



yogainclusivocostarica



el
espacio

Con(s)ciencia del Ser



Consciencia es la capacidad del ser humano para percibir la realidad y reconocerse en ella.

Conciencia es el conocimiento moral de lo que está bien y lo que está mal.



Existe una energía que impregna y sustenta al universo.

Dos fuerzas o polaridades universales.

Está presente en el Universo.

Se le puede llamar Prana.



Lograr **mantener el equilibrio** del Prana, para conservar la integridad energética del Ser Humano.

A través del **control y canalización de la energía**, podemos lograr estados de conexión con una fuerza superior.



El origen del U n i v e r s o



Shunyakasha

El vacío". Es una inmensa potencia de **energía latente en la que "todo" existe en un estado latente de potencialidad.** Todo lo concebible puede ser llevado a existencia, como un texto escrito o dibujos dibujados en una hoja de papel vacía.



Cuando comenzó la creación, la conciencia divina que todo lo abarca tomó la forma de la primera y original vibración que se manifestó como el sonido "OM".

Al igual que la luz, el sonido es vibración, energía. La luz y el sonido son las formas que toma el Ser Divino en el Universo.

OM es el reflejo de la realidad absoluta. Om es "Adi Anadi", sin principio ni fin.



Brahma Shakti:

el poder **creativo** que manifiesta
el Universo

Vishnu Shakti:

el poder **preservador** que sostiene el Cosmos.

Shiva Shakti:

el poder **liberador** que produce
transformación y renovación.



Principios Cósmicos del Ser

36 Tattvas o niveles de existencia



- 11 Absolutos que son:

*5 absolutos que representan la realidad macrocósmica

*6 psíquicos que representan la realidad microcósmica

- 25 Relativos que son:

*5 generales

*5 jnanendriyas. (5 sentidos receptores)

*5 karmendriyas. (órganos de acción)

*5 tanmatras. (elementos sutiles)

*5 mahabhutas (elementos burdos)



Realidad Macrocósmica

- 1- **Paramshiva.** Dios Supremo, absoluto, creador Universal
- 2- **Shiva:** Conciencia suprema / **Shakti:** Vibración de lo absoluto.
- 3- **Sadahshiva:** Ichha, fuerza de voluntad, actitud.
- 4- **Ishwara:** jhana, conocimiento
- 5- **Suddhavidya:** kriya, accion



Realidad Microcósmica

- 1- **Maya**: ilusión material, causante dualidad y separación.
- 2- **Vidya**: conocimiento limitado
- 3- **Raga**: limita la plenitud del corazón
- 4- **Kala'**: incapacidad de actuar.
- 5- **Niyati**: limita el poder creativo
- 6- **K'ala**: limita a conciencia.



Generales

- 1- **Purusha**: entidad masculina, imperecedero y permanente, ascendente.
- 2- **Prakriti**: entidad femenina y perecedera y mutable.

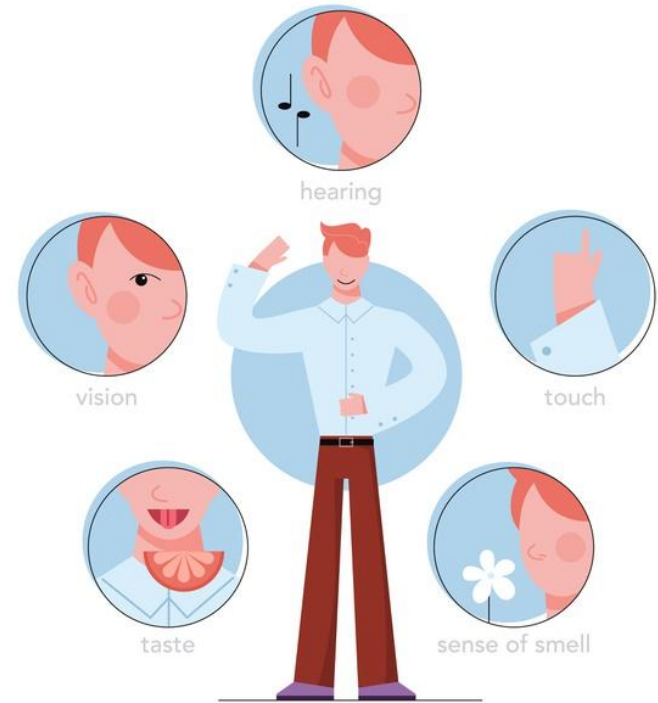
Niveles de la mente

- 3- **Buddhi**: la inteligencia espiritual, la discriminación, la intuición
- 4- **Ahamkara**: el ego, individualidad.
- 5- **Manas**: almacena y procesa la información, procesos mentales.



Jñanendriyas (puertas de entrada)

- 1- **Oidos:** Srota. audicion, escuchar.
- 2- **Ojos:** Chakshu. ver, observar.
- 3- **Nariz:** Grahnara. oler
- 4- **Lengua:** Jivha, gustar, probar
- 5- **Piel:** Tvak. tocar.



Karmendriyas (puertas de salida)

- 1- **Boca:** Vak. Hablar
- 2- **Pies:** Pada. Movilizar
- 3- **Organos eliminativos:** Payu. Excretar
- 4- **Genitales:** Upastha. Reproducir
- 5- **Manos:** Pani. Agarrar.



Tanmatras (energía sutil de cada sentido)

- 1- **Shaba:** Sonido. energía de la vibración
- 2- **Rupa:** Forma. energía de luz
- 3- **Gandha:** Olor. energía de la atracción cohesiva
- 4- **Rasa:** Gusto. energía de la atracción viscosa
- 5- **Sparsha:** Tacto. energía de impacto



Mahabhutas (5 elementos básicos)

- 1- **Akasha:** Eter. Espacio. Energía nuclear
- 2- **Vayu:** Aire. Movimiento. Energía Eléctrica
- 3- **Agni:** Fuego. Transformación. Energía Muscular.
- 4- **Ap:** Agua. Fluir. Energía Química
- 5- **Prithivi:** Tierra. Firmeza. Energía Mecánica

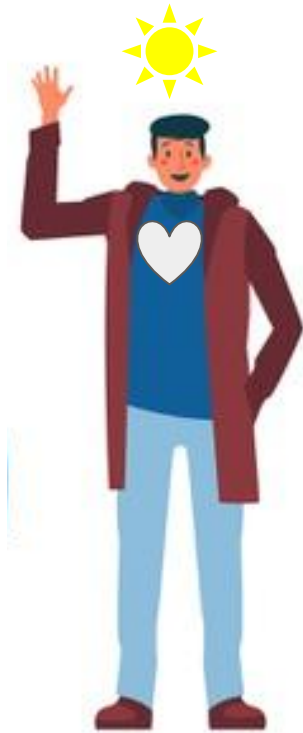


Niveles de la mente

Buddhi + Ahamkara + Manas

Tres Gunas: Cualidades de la mente





Verdadero Ser

Jñana
Conocimiento

iccha
Fuerza de Voluntad

Kriya
Acción

Maya

Kanchucas

Malas

Limita a Shakti

Vidya
Limita a Jñana
Fuego

Raga
Limita a Iccha
Agua

Kala'
Limita a Kriya
Aire

Niyati
Limita la felicidad

Limita a Shiva

K'ala
Limita el tiempo

Mayiya Mala
Separación
Celos, Enojo, Odio

Avana Mala
Sin valor
Inseguridad, tristeza

Karma Mala
Incapacidad
Miedo,
preocupación





Jñanendriyas (puertas de entrada)

Oidos
Srota.
Escuchar.

Ojos
Chakshu.
Observar.

Nariz
Grahnara.
Oler.

Lengua
Jivha.
Gustar.

Piel
Tvak.
Tocar.

Karmendriyas (puertas de salida)

Boca
Vak.
Hablar

Pies
Pada.
Movilizar

Organos eliminativos
Payu.
Excretar

Genitales
Upastha.
Reproducir

Manos
Pani.
Agarrar.

Tanmatras (energía sutil)

Sonido
Shaba
Vibración

Luz
Rupa
Forma

Olor
Gandha
Atracción cohesiva

Sabor
Rasa
Atracción viscosa

Contaco
Sparsha.
Tacto





yogainclusivocostarica




el
espacio