



**Semana da**  
**SAÚDE**  
HOLOSSOMÁTICA

2010

**VI Jornada de Saúde da Consciência**  
**IV Simpósio de Autoconsciencioterapia**  
22, 23 e 24 de outubro de 2010



# Universalism and Health

Luis Minero

# Universalismo e Saúde

Luis Minero



# SAÚDE

## Definições:

- “Saúde é o estado de bem-estar físico, mental e social, e não simplesmente a ausência de doença ou debilidades.”

- World Health Organization (1946)



# SAÚDE

## Definições:

- “Boa Saúde é um equilíbrio de elementos físicos, mentais, emocionais e espirituais. Todos quatro interagem juntos para formar uma pessoa forte e saudável. Se nós negligenciamos um destes elementos, nós saímos do equilíbrio e nossa saúde sofre em geral. Tudo o que nós precisamos foi fornecido por nossa mãe comum, a Terra. Quando combinamos estes presentes com um estilo de vida ativo, uma atitude positiva, e relações pacíficas e harmoniosas com outras pessoas e o mundo espiritual—eles são nossos.”

- Mallock (1989)

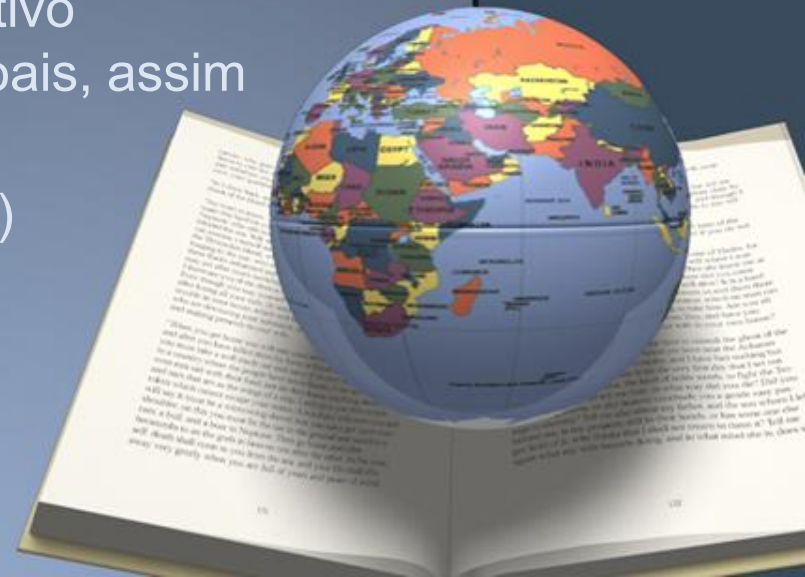


# SAÚDE

## Definições:

- “Para alcançar um estado completo de bem estar físico, mental e social, um indivíduo ou grupo devem ser capazes de identificar e realizar aspirações, satisfazer necessidades, e mudar ou lidar com o ambiente. A saúde é, portanto, vista como um recurso da vida cotidiana, não o objetivo de vida. A saúde é um conceito positivo enfatizando recursos sociais e pessoais, assim como capacidades físicas.”

- Canadian Public Health (1989)



# SAÚDE

Definições:

“Saúde intrafísica como  
euforia intrafísica.”



# Implicações:

- Usando seus traços pessoais de uma maneira saudável (desenvolvendo os fracos e contando com os fortes)
- Funcionando com cada corpo bem o bastante para continuar progredindo (saúde holosomática e aplicação)
- Fazendo as decisões evolutivas certas e podendo equilibrar corretamente os requisitos intrafísicos com os próprios compromissos evolutivos (discernimento mentalsomático)
- Aplicando cosmoética, assistência e universalismo em seu nível pessoal correto
- Trabalhando nas suas contas cármicas com sucesso
- Combinando vários fatores para produzir mini-completismos





# INTERNAL UNIVERSALISM

- Cosmovisão
- Filosofia do Essencial
- Determinismos

# UNIVERSALISMO

Definição:

- “*O comportamento coerente de indivíduos de acordo com seu entendimento maior do universo.*”

Idéias chaves:

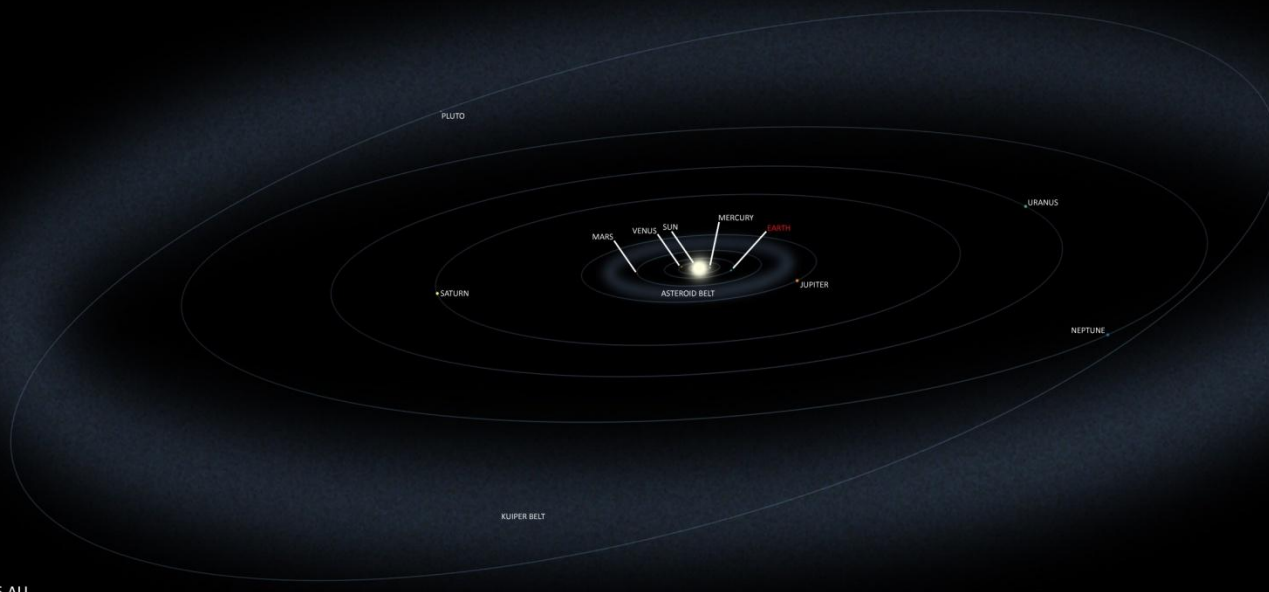
- Tamanho das referências
- Nível de Condicionamento



# O Tamanho do Universo

1. Sistema solar (80-100 UA; 1UA = sol a terra ou 8,37 lm)

## SOLAR SYSTEM



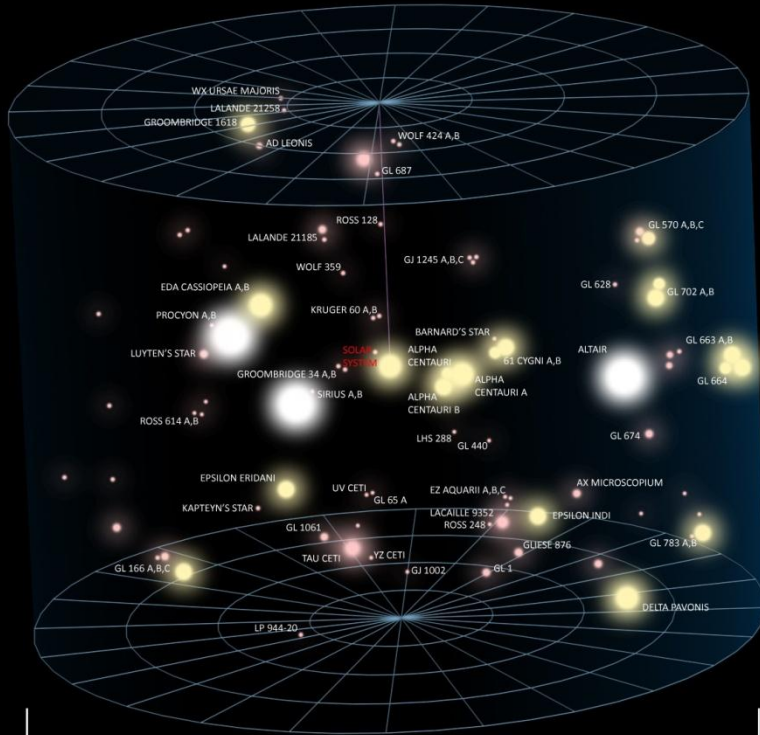
30-55 AU



# Tamanho do Universo

## 2. A vizinhança do sol (20 ly)

### SUN'S NEIGHBORHOOD



40 LIGHT-YEARS

1 ly = ~10 trilhões quilômetros  
( $10 \times 10^{12}$  km), ou ~6 trilhões milhas  
( $6 \times 10^{12}$  milhas);

Velocidade da luz = ~300.000 km/s



# Tamanho do Universo

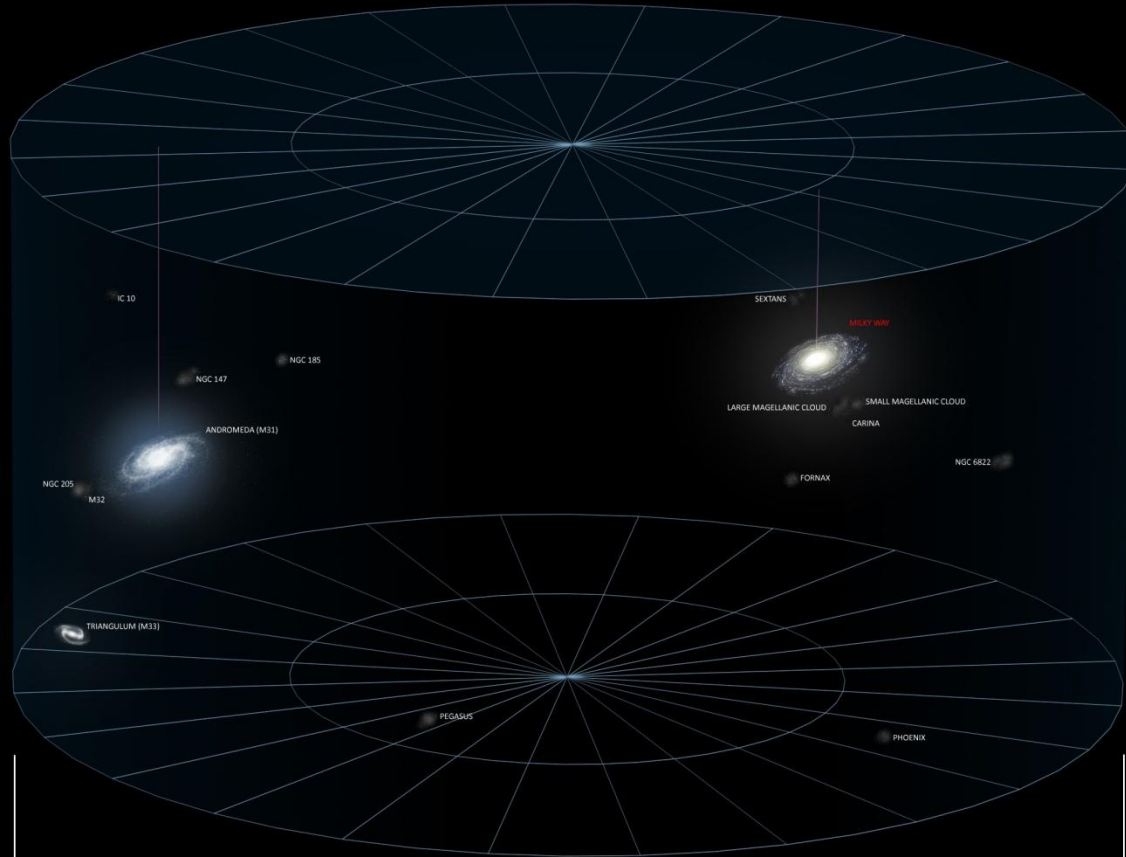
3. Área galáctica: 250.000 ly (Galáxia: 100.000 ly em diâmetro)



# Tamanho do Universo

## 4. Grupo local: (2 milhões de ly)

### LOCAL GROUP



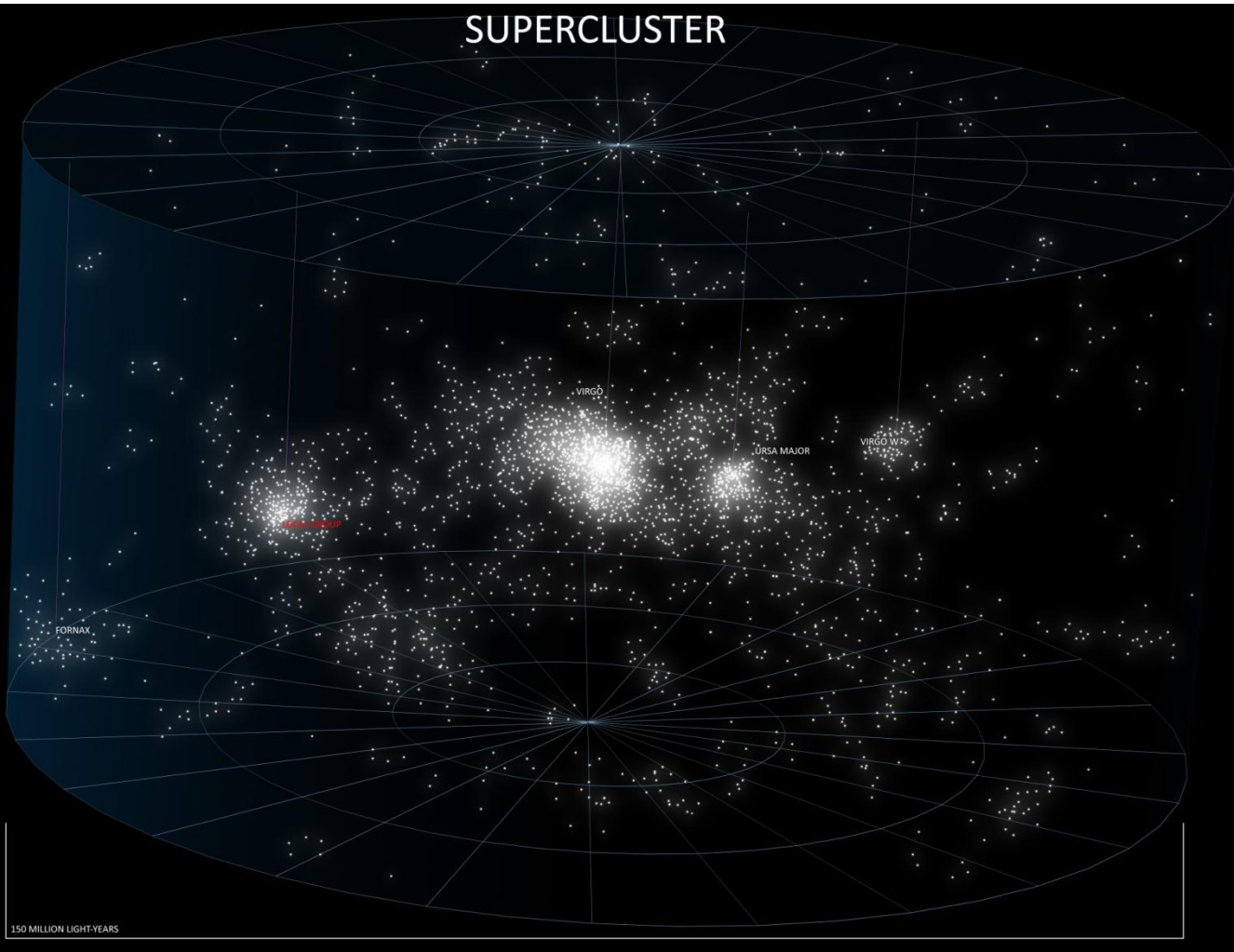
4 MILLION LIGHT-YEARS



# Tamanho do Universo

5. Supercluster: 75 milhões de ly

SUPERCLUSTER



150 MILLION LIGHT-YEARS

6. O universo:  
156 bilhões de ly  
(Supercluster:  
0,04% do universo)



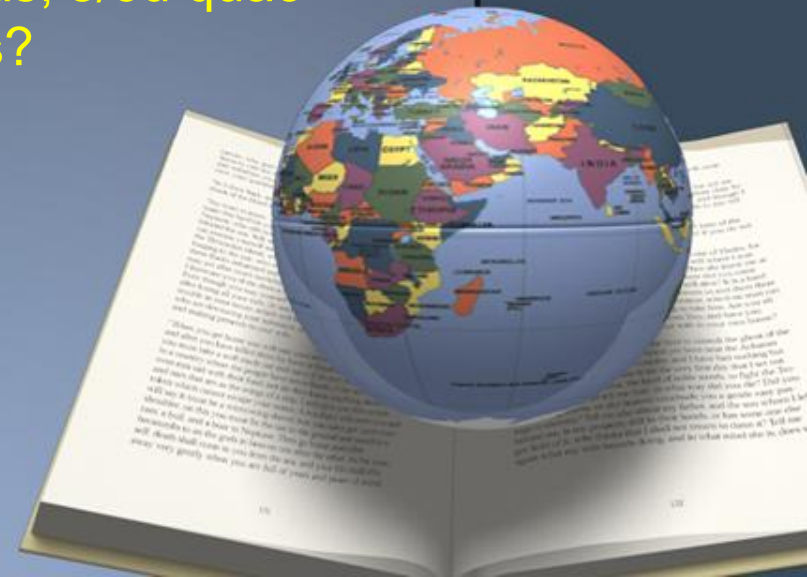
# References (Internal)

Premissa:

- Levando-se em conta nosso conceito normal de tamanho e entendimento do universo, e quanto nós realmente sabemos

Pergunta:

- Quão grandes são nossas referências, e/ou quão profundos nossos condicionamentos?



# COSMOVISÃO

A mudança de nosso foco de manifestação para uma perspectiva mais cósmica ou universal pode ajudar-nos a superar aspectos que neste momento podem parecer intransponíveis.

- Daqui a 10 vidas
- Vendendo Soluções X Evolução
- O que estamos esperando?
- Tamanho de nossas necessidades



# Filosofia do Essencial

Entender nosso impulso intrínseco em direção a evolução e saúde (alcançando mini-completismos)

- Recursos Mínimos para evolução
  - Possível dependência de recursos
- Qual nosso objetivo se há recursos máximos?  
(análise de nossos valores)



# DETERMINISMOS

Determinismos são forças que moldam ou “determinam” quem somos e como nos comportamos.



# DETERMINISMOS

## Tipos:

- Social (relacionamentos)
- Cultural
- Governamental
- Temporal





# BABELISMO

- Libertação de hábitos, condicionamentos
- 6 Idiomas:
  - Espanhol
  - Alemão
  - Italiano
  - Inglês
  - Português
  - Japonês
- Estudo do nível de conforto/desconforto

Determinismo lingüístico é a pressão exercida na forma de vermos o mundo vinda da estrutura de linguagem que usamos para nos comunicar e pensar.

Mesmo que qualquer idéia possa, em geral, ser descrita em qualquer língua,

estruturas de linguagem forçam-nos a descrever tal idéia de forma muito específica e não-universalista.

Isto é devido a suas regras gramaticais, morfológicas, sintáticas e fonéticas.

Isto condiciona-nos e determina excessivamente como vemos o mundo.

Determinismo lingüístico es la presión ejercida en la manera de ver el mundo a partir de la estructura del idioma que usamos para comunicarnos y pensar.

Obwohl normalerweise jede Idee in jeder Sprache beschrieben werden kann,

La struttura del linguaggio ci forza a descrivere così una idea in modo molto specifico e non universalistico

This is due to their grammatical, morphological, syntactical, and phonetic rules.

Isto condiciona-nos e determina excessivamente como vemos o mundo.

**DETERMINISMOS**



Até mesmo nossa manifestação energética é diferente de acordo com a língua que falamos.

Além disto, o número de estruturas de linguagem que sabemos nos permite relacionar com mais pessoas e acessar mais opções.

Desta forma, sofremos menos restrições.

O que ajuda-nos a fazer a tarefa do esclarecimento de forma mais ampla

Note também como usamos linguagem como a base de nossos pensamentos.

話す言語によって、私たちが外部に発するエネルギーすらも変わっていきます。

Más allá, el número de estructuras de idiomas que sabemos nos permite relacionarnos con más personas y acceder a más opciones.

Somit führt es zu einer weniger Begrenzung.

Essi aiutano noi a fare un più ampio compito di schiarimento.

Notice here also how we use language as the basis of our thoughts.

**DETERMINISMOS**



Assim, como resultado disto, este determinismo pode cristalizar-nos mais ou dar-nos mais liberdade.

Nosso pensamento pode ser menos preconceituoso se conseguirmos estruturá-lo em línguas diferentes.

Determinismo Holocármico é a influência da relativa liberdade cármica que desfrutamos agora.

Penso que está relativamente claro, caso vocês tenham perguntas sobre isto, sintam-se a vontade para perguntar-me mais tarde.

Determinismo Holopensenico é a força dos holopensenes que encontramos em nossas manifestações.

## DETERMINISMOS

Assim, como resultado disto, este determinismo pode cristalizar-nos mais ou dar-nos mais liberdade.

違った言語構造に基づいて考える事によって、私たちの思想の偏りを少なくする事ができます。

Determinismo Holokármico es la influencia de la relativa libertad cármica que disfrutamos ahora.

Ich denke das ist relativ klar. Sollten Sie aber dazu noch Fragen haben, können Sie mich gern nachher ansprechen.

Il determinismo oloopensenico nelle nostre manifestazioni è la forza degli oloopenseni che incontriamo.



Podemos incluir aqui especialmente a força de nosso holopensene.

Nosso holopensene pode ser mais organizado e nos ajudar então a alinharmos com sincronismos positivos.

Mas também pode ser o contrário.

Ao mesmo tempo os holopensenes que encontramos, ou temos contato,

como: nossa família, nosso local de trabalho, nosso sócio, nossa cidade e outros exercem influência em nós

We can include here especially the strength of our holothosene.

Nosso holopensene pode ser mais organizado e nos ajudar então a alinharmos com sincronismos positivos.

さもなければ、反対にもなり得ます。

Al mismo tiempo los holopensenes que encontramos, o tenemos contacto,

wie in unserer Familie, bei unser Arbeit, von unserem Partner oder unserer Partnerin oder in unserer Stadt, werden wir ständig von anderen beeinflusst

**DETERMINISMOS**



Determinismo Paragenético vem dos atributos que desenvolvemos em nossas outras existências.

Assim, determina quais características fortes (trafores) temos a nossa disposição e quais são as fracas (os trafares) que ainda necessitam desenvolvimento.

Por exemplo, podemos analisar um aspecto: nossa capacidade de suportar dificuldades da vida.

Embora a maioria provavelmente ache que têm capacidade muito grande para isto.

Il determinismo paragenetico deriva dagli attributi che abbiamo sviluppato nelle nostre esistenze.

Thus, it determines which strong traits we have at our disposal and which are the weak ones that still need developing.

Por exemplo, podemos analisar um aspecto: nossa capacidade de suportar dificuldades da vida.

ほとんどの人がこれに対して大きな許容範囲を持つと言うかもしれませんが。

**DETERMINISMOS**



E, assim isto determina como eles vêem vida.

Podemos analisar aqui como nossa perspectiva de vida mudaria se compreendêssemos,

por exemplo, que nossa capacidade para suportar dificuldades é realmente baixa.

Talvez isto ajudaria algumas pessoas a "cair na real" e colocar mais esforço em suas tentativas.

Há muitos outros determinismos que poderíamos analisar.

Y, así esto determina como ellos ven la vida.

Wir können hier also erkennen, wie sehr sich unsere Weltanschauung verändern würde, wenn uns dies bewusst würde,

per esempio, che la nostra capacità di tollerare le difficoltà è realmente bassa.

Maybe this would help some people to "snap out of it" and place greater effort in their endeavors.

Há muitos outros determinismos que poderíamos analisar.

**DETERMINISMOS**



Alguns deles, que eu posso listar são: determinismo informativo (o nível de informações que temos),

genético, ambiental (relacionado as condições climáticas), religioso, econômico, e outros.

Naturalmente, analogias, casos e exemplos poderiam ser dados para cada um deles.

Há também o universalismo falso, que em muitos casos vem dos determinismos.

A força dos determinismos pode ser tal que pode instilar valores em indivíduos que eles acreditam serem absolutos.

この内私がリストできるものは、情動的決定論（私たちが有する情報のレベル）、

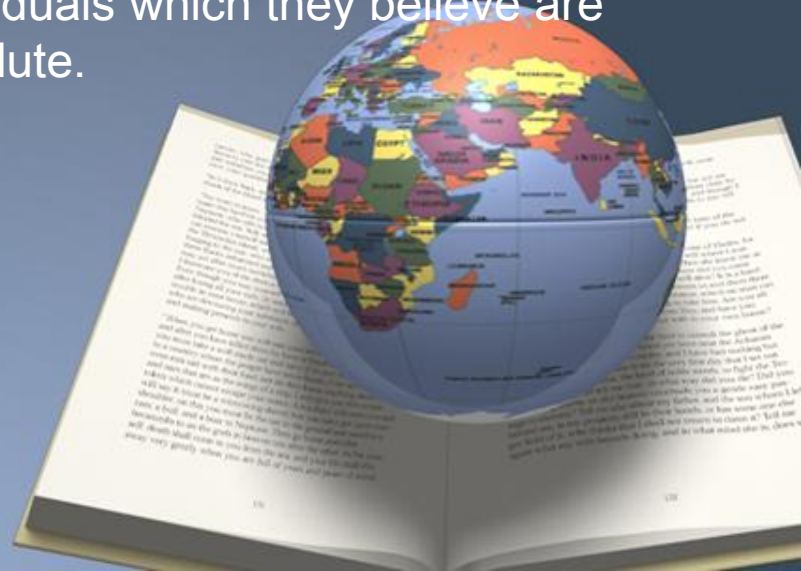
genético, ambiental (relacionado a las condiciones climáticas), religioso, económico, y otros.

Natürlich könnten für jeden dieser einzelnen Punkte Vergleiche und Fallbeispiele genannt werden.

Ci sono casi di falso universalismo, i quali in molti casi derivano dal determinismo

The strength of a determinism can be such that it can instill values on individuals which they believe are absolute.

# DETERMINISMOS



Isto implica na generalização ou universalização de nossos valores, e pensando que todo o mundo tem que agir/pensar/comporta-se como nos.

Nestes casos, indivíduos não vêem outras opções.

Isto é uma condição menos saudável.

Há também uma tendência maior, em alguns casos, para as pessoas que têm já algum sentido de universalismo,

de erroneamente pensar que eles têm um sentido pleno de universalismo.

Vejamos alguns exemplos para ilustrar isto.

## DETERMINISMOS

Isto implica na generalização ou universalização de nossos valores, e pensando que todo o mundo tem que agir/pensar/comporta-se como nos.

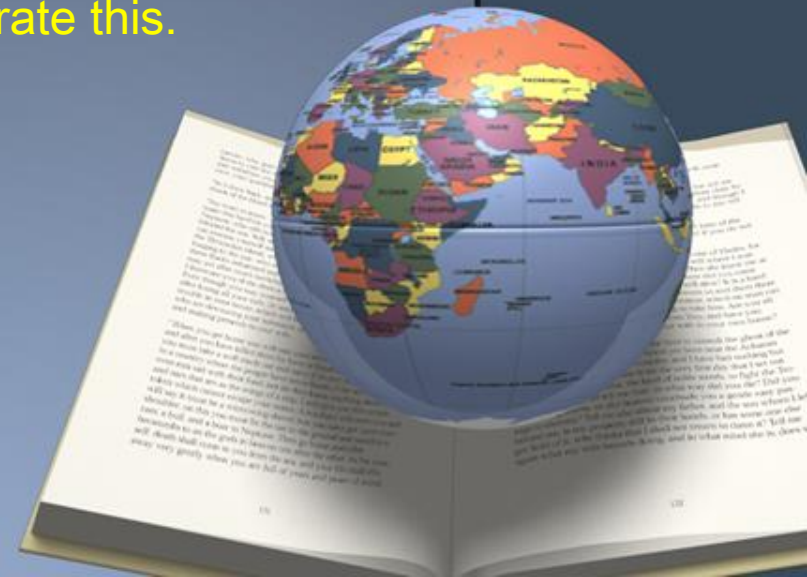
このような場合、人はほかの選択肢を考える事ができません。

Ésta es una condición menos saludable.

In manchen Fällen tendieren diejenigen eher dazu, die schon einen gewissen Sinn für Universalität in sich tragen,

di pensare erroneamente di avere un completo senso di universalismo.

Let us consider some examples to illustrate this.



Entendendo nosso relacionamento com nossa família e quanto próximos/afastados somos deles,

há a tendência natural de pensar que todo mundo deve ter a mesma proximidade ou distancia que nós temos com a nossa família.

Se há universalismo falso neste aspecto, isto é provavelmente devido à força do determinismo holocármico neste ponto.

Em alguns exemplos, isto é provavelmente devido a algum nível de interprisão grupocármica e a pessoa pode não tê-lo compreendido.

# DETERMINISMOS

Entendendo nosso relacionamento com nossa família e quanto próximos/afastados somos deles,

家族間の距離は、皆同じようなものであると考える先天的な傾向がある。

Si hay falso universalismo en este aspecto, esto probablemente es debido a la fuerza del determinismo holocármico en este punto.

In manchen Fällen liegt es wahrscheinlich auch an einem gewissen Grad gegenseitiger gruppenkarmischer Gefangenschaft, die die Person vielleicht noch nicht erkannt hat.



Embora o nível de proximidade à família não seja necessariamente errado,

é interessante considerar que pode estar em outro nível e ainda ser positivo.

Em alguns exemplos um nível diferente de proximidade à família pode ser mais positivo para a evolução de muitas outras pessoas e para nossa.

Note que, em alguns casos, isto pode ser difícil para certos indivíduos aceitarem.

E, eles podem pôr pressão em qualquer pessoa que tenha um nível diferente de proximidade à sua família que o seu.

Anche se il livello di vicinanza alla famiglia non è necessariamente sbagliato,

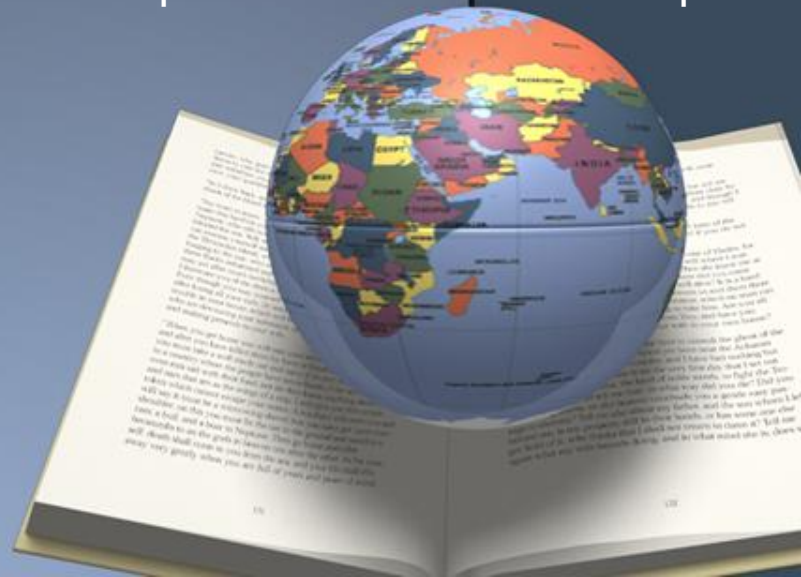
it is interesting to consider that it can be at another level and still be positive.

Em alguns exemplos um nível diferente de proximidade à família pode ser mais positivo para a evolução de muitas outras pessoas e para nossa.

ある個人には、これは受け入れにくい場合もあると言う事を考えてください。

Y, ellos pueden poner presión en cualquier persona que tenga un nivel diferente de proximidad a su familia que ellos.

# DETERMINISMOS



Outro exemplo focando em algo relativamente simples como nossa aparência física e como afeta nossas interações com as pessoas.

**Isto seria parte do determinismo biológico.**

Por causa da falta de consciência multidimensional no mundo, a dimensão física é ainda muito visual.

**Assim sendo, coloca a ênfase na estética da pessoa, em vez de na consciência.**

Naturalmente, a estética de uma pessoa é um aspecto da consciência.

Ein anderes Beispiel - konzentrieren wir uns hier einmal auf etwas relativ Einfaches - ist unser äußeres Erscheinungsbild und wie sehr es unser Verhalten beeinflusst.

**Questo potrebbe essere parte del determinismo biologico.**

Because of the lack of multidimensional awareness in the world, the physical dimension is still very visual.

**Assim sendo, coloca a ênfase na estética da pessoa, em vez de na consciência.**

自然に、人の外面の美は既に意識の一面である。

**DETERMINISMOS**



Mas, naturalmente não é uma de suas qualidades principais.

Assim sendo, pensando multiexistencialmente, consideremos quanto diferentes as oportunidades seriam

se na próxima vida nascêssemos com um corpo muito alto (ou uma aparência muito bela).

O efeito para estes indivíduos neste caso é naturalmente identificar-se com sua aparência e pensar que isto é quem eles são.

Ao mesmo tempo, se isto fornecer mais oportunidades, também trará mais responsabilidade.

Pero, naturalmente no es una de sus cualidades principales.

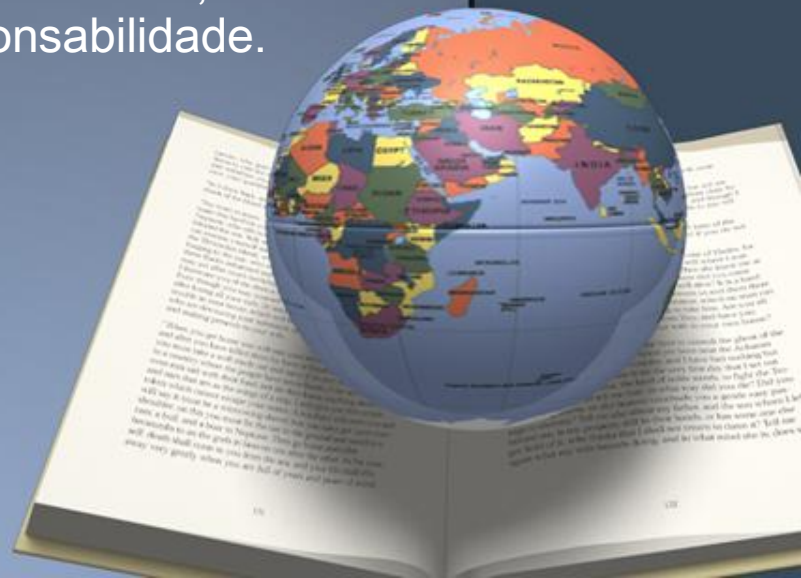
Multidimensionell gesehen, lassen Sie uns also einmal genauer darüber nachdenken, wie unterschiedlich die Möglichkeiten wären

Se nella prossima vita nascessimo con un corpo molto alto ( o un bel aspetto)

The effect for individuals in this case is to naturally identify themselves with this appearance and to think this is who they are.

Ao mesmo tempo, se isto fornecer mais oportunidades, também trará mais responsabilidade.

**DETERMINISMOS**



Também ainda pensando no outro 'lado da moeda'.

Podemos considerar quanto diferente seriam as oportunidades se na próxima vida nascêssemos com um corpo muito curto (ou uma aparência muito feia).

Quanto as pessoas se identificam com isto?

E, quão diferente, por exemplo, nossos relacionamentos afetivos seriam se parecemos completamente diferente de como parecemos agora?

Às vezes ter simplesmente um tipo de cabelo diferente já causa uma influência forte.

**DETERMINISMOS**

にもかかわらず、私たちは‘コインの反対側’的な考えを持つ事もできます。

Podemos considerar que tan diferente serían las oportunidades si en la próxima vida naciéramos con un cuerpo muy bajo (o una apariencia muy fea).

Wie sehr identifizieren sich die Leute damit?

E, per esempio, quanto sarebbero differenti le nostre relazioni affettive se noi apparissimo completamente differenti rispetto a come appariamo ora?

Sometimes having simply a different type of hair already causes a strong influence.



Quais serão nossas preocupações se em nossa próxima vida nosso cabelo for muito encaracolado, ou muito reto, ou muito fino?

Ou, se perdemos nosso cabelo muito jovem?

Os determinismos tem uma influência real em nós.

De qualquer forma, como explicado acima, se faz importante compreender que há muitas manifestações de cada determinismo.

Tornamo-nos menos condicionados e restritos quando somos conscientes de sua influência específica sobre nós.

## DETERMINISMOS

Quais serão nossas preocupações se em nossa próxima vida nosso cabelo for muito encaracolado, ou muito reto, ou muito fino?

それか、若くして髪の毛を無くしてしまっただろうでしょう？

Los determinismos tienen una influencia real en nosotros.

Wie aber schon zuvor erklärt, ist es besonders wichtig zu erkennen, dass es viele Erscheinungsformen für jeden Determinismus gibt.

Diventiamo meno condizionati e ristretti diventando consapevoli delle loro specifiche influenze su di noi.



Assim, sua influência não é universalista.

E, quando compreendemos isto podemos nos tornar mais saudáveis e com um potencial evolutivo maior.

Ao mesmo tempo, refletindo mais profundamente sobre eles permite que caiam nossas barreiras mentais internas.

Na maioria das vezes, estas barreiras são criadas pelas referências de nossa vida atual e nossos condicionamentos atuais.

Thus, their influence is not universalistic.

E, quando compreendemos isto podemos nos tornar mais saudáveis e com um potencial evolutivo maior.

同時に、これらの事をより深く考慮する事は、私たちに、内部の精神的障壁を取り除かさせてくれる。

En la mayoría de las veces, estas barreras son creadas por las referencias de nuestra vida actual y nuestros condicionamientos actuales.

**DETERMINISMOS**





# CONCLUSÕES

# Conclusões

## Universalismo Interno

- Pensamentos

## Universalismo Aplicado

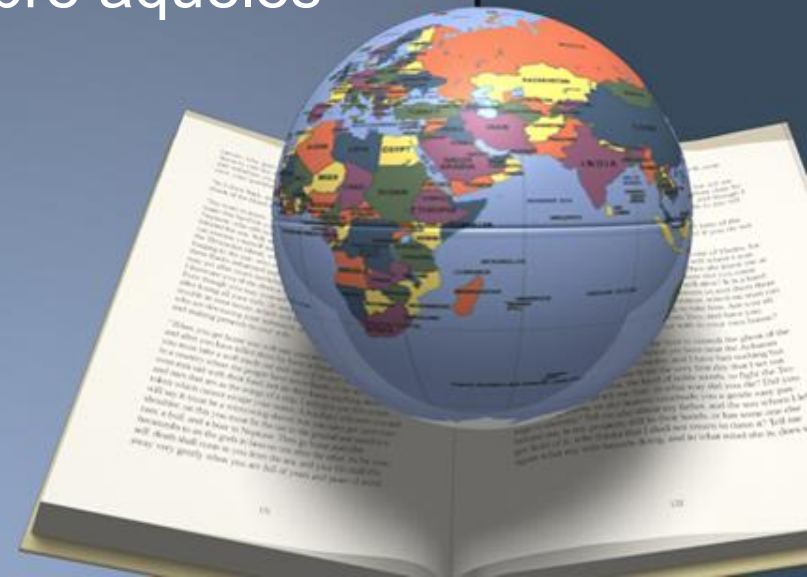
- Ações e comportamento

(relevância da experiência)



# Conclusões

“Aqueles que entendem multidimensionalidade e universalismo bem e não aplicam este conhecimento em suas ações não tem nenhuma vantagem evolutiva sobre aqueles que ainda não entendem”





# CONCLUSÕES

# Universalismo e Saúde

Luis Minero

