

Holística 2009

Vivência Tântrica

Vivência Tântrica

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

Cell Aparecida Coutinho - Terapeuta Holística - CRT 21270

[SUMÁRIO DO LIVRO](#) - Holística 2009

9

SUMÁRIO

1. Introdução.

2. O que é Libido?

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

4. O que é Vivência Tântrica.

5. Método.

6. Conclusão.

7. Bibliografia.

1- INTRODUÇÃO

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

coisas. Porque em algum momento do seu dia, vai se sentir exausto brinde e solitário. "Não quero falar de mim", "Não vou transgredir o que sinto nunca, imagine!"

Holística 2009

"Nunca deixa subir 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 amar. Se você não se ama, não pode saber amar.

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

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

Se você simplesmente dançar 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 ou SO HAN

passa a fazer parte em cada inspiração e expiração. Inspirar e expirar constantemente em sincronia com o que deseja fazê-lo com que se conduza. Basta ensinar a mente a simplesmente ser e não mais comandar.

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

Não se convir que desde 1 ou 4 anos da 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 irresponsável" -.

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 sexual é 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 cronológicos é o sentimento que impõe e comanda o mental, agindo de forma inconsciente e produzindo resultados negativos. E aí o insucesso é fatal em quase todos os planos da vida.

Então, indivíduos formam desafios para o sucesso, o desamor, a timidez e a má relação consigo próprio. A mente codifica e libera a frente da real situação, desviando do verdadeiro caminho individual de simplesmente ser Natural - íntegro 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 sentir.

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

Eu me permito através da Técnica matriarcal e antigo onde o fluxo feminino (Shakti) que é responsável pelo o espírito das realidades natural. Simplesmente SER a Vivenciar pelo o fluxo da libido.

2 - O QUE É LIBIDO?

Vamos conhecer a real constação da libido em relação à preferência técnica, tão confundida e mal interpretada pelo o ser acidental e os ditos "técnicos"

Holística 2009

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

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

O prazer de comer em equilíbrio = sublimar.

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

Líbido organizada faz fluir o trabalho = Prazer = produzir coisas.

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

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

O prazer de amar o 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 arripio de uma canção. É o surtijo dos pelos quando se emocionam. É a alegria nos olhos. E ainda a lágrima nos olhos quando se ri gostoso. E ouvir uma música e se arrepiar. E perceber o nascer de uma flor e se sentir emocionado. E 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 tédio pelo o sexo oposto.

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

Vivenciar significa buscar isso dentro de si e por si mesmo.

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

A Libido movimenta a vida, e 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 - Conhecido por todos, não é mesmo?

Mas, se a música certa tocar também se manifesta. 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 nossas: 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 vivenciar. E que o conjunto de relações pessoais e interpessoais são feitas para interagir e não para possuir.

Porque a única posse que de verdade temos é o "EU" esse sim possuirá os efeitos de tudo que permite a vida. E a forma de manifestação no físico do EU é através do permar da libido que é energia pura e criadora.

Criadora da prosperidade na forma plena da palavra.

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

Holística 2009

Eu acredito plenamente que o Ser passa pela a terra com a única função de viver e sentir a abundância na terra (logo ou dança) olímpica e na terra. Aprender falar significa adquirir a riqueza. Ou seja, transcender a consciência através do coração.

Abundância está em todos sem distinção de raça ou credo. É para todos aqueles que se permitem.

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

ANÁLISE SINTETIZADA DOS CORPOS HUMANOS

1- CORPO - Anna Kasha (corpo Rudário de alimento).

É o nosso corpo físico grosseiro, constituído dos cinco órgãos dos sentidos: ouvido (sua), pele (tato), olhos (visão), língua (paladar), nariz (olfato) e dos cinco agentes da ação: boca, genitais, mãos, pés e unhas. Sua capa muscular, os nervos e ligamentos, bem como a sua estrutura óssea armazenam as tensões vitais dos corpos superiores, sobrecarregando alguns órgãos que sobrecarregam outros, numa cadeia de sintomas de vasos complexos. O corpo físico reage aos elementos através de movimentos, exercícios, danças e toques. Seu sensorialização 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 afeto (inimici). Seu elemento é a Terra (sua, dentes e unhas).

2 - CORPO - Prana Maya Kasha (energético aléxico)

É um corpo constituído de prana aléxico, comanda os órgãos dos sentidos e carrega os cinco sentidos: tato, olfato, visão, audição, paladar, e os cinco agentes da ação: boca, genitais, mãos, pés e unhas. Sua capa muscular, os nervos e ligamentos, bem como a sua estrutura óssea armazenam as tensões vitais dos corpos superiores, sobrecarregando alguns órgãos que sobrecarregam outros, numa cadeia de sintomas de vasos complexos. O corpo energético reage aos elementos através de movimentos, exercícios, danças e toques. Seu sensorialização 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 afeto (inimici). Seu elemento é a Terra (sua, dentes e unhas).

3 - CORPO - Kama Maya Kasha (desejo)

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

4 - CORPO - Ananda Maya Kasha (volição)

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

5 - CORPO - Manas Maya Kasha (conhecimento)

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

Holística 2009

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 sonora e, portanto, o som faz vibrar em ondas que vão do mental ao intuicional.

6 - CORPO - Plano Maya Kosha (subdelirio)

Este corpo se manifesta como subdelirio puro, percepção clarividente. Ele reage à ação contemplativa, após as vibrações da mente cessar. Reage ainda aos Bija-Mantra, e especificamente, aos sons nasalizados. É a subdelirio após o conhecimento.

7 - CORPO - Buddhi Maya Kosha (corpo Rosário feito de Intuição)

É o mais próximo da midrada espiritual humana. Não tem som específico, nem reage ao toque, mas como é um arquétipo humano reage aos símbolos inconscientes tais como, os Mandálos ou Tarot e os Mala-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, é onde o indivíduo se relaciona com o outro através da atitude e postura física. Através desse plano, aprendemos a constituição do homem centrário, do macrocosmo e do microcosmo sempre por meios dos estudos ou da filosofia existencial 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.

Holística 2009

COR AMARELA

- Muita positividade, significa subordinação, representa um guia interior ou o nosso lado superior (eu) concretizando os nossos ideais, indica clareza e luz.

COR LARANJA

- Mais 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 realidade que controlamos as nossas emoções, quanto menos oscilarmos o nosso corpo emocional, mais nos tornamos estáveis. Não ser instável é ser um verdadeiro político e manipulador da energia do cotidiano. 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, suavidade das emoções.

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

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 transmutação de energia, equilibra as energias negativas.

MENTAL

5 - PLANO - CIENTÍFICO - 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, todas 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 terreno), ou seja, mais sensibilidade, termos condição de entender as leis ocultas do cosmos, a lei da evolução e do Karma. É nestes planos que poderemos ajudar o outro com a ciência da subordinação.

COR VERDE

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

Holística 2009

6 - PLANO - INTUITIVO - LIGADO AO CORPO DA INTUIÇÃO

Neste plano nós seremos 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 humanos com nós mesmos e assim estaremos mais harmonizados com o universo. A nossa canalização estará aberta com total integração com o cosmo.

COR VIOLETA

- É 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 sensibilidade 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 atos.

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 espécie, que você teve antes de nascer, em ser branco, negro, vermelho, ou amarelo.

Holística 2009

5 - Karma Nacional

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

6 - Karma Mundial

- Nós optamos nascer nesse planeta porque nossa paixão 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 pela Paz 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 repensando 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 inicialmente 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.

Holística 2009

4 - GENEROSIDADE

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

5 - TOLERÂNCIA

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

6 - SENSIBILIDADE

- É a habilidade de sentir as próprias necessidades e as 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 validar e apontar o que você é na realidade.

DIAGRAMA - O CAMINHO PESSOAL

Alguma de nossas emoções adquirem de registros/códigos, que chamamos cômicos, e têm um princípio básico de inconsciência, e podemos colocar nessa lista as pulsões sexuais como uma necessidade inerente nos seres vivos de proleferação 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 intenção inconsciente de procriarem, e estes impulsos acrescidos das intenções emocionais, também delineiam o caminho de uma pessoa (Dharma).

Diarmos então, que todos estão onde devemos estar, onde precisamos estar, onde merecemos estar, pois nossa intencionalidade e nosso adharma (indolência, temperamento, caráter, dom instintivo) nos colocaram ali; havendo consciência do modo pelo qual trabalhamos nossas intenções, nos iluminamos e podemos traçar, então, qualquer caminho.

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

Intencionalidade do ser humano depende de um fator muito importante, melhor dizendo, imprescindível, que é a relação com o outro indivíduo, outra sensação, outro desejo. Sem a reciprocidade de intenções existiram 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 E O INCONSCIENTE HUMANO

Todo ser humano é uma soma de adharma mais comportamento pessoalizado. O Adharma é a personalidade "marcante" 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 vida de seu habitante. Ele tem o código do adharma de uma pessoa e sempre que essa pessoa mente para si mesma ou trai suas emoções profundas ou frustra-se consigo mesma, sem estarem conscientes desse fato, males físicos subvertem e tornam energéticos, nervosos e glandulares avassalarem 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 da emoção.

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

Infraconsciência - é a consciência genética, sexual, procriadora, mantenedora da espécie humana. Trata-se da atração magnética presente na vida das pessoas, traduzidas simplesmente em atração sexual entre os seres. Os principais portos de fâleto da infraconsciência são:

4)

Impulsos genéticos, geradores, procriadores;

Holística 2009

h)	Range todos os ângulos do sentido.
i)	A expressão mais sutil em termos de fluidos corporais tais como sangue, linfa, hormônios, líquidos sinoviais, líquido espinal.
j)	A inconsciência está ligada ao reino mineral e vegetal.
k)	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 importância. Por isso os homens competem em seu dia-a-dia chegando às 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 no file, ou o troco e merco na padaria, etc. Essa agressividade ainda pode ser canalizada pelo processo civilizatório por simples falta de tempo. Algo nos pessoas as faz defender o que é delas às tolas, mesmo que seja apenas algumas moedas, transformando isso tudo em neuróticos.
l)	Subconsciência é responsável pela nossa contínua experimentação das nuances do corpo energético que tem sua base na Chakra energética (Svedabhithana). Veja as várias partes do indivíduo que são regidas por esta mente.
m)	Matricidade corporal: função motor dos nervos e órgãos.
n)	- Aprendizado reflexo de atividades automatizadas.
o)	Dado também ligado ao mundo mineral e vegetal.
p)	- Seu centro físico não as suprime mais.
q)	- Os ângulos dos sentidos.
r)	A subconsciência está ligada ao movimento corporal em si mesmo. Podemos exemplificar dizendo que uma criança aprenderá a andar sem ter uma imagem para se basear. Mas não fará uma lição e não sei que possa ouvi-la. São funções de diferentes consciências. A matricidade faz parte do código da subconsciência, o impulso de andar é inconsciente, mas a energia para criar o movimento é do subconsciente.
s)	O subconsciente está para a sensibilidade vegetal, ou seja, não permanece "estático" como o reino mineral, sob os influxos de tempos 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 afeta ao chakra energético, que seria a sede do subconsciente.
t)	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, orgânico) 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 tanto na visão como audição nos seres humanos, embora sua maior regência seja a sensibilidade tátil.
u)	Os desequilíbrios psíquicos do subconsciente - Todos os perdas de matricidade por traumas emocionais, medo, sustos, são relacionados com essa mente. Os distúrbios generalizados estão relacionados com perda mineral (coloca os pés no chão) e hiper-sensibilidade nervosa. Conviém dizer então que toda a rede nervosa, que vai do cérebro à superfície da pele é a manifestação física da rede Prânica (do nadir), os condutos do Vajro pelo o corpo. Isso equivale a dizer que as repetições de gestos do modo distorcidos e até esquizofrênicos em vários graus a perda de consciência espacial por envelhecimento.
v)	O INCONSCIENTE
w)	No inconsciente fica a sede das emoções e intenções do indivíduo. Provavelmente reside perto, na altura do estômago, diafragma e tórax, fica os códigos do Adhibura aquele elemento sutil de dissonamento do temperamento e da alma de uma pessoa. Além disso, podemos alocar as seguintes organizações psíquicas que o inconsciente promove:
x)	Tudo o processo onírico (sonhos), vigília;

41	Emoções impulsivas raras e pânticas;
42	Emoções de vontade, desejo;
43	O condicionamento social;
44	Falhas em geral;
45	Chakra solar e cardíaco;
46	Reações vergio: animais;
47	Os órgãos em que atuam as energias inconscientes: fígado, baço, vesícula, pâncreas, estômago, duodeno, coração, pulmões, timo;
48	O Inconsciente está relacionado ao que chamamos corpo astral, portanto, podemos dizer que o corpo astral é o corpo inconsciente. Sendo 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.
49	As preferências, os medos, as reações, 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 físico as energias dos cinco pranas que ficam então, vinculados ao Inconsciente e de certo modo direcionados pelas emoções.
50	As emoções são as impulsionadoras dos Vajras pela corrente nervosa eletro-magnética, converte essa ligada aos rios e supra-mentais. A hipertensão arterial é uma dessas confluências de tensão emocional inconsciente e bloqueio energético (prático) subconsciente não somente com a infraconsciência.
51	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.
52	Por isso dizemos que são chakras dos reflexos condicionados social, onde as pessoas agem sentindo certas emoções reais.
53	Nossas mentes podem estimular o reflexo condicionado do amor "que tem de ser de tal modo", para corresponder as necessidades do processo civilizatório.
54	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 medo, 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.
55	Inconsciente, subconsciente e infraconsciente.
56	Neuroses e psicoses do Inconsciente - relacionados entre homens e mulheres, afetivossexuais, 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, paternalis, maternais, 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.
57	Neurose de eficiência num trabalho, escolhida por modelos financeiros e não emocionais.
58	Conflito entre os objetivos da pessoa e os objetivos das organizações/ emprego, nação, etc.
59	Excesso de objetivos, objetivos inalcançáveis, objetivos imprecisos, competição. Alcançar certos objetivos e ficar na incerteza de que foi o melhor possível.
60	Casamentos que não satisfazem necessidades inconscientes, mas permanecem sendo mantidos por condicionamento amoroso social.
61	Angústia de ter uma família ideal, sonho do paralisia social.

Holística 2009

CONSCIÊNCIA

É uma parte que responde e processa o resultado das equações das outras mentes ou consciências e das 10 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 arquivando-as para uso em momento oportuno.

b)

- Está dirigida para a inteligência, o entendimento;

c)

- É analítica, faz afirmação;

d)

- Situa-se no chakra laringe.

e)

- Os órgãos regidos pelo chakra laringe (orgãos) são: tireóide, cordes vocais, vértice, laringe, úvula, dentes.

Através da mente consciente analisamos e entendemos certas ações que podemos automatizar com o sub e o inconsciente desde que a emoção se satisfaça plenamente com a mudança. A emoção aqui lembrada se refere às sensações do adquirente, que jamais se anularam se não foram satisfetivas. 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 sequência de lembranças muito bem relacionadas entre si que leve a pessoa a emocionar-se com aquele dado quase morto.

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

A memória depende do que o indivíduo gosta, pretende, intencional, precisa, 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 tais 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, e ponto de impressionarem o inconsciente, subconsciente e infraconsciente.

Mudando radicalmente de enfoque, podemos afirmar que um ato executado com real prazer demonstra toda a inexistência 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 (intuições) considerando tudo que "ouve" ou "sente" com o verdadeiro caráter (adilidade) do indivíduo (Iva). 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 vive os conflitos pela simples presença da emoção, do dia-a-dia, que

não corresponde de verdade aos legítimos e íntimos anseios daquele ser. Vigoramos em terra qual é seu abismo.

Holística 2009

- a) A supra-consciência é a Buddhi (veja em filosofia mais detalhes sobre sua atuação);
- b) Trata-se da qualidade de compreensão (entendimento) foi estudado em consciência);
- c) Testemunho absolutamente imparcial consigo próprio;
- d) Intuição pura, nubl, espiritual; julos da ego;
- e) Localiza-se no chakra alpha, hipofisário, hipofisário, 3º olho;
- f) Seu guru é satva – padma, de cor amarela, dourado ou rosa;
- h) compadecimento e percepções espirituais.
- As percepções da supra-consciência assemelham-se a um "abnegado do diabo", porque ao fazer o julgamento das emoções, e do quanto elas são harmônicas com o adharma, o resultado sempre será amado (filicidade), se concordarem exatamento. No entanto o que se observa comumente é o acontecimento da kasha (dureza), um estado de desequilíbrio que sobrevém às pessoas por estar realizando seu adharma.
- A supra-consciência é chamada de mestre interno por alguns satvas e grupos filosóficos. Por motivos que se perdem no tempo, é chamada de anjo-da-guarda, um "ser" interno, protetor e exuberante, insólito e perceptível ao mesmo tempo; às nomenclaturas adotadas para explicá-lo, a supra-consciência é divina, delicada, 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 biológica entre os budistas, Runcha no Samkhya.
- Essa consciência Shivaica, ao ser percebida, dá a sabedoria total. Quando ela se manifesta o Dharma 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 sathvik;
- c) - Dharma e karma tornam-se um só;
- d) - Qualidade existencial;
- e) - Ação pura, sem ação;
- f) - Rajas e tamas ficam iluminadas;
- h) - Há predominância do satva atual, branco.

Holística 2009

O que é violência elétrica?

Violência elétrica é uma forma física 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 nossas corações que são 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 prazer.

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 - e sua vida poderá ficar equilibrada. Como?

Tomando consciência de que você em primeiro lugar não é feito somente da 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 requests 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 impotência do prover, como impotência sexual. E as mulheres resultam na frigidez. E ou o oposto.

Este fluxo nos dá como devemos delegar a nossa Libido, mas os conselhos sociais, profissionais, nos fazem interpretar de forma enganosa, deixando assim de perceber a essência da vida que deriva de uma sexualidade plena e saudável. Ter o medo pela a vida deriva de ter uma libido organizada. Porque quando estamos fazendo produções mais intimamente, a cabeça trabalha de forma mais livre e tranquila delegando nossas energias para os campos direcionados de forma certa. Sabemos comportar 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 sensorial. Ah, como assim?

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

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

A violência fará com que você revise a sua sexualidade, ficando mais sensorial na medida em que houver a prática, precarizando a retirada da ansiedade, rejeição, insegurança, timidez, etc. E substituindo por movimentos físicos que proporcionam êxtase e felicidades.

METODO

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

Cada grupo vivencial é uma energia única.

I

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

II

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

III

- técnica: Indução para reconhecimento do Eu, e as mais comuns são Elograte - visualizações, através de um espelho, visualizar Mandala, ou simplesmente no olho do outro. Permitindo identificar as emoções que estão inseridas no contexto do EU e do outro. Tomando um reconhecimento, identificação e sintonia com o próprio Ego.

IV

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

Holística 2009

v

- Finalização do sistema vivencial em grupo.

Conclusões

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

Se permitir ser feliz. Aprender a usar as ferramentas corpóreas e que divinamente nos foi concedido. Tomar consciência de que somos além de ossos, veias, sangue, músculos, órgãos, etc. Que as sensações e intuições são as ferramentas reais e mais importantes que induzem ao coração e expõem a consciência para Ser e está Feliz.

Bibliografia

Eu até então desconheço bibliografia sobre sistema vivencial (sintico).

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