

Proposituras de Palestras Vivência Tântrica

Vivência Tântrica

As encontro do coração e da prosperidade, assim como o equilíbrio de sexualidade e o fluxo da sensibilidade

Celi Aparecida Coutinho - Terapeuta Holística - CRF 21279

www.holopedia.com.br/index.php?action=artikkel&cat=48&id=222&artlang=pt-br - Holística 200

9

SUMÁRIO

1. Introdução

2. O que é Libido?

3. Conhecimento sobre os elementos que se entrelaçam no desenvolvimento do viver.

4. O que é Vivência Tântrica.

5. Métodos.

6. Conclusão.

7. Bibliografia.

1. INTRODUÇÃO

A manifestação por não produzir: O vazio por não saber amar ou não ser amado. O desejo que algo externo resolve a vida. Tudo se transforma em coação. Onde o EU se esconde em manifestações de medo, timidez, agressividade, hiper sensibilidade, improductividade, egoísmo. Ou ainda - "Eu sou o único" - "Sou o melhor" - "Sou eu que resolvo as coisas, ninguém faz melhor que eu" - "Eu sou famoso e popular". Esta última manifestação certamente é a pior forma de manifestar as

coações. Porque em algum momento do seu dia, vai se sentir esautido triste e solitário. "Não acredito falar de mim", "Não vou transparecer o que sinto nunca, imagine!"

Proposituras de Palestras

"Nunca deixo saber o que sinto e penso, não quero que invada a minha individualidade!"

Na verdade todas essas manifestações ou "qualidades" são fugas de si ou do mundo. É a dificuldade de apagar a si mesmo, de si amor. Se você não se ama, não pode saber amar.

Se você não se equilibra não pode perceber rapidamente e serovetemente a forma de ensinar a se equilibrar.

Para o princípio lúdico o equilíbrio e o desequilíbrio é um leia (jogo) uma dança no fluxo cósmico.

Se você simplesmente dança o leia acontece. Você vive a água nas tempestades. O vento no vendaval. A chama na fogueira.

De forma lúdica e sincrônica vivencia tudo aquilo que é natural em si. Você não pensa mais. Apenas sente ou simplesmente é.

O EU SOU O SO NAM

pensa a fazer parte em cada inspiração e expiração. Inspirar e expirar constantemente em sincronia com o que desaja fora com que se condiz. Basta ensinar a mente a simplesmente ser e não mais comandar.

Descondicionar a mente para que ela entre no leia cósmico é simples. É necessário dar à ela aquilo que não é metódico.

Há de constar que desde 3 ou 4 anos de idade cronológica que sua mente aprende apenas a se defender de que:

"isso não pode", "isso não deve", "seja homem", "seja educado no sentido formal", "seja rico para ser homem de bem", "ou pior ainda: "Quem ficou rico é inescrupuloso".

Para as mulheres: "Olha todos os homens são iguais", "Homens não prestam"

Para os homens: "Cuidado mulher é um bicho", "Mulher é interesseira"

Em relação ao sexo então:

Mulheres: "Sexo é proibido", "Não seja sensual e feio".

Homens: "Para ser homem precisa ser garanhão, se não deixará de ser homem". Para as pessoas que estão na faixa entre 40 a 60 anos cronológica é o sentimento que impedia e comedia o mental, agindo de forma inconsciente e produzindo resultados negativos. E aí o inaceite é falar em quase todos os planos da vida.

Então, infundíveis fórmulas chaves para o sucesso, o desamor, a timidez e a má relação consigo próprio. A mente codifica e lidera a real sensação, desviando do verdadeiro caminho individual de simplesmente ser Natural - Integro e amável e feliz.

Vivenciar as emoções aparentes e sentir o coração é um caminho lúdico e sensorial, produzindo a capacidade de aumentar o fluxo da intuição, aumentar o fluxo do vento.

Para isso basta utilizar-se das técnicas que o tantra propicia. Que aliás, no ocidente muito bem elaborado através do contato popular com o CSVD.

Eu me permito através do Tantra materializar e entrego onde o fluxo feminino (Shakti) que é responsável pelo o espírito das realizações natural. Simplesmente SER e Vivenciar/palé e Fluxo da libido.

2 - O QUE É LIBIDO?

Vamos conhecer a real constação da libido em relação à parafemalia lúdica, tão confundida e mal interpretada pelo o ser ocidental e os ditos "lábicos"

Proposituras de Palestras

Líbido é a mais propulsora para tudo que se passa em sentir e fazer.

A libido é uma energia pura incombustível no ser humano manifestada através do ato de sentir prazer.

O prazer de comer em equilíbrio = saborear.

Mas em desequilíbrio entra em competição do comer porque essa forma de sentir é física.

Líbido organizada faz fluir o trabalho = Prazer - produz êxtase.

Líbido desorganizada = O trabalho não flui - não há energia propulsora.

O prazer de amar ao tocar o físico, o coração brente. Porque o amor é puro e transcendente. A libido aí está presente no sentir, pois provoca êxtase, felicidade.

O prazer de amar a sexo oposto, todos que se apaixonaram conhecem a libido se manifestando e é a forma que todos a identificamos.

Mas libido é o calor na pele, sem está calor. É o empurrar dos pelos quando se emociona. É a alegria nos olhos. É ainda a lágrima nos olhos quando se ri gostoso. É ouvir uma música e se empolgar. É perceber o nascer de uma flor e se sentir emocionado. É ver uma criança nascer e se emocionar.

Quanto já desconhecem estas sensações? Se não sentem e não percebem isso, não pode mesmo perceber que a libido está além do físico pelo o sexo oposto.

Atas se não sentem isso, já não consegue mais sentir Exaltação pelo o sexo oposto. Acabou a excitação por si.

Viver não significa buscar isso dentro de si e por si mesmo.

Perceber que ao respirar, a pele se manifesta. Ao dançar o corpo empia, apenas no sentir da música e bailar suas emoções numa dança de sensações, sem pensar. Somente sentir e responder a amor ao.

A Libido movimenta a vida, a alegria, rejuvenescer e vitaliza.

Onde está a libido?

O tempo inteiro em você mesmo, basta um respirar profundo e ela se manifesta.

Basta um carinho do sexo oposto e ela se manifesta - Condição por todos, não é mesmo?

Mas, se a música certa tocar também se manifestará. Quem aprende a conectar a libido, não ficará mais triste além do necessário. Porque saberá a medida exata do sentir.

Aprendemos que as pessoas importantes na vida são nossos meus filhos, meu homem ou minha mulher, minha amiga (s), etc. Puro exercício de ego.

A libido direcionada de forma harmoniosa você saberá que deve apenas sentir e viver. E que o conjunto de relações pessoais e interpessoais são feitas para integrar e não para possuir.

Porque a única posse que de verdade temos é o "EU" esse sim possui os efeitos de tudo que permeia a vida. É a forma de manifestação no físico do EU a através do perceber da libido que é energia pura e criadora.

Cuidado da prosperidade na forma plena da palavra.

Essa é o verdadeiro passo para a abundância. É o verdadeiro "Tudo" pela a vida. Sem medo, sem pré-conceito, sem negação. Simplesmente viver positivamente a vida.

Proposituras de Palestras

Eu acredito piamente que o Ser passa pela a terra com a única função de viver e sentir a abundância no leito (logo ou darca) ómico e na terra. Aprender lider significa adquirir o nirvana. Ou seja, transcender a consciência através do coração.

Abundância está em todos sem distinção de raça ou credo. E para todos aqueles que se permite.

3 - **Conhecimento sobre os elementos que se desenvolve na prática vivencial.**

ANÁLISE SINTETIZADA DOS CORPOS HUMANOS

1 - **CORPO - Anna Kosha (Corpo Biológico de alimento).**

É o nosso corpo físico grosseiro, constituído dos cinco órgãos dos sentidos: ouvido (karn), pele (tak), olhos (váká), língua (paladar), nariz (shfata) e dos cinco agentes da acção: boca, genitais, mãos, pés e unhas. Sua capa muscular, os nervos e ligamentos, bem como a sua estrutura óssea armazenam as tensões vindas dos corpos superiores, sobrecarregando alguns órgãos que sobrecarregam outros, numa cadeia de antenas às vezes complexas. O corpo físico reage aos claramente através de movimentos, exercícios, danças e toques. Seu centro-realimentação está nas glândulas, portanto na área sexual, e seu estágio é o do mineral, dentro da natureza, como um todo, e seu oposto complementar é o éter (astral). Seu elemento é a Terra (ossos, dentes e unhas).

2 - **CORPO - Prana Kosha (energética etérica)**

É o corpo constituído de prana etérico, comanda os órgãos dos sentidos e contém os cinco sentidos sutis: éter, ar, fogo, água, terra aspecto prático, energético. Alguns autores dizem que existem 300.000 canais que transportam prana, outros 72.000 que formam o corpo etérico visível facilmente. Sua emissão energética vem das supra-renais próximas ao umbigo, e seu aspecto sutil, invisível, se relaciona também com os minerais. O corpo energético reage ao respiratório em geral, aumentando consideravelmente seu brilho externo ao corpo, com um pequeno número de exercícios de respiração. Esse corpo transmite as sensações dos corpos sutis para o físico, formando uma ponte de ligação entre as emoções e os músculos e nervos. Seu oposto complementar é a língua e o paladar. Seu elemento é a água.

3 - **CORPO - Kama Kosha (desejo)**

É o corpo das emoções telúricas. O ponto central do corpo astral está no estômago (prana solar) e sua irradiação sutil está relacionada com a vontade (volição) e com o desejo. Sua manifestação mais clara é a instinto, a reação reflexa, ou seja, é o órgão que se manifesta com um emocional expansivo e forte. "É a irradiação "nosso estado de espírito é afetado pelo que vemos" e que os olhos não veem, o estômago não sente". Está intimamente ligado com o pâncreas diretamente a sentido de visão. Seu elemento é o fogo e atua na combustão dos alimentos e reage ao desejo e à vontade.

4 - **CORPO - Ananda Kosha (felicidade)**

É localizado no centro cardíaco e é o nosso corpo das emoções aetheriais e amorosas. É gradiente estimulado pelas vegetais superiores como legumes, verduras e frutas. O sentido do tato está intrinsecamente relacionado com o coração e se expressa de modo claro nas relações de empatia com outro. Seu elemento é o ar reage aos sentimentos em geral.

5 - **CORPO - Manas Kosha (conhecimento)**

O Manas (mente) se manifesta como inteligência e memória sendo essa a função desse corpo. Seu elemento é o éter que está relacionado com os ouvidos.

É um corpo que se manifesta no nível da garganta em seu aspecto mais sensorial e reage aos Mantras de "H" aspirados, como no inglês de home. Seu corpo é de manifestação total e se manifesta através de todos os sentidos sensoriais.

Proposituras de Palestras

6 - CORPO - Jhana Maya Kosha (Subdelória)

Este corpo se manifesta como subdelória pura, percepção clivada. Ele reage à ação contemplativa, após as vibrações da mente cessar. Reage ainda aos Bijes Mantra, e especificamente, aos sons nasalizados. É a subdelória após o conhecimento.

7 - CORPO - Buddhi Maya Kosha (Corpo Subdelória Feita de Intuições)

É o mais próximo da matéria espiritual humana. Não tem som específico, nem reage ao toque, mas como é um arquétipo humano reage aos símbolos inconscientes tais como, as Mandalas ou Yantras e os Mula Mantra, tais como o "OM".

OS SETE PLANOS e as suas cores

Podemos entrar em contato com cada plano vibrando na sua cor correspondente.

FÍSICO

1 - PLANO - FILOSÓFICO - LIGADO AO CORPO FÍSICO - (MINERAL)

É o plano mais denso que trata do material, do físico, e onde o indivíduo se relaciona com o outro através da atitude e postura física. Através desse plano, aprendemos a constituição do homem carnal, do macrocosmo e do microcosmo sempre por meio dos estudos ou da filosofia esotérica começando a compreender a história da evolução do homem.

COR AZUL

Representa a espiritualidade, a energia cósmica, dependendo da intensidade do azul ele sugere crescimento e evolução espiritual - mais intenso = a necessidade de contemplação serena, menos intenso = verificar os sentimentos descontrolados.

2 - PLANO - ARTÍSTICO - LIGADO AO CORPO ENERGÉTICO - VEGETAL

É o plano onde começamos a perceber a energia vital, através da meditação das nossas próprias atitudes e organização dando-nos conta do mundo que nos rodeia. Por esse plano começamos a trabalhar o mundo das cores do som, da harmonia, do ritmo, e como eles afetam nosso corpo energético.

Proposituras de Palestras

COR AMARELA

- Muito positivo, significa sabedoria, representa um guia interior ou o mesmo lado superior (eu) concretizando os nossos ideais, indica clareza e luz.

COR LARANJA

- Maior energia, entusiasmo, juventude, alegria, favorece empreendimentos.

3 - PLANO - POLÍTICO - LIGADO AO CORPO EMOCIONAL - ANIMAL

É neste plano que começa a evolução do homem, é através da razão que controlamos as nossas emoções, quanto menos oscilarmos o nosso corpo emocional, mais nos tornamos estáticos. Não ser instável é ser um verdadeiro político e manipulador da energia da vontade. É através de leis e regras interiores que o mental controla o emocional e podemos através desse plano criar novas atitudes, nova cultura, nova civilização.

COR ROSA

- Simboliza o amor, a afecção sem paixão (amor universal) significa proteção, traz insegurança, suscetibilidade das emoções.

4 - PLANO - EDUCACIONAL - LIGADO AO MENTAL CONCRETO (HOMINAL)

É o plano da meditação, e onde também atua a evolução do homem, este plano está muito ligado ao plano político. É onde educamos nossas energias através da meditação das próprias atitudes e organizações. Através desse plano estamos ligados a ciência da iniciação.

O resultado do estudo e prática dessa ciência produz o verdadeiro homem consciente.

COR BRANCA

- Simboliza a pureza da inocência e ingenuidade, é a cor da juventude, a pureza do coração e a simplicidade, traz a facilidade da transmissão de energia, equilibra as energias negativas.

MENTAL

5 - PLANO - CIENTIFICO - LIGADO AO MENTAL ABSTRATO.

Este plano faz parte do plano mental que é ligado ao espiritual, sendo assim nós homens estamos ligados ao espiritual, sendo assim nós homens estamos ligados a seres superiores que nos enviam através de canais, todos as técnicas da ciência para que possamos atuar com mais perfeição em nossas vidas.

Conseguimos compreender a ciência de vida e espaço (onde o outro começa a voar territorial), ou seja, mais sensibilidade, termos condição de entender as leis ocultas do cosmos, a lei da evolução e do Karma. É nesse plano que poderemos ajudar o outro com a ciência da sabedoria.

COR VERDE

- Simboliza vida, fertilidade e criatividade, afinidade, diplomacia e adaptabilidade, regeneração.

Proposituras de Palestras

6 - PLANO - INTUITIVO - LIGADO AO CORPO DA INTUIÇÃO

Neste plano nós veremos mestres de nós mesmos, será o fim dos falsos mestres e profetas.

Dentro deste plano teremos o contato com a hierarquia oculta, e a cooperação desses seres dentro do nosso trabalho de evolução pessoal. Teremos também total controle de nosso ego. E neste plano que teremos o conhecimento da Nova Era.

COR VERMELHA

- Simboliza a energia ativa em grande quantidade, fluxo da vida, vitalidade, traz o impulso da vida, a vontade de vencer, o poder.

7 - PLANO - INTEGRAÇÃO - LIGADO A CENTELHA DIVINA

Neste plano teremos total controle das leis do físico. Sendo assim poderemos ter maior domínio sobre nós mesmos em relação ao relacionamento entre matéria e espírito, alma e personalidade. Seremos mais honestos com nós mesmos e assim estaremos mais harmonizados com o universo. A nossa canalização estará aberta com total integração com o cosmo.

COR VIOLETA

- E a cor ligada a espiritualidade, traz o conhecimento e a magia, representa a consciência cósmica, representa a evolução interior com pleno conhecimento da realidade traz a amabilidade e individualidade

KARMA

Karma é a lei de causa e efeito. Qualquer atitude tomada ou pensada cria uma reação na vida física ou na vida astral.

TIPOS DE KARMA

1 - Karma Individual

- É quando você é totalmente responsável pelas suas próprias ações.

2 - Karma Familiar

- quando os atos interferem nas atitudes das pessoas da sua família negativamente ou positivamente.

3 - Karma Coletivo

- quando seus atos estão ligados a comunidade que você se relaciona.

4 - Karma Racial

- parte da sua ação, que você teve antes de nascer, em ser branco, negro, vermelho, ou amarelo.

Proposituras de Palestras

5 - Karma Nacional

- Você nasceu no país que melhor se adapta a sua missão, para que sua vida possa fluir melhor.

6 - Karma Mundial

- Nós estamos nascendo nesse planeta porque nosso padrão de consciência é o mesmo dentro da evolução desse sistema, e nossas atitudes particulares pode modificar uma atitude um planeta inteiro.

7 - Karma Universal

- É quando nós já conseguimos obter uma consciência cósmica e nossas atitudes são todas voltadas para Tudo Universal.

SENDO DE RESPONSABILIDADE

Em cada ação temos um grau de responsabilidade a cumprir.

Responsabilidade - É a habilidade de dar uma resposta a si mesmo. A partir de agora seja responsável por si só. Voltando-se para dentro e reparando os seus atos.

Para cada ação existe uma reação e você é o centro de sua vida. Tomar consciência do seu poder e criar as situações que vivem, é ser 100% responsável por si mesmo.

TIPOS DE RESPONSABILIDADE

Em cada plano temos um tipo de responsabilidade a cumprir.

1 - Paciência

- É a habilidade de suportar as primeiras mudanças do ego que causam fisicamente dor e sofrimento.

2 - PERSEVERANÇA

- É a habilidade de se conservar firme e constante, permanecer sem mudar ou sem variar em cada atitude tomada mediante a um objetivo.

3 - SEGURANÇA

- É a habilidade de estar confortável em si mesmo e na vida.

Proposituras de Palestras

4 - GENEROSIDADE

- É a habilidade de ir ao encontro das necessidades dos outros sem desperdício de tempo e matéria, e a disposição para compartilhar.

5 - TOLERÂNCIA

- É a habilidade de compreender os motivos e pontos de vista dos outros tão precisamente quanto possível, e o poder da superação.

6 - SENSIBILIDADE

- É a habilidade de sentir as próprias necessidades e a dos outros, é uma grande virtude e desenvolve independência e desperta confiança em si mesmo.

7 - HUMILDADE

- É a habilidade de se contrapor ao seu ego e vaidade e apertar o que você é na realidade.

DHARMA - O CAMINHO PESSOAL

Alguma de nossas emoções adquirem registros/códigos, que chamamos cômicos, e têm um princípio básico de inconsciência, e podemos colocar nessa lista as pulsões sexuais como uma necessidade imaneente nos seres vivos de proleção da espécie. O desejo sexual então, é o impulso genético do ser vivo e é esse mesmo impulso que leva o homem e mulheres a se unirem na interação inconsciente de procriarem, e estes impulsos acessados das interações emocionais, também delineiam o caminho de uma pessoa (Dharma).

Dharma então, que todos estão onde devemos estar, onde precisamos estar, onde merecemos estar, pois nossa intencionalidade e nossa sublimação (síndole, temperamento, caráter, dom/talento) nos colocaram ali, havendo consciência do modo pelo qual trabalhamos nossas intencões, nos iluminamos e podemos traçar, então, qualquer caminho.

O Dharma é o caminho, é o destino e é também o caminhante. O Dharma será concebido por aquele que se concentra no agora, aqui, usufruindo do ato de caminhar como a única meta, conquistando serenidade. Este caminharante saberá que não há nada a ser feito no futuro, um destino pré-existente a ele que deverá ser cumprido. Há sim, uma fidelidade das emoções, aquelas mesmas emoções que abrem certas distrações pensais, inescrutavelmente, essas emoções que é traduzidas como intencionalidade.

Intencionalidade do ser humano depende de um fator muito importante, melhor dizendo, imprevisível, que é a relação com o outro indivíduo, outra sensação, outro desejo. Sem a reciprocidade de intencões inexistem as relações interpessoais e, portanto, não haveria a possibilidade de crescimento pessoal e muito menos de estudo das próprias emoções e sensações. Seria impossível a percepção sequer da existência da intencionalidade.

O CORPO É O INCONSCIENTE HUMANO

Todo ser humano é uma soma de adharma mais comportamento personalizado. O Adharma é a personalidade "marcam" o corpo de acordo com suas características, somando a esta herança genética, que engendra o corpo junto com aquelas emoções e impulsos do caráter. Dessa interação nascem corpos saudáveis ou não.

A saúde ou doença são balizamentos que o corpo cria para reger a saúde de seu habitante. Ele tem o código do adharma de uma pessoa e sempre que essa pessoa mente para si mesma ou traí suas emoções profundas ou frusta se consigo mesma, sem estarem conscientes desse fato, males físicos subvêm e também energéticas, nervosas e glandulares avassalam suas estruturas. Neste sentido dizemos que a doença é um bem maior, na medida em que ela tem a função de avisar, através do corpo, sobre a condição de emoção.

O ser humano é dotado de seis diferentes consciências para se manifestar no seu ambiente vital, no seu eco sistema.

Intraconsciência - é a consciência genética, sexual, procriadora, mantenedora da espécie humana. Trata-se da atração magnética espontânea na vida das pessoas, traduzidas simplesmente em atração sexual entre os seres. Os principais portais de término da intraconsciência são:

4) Impulsos genéticos, geradores, procriadores:

Proposituras de Palestras

43

Rage todos os órgãos do sentido.

43

A expressão mais sutil em termos de fluidos corporais tais como sangue, linfa, hormônios, líquidos vitrais, liquor espihal.

46

A infracoscência está ligada ao reino mineral e vegetal.

A natureza por si só é regida pela a força que se traduz na fórmula vive melhor quem melhor pode viver e no enigma da força e expertise. Por isso os homens completam em seu dia-a-dia chegando as ruas da morte, porque ainda contém o código de defesa da vida contra o agressor. As pessoas ainda se sentem mortalmente feridas ao perder um lugar na fila, ou o troco a merce na padaria, etc. Essa agressividade ainda pode ser canalizada pelo processo civilizatório por simples falta de

tempo. Algo nas pessoas as faz defender o que é delas às tolas, mesmo que seja apenas algumas moedas, transformando isso tudo em neuroses.

Subconsciência é responsável pela nossa contínua experimentação das nuances do corpo energético que tem sua base no Chakra energética (Svadisthithana). Veja as várias partes do indivíduo que são regidas por esta mente.

41

Matricidade corporal. função motriz dos nervos e órgãos.

43

- Aprendizado reflexo de atividades automáticas.

43

Dada também ligada ao mundo mineral e vegetal.

46

- Seu centro físico são as supra-renais.

43

- Os órgãos dos sentidos.

A subconsciência está ligada ao movimento corporal em si mesmo. Podemos exemplificar dizendo que uma criança aprende a andar sem ter uma imagem para se basear. Mas não falará uma língua e não saber que possa ouvir. São funções de diferentes consciências. A matricidade faz parte do código da subconsciência; o impulso de andar é infracoscencial, mas a energia para criar o movimento é do subconsciente.

O subconsciente está para a sensibilidade vegetal, ou seja, não permanece "estático" como o reino mineral, sob os refluxos de tempo muito mais longos que as medidas de tempo do reino vegetal. Além disso, podemos dizer que o vegetal contém e organiza o mineral em seqüências sensíveis que contém os sentidos do tato, algo praticamente inexistente no reino mineral bruto. Portanto a sensibilidade tátil é uma capacidade muito atrela ao chakra energético, que sente a sede do

subconsciente.

A subconsciência é energia prática, que em termos gerais pode ser manipulada e automatizada, em última análise, a força do "campo de energia" Esse depósito de energia (prana, Ki, Chi, engins), é uma inesgotável fonte de poder que é usada também para proceder as transformações, magnética através das mãos. Esse "orgão" energético está para o tato nos vegetais e tato no visão como audição nos seres humanos, embora sua maior regência seja a sensibilidade tátil.

Os desequilíbrios psíquicos do subconsciente - Todas as perdas de motricidade por traumas emocionais, medo, sustos, são relacionadas com essa mente. Os delírios generalizantes estão relacionados com perda mineral (coloca as pés no chão) e hiper-sensibilidade nervosa. Convém dizer ainda que toda a rede nervosa, que vai do cérebro à superfície da pele é a manifestação física da rede Prânica (ou nadia), os condutos do Vayu pelo o corpo. Isso equivale a dizer que as repetições de gestos do

modo distorcidos e até esquizofrênicos em vários graus e perda de consciência espacial por envolvimento.

O INCONSCIENTE

No inconsciente fica a sede das emoções e intenções do indivíduo. Provavelmente neste ponto, na altura do estômago, diafragma e tiras, fica os códigos de Adhilara aquele elemento sutil de discernimento do temperamento e da alma de uma pessoa. Além disso, podemos alinhar as seguintes organizações psíquicas que o inconsciente promove:

41

Tudo o processo onírico (sonhos), vigília.

Proposituras de Palestras

h)

Emoções impulsivas raras e pânticas;

i)

Emoções de vontade, desejo;

l)

O condicionamento social;

m)

Palcos em geral;

n)

Chakra solar e cardíaco;

o)

Rações vegetal (animais);

p)

Os órgãos que atuam as energias inconscientes: fígado, bexiga, vesícula, pâncreas, estômago, duodeno, coração, pulmões, timo;

O inconsciente está relacionado ao que chamamos corpo astral, portanto, inventando, podemos dizer que o corpo astral é o corpo inconsciente. Nesta mente ocorrem os sonhos e os transportes para fora do corpo, tanto inconscientes como conscientes, as várias mensagens através dos sonhos são regidas por essa região corporal.

As preferências, os medos, as raivas, propensões, orgulhos, inseguranças, estão para esses chakras: o chakra cardíaco e os órgãos pulmões e coração viabilizam na emoção os impulsos e desejos, e no organismo prático as energias dos cinco pranas que ficam então, vinculadas ao inconsciente e de certo modo direcionadas pelas emoções.

As emoções são as impulsionadoras do Vayu pela corrente nervosa eletro-magnética, corrente essa ligada aos rios e supra-renal. A hipertensão arterial é uma dessas confluências de tensão emocional inconsciente e bloqueio energético (psíquico) subconsciente não raramente com a infraconsciência.

O inconsciente é responsável pela automatização das sensações, ou seja, essa mente cuida para que o indivíduo tenha uma espécie de condicionamento, para dar a resposta emocional esperada de um indivíduo social.

Por isso dizemos que são chakras dos reflexos condicionado social, onde as pessoas agem sentido certas emoções reais.

Nossas mentes podem estruturar o reflexo condicionado do amor "que tem de ser de tal modo", para corresponder as necessidades do processo civilizatório.

Grande parte do amor que o indivíduo sente, na verdade está relacionado apenas com as condições necessárias para sobrevivência, seja moral (religião, justiça social), ou afetiva (matrimônio, filiação, economia). O amor verdadeiro não vive, então, mediado de nenhuma necessidade ou receio, por isso não se condiciona a nenhum modelo político, cultural ou econômico. Esse amor é quase impossível, porque é absolutamente revolucionário e incompreensível para as forças do ego

inconsciente, subconsciente e infraconsciente.

Neuroses e psicoses do inconsciente - relacionados entre homens e mulheres, afetivos/sexuais, são extremamente bem assentados no plano inconsciente. É nessa mente que a pessoa, por condicionamento sócio-econômico-cultural, força a si mesma a fazer certas ligações afetivas, amorosas, filiais, paternas, maternas, fraternais, sem estarem sendo honestas consigo mesmas e com o outro: São as relações constituídas de fechadas tão bem arquitetadas, que a mãe e o pai, se sentem

responsáveis até a própria morte, por passarem essas "verdades" aos filhos.

- Necessidade de eficiência num trabalho, resultando por modelos financeiros e não emocionais.

- Conflitos entre os objetivos da pessoa e os objetivos das organizações/emprego, nação, etc.

- Excesso de objetivos, objetivos inalcançáveis, objetivos imprecisos, competição. Altingir certos objetivos e ficar na incerteza de que foi o melhor possível.

- Casamento que não satisfazem necessidades inconscientes, mas permanecem sendo mantidos por condicionamento amoroso social.

- Arquétipo de ter uma família ideal, sonho do paratipo social.

Proposituras de Palestras

CONSCIÊNCIA

É uma parte que responde e processa o resultado das equações das outras mentes ou consciências e das 12 percepções humanas. Percebe-se então que os sentidos dão informações que a consciência usa para sua própria ampliação e percepção; a consciência não está em nenhum momento separado das 3 primeiras entidades mentais.

A consciência está para a intelectualidade e a razão; vamos ver como se desenvolvem suas várias atuações:

a)

A mente consciente além-se aos resultados das outras 5 mentes racionalizando-as e enquadrando-as para uso em momento oportuno.

b)

- Está dirigida para a interação e entendimento;

c)

- É analítica, faz abstração;

d)

- Situa-se no chakra terceiro;

e)

- Os órgãos ligados pelo chakra terceiro (topográfico) são: tireóide, cordão vocal, cérebro, terceiro, quarto, quinto, dentes.

Através da mente consciente analisamos e entendemos certas ações que podemos automatizar com o sub e o inconsciente desde que a emoção se satisfizesse plenamente com a mudança. A emoção aqui lembrada se refere às sensações do adquirente, que jamais se acalmam se não foram satisfetidas. A partir de então passam a ser subconscientes e inconscientes.

A consciência trabalha com duas memórias simultâneas. A primeira é ativa, portanto útil e fluida, pronta para uso imediato e faz parte daquele conjunto de lembranças que uma pessoa tem e que foi tocada pela emoção profunda, despertando interesse em guardá-la como algo precioso ou o mínimo necessário para o seu processo de vida.

A segunda memória é passiva, contendo dados inúteis para o indivíduo, na medida em que dificilmente serão evocadas por não terem tocado com profundidade a emoção.

Sendo assim, quase nunca vêm à tona do consciente porque nem sequer foram adquiridas e armazenadas sob a influência e a força do interesse emocional genuíno, íntimo, agradável.

Esta última só passará a ser uma memória atualizável se o indivíduo, por uma situação qualquer, tiver na emoção essa necessidade, e somente depois de uma seqüência de lembranças muito bem relacionadas entre si que leve a pessoa a emocionarse com aquele dado quase morto.

Por isso dizemos que a memória é emocional, a emoção é que se lembra e não o cérebro. O cérebro é frio, é cálculo puro. O coração sente através das emoções que "vive" no banco de recordações.

A memória depende do que o indivíduo gosta, pretende, intencional, ansioso, necessita, portanto, depende das emoções.

Uma pessoa perde a memória e às vezes fica tentando recuperar lembranças que nunca foram verdadeiramente importantes, e há casos onde seria interessante não lembrar. O terapeuta deverá conduzir aos clientes a entender a verdade da emoção a respeito do que tenta recuperar na memória.

A memória é emocional e só se manifesta plenamente na medida em que o indivíduo tenha se emocionado com os fatos e serem gravados nela, a ponto de impressionarem o inconsciente, subconsciente e infraconsciente.

Mudando radicalmente de enfoque, podemos afirmar que um ato associado com real prazer desenvolve toda a liberdade das emoções e, por conseguinte, ativa a memória, excepcionalmente. Memória é consciência, é resultado de verdadeira emoção de prazer no momento de captar a informação a ser arquivada.

SUPRACONSCIÊNCIA

A supra-consciência está relacionada com a Buddhi, que é o juízo interno uma espécie de juiz de todas as ações internas (intencões) corroborando tudo que "ouve" ou "sente" com o verdadeiro caráter (adiferença) do indivíduo (Diva). Não se trata "superego" social de acordo com o modelo freudiano, e sim, de um superego muito sutil, que conhece todas as necessidades do caráter daquele ser. Como é uma parte da pessoa, ele cria os conflitos pela simples presença da emoção, do dia-a-dia, que

não corresponde de verdade aos legítimos e íntimos anseios daquele ser. Vejamos em itens qual é seu alcance.

Proposituras de Palestras

a)

A supra-consciência é a Buddhi (veja em Filosofia mais detalhes sobre sua atuação):

b)

Trata-se da qualidade de compreensão (entendimento) no estado em consciência):

c)

Trabalhar absolutamente imparcial consigo próprio:

d)

Inibição pura, null, espiritual: além do ego:

e)

Localizar-se no chakra agha: hipofísico, hipofisário, 3º-4º):

f)

Seu guna é sattva - padma, de cor amarela, dourado ou rosé:

g)

compadecimento e percepções espirituais:

As percepções da supra-consciência assemelham-se a um "alugado do diabo", porque ao fazer o julgamento das emoções, e do quanto elas são honestas com o aethura, o resultado sempre será anárquico (felicidade), se concordarem exatamente. No entanto o que se observa comumente é o acontecimento do klesha (drama): um estado de desequilíbrio que sobrevém às pessoas por estar realizando seu aethura.

A supra-consciência é chamada de mestre interno por algumas setas e grupos filosóficos. Por motivos que se perdem no tempo, é chamada de arjo-da-guarda, um "ser" interno, protetor e evanescente, invisível e perceptível ao mesmo tempo; às nomenclaturas adotadas para explicá-lo, a supra-consciência é divina, dedicada; está acima da mente consciente e é imparcial:

MAHACONSCIÊNCIA

A mahaconsciência é a consciência de unidade com o todo e tudo, e tem nomes diferentes em culturas diferentes; é a Consciência Crística entre os cristãos, a consciência búdica entre os budistas, Purusha no Samkhya.

Essa consciência Divina, ao ser perturbada, dá a subdóris total. Quando ela se manifesta o Dharm e o karma é absolutamente resolvido, tornam-se um só. Vejamos os itens a seguir:

a) - O Mahaconsciência é Shiva/Purusha;

b) - Com sua manifestação ocorre a plenitude do aethura;

c) - Dharm e karma tornam-se um só;

d) - Qualidade existencial;

e) - Ação pura, sem rajaz;

f) - Rajaz e karmas ficam fútilizados;

g) - Há predominância do sattva aethura, branco.

Na mahaconsciência há a predominância do guna sattva de cor branca, relacionada com a imparcialidade, desapego e desinteresse pelos movimentos da matéria.

Proposituras de Palestras

O que é vivência lúdica?

Vivência lúdica é uma forma lúdica de sentir e perceber as emoções e, portanto, é uma técnica de terapia corporal feita através da indução em movimento com a intenção de que ocorram desbloqueios em novas corações que não causados por desequilíbrios emocionais advindos do campo da sexualidade, ou seja. Quando você pensa em sexo o que ele representa para você? Apenas uma satisfação biológica indispensável. Apenas feito por amor. Apenas feito para procriação. Apenas feito por fazer.

Ou ele nem se quer existe em sua vida, ou está existindo somente em suas fantasias.

Você já percebeu até aqui que uma vez que a libido organizada - a sua vida poderá ficar equilibrada. Como?

Tomando consciência de que você em primeiro lugar não é feito somente de carne e osso, e sim de um corpo espiritual, um corpo mental, um corpo emocional e que todos residem num espaço físico denominado de corpo humano. E que este corpo físico é a resposta de tudo que você sente, pensa e vê ao seu redor. Já percebeu também até aqui que não provemos a nossa vida em todos os sentidos, porque não provemos uma boa sexualidade.

Aquelas que não estão provendo a vida transportam para a sexualidade a importância do prover, como importância sexual. E as mulheres resultam na frigidez. E no o oposto.

Esta frase nos dá como devemos delegar a nossa libido, mas os conceitos sociais, profissionais, nos fazem interpretar de forma engarrafada, deixando assim de perceber a essência da vida que deriva de uma sexualidade plena e saudável. Ter o beijo pela a vida deriva de ter uma libido organizada. Porque quando estamos felizes produzimos mais intimamente, a cabeça trabalha de forma mais livre e tranquila delegando nossas energias para os campos direcionados de forma certa. Sabemos compor o trabalho, o estudo, a família, o relacionamento de maneira tranquila. Mas será que isso implica em somente fazer sexo, que tudo isso se resolve, não significa estamos sexual e sensual. Ah, como assim?

O sensual significa estamos apaixonados em primeiro lugar por nós mesmos. O sensual é poder transcender a nossa libido para executarmos os nossos prazeres, incluindo o sexo.

A prática da vivência vem ao encontro deste reconhecimento interior, feita através de indução com a musicoterapia e exercícios respiratórios (pranajama) buscando as pedras de energia que estão em desequilíbrio colocando-o consciente no momento da vivência aprendendo a moldá-lo na prática em si, proporcionando então um diálogo com suas próprias dificuldades trabalhadas e vivenciadas em grupo.

A análise fará com que você envie a sua sexualidade, ficando mais sensual na medida em que houver a prática, precocizando a retirada da ansiedade, rejeição, insegurança, timidez, etc. E substituindo por movimentos lúdicos que proporcionam leveza e felicidade.

METODO

O Vivenciar não há como explicar tecnicamente, mas se desenvolve através do fluxo de um grupo ou de um momento individual.

Cada grupo vivenciar é uma energia única.

I

- passo: O trabalho normalmente se inicia com uma meditação dinâmica que flui através de respirações alteradas e acolidas ao movimento proporcionado pelo o som de uma música dinâmica, que produz à limpeza das emoções contidas no emocional.

II

- passo: Indução de uma técnica que proporcione novas emoções promovendo um reencontro.

III

- técnica indutiva para reconhecimento do Si, e as mais comuns são Etágata - visualizações, através de um espelho, visualizar Mandala, ou simplesmente no olho do outro. Permitindo identificar as emoções que estão inseridas no contexto do Si e do outro. Formando um reconhecimento, identificação e sintonia com o próprio Ego.

IV

- passo: É induzido a um tipo de técnica que envolva toques no contexto de técnicas corporais. Para que desperte o fluxo original da libido.

Proposituras de Palestras

v

- Finalização do sistema vivencial em grupo.

Conclusões

Se utilizar de método vivencial como foi possível perceber até então é uma forma de brincar com a mente fazendo-a a ficar em segundo plano. É simplesmente sentir e permitir a vida através do laço cósmico.

Se permitir ser feliz. Aprender a usar as ferramentas corporais e que divinamente nos foi concedido. Tomar consciência de que somos além de olhos, ouvidos, nariz, língua, mãos, pés, etc. Que as sensações e intuições são as ferramentas mais e mais importantes que induzem ao coração e expande a consciência para Ser e está Feliz.

Bibliografia

Eu até então desconheço bibliografia sobre sistema vivencial lúdico.

Aqui está um trabalho desenvolvido através da minha experiência em vivenciar e transmitir vivências.

ID de solução único: #1224

Autor: : Celi Aparecida Coutinho - Terapeuta Holística - CRT 21270

Última atualização: 2009-07-22 13:53