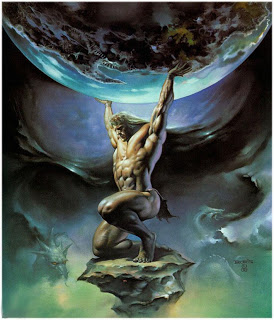
**Atlas e o excesso de tarefas**

[](http://2.bp.blogspot.com/_uqRLzBLiAF0/TMvdBZlzp8I/AAAAAAAAB8U/kqzupIDyNbA/s1600/atlas1.jpg)

Atlas, também chamado Atlante, era um dos filhos dos titãs Japeto e Climene, irmão de Prometeu, e pertencia à geração divina dos seres desproporcionais, monstruosos, a encarnação de forças da natureza que atuava preparando a terra para receber a vida e os humanos.   
  
Juntando-se a outros titãs, forças do caos e da desordem, pretendiam alcançar o poder supremo e atacaram o Olimpo, combatendo ferozmente Zeus e seus aliados, que eram as energias do espírito, da ordem e do Cosmos. Zeus trinfou e castigou seus inimigos - que eram escravos da matéria e dos sentidos, inimigos da espiritualização, lançando-os ao Tártaro.  
  
Porém para Atlas deu-lhe o castigo de sustentar para sempre nos ombros, o céu. Seu nome passou a significar "portador" ou "sofredor". Assim punido, passou a morar no país das Hespérides, as três ninfas do Poente: Eagle, Eritia, Hesperatetusa.  
  
Nas terras das [Hespérides, Ninfas do Poente](http://eventosmitologiagrega.blogspot.com/search/label/Mito%3A%20Hesp%C3%A9rides), estavam plantadas as maçãs de ouro, que tinham sido o presente de casamento, oferecido pela Terra, nas bodas de Zeus e Hera. A deusa as plantara no jardim dos deuses e, para proteger a árvore e os frutos, deixara sob a guarda de um dragão de cem cabeças e das três ninfas do Poente.  
  
Hércules em seus 12 trabalhos fora incumbido de trazer as maçãs de ouro, porém soube que somente Atlas conseguiria colhê-las. Hércules se propôs a segurar o céu enquanto Atlas colhia as maçãs e ele esperava entregar pessoalmente a Eristeu. Porém, Hércules o enganou, pedindo-lhe para voltar a segurar o céu enquanto ele guardava as maçãs, e fugiu. Por esse motivo, foram construidos os pilares de Hércules e Atlas foi libertado do seu fardo.   
  
Atlas passou a ser o guardião dos Pilares de Hércules, sobre os quais os céus foram colocados, e que também eram a passagem para o lar oceânico de Atlântida - o Estreito de Gibraltar, e por isso toda a cordilheira do norte da África, recebeu o nome de Cordilheira de Atlas. Tornou-se o primeiro rei de Atlântida, e por ser o Senhor das águas distantes, além do Mar Mediterrãneo, seu nome nomeou o oceano Atlântico.  
  
Casou-se com Pleione, tendo sete filhas, as Pleiades: Alcyone, Maia, Electra, Merope, Taigete, Celeno e Sterope. Por conhecer o caminho das terras distantes, na cartografia, passou a representar a coleção de mapas da Terra. E por ter sustentado o céu, deu-se o nome de Atlas à 1a. vertebra da coluna cervical - uma referência onde suportava o gigantesco peso a que fora condenado a suportar.   
  
O mito de Atlas representa o peso das dificuldades cotidianas que pesam sobre nossos ombros e, embora possamos considerar que sejam pesados demais, o que está sobre Atlas, a 1a. vertebra da coluna cervical, é apenas a nossa cabeça, que guarda a nossa mente.  
  
O mito está relacionado ao excesso de incumbências, obrigações, tarefas que aceitamos e não obedecemos a um limite, e nem resguardamos um espaço para atividades relaxantes. Cremos que podemos carregar o mundo nas costas, o que pode causar danos físicos e psicológicos. O complexo de Atlas é uma das doenças relacionadas ao stress da vida moderna.