



5ª Aula Online

Proteção Espiritual e Fortalecimento Energético

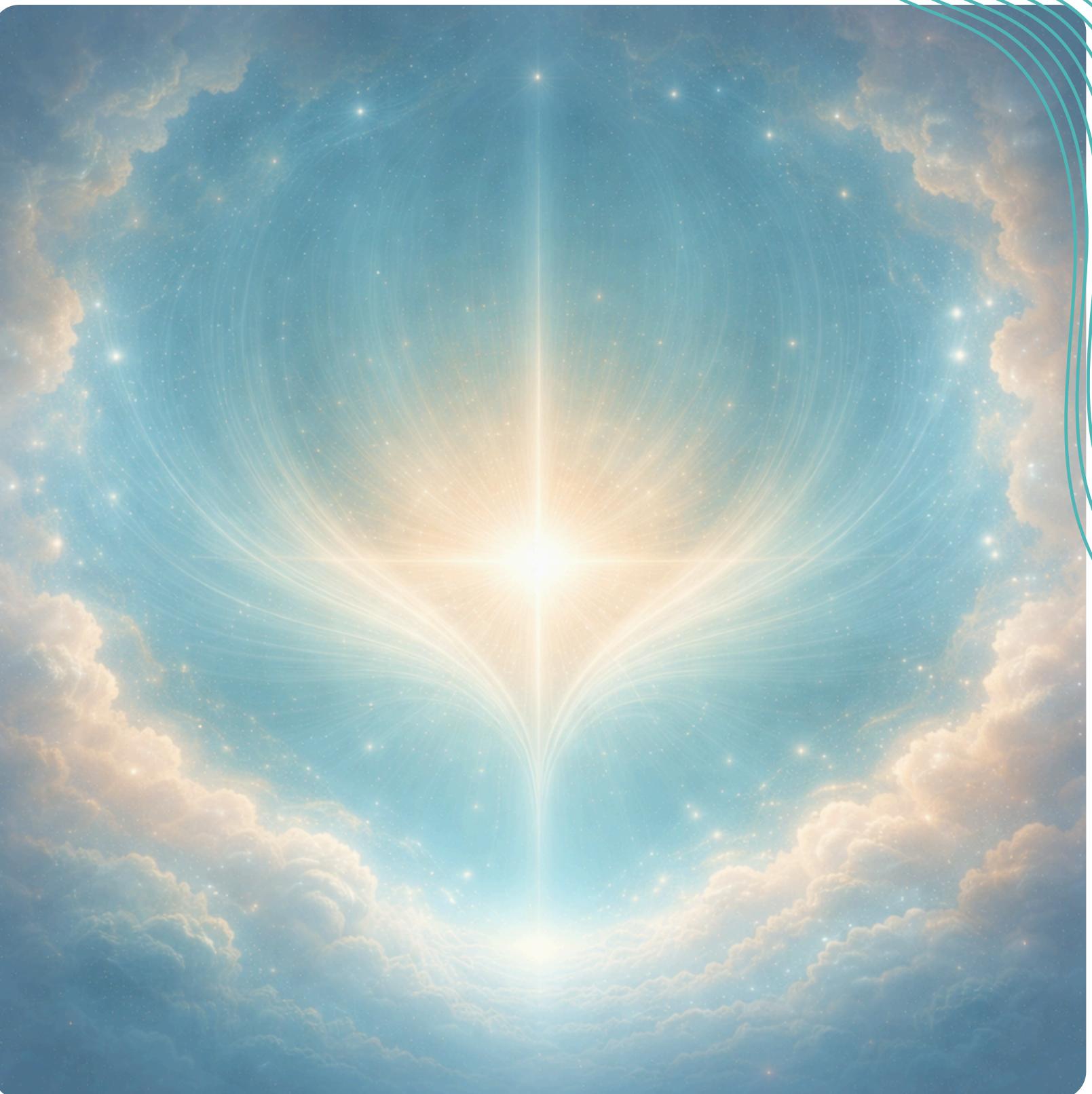


Finalmente Chegamos!

Habitar na Proteção

- Presença
- Silêncio
- Segurança interior

**A proteção começa quando
conscientemente habito no meu centro.**

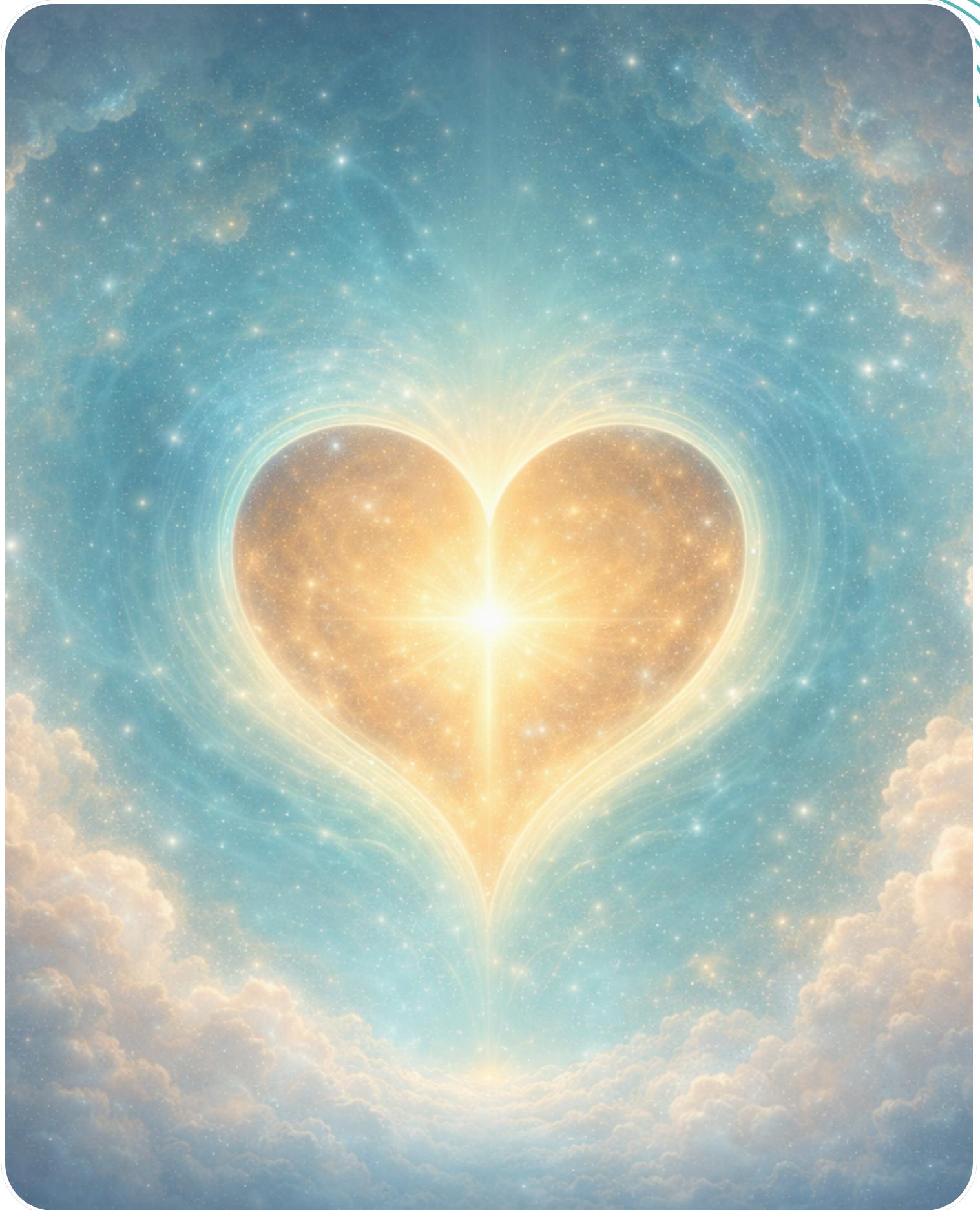


O lugar da Presença

A Câmara/Templo do Coração

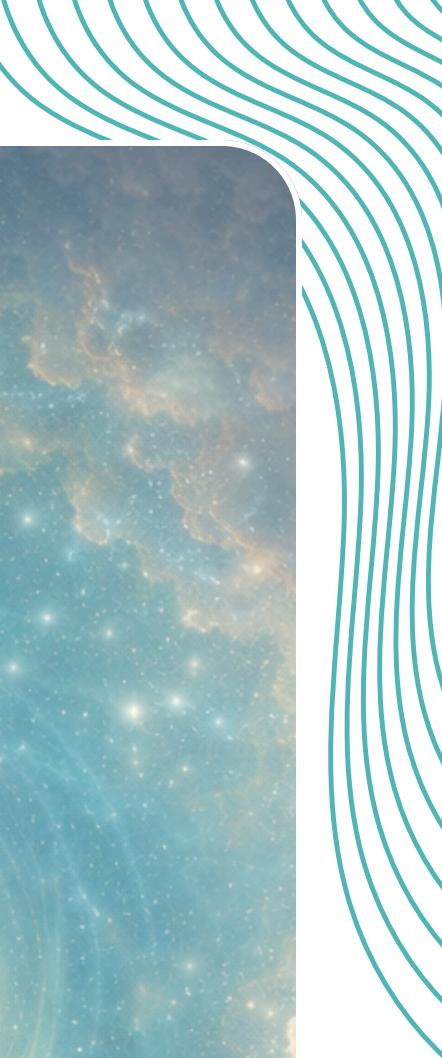
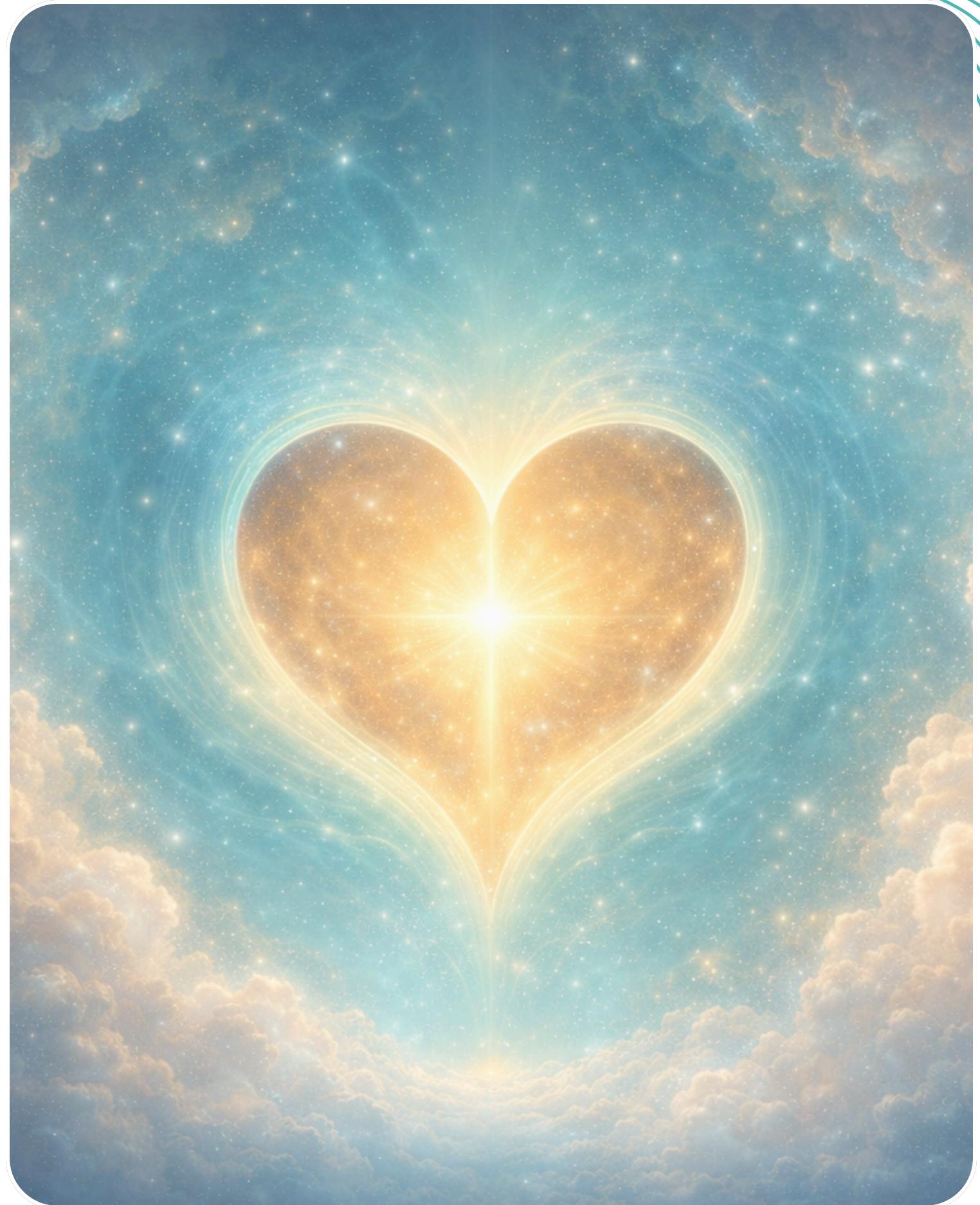
- Um espaço real de silêncio e segurança
- Um lugar no corpo onde a consciência repousa
- Concentração de energia espiritual

Antes de proteger, é preciso estar.



O lugar da Presença

Meditação do Sagrado Coração



Conexão com o Divino

Abrir portas ao Sagrado

- O Divino está sempre presente
- A prática cria proximidade, não invocação forçada
- Cada ser tem a sua forma de ligação

Qual é a tua forma de conexão ao Divino?



Mantras e Orações

Voz, presença e proteção

- Mantras e orações são formas antigas de conexão
- Silenciam o ruído mental
- Fortalecem o campo interior
- Chamam apoio espiritual consciente
- **Preenchem corpo e alma com uma força espiritual.**



Alguns Mantras e Orações Poderosas:

- Pai Nosso
- Om Mani Padme Hum
- Om Tare Tu Tare Ture Soha (Tara Verde)
- Om Gam Ganapataye Namaha (Ganesh)
- Cristo, Cristo, Cristo
- Deus está aqui
- Arcanjo Miguel
- Grande Mãe Divina..



Quando a mente não consegue, a alma recorda-se.

E o Sofrimento ? Onde Está ?

Quando o sofrimento surge:

1. Ruído, desconexão e medo
2. Pensamentos repetitivos, emoções intensas e vontades que nos afastam da nossa natureza
3. O sofrimento cria peso, desgaste e ruído.
4. O Sofrimento cria vórtices que nos puxam para a repetição dos problemas.

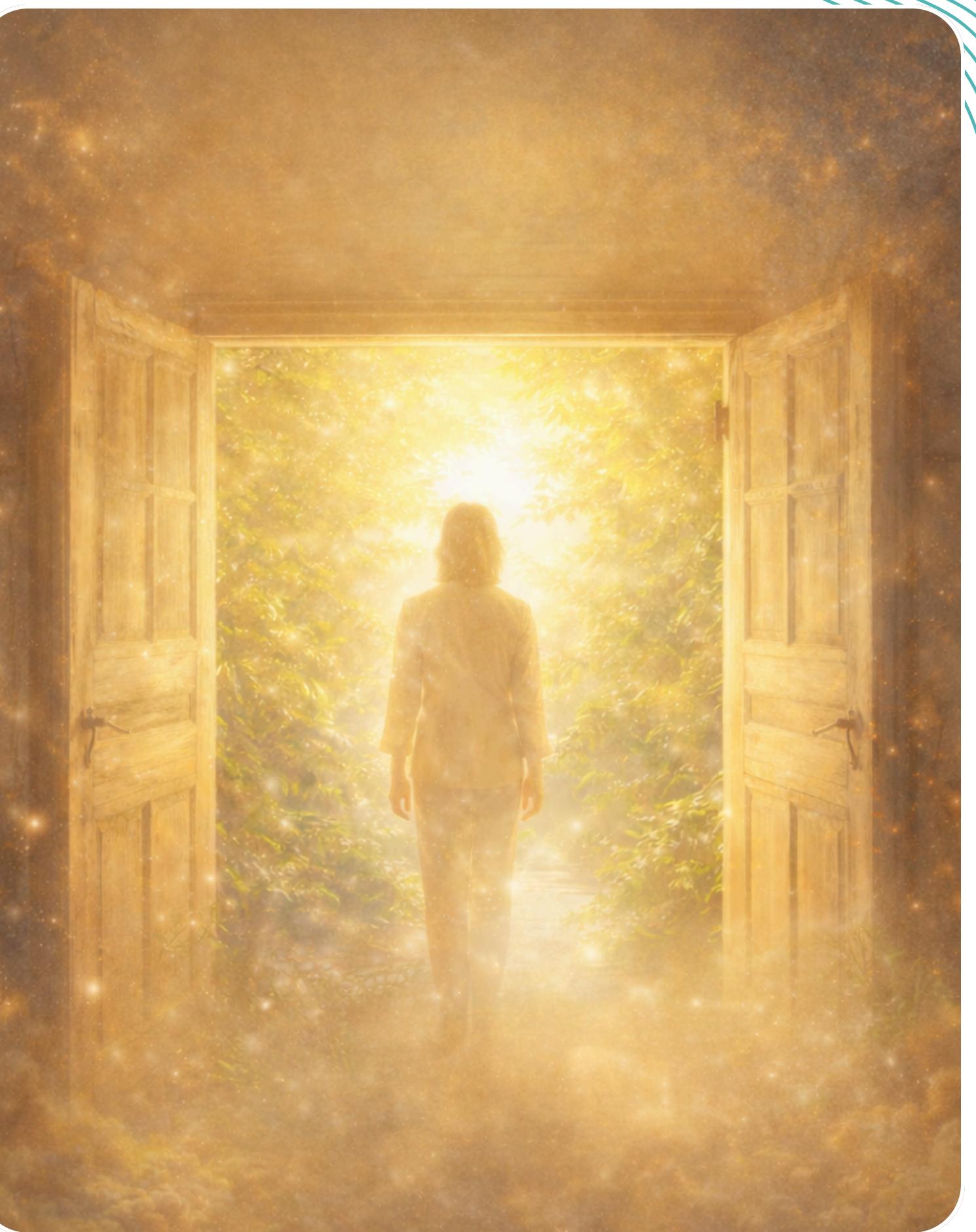
“É nestes momentos que precisamos de proximidade com o Divino.”



Alguma práticas possíveis:

Quarto práticas possíveis

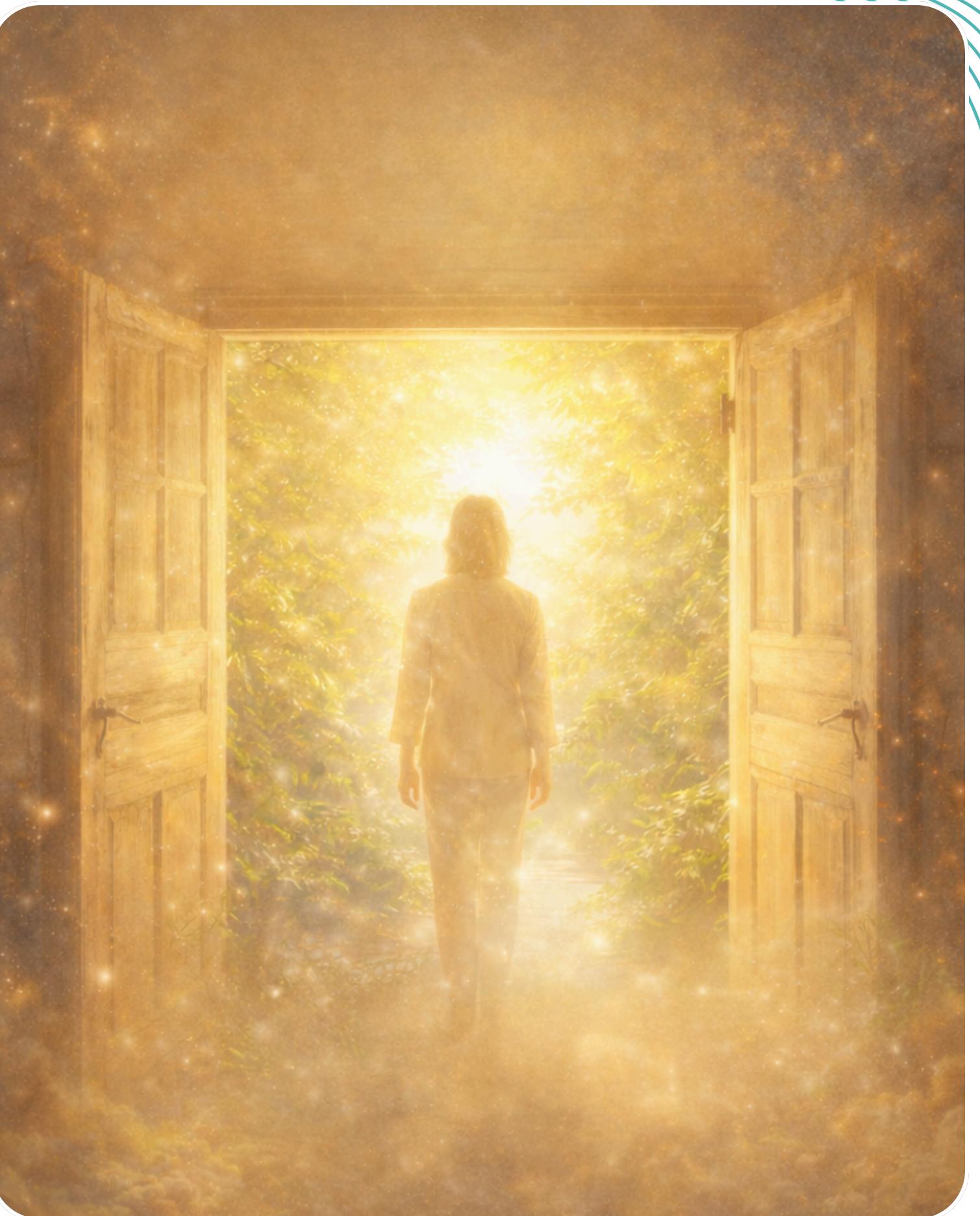
- Criar um espaço para orar ou entoar mantras
- **Meditação do Sagrado Coração**
- Meditação “Deus Está Aqui”



Em Resumo:

Esta aula já não é só sobre defesa.

**É sobre aprender a seguir uma Vida com
tranquilidade, confiança e força no meio da
vida real dotados de uma conexão e
proximidade com a Energia Divina.**



“Proteção vem da Fé, oração e entrega, e de um treino diário simples.”

Swami Sivananda

