



Anais do Congresso Brasileiro de Psicoterapias Corporais

27º Congresso · 2024 · ISBN 978-65-89012-04-7

Como entender a energia que nos coloca no fluxo da vida!

A vibração energética e o alinhamento com o propósito de vida

How to understand the energy that places us in the flow of life!

Iáscara Fredrich da Silveira (1); Rita de Cássia Cadore (2)

(1) Centro Reichiano · Joinville-SC · Brasil

(2) Balneário Camboriú-SC · Brasil

Resumo

O presente trabalho pretende levantar reflexões a respeito da maneira como vibramos e nos relacionamos com a vida. A forma como nos colocamos em movimento, como reagimos e agimos em busca de nossos sonhos e crescimento está diretamente relacionada com a nossa vibração única. A configuração energética de nosso ser dá o tom das escolhas que fazemos e dos resultados que alcançamos. Entender como geramos energia e qual é a nossa vibração nos ajuda a potencializar nossas habilidades, enfrentar nossos desafios e ter clareza sobre a vibração que nos alinha ao nosso propósito de vida.

Palavras-chave: Autoconhecimento; Desafios da alma; Energia; Fluxo da vida; Habilidades; Propósito de vida.

Abstract

The present work intends to raise reflections about the way we vibrate and relate to life. The way we move, react, and act in pursuit of our dreams and growth is directly related to our unique vibration. The energetic configuration of our being determines the choices we make and the results we achieve. Understanding how we generate energy and what our vibration is helps us enhance our abilities, face our challenges, and gain clarity about the vibration that aligns us with our life purpose.

Keywords: Self-knowledge; Soul challenges; Energy; Flow of life; Abilities; Life purpose.

Grandes filósofos da humanidade trouxeram esclarecimentos sobre a energia que move tudo que há no universo, inclusive o ser humano e tal afirmação pode ser interpretada de diferentes maneiras pela psicologia, conforme algumas perspectivas, tais como:

A Perspectiva Filosófica e Metafísica: A psicologia pode considerar essa afirmação à luz das teorias filosóficas sobre a natureza da realidade e da existência. Filósofos como Tales

de Mileto, Heráclito e Parmênides, ofereceram visões diversas sobre a energia subjacente ao universo. Um pouco desses filósofos:

Tales de Mileto (c. 624-546 a.C.): Considerado o primeiro filósofo, Tales buscava explicações racionais para o universo. Ele acreditava que a água era o elemento primordial que constituía tudo na natureza.

Heráclito de Éfeso (540-470 a.C.): Heráclito via o mundo como um fluxo constante e em movimento. Ele escolheu o fogo como elemento primordial, pois acreditava que tudo estava em constante transformação, assim como o fogo transforma o que toca.

Parmênides de Eleia (530-460 a.C.): Em oposição a Heráclito, Parmênides afirmava que nada muda, tudo permanece. Ele considerava o movimento uma ilusão dos sentidos e defendia a ideia de que a essência das coisas é permanente.

Sócrates (469-399 a.C.): Conhecido como o “pai da filosofia”, Sócrates focou nas relações humanas e na reflexão sobre o próprio pensamento. Ele rompeu com a tradição anterior, que se concentrava na compreensão da natureza e do universo.

A psicologia pode investigar como essas concepções filosóficas influenciaram a compreensão humana da energia vital, da alma e da conexão entre o ser humano e o cosmos.

A Perspectiva Psicológica Moderna: A psicologia contemporânea pode abordar essa afirmação considerando a interação mente-corpo e a energia psicológica.

Por exemplo:

Teoria Psicanalítica: Sigmund Freud descreveu a energia psíquica como “libido”, que impulsiona os desejos e motivações humanas.

Teoria da Energia Vital: Alguns psicólogos exploram a ideia de uma “energia vital” que anima os seres vivos e influencia seu comportamento.

Energia Emocional: A psicologia também estuda a energia emocional, como a energia associada a emoções intensas, estresse ou estados de ânimo.

A Teoria de Reich, psicanalista austríaco: desenvolveu a teoria da “energia orgone”. Conforme o artigo Wilhelm Reich e os Infinitos Tons da Energia Orgone (2016), Reich concluiu que somos todos energia e que as relações são energéticas. O pensamento reichiano postula que a energia do corpo se conecta à energia do ambiente, que a faz fluir livremente, permitindo ao corpo que pulse.

A Perspectiva Científica: A psicologia pode adotar uma abordagem científica, investigando processos neurobiológicos e bioquímicos relacionados à energia no corpo humano. Isso

inclui estudar neurotransmissores, metabolismo celular e como a energia é distribuída nos sistemas nervoso e endócrino.

Em resumo, cada abordagem contribui para nossa compreensão da energia que permeia o universo e o ser humano.

Consta como sendo de Nikola Tesla a afirmação de que para entender os segredos do Universo, devemos pensar em termos de energia, frequência e vibração. Ou seja, tudo vibra o tempo todo e a vibração do meio com o qual interagimos pode nos influenciar. A forma como percebemos e reagimos ao que acontece fora de nós irá influenciar diretamente nossa energia vibracional, nossa saúde física e mental.

Embora saibamos que somos energia e a sintamos, raramente identificamos a nossa energia individual. Desconhecemos como vibramos em essência e quais as vibrações que nos são desafiadoras. Por não percebermos nossas energias, nos limitamos a pensar nas emoções que nos impulsionam ou nos paralisam. Nossa mente nos leva a crer que somos o que pensamos e isso nos limita em uma energia que pode não estar relacionada conosco.

A psicologia corporal é uma abordagem terapêutica que integra corpo e mente, explorando a relação entre processos psicológicos e manifestações físicas. Uma das principais figuras dessa escola é Wilhelm Reich.

Na visão da psicologia corporal, a energia refere-se à força vital que circula pelo corpo e influencia tanto o bem-estar físico quanto o emocional. Aqui estão alguns pontos chave sobre energia, nesta perspectiva, conforme Reich (1979, 1986):

Conceito	Descrição
Energia Vital	Reich postulava que a energia orgone é uma forma de energia vital universal que flui através de todos os seres vivos. Quando essa energia é bloqueada ou estagnada, pode resultar em doenças físicas e distúrbios emocionais.
Armaduras Corporais	Reich introduziu o conceito de “armaduras” corporais, que são tensões musculares crônicas que bloqueiam o fluxo natural da energia. Essas tensões são vistas como defesas contra emoções dolorosas ou experiências traumáticas.

Conceito	Descrição
Expressão Emocional	A psicologia corporal enfatiza a importância da expressão emocional para liberar a energia bloqueada. Técnicas como a respiração profunda, o movimento expressivo e a liberação de som são usadas para ajudar os pacientes a liberarem essas tensões.
Integração Corpo-Mente	Essa abordagem considera que mente e corpo são inseparáveis. Problemas emocionais podem manifestar-se como sintomas físicos, e trabalhar com o corpo pode ajudar a resolver questões psicológicas.
Terapia Corporal	Praticantes de psicologia corporal utilizam várias técnicas para ajudar os indivíduos a acessar e liberar a energia bloqueada, como massagem, exercícios de bioenergética e outras formas de trabalho corporal terapêutico.
Autoconhecimento e Cura	Através da exploração do corpo, os indivíduos podem ganhar maior autoconhecimento, e a liberação de conteúdos armazenados no corpo pode ser um passo importante para a recuperação e o crescimento pessoal.

A psicologia corporal, portanto, vê a energia como um componente central da saúde emocional e física, e busca trabalhar com o corpo para restaurar o fluxo natural dessa energia, promovendo a cura e o bem-estar integrados.

Segundo Mesquita (2022), o movimento corporal desempenha um papel crucial na liberação e no equilíbrio das energias dentro de nós. Através do movimento, podemos expressar e liberar emoções acumuladas, desbloquear tensões físicas e emocionais, e permitir que a energia flua mais livremente pelo nosso corpo. Isso não apenas promove o bem-estar físico, mas também facilita a integração corpo-mente, essencial para o autoconhecimento e a cura emocional.

Conscientizar-se da própria vibração energética é outro passo fundamental. Cada um de nós emite uma vibração única, que reflete nosso estado emocional, mental e espiritual. Ao reconhecer e entender essa vibração, ganhamos a capacidade de escolher conscientemente como direcionar nossa energia. Podemos optar por elevar nossa

vibração, buscando emoções e pensamentos positivos, ou transmutar energias mais densas, trabalhando para liberar bloqueios emocionais e padrões negativos.

Toda emoção que experimentamos está associada a uma determinada vibração energética. Ao identificar as características específicas dessa vibração, como sentimentos de amor, raiva, medo ou alegria, podemos compreender melhor a natureza de nossas experiências emocionais. Isso nos capacita a discernir o que precisa ser curado, transformado ou liberado dentro de nós mesmos, promovendo um processo contínuo de crescimento pessoal e espiritual.

Quando identificamos características negativas em nossa energia (como medo, ressentimento, vergonha ou ansiedade), podemos trabalhar para transmutá-las. Isso envolve transformar essas energias em algo mais positivo. A meditação, a respiração consciente e a visualização criativa são ferramentas para essa transmutação.

Assim, o movimento corporal e a consciência vibracional trabalham em conjunto para nos capacitar a gerenciar nossa energia de maneira mais eficaz e positiva, promovendo um estado de equilíbrio interior e bem-estar emocional duradouros.

Conforme os autores Myss (2000), Hall (1928) e Capra (2011), tem-se que corpo, mente e espírito em plena sintonia representam um estado ideal de integração e equilíbrio pessoal, essencial para a busca contínua da evolução e do crescimento espiritual. Quando essas três dimensões estão alinhadas, há uma harmonia que facilita o desenvolvimento integral do indivíduo.

O corpo físico é o veículo através do qual experimentamos o mundo material e expressamos nossas emoções e pensamentos. A mente, por sua vez, processa informações, pensamentos e crenças, influenciando nossa percepção da realidade e nossas escolhas. O espírito representa nossa essência mais profunda e conectada com o universo, guiando-nos na busca de significado e propósito.

As energias que permeiam todas as coisas estão frequentemente associadas aos números em várias tradições espirituais e filosóficas. Os números são vistos como símbolos que representam padrões universais e princípios ocultos que regem o cosmos e a natureza. Eles podem ser usados para compreender aspectos fundamentais da existência, como ciclos naturais, harmonia cósmica e desenvolvimento espiritual.

Ao explorar a interconexão entre corpo, mente, espírito e a influência dos números nas energias universais, expandimos nossa compreensão do mundo ao nosso redor e fortalecemos nossa jornada de autoconhecimento e crescimento pessoal. Esses conceitos não apenas nos ajudam a navegar melhor na vida cotidiana, mas também a explorar

profundamente os mistérios e potenciais do ser humano e do universo.

Pitágoras, matemático e filósofo, trouxe os números como a base de tudo na terra e a essência de todas as coisas. E, da mesma forma que Pitágoras nos deixou fórmulas matemáticas que são utilizadas para construirmos, criarmos e expandirmos a matéria no mundo, também nos deixou a decodificação do Ser. Através da numerologia Pitagórica, podemos acessar a consciência de nossa vibração e identidade interna, nos possibilitando entender como devemos vibrar para entrar no fluxo da vida, ou seja, como viver conectado com o propósito a que viemos para esse mundo. No entanto, quando vibramos dissociados da energia que somos, começamos a sentir os reflexos no corpo físico, a alma grita através do corpo para que olhemos para o que necessita ser curado e transformado para atingirmos nossa elevada vibração.

Dan Millman destaca:

“Como outros pensadores holísticos, Pitágoras abraçou inúmeras facetas da consciência humana do mesmo modo que os físicos modernos invadem agora os reinos antes reservados aos místicos, aos filósofos e aos teólogos. Ele falou em ciclos, padrões e ondas de energia, que existiam muito antes do alvorecer da humanidade, e do modo com que os caminhos da nossa vida refletem leis grandes e eternas, cujas origens e propósitos permanecem ocultos no mistério e na mecânica da existência. Ao explorar os fundamentos da forma e da frequência, descobriu relações entre a mente e a matéria onde, até então, nenhuma ordem dessa natureza parecera existir, e indicou padrões numéricos ocultos que serviam de chaves para descerrar segredos da psique.” (MILLMAN, 2009, p. 16).

Vibrar o que somos e como somos em essência nos ajuda a entender os anseios da alma e fazer um melhor uso das nossas habilidades e talentos, contribuindo assim para a saúde física e emocional, porque a energia flui em direção ao que nos mantém com energia vital, com o desejo de fazer e viver mais. Como tudo que colocamos no mundo irá refletir no que recebemos, os resultados também serão mais satisfatórios e compensadores.

Quando vivemos desconectados do nosso propósito de vida, a energia escoar, o corpo pesa, ficamos estagnados e sentiremos o reflexo na saúde. Ao passo que, viver conectado à nossa essência e com um propósito bem definido, ativa nossa energia vital e nos mantém no fluxo do universo.

Segundo o Princípio hermético da Vibração: Nada está parado, tudo se move, tudo vibra e a forma como vibramos diz muito sobre como estamos, nem sempre sobre quem somos. Ocorre que muitas vezes não vibramos de acordo com nossa verdadeira energia, porque tentamos vibrar o que entendemos que o ambiente parece requerer e nos perdemos de nós mesmos. Muitas vezes crescemos num ambiente totalmente diferente do que somos

na essência, e esse já é um indício de que escolhemos um ambiente desafiador para evoluir. Cabe a nós não desistirmos de descobrir quem somos para fluirmos na vida.

Lucia Helena Galvão ensina:

“Existe um conceito oriental que pode ser traduzido como ‘nome interno’. Imagine que um grande mestre do passado fosse capaz de viajar até nós e disparasse a mais complexa de todas as perguntas: ‘Quem é você?’ Que tipo de resposta ele esperaria de nós? Nome, profissão, endereço, código postal? (...) Será que esses pequenos pedaços de papel que trazemos na carteira, com foto e um monte de números, responderiam bem à pergunta desse mestre? Talvez ele esperasse simplesmente que soubéssemos o que faz nossa consciência vibrar, o que nos toca, qual é o nosso nível vibratório: isso é o que somos, por agora, e crescer é sutilizar ainda mais essa vibração. Mas, por ora, esse é o nosso nome interno. (...) Em suma, o nome interno das coisas tem a ver com o parâmetro vibratório que elas possuem em determinado momento. Para a tradição egípcia, segundo O CAIBALION, as coisas funcionam mais ou menos assim: se você acelera a matéria, vai ter energia; se acelera energia, vai ter luz; se acelera a luz, vai ter o Espírito; se acelera o Espírito, chega até DEUS. Os extremos matéria e Espírito possuem vibração tão lenta, de um lado, e tão intensa de outro, que parecem ambos à primeira vista estarem parados. Acelerar e sutilizar as percepções de nossa consciência seria o sentido obrigatório da evolução humana. Resumindo, cada coisa no universo pode ser medida pelo nível vibratório em que está. A consciência vibra num determinado patamar e pode ser acelerada ou desacelerada. O ‘nome interno’ corresponde ao nível de vibração em que a consciência se encontra agora, e esse é o nosso dever convidá-la a subir mais um degrau.” (Galvão - Para entender o Caibalion: a Vivência da Filosofia Hermética e sua Prática nos Dias de Hoje, p. 102-104)

Quando tomamos consciência da nossa própria energia de vibração conseguimos entender o que nos leva a subir degraus no processo de expansão da consciência.

Através da Numerologia Pitagórica conseguimos entender a energia do nosso Nome Interno, ou seja, quem somos em essência, o que nos faz vibrar em mais alta frequência, o que nos motiva a enfrentar nossos desafios. Entender sobre nossa energia nos leva a movimentos internos e externos que nos impulsionam ao caminho da cura. Ao compreendermos nossa própria vibração podemos buscar os recursos necessários para harmonizar o que está em desequilíbrio.

Carl Jung dispõe que nós nos encontramos repetidamente em mil disfarces nos caminhos da vida. Portanto, cabe a nós mesmos buscarmos nossa verdadeira identidade. Somente quando nos conectamos com nossa essência é que conseguimos ter visão de onde queremos ir e o que precisamos para acessar nossos maiores dons e habilidades. Quando não usamos adequadamente nossos talentos natos, aumentamos as possibilidades de

adoecermos física e emocionalmente, pela energia que fica estagnada e muitas vezes pela falta de sentido na jornada.

No livro Um Novo Sistema de Numerologia de Dan Millman, p. 31, o autor apresenta o que ele chama de Sistema de Propósito de Vida, um método baseado em conhecimento antigo: a numerologia. Esse sistema ajudou pessoas a descobrir um novo sentido, um novo objetivo e um novo rumo para suas existências. “Cada um de nós é destinado a ter um caráter único, ser algo que ninguém mais pode ser exatamente e fazer o que ninguém mais pode fazer. Quando não conseguimos alinhar nossa vida com essa energia singular, sentimos fisicamente e mentalmente os desejos não atendidos de nossa alma.” Eis a importância de vivermos autenticamente, conforme nossa verdadeira natureza. Quando falhamos em seguir esse caminho, nosso corpo e mente manifestam o desconforto e a insatisfação, refletindo a necessidade de atender aos anseios mais profundos da nossa essência.

A Numerologia é uma ferramenta de autoconhecimento que além de nos mostrar quem somos na essência, também revela os desafios da jornada, a vibração de propósito, o que nos ajuda a relaxar e nos potencializar. Consciente destas energias, podemos fazer escolhas mais assertivas, tomar decisões mais conscientes rumo ao que nos faz vibrar e entregar nosso talento único. Nos ajuda a sentir a satisfação de estar vivendo de fato uma vida com propósito. Ter um propósito bem definido nos permite direcionar a energia para o lugar certo, no momento certo e ter melhores resultados em todas as esferas da vida.

Quando nossa energia está bem direcionada, conseguimos harmonizar e ter um melhor equilíbrio entre a vida pessoal, familiar e profissional, o que certamente reflete na saúde física e emocional.

Referências

CAPRA, F.; O Tao da Física. São Paulo: Cultrix, 2011

GALVÃO, L. H.; Para entender o Caibalion: a Vivência da Filosofia Hermética e sua Prática nos Dias de Hoje. São Paulo: Pensamento, 2021

HALL, M. P.; Os Ensinamentos Secretos de Todos os Tempos. San Francisco: HS Crocker, 1928

JUNG, C. G.; A prática da psicoterapia: ensaios sobre a psicologia da transferência e outros estudos (Obras Completas de C. G. Jung, Vol. 7). Petrópolis: Vozes, 2013

MESQUITA, R.; O Movimento Corporal e a Consciência Vibracional: A Arte de Equilibrar e Transmutar Energias. São Paulo: Vida Plena, 2022

MILLMAN, D.; Um Novo Sistema de Numerologia. São Paulo: Pensamento, 2009

MYSS, C.; Anatomia do Espírito: Os Sete Estágios do Poder e da Cura. Rio de Janeiro: Rocco, 2000

REICH, W.; A Função do Orgasmo. São Paulo: Brasiliense, 1986

REICH, W.; A Revolução Sexual. São Paulo: Zahar Editores, 1979

VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M.; Wilhelm Reich e os infinitos tons da energia orgone. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) XXI CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Anais. Curitiba: Centro Reichiano, 2016, pp. 169-176.

Credenciais dos autores

Iáscara Fredrich da Silveira

Licenciada em Ciências Biológicas (PUC/RS) e em Letras Inglês (UNIJUI/RS). Especialista em Ciências Aeronáuticas (CESUMAR/PR). Especialização em Psicologia Corporal, com habilitação para atuar como Terapeuta Corporal, pelo Centro Reichiano (Curitiba/PR). Thetahealer, terapeuta floral (IBRATE, Curitiba/PR), reikiana e terapeuta quântica. E-mail: iascara.silveira@gmail.com

Rita de Cássia Cadore

Advogada (FURB/SC). Life Coach (IBC/SC). Leader Coach (Behavioral Coaching Institute - BCI). Capacitação em Yoga, Biomagnetismo e Bioenergética. Consultora em Análise Comportamental (IBC/PR). Reikiana, numeróloga e terapeuta holística. E-mail: ritacadore11@gmail.com

Como citar este trabalho

SILVEIRA, Iáscara Fredrich da; CADORE, Rita de Cássia. Como entender a energia que nos coloca no fluxo da vida!. In: Congresso Brasileiro de Psicoterapias Corporais, 27, 2024. Curitiba: Centro Reichiano. ISBN 978-65-89012-04-7. Disponível em: <https://centroreichiano.com.br/anais/como-entender-a-energia-que-nos-coloca-no-fluxo-da-vida/>. Acesso em: 06/06/2026.