



## Ciclo *Energias Subtis*

Na história da humanidade, a ideia de uma energia que impregna toda a natureza, e a existência de um campo de energia universal foi sustentada por muitos místicos e cientistas. Em várias tradições, as bioenergias humanas designam-se por diferentes nomes *chi, ki, prana, orgone, força ódica, mana, ressonância homeopática*, etc, que de acordo com essas perspectivas, se movem no corpo etérico ou áurico, o *corpo subtil*.

O termo *Energia Subtil* é de origem recente, e refere-se às energias que se movem através dos nossos corpos e psiques não só podendo permitir aceder a estados únicos de transcendência, como produzir comportamentos psicofisiológicos quantificáveis, incluindo fenómenos neuroendócrinos. Investigações realizadas no último século para medir estas energias concluíram que alguns dos seus componentes são electrostáticos, magnéticos, electromagnéticos, sónicos, térmicos e visuais. Para além

disso foi observada a existência de energias não relacionadas com os campos físicos já conhecidos que respondem ao foco humano intencional e associadas a alterações electrofisiológicas no corpo físico.

Vários métodos terapêuticos prevalentes hoje em dia parecem facilitar o fluxo destas energias através do denso corpo físico. Apesar de ser difícil medi-las com a tecnologia de dispomos no presente, os seus efeitos podem ser directamente sentidos pelo próprio e testemunhados por um observador. A **Asas e Raízes** convida-lo a participar no *Primeiro Ciclo de Energias Subtis*, em que se articula o conhecimento tradicional sobre energias subtis e processos de *healing*, com conhecimentos actuais. Este pretende promover o uso de energias subtis tanto no contexto terapêutico como no âmbito do desenvolvimento pessoal.

Serão realizados cinco Workshops:

*Toques Subtis e Calatonia*  
*A Farmácia nas suas Mãos*  
*Energias Subtis e Cristais*  
*Terapia Energética*  
*Energia da Dança*

Os interessados podem inscrever-se no ciclo completo ou num ou mais Workshops. Os métodos de trabalho incluem apresentação teórica, demonstrações aos participantes, prática individual, em pares e pequenos grupos; meditação e visualização. Supervisão, partilha e dinâmica de grupo.

# WORKSHOP 1

## Toques Subtis e Calatonia

Com Anita Ribeiro e Maria Georgina Gonçalves

Os *Toques Subtis* foram desenvolvidos pelo médico Pethö Sándor durante a Segunda Guerra Mundial. É um trabalho corporal extremamente delicado, organizado em sequências de toques sobre a pele, em vários pontos do corpo. Este método é usado para relaxamento, consciência corporal, e em psicoterapia aliado à teoria de Jung. Os *Toques Subtis* mobilizam o mundo interno trazendo memórias, sensações, sentimentos, imagens, e actuam a níveis transpessoais.

### Objectivos

Proporcionar uma introdução prática e conceptual ao método dos *Toques Subtis e Calatonia*. Vivenciar os efeitos dos *Toques Subtis*. Apresentar uma visão geral da relação do *Toque Subtil* com a teoria de Jung. Entender o conceito do "Terceiro Ponto".

### Conteúdos

As modalidades básicas e introdutórias sobre *Toques Subtis* ao longo da Coluna Vertebral, *Calatonia* básica (pés e cabeça), a Descompressão Fraccionada e o seu complemento, a Compressão Fraccionada, Vibração, Som, Sopro e Energia Subtil. Apresentação dos fundamentos específicos da técnica, nomeadamente o histórico e a origem do método. A unidade psique e corpo na metodologia de Sándor e a perspectiva de Jung em relação aos *chakras*.

### Bibliografia

Suzana Delmanto. 1997. *Toques Sutis - Uma experiência de vida com o trabalho de Pethö Sándor*. Summus.  
Marilena A. Dreyfuss 2006. *Calatonia e Religiosidade - Uma Abordagem Junguiana*. Tese de mestrado. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, Departamento de Psicologia Clínica.  
Rosa Farah 1985 *Integração Psicofísica - O Trabalho Corporal e a Psicologia de Jung*". Companhia Ilimitada.  
C. G. Jung 1996. *The Psychology of Kundalini Yoga*. Princeton University Press.  
Paulo Machado Filho 1994. *Gestos de Cura e Seus Simbolismos*. Tese de mestrado. Universidade de São Paulo.  
Pethö Sándor 1982. *Técnicas de Relaxamento*. Editora Vetor.



### Orientadoras

**Anita Ribeiro**, psicoterapeuta, membro da *United States Association of Body Psychotherapy* e do Centro de Integração e Desenvolvimento de São Paulo. Utiliza o método *Toques Subtis e Calatonia* em psicoterapia há 23 anos, em indivíduos e famílias. Trabalha com sonhos na perspectiva simbólica junguiana. **Maria Georgina Gonçalves**, psicóloga e psicoterapeuta de orientação

junguiana ligada às técnicas corporais. Emprega os *Toques Subtis* que aprendeu como aluna de Pethö Sándor. Desde de 1996 é professora do curso "O Corpo na Psicologia" na Universidade Católica de São Paulo e responsável pelo Aprimoramento Clínico institucional na mesma universidade nos últimos sete anos. Coordena grupos de estudos sobre os símbolos do inconsciente colectivo.

### Carga horária

20h

### Data, Horário e Local

18, 19 e 20 de Abril de 2008 (Sexta-feira e Sábado) das 10 às 19 h (Domingo até às 18 h). Lisboa.

## WORKSHOP 2

### A farmácia nas suas mãos

Com Ebba Boyesen

Em muitas culturas estão descritas formas de trabalhar de uma forma directa e intencional sobre o campo etérico através das mãos. Este trabalho é uma dádiva natural que pode ser cultivada, e encontra-se sempre à nossa disposição, podendo ser usado quando necessário. Neste workshop serão focados meios simples e efectivos para dirigir energias de cura através das suas mãos.

#### Objectivos

Aprender a activar e dirigir a energia da cura através das mãos. Conhecer meios simples de reduzir desconforto e dor através do uso das mãos. Aprender a limpeza e fecho de feridas abertas ou queimaduras ao nível etérico.

#### Conteúdos

Técnicas de dirigir energias de cura directamente no corpo físico e nos níveis etérico por imposição de mãos, sobretudo traumas pós-operatórios, redução de edemas, alívio da dor associada a queimaduras e feridas. Indicações e contra-indicações. Técnicas de Meditação nos *Chakras* e Meditação na *Linha Medial* para orientar a energia para a base do corpo. Trabalho com imagens e cura pelo som em situação de stress emocional e/ou energético. Uso das mãos e cristais para selar o campo etérico.

#### Bibliografia

Barbara A. Brennan 1990. *Mãos de Luz: um Guia de Cura através do Campo de Energia Humana*. Pensamento-Cultrix.

Charles W. Leadbeather, C W. 1927. *The Chakras*. Theosophical Publishing House, (TPH reprint, 1979).

Charles W. Leadbeather *Auxiliares Invisíveis*. Pensamento.

Sir George Trevelyan (1991). *Exploration into God*. Gateway Books.

Sir George Trevelyan (1977). *The Active Eye in Architecture*. Wrekin Trust.



#### Orientadora

**Ebba Boyesen**, nascida na Noruega em 1944. Estudos em Arte e na Área Social. Co-fundadora da Psicologia Biodinâmica no Reino Unido e directora da *European School for Biodynamic Psychology* na Alemanha. Pratica regularmente yoga e interessa-se pelas áreas esotéricas.

#### Carga horária

20h

#### Data, Horário e Local

30 e 31 de Maio e 1 de Junho de 2008 (Sexta-feira e Sábado) das 10 às 19 h (Domingo até às 18 h). Lisboa.

## WORKSHOP 3

### Energias Subtis e Cristais

Com Shirley O'Donoghue

Ao longo do tempo e através de muitas culturas, os cristais tem sido um meio privilegiado para aceder ao trabalho com energias subtis. A Cristaloterapia é uma terapia complementar não invasiva que actua através do fluxo de energias subtis entre os cristais e a pessoa. Estes reequilibram o corpo subtil, trabalhando ao nível de corpo, mente e espírito podendo proporcionar um relaxamento profundo. Também este trabalho permite a abertura das percepções da pessoa possibilitando novas perspectivas para responder às questões pessoais e situações que surgem na vida.

#### Objectivos

Compreender o âmbito da Cristaloterapia e o significado do *healing* através dos cristais. Perceber os cuidados básicos a ter com cristais e a sua utilização. Conhecer métodos de escolha de cristais referindo as suas indicações e contra-indicações. Treino do uso do pêndulo e das mãos como instrumento de pesquisa. Conhecer as bases do trabalho com cristais incidindo directamente sobre sistemas de energias subtis.

#### Conteúdos

Utilização de cristais em terapia. Serão discutidos a importância e métodos para a sua limpeza, "carregamento" (*charging*), programação e sintonização com cristais. Os sistemas de energias subtis, nomeadamente aura, *chakras*, posicionamento e correspondências com os meridianos. Utilização de técnicas de protecção e limpeza da aura. Procedimentos que devem ser seguidos cada vez que se trabalha com cristais.

#### Bibliografia

- Judy Hall. 2005. A Bíblia dos Cristais. Dinalivro.  
Katrina Raphaell. 1987. A Cura pelos Cristais. Pensamento.  
Katrina Raphaell. 1998. As Propriedades Curativas dos Cristais e das Pedras Preciosas. Diversos.  
Michael Gienger. 1998. Crystal Power, Crystal Healing - The Complete Handbook. Blandford.  
Shirley O'Donoghue. 2003. Working with Crystals. Capall Bann Publishing.  
Shirley O'Donoghue. 2002. Working with Natural Energy Capall Bann Publishing  
Shirley O'Donoghue. 2007. Live Better Crystal Therapy. Duncan Baird Publishers.  
Shirley O'Donoghue 2007. Working With Vibrational Energies. (no Prelo).  
Petr Korbek e Milan Novák. 1996. Enciclopédia de minerais. Livros e Livros.  
Sue Lilly e Simon Lilly. 2004. A Energia Curativa dos Cristais. Editorial Estampa.  
Vários autores. 2003. Gemas, Cristais e Minerais. Edições 70.

#### Orientadora



#### Shirley O'Donoghue

Cristaloterapeuta (Reino Unido), co-fundadora da *Lucis College* ([www.lucisgroup.com](http://www.lucisgroup.com)), escola em terapias complementares, Membro da *Affiliation of Crystal Healing Organizations* (ACHO, [www.crystal-healing.org](http://www.crystal-healing.org)), formadora do Curso de formação profissional em Cristaloterapia no Reino Unido há mais de 10 anos, autora de diversos livros (ver bibliografia). Paralelamente é também formadora em Terapia pela Cor e Massagem Indiana à cabeça.

#### Carga horária

20h

#### Data, Horário e Local

27, 28 e 29 de Junho de 2008, Sexta-feira e Sábado das 10 às 19 h, Domingo até às 18 h. Quiron, Lisboa.

## Workshop 4

### Terapia Energética

Com Heike Buhl e Jürgen Fischer

Na década de 1930 o psiquiatra Wilhelm Reich referiu-se à existência de uma energia universal que designou *orgone*, tendo descrito a relação entre bloqueios no fluxo de *orgone* no corpo humano e diversas doenças físicas e estados emocionais. A partir destes trabalhos foram desenvolvidas técnicas energéticas de intervenção, *High Charge Energy*, que permitem resolver bloqueios e intensificar o fluxo de energia vital no corpo, aumentando o potencial de auto-cura.

#### Objectivos

Compreender as bases da *terapia energética* e o funcionamento do sistema nervoso autónomo nessa perspectiva. Observar, ouvir e sentir energia *orgone* no interior do corpo. Conhecer os três tipos básicos de energia presentes no ser humano e distúrbios a eles associados. Aprender métodos para trabalhar com bloqueios energéticos e intensificar o fluxo de energia vital. Utilizar aparelhos de *orgone* em terapia. Produzir uma almofada de *orgone* por cada participante.

#### Conteúdos

Introdução aos trabalhos e investigações de Reich. O funcionamento do sistema nervoso autónomo e métodos para o tratamento de distúrbios físicos e emocionais. Teoria sobre as três estruturas energéticas, as reacções físicas e emocionais e a tendência para o desenvolvimento de doenças específicas (enxaqueca, asma, hipertensão, ...). Noções básicas da medicina *orgone* com aparelhos: o acumulador e o cobertor de *orgone*. Métodos de meditação e indução de transe. Apresentação do *Inner Energy Circle* e prática de *Spontaneous Movements* da medicina taoista.

#### Bibliografia

Heike S. Buhl 2000. *Lebensenergie-Medizin*. Ulrich Leutner Verlag.

Heiko Lassek 2006. *Orgontherapie*. Ulrich Leutner Verlag.

Heike Buhl, Jürgen Fischer. 2007. *ENERGIE! Heilung und Selbstheilung mit Lebensenergie*. *Orgon in der medizinischen Praxis und zu Hause*. Ulrich Leutner Verlag

#### Orientadores



**Heike Buhl**, médica especializada em terapia reichiana e medicina energética (*Wilhelm-Reich-Institut* Berlin). Tem experiência extensiva no tratamento de doenças somáticas e psicossomáticas combinando o conhecimento médico com as descobertas de Reich. É co-editora do *Journal Emotion*, membro do *Center*

*for Orgone Therapy* e presidente da *Wilhelm-Reich-Society*. **Jürgen Fischer** produz aparelhos energéticos na tradição de Wilhelm Reich desde 1978. Pretende ampliar o trabalho médico e de investigação da organomia pela dimensão espiritual, nomeadamente métodos de meditação e transe.

#### Carga horária

20h

#### Data, Horário e Local

19, 20 e 21 de Setembro de 2008 (Sexta-feira 10h a Domingo 18h), Quinta da Cerca, Tábua (Viseu).

**WORKSHOP 5**  
**A Energia que Dança**  
**A dimensão sensível e criativa do movimento**  
**com José Abreu**

*Um mergulho autêntico na matéria que somos  
Devolve-nos a alma e também a essência.*  
(Jean Yves-Leloup)

A arte de "Praticar Presença" ao próprio corpo e suas diferentes dimensões, escutar os seus impulsos e anseios. A arte de se deixar tocar pela dimensão sensível e criativa do movimento, em que a Energia que Dança tem a última palavra a dizer... Estabelecer novas conexões entre formas de habitar e sentir o corpo e os gestos e posturas da Alma libertando o potencial criativo: o movimento é o melhor antídoto contra o medo que paralisa.

**Objectivos**

Experimentar a energia gerada pelo corpo em movimento pela dança espontânea, meditação centrada no corpo. Criar uma relação de maior e mais sensível intimidade consigo mesmos. Experimentar devolver vida e sensorialidade às áreas do corpo que foram silenciadas ou reprimidas pelos condicionamentos familiares e culturais. Aprender sequências de movimentos que integram e harmonizam a respiração, o som e gestos codificados que permitem activar as energias subtis e os movimentos espontâneos internos "adormecidos".

**Conteúdos**

Relação da pessoa com a dimensão sensorial do movimento, integrando a respiração e o som. Práticas de centramento e de enraizamento inspiradas em modelos da Terapia Psico-Corporal, como a Biossíntese e a Bioenergética. Práticas oriundas da tradição Sufi, dança meditativa, o *dhikr*, que possibilitam afinar o coração e o corpo com o Sopro da Vida. Propostas que convidam à exploração da criatividade e da improvisação, contribuindo para a libertação da espontaneidade nas dinâmicas de grupo.

**Bibliografia**

Hazrat Inayat Khan. 2002. *O Coração do Sufismo*. Cultrix Editora.  
Roberto Crema. 2002. *Antigos e Novos Terapeutas - Abordagem Transdisciplinar em Terapia*. Editora Vozes.  
Osho. 1995. *O Caminho do Amor - Discursos sobre as Canções de Kabir*. Madras Editora.  
Cláudio Naranjo. 2005. *Entre meditação e Psicoterapia*. Editora Vozes.



**Orientador**

**José Abreu**, terapeuta psico-corporal formado em Biossíntese, licenciado pela Escola Superior de Teatro e Cinema de Lisboa. Foi professor de Expressão dramática, Expressão e Criatividade na Escola Superior de Educação de Viseu e actor nos grupos "Teatro del Canto", "Officina dei Desideri" e "La Folia" (Turim/Itália), "O Bando", "Almacave" (Portugal). Actualmente orienta grupos de Terapia Psico-Corporal, "A Arte da Meditação", "Voz Própria e Ressonância Corporal", em Portugal e Itália.

**Carga horária**

16 horas

**Data, Horário e Local**

17, 18 e 19 de Outubro de 2008. Sexta-feira das 21h30m às 23h30m. Sábado das 10h às 20 h e Domingo das 10h às 18 h. Lisboa

## **Inscrição no Ciclo *Energia Subtil***

Preenchimento de ficha de inscrição de preferência até 26 de Março de 2008.

### **Preços**

**Ciclo completo:** a pronto pagamento: 1100 € ou em oito cheques pré-datados de 143 € de 1 de Abril até 1 de Novembro de 2008 (= 1144 €), IVA incluído. Para o workshop 4 contar com estadia: pensão completa, dormida em caravana 98 € a pagar na data do workshop; *upgrade* para quarto disponível a preço superior. Tel. da Quinta da Cerca: 235.464.236.

**Participação por workshop:** 250 € por workshop com excepção do workshop 5 (190 €), IVA incluído. Para o workshop 4 contar com estadia: pensão completa, dormida em caravana: 98 € a pagar na data do workshop; *upgrade* para quarto disponível a preço superior. Tel. da Quinta da Cerca: 235464236.

### **Coordenação**

Ana Delaunay Caperta, Cristaloterapeuta, Membro da *Affiliation of Crystal Healing Organizations* (ACHO, [www.crystal-healing.org](http://www.crystal-healing.org)). Finalista da Formação em Terapia *Gestalt*. É Professora Universitária em Biologia e Investigadora em Epigenética (Lisboa). Formadora (IEFP).

Contacto: [anadelaunaycaperta@clix.pt](mailto:anadelaunaycaperta@clix.pt)

Pintura da primeira página: [www.alexgrey.com](http://www.alexgrey.com)