, ela elimina temporariamente o problema, porém, não elimina o que realiza o estímulo que faz com que as células adiposas se multipliquem. MAS, por outro lado, por que é que cirurgias estéticas dão certo? Porque acontece da pessoa que fez a cirurgia ao olhar-se no espelho, ela começa ou volta a se gostar. Ela

passou a ter um olhar diferente sobre si mesma, sobre sua estética. Com esse olhar diferente, muda a percepção biológica, ocorre uma correção do conflito. Foi a cirurgia? Diz o Bioalinhamento que não! Foi a mudança de percepção que mudou graças à cirurgia. Porque a cirurgia por si mesma não corrige a informação que manda o corpo estocar gordura naquela região. Ela continua lá no cérebro do individuo enviando mensagem de fazer uma reserva de energia.

No caso da cirurgia bariátrica, o que acontece é que a informação permanece no cérebro. Embora seja uma intervenção de ordem mecânica, obedecendo aos vários tipos/modos desse procedimento, se a informação que desencadeou a obesidade continuar, a pessoa voltará a engordar. É preciso, portanto, um suporte para que a pessoa mude sua percepção sobre si mesma. Sobre quem ela é e sobre quem ela quer ser.

Questão 4: E no caso de doenças que pioram a obesidade como as da tireoide e a ansiedade?

Não são todas as pessoas portadoras de ansiedade ou com problemas relacionados à tireoide que engordam. Há pessoas portadoras de ansiedade, por exemplo, que são muito magras. Certamente, esta pessoa passou por uma situação *impactante e inesperada dentro de um contexto de desvalorização ou de impotência.* E o que é que determina esse comportamento do corpo? É o modo como a pessoa percebe a situação que veio antes. É isso que vai determinar se a pessoa vai emagrecer ou engordar. Ou se não vai acontecer nada. É o modo como ela se percebe, como ela se ver que determina o choque diante de um acontecimento da vida.

Lembrando, que mudar a percepção não é aceitar-se. Porque se a pessoa fica buscando se aceitar, em outras palavras, é ter que *aguentar*. Se eu tenho que aceitar é porque eu não aceito de fato aquilo naquele momento. Se eu forço aceitar, eu estou *aguentando* e não aceitando. Em decorrência disso a pessoa vai ganhar peso que é reserva energética para suportar o que vem depois.

Questão 5: Por que as pessoas estacionam o peso e não emagrecem?

Para o Bioalinhamento, é justamente porque chega a um ponto de trava. Por exemplo, alguém que tem um modo de vida (costumes alimentares, rotina de trabalho, pouca ou nenhuma atividade física, estresse diário, etc.) e de repente percebeu que se sente cansado, ganhou peso e para resolver essa situação, resolve mudar de estilo de vida. Para tanto, busca apoio profissional para emagrecer e consequentemente ter saúde. Inicia um programa nutricional acompanhado de exercícios físicos, e etc. Em outras palavras, começa a estimular o corpo a uma perda energética. De imediato, isto irá produzir uma perda de peso. Está tudo dando certo, mas chega um momento em que esses estímulos não surtem

mais o efeito esperado. Isto, porque a *informação* continua no cérebro enviando constantemente o comando de estocar energia para *aguentar* uma situação.

Existiu uma perda de peso inicialmente, mas em algum momento estacionou. É como se o organismo desse um sinal de alerta: perigo! Então, ele entende que tem que fazer nova reserva energética e por menos que a pessoa coma alimentos que se transformem em gorduras, mesmo assim o organismo irá estocar energia. A máxima é: se há uma informação para estocar e o corpo sente que vai faltar energia, se ele percebe que é iminente a escassez, ele passa a estocar tudo para preservar a reserva energética. É nesse momento que ocorre o bloqueio da perda de peso, conhecido como *efeito platô*. O corpo entra num estado de emergência porque ele entende que, se a pessoa passar novamente por uma situação em que ela se sinta desvalorizada, principalmente por si mesma, ela não irá resistir. Porque não tem uma reserva para *aguentar* uma situação de desvalorização outra vez.

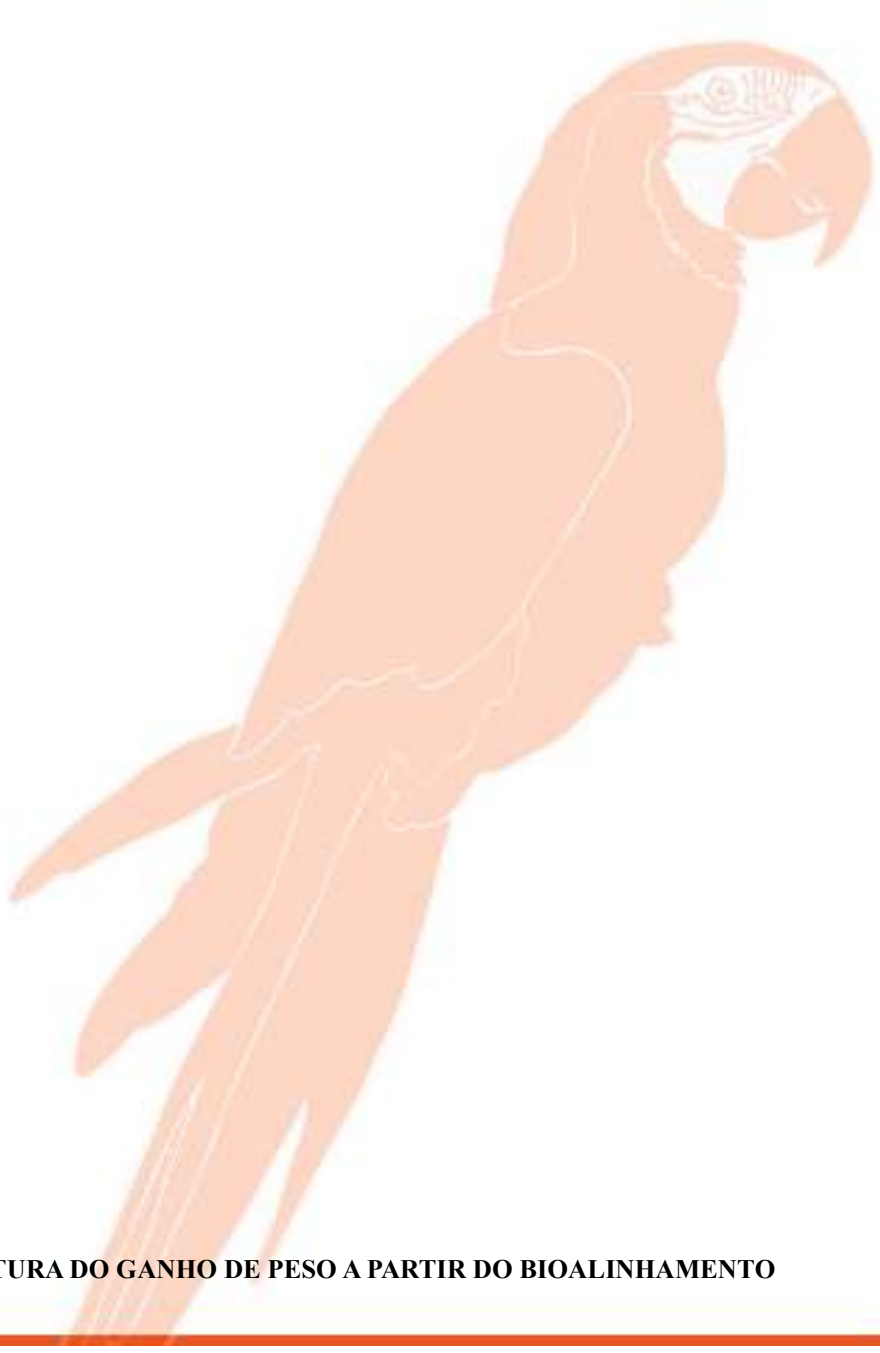
O que fazer? Na prática do Bioalinhamento procura-se no paciente o que aconteceu de *impactante e inesperado* pouco antes de começar a ganhar peso. Ou seja, estocar energia para aguentar. Uma situação de desvalorização de si mesmo ou de terceiros por questões estéticas ou algo que lhe fez sentir-se *impotente*, *atacado*, etc. Encontrando a causa primária, atualizando a informação falando para o cliente: me diga três coisas que venham à sua mente de imediato. Três coisas em que você já é capaz de si valorizar; que você faz e que você se ver valorizado por você mesmo. Quando ele responde isso, o cérebro dele já está eliminando essa situação de *aguentar*.

Ao mudar o foco, o cérebro já começa a eliminar essa sensação de desvalorização de si mesmo. O cérebro vai mudando o foco e, a percepção se si mesmo dessa pessoa também vai mudando. É somente assim que é possível neutralizar a informação primária, a causa primária que desencadeou o ganho de peso.

3 POR FIM

Neste ensaio procuramos apresentar a compreensão da obesidade desenvolvida pelo Bioalinhamento, especialmente no que se refere ao conflito biológico de impotência e desvalorização associado ao tecido embrionário Mesoderma Novo. Ao longo da exposição buscamos reconstruir a lógica dessa abordagem, mostrando como ela interpreta o ganho de peso não apenas como um fenômeno metabólico, mas como uma resposta biológica relacionada à maneira como o indivíduo vivencia determinadas experiências de sua história.

Independentemente das diferentes perspectivas existentes sobre a obesidade, este estudo pretende contribuir para a compreensão dessa proposta teórica, favorecendo o diálogo entre profissionais e pesquisadores interessados nas relações entre corpo, emoção e processos de adoecimento. Ao reunir seus principais conceitos e aplicações clínicas, esperamos oferecer ao leitor uma visão organizada dessa forma de interpretação, estimulando novas reflexões e investigações sobre um fenômeno cuja complexidade ultrapassa explicações unicamente biológicas, psicológicas ou sociais.



REFERÊNCIAS

BURKHARD, Gudrun Kroekel. Tomar a vida nas próprias mãos: como trabalhar na própria biografia o conhecimento das leis gerais do desenvolvimento humano. 4ª ed. São Paulo: Antroposófica, 2010.

CARILLO JUNIOR, Romeu. O milagre da imperfeição: vida, saúde e doença

CHOPRA, Deepak. A cura quântica: o poder da mente e da consciência na busca da saúde integral. 46ª ed. Rio de Janeiro: Best Seller, 2009.

GOSWAMI, Amit. O médico quântico: orientações de um físico para a saúde e a cura. 2ª ed. São Paulo: Cultrix, 2007.

HAPPÉ, Robert. Consciência é a resposta. 12ª ed. São Paulo: Editora Talento, 1997.

LEADER, Darian. Por que as pessoas ficam doentes? Rio de Janeiro: Best Seller, 2009.

LIPTON, Bruce H. A biologia da crença: ciência e espiritualidade na mesma sintonia: o poder da consciência sobre a matéria e os milagres. São Paulo: Butterfly Editora, 2007.

numa visão sistêmica. São Paulo: Cultrix, 2008.

PUJÓ, Joan Marc Vilanova, Dicionário Bio-Emocional. Barcelona: 2016. Disponível em: www.biodespertar.com

RITBERGER, Carol. Cure-se: descubra os segredos da cura através da emoção. São Paulo: Larousse do Brasil, 2008.

SALDANHA, Vera. Psicologia transpessoal: abordagem integrativa: um conhecimento emergente em psicologia da consciência. Ijuí: Ed. Unijuí,

SOUZA, Adalton Leonel. Praticando o Efeito Borboleta Positivo. São Paulo: Editora Baraúna, 2017.

SOUZA, Adaylton Leonel. Efeito Borboleta Positivo. São Paulo: Editora Baraúna, 2015.