

LUCÍA N.03

**Uma experiência
profunda na
Luz Meditativa**



FRIA SAMPA SCHMITT
PSICOLOGIA - TERAPIA EMOR (TRAJAMM)
PRÁTICAS INTEGRATIVAS



LUZ MEDITATIVA

LUCÍA N.03

PAULA SAMPAIO SCHMITT



Texto original: Engelbert Winkler, Dirk
Proeckl.

Tradução: Mariana Abbade
Adaptação: Paula Sampaio Schmitt

Todos os direitos reservados. 2024



Sobre Paula Sampaio Schmitt

Paula é psicóloga, especialista em traumas (Terapia EMDR). Atua com a terapia integrativa através da alquimia e florais, técnicas energéticas e com a Luz Meditativa Lucía.N03.

Desde muito jovem busca os conhecimentos espirituais a partir dos estudos e experiências.

Após vivenciar a Lucía.N03 sentiu-se profundamente tocada e empenhou-se em importar a lâmpada ao Brasil onde é pioneira neste trabalho.

Tem se aprofundado nos estudos e pesquisas acerca dos benefícios que esta experiência traz, também conectando-se aos terapeutas de diversos países do mundo.



Índice

Capítulo 1 - A luz como portal	05
Capítulo 2 - Bem-estar	06
Capítulo 3 - Estimulador de luz lúcida	08
Capítulo 4 - Luz e o cérebro	10
Capítulo 5 - Viajante ilimitado - neuro-arte	12
Capítulo 6 - Diapasão para a mente	14
Capítulo 7 - Método	15
Capítulo 8 - Guerreiros do arco-íris	17
Capítulo 9 - Lucía Academy	19

Capítulo 1 - A luz como portal

Sempre houve pessoas relatando sobre uma consciência abrangente, que não pode ser descrita em palavras. Por essa razão, a iluminação é vista como algo desejável.

A consciência do Ser, ou natural, pode ser facilmente ignorada quando sobreposta pelo pensar e sentir. É preciso estar atento e em contato com a nossa parte espiritual.

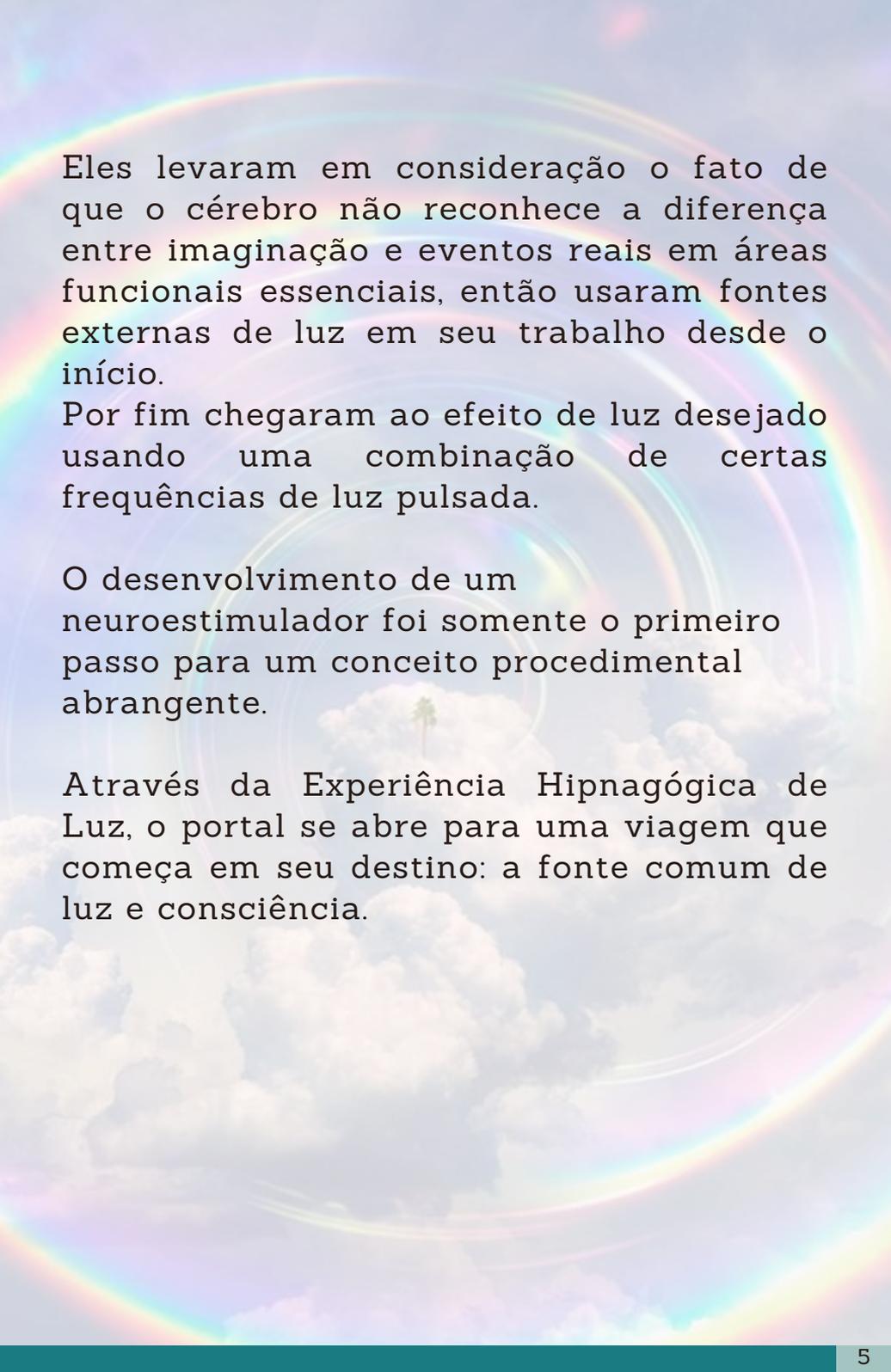
Viktor E. Frankl, criador da logoterapia e da análise existencial, descreveu essa dimensão espiritual do ser humano como uma instância que representa a fonte da existência humana e que não é acessível a nenhuma doença.

Embora uma criança se diferencie de adolescentes e este se diferencie de adultos, em termos de uma mudança constante na sua experiência e comportamento, a disponibilidade permanente dessa consciência imutável é o denominador comum e essencial para qualquer autoconsciência.

Luz e consciência refletem a natureza dual do mesmo fenômeno: a luz se manifesta como matéria e energia e a consciência como corpo e mente.

Há rastros de processos de iluminação que remontam à antiguidade. Sob condições especiais, uma "experiência de luz" leva à mudanças profundas de atitude e uma reorientação total do organismo.

Isso motivou o Dr. Dirk Proeckl e o Dr. Engelbert Winkler a investigarem os contextos neuropsicológicos desse fenômeno mais profundamente.



Eles levaram em consideração o fato de que o cérebro não reconhece a diferença entre imaginação e eventos reais em áreas funcionais essenciais, então usaram fontes externas de luz em seu trabalho desde o início.

Por fim chegaram ao efeito de luz desejado usando uma combinação de certas frequências de luz pulsada.

O desenvolvimento de um neuroestimulador foi somente o primeiro passo para um conceito procedimental abrangente.

Através da Experiência Hipnagógica de Luz, o portal se abre para uma viagem que começa em seu destino: a fonte comum de luz e consciência.

Capítulo 2 - Bem-estar por trás das preocupações do dia a dia

Em geral, compreendemos a vida como uma tentativa de atingirmos momentos de bem-estar e a tentativa de que durem.

A Experiência Hipnagógica de Luz torna possível experimentar o bem-estar como consciência, que não pode ser reduzida a processos físicos ou psicológicos.

Por essa perspectiva, não é possível perdermos o bem-estar, no máximo deixamos de notá-lo.

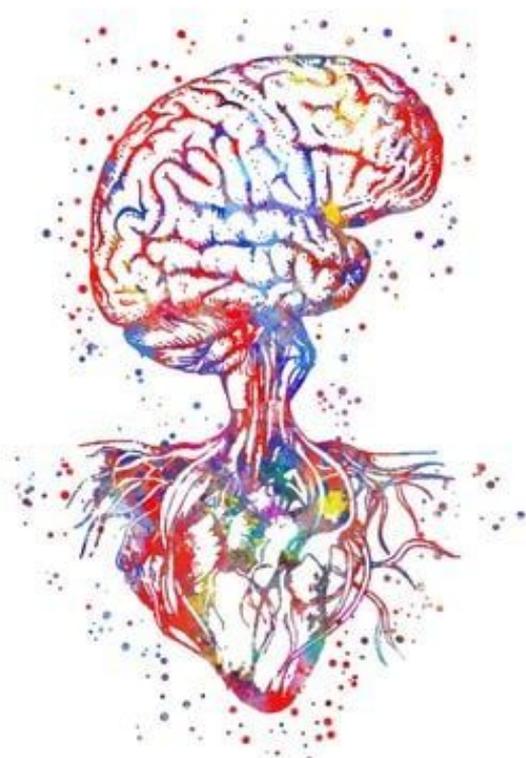
Aquilo por que lutamos, defendemos, plantamos — o que quer que seja o foco de nossa atenção — é amplificado.

A Experiência Hipnagógica de Luz não é um tratamento ou técnica terapêutica, nem um método para lidar com preocupações,

Mas passa por isso, trazendo o sempre presente bem-estar para a consciência.

A experiência não deve ser vista como um método substituto a tratamentos convencionais, embora a exposição à luz possa aumentar a eficiência ou acelerar o progresso da terapia.

O uso da Experiência Hipnagógica de Luz representa uma abordagem psiconeuroimunológica, já que há uma correlação direta e os sistemas nervoso, imune e endócrino,

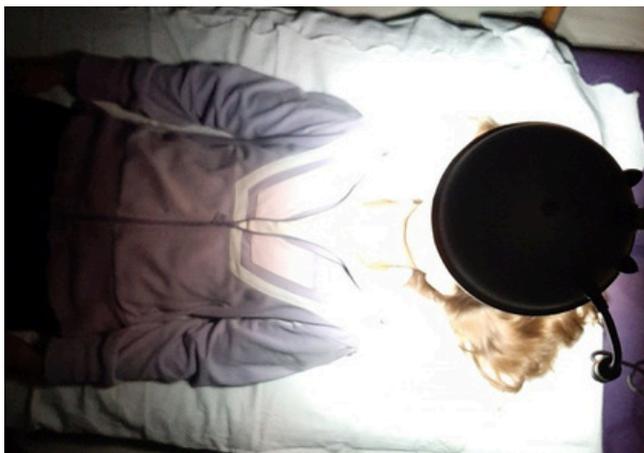


Capítulo 3 - Estimulador de luz - Lucia N°03

Lucia N°03 é um neuroestimulador que inclui uma lâmpada estroboscópica (luz pulsante), flexível em relação à velocidade e intensidade, e uma luz constante, disponível em diferentes graus de brilho.

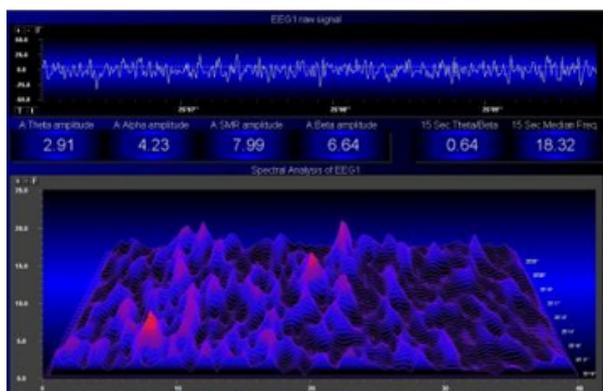
A interação dessas fontes de luz é controlada por computador e ativa diversas experiências - visualização de padrões intensos de cores e formas, relaxamento profundo -, permitindo uma experiência individual impressionante e diferente a cada sessão.

O uso da lâmpada Lucia N°03 cria padrões de onda no eletroencefalograma que geralmente só apareceriam após anos de prática de meditação. Como a experiência envolve neuroestimulação real e não um fenômeno óptico de pós-imagem, cada sessão é única.

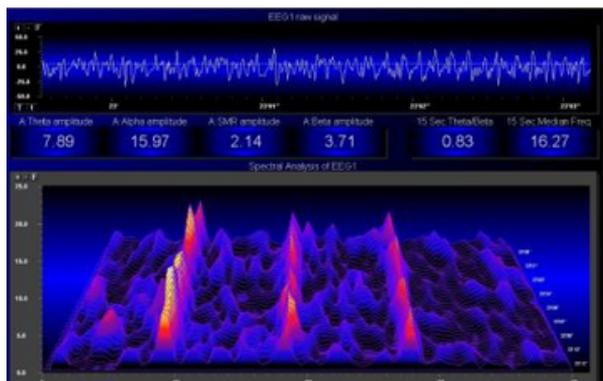


O uso da lâmpada Lucia N°03 permite uma experiência transcendental que em geral só acontece em condições extremas (durante a prática de esportes de alta performance, através do uso de substâncias enteógenas ou em experiências de quase-morte) e, por consequência, provoca os mesmos efeitos positivos. O valor da experiência é único e os efeitos da lâmpada são notavelmente intensos já no primeiro uso.

A lâmpada Lucia N°03 pode ser usada em qualquer lugar e é fácil de ser transportada.



Frequência típica do cérebro em descanso.

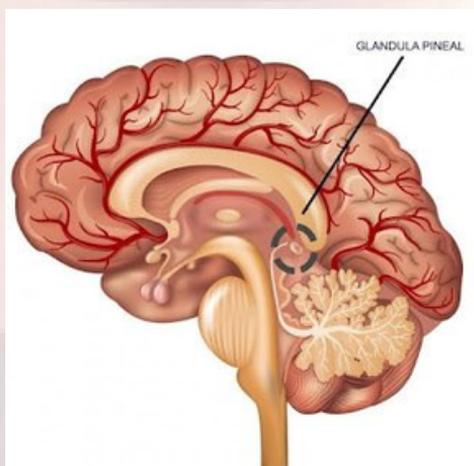


Padrão de frequência do cérebro durante a experiência com a Lucía N03.

Capítulo 4 - Luz e o cérebro

Quando somos expostos à luz, a atividade elétrica no cérebro muda. A glândula pineal (glandula pinealis) é estimulada a produzir hormônios que ativam a mente e influenciam significativamente o ritmo circadiano.

Esse pequeno órgão, localizado no cérebro, sempre foi objeto de especulação. Com razão, a glândula é frequentemente chamada de "terceiro olho". No caso da tuatara, um fóssil vivo, seu terceiro olho ainda tem uma lente rudimentar e músculos papilares inervados pelo sistema nervoso simpático.



Até mesmo na área da glândula pineal humana, podem ser histologicamente detectadas células de tecido, assim como as encontradas nos olhos.

Apesar de a ciência não ter resposta para muitas questões relacionadas a esse assunto, sabemos que o alcance funcional da glândula pineal serve como comparação entre o organismo e o ambiente.

Com o uso da lâmpada de neuroestimulação Lucia N°03 e nosso canal sensorial da visão, há a interdependência entre estado de consciência, ondas cerebrais e produção de hormônios. A análise da atividade cerebral resultante do uso da lâmpada mostra uma harmonização crescente (veja figura cap 3), que – dependendo das características da luz e da disposição do observador – corresponde a um estado de relaxamento profundo e alto nível de concentração.

A atividade do cérebro reflete no olho do observador em cenários nunca antes vistos e o cliente aprende a ser guiado por isso (neurofeedback bidirecional).

Esse fenômeno de visão central na Experiência Hipnagógica de Luz resulta na fusão entre objeto e sujeito.

Capítulo 5 - Viajante Ilimitado = Neuro Arte

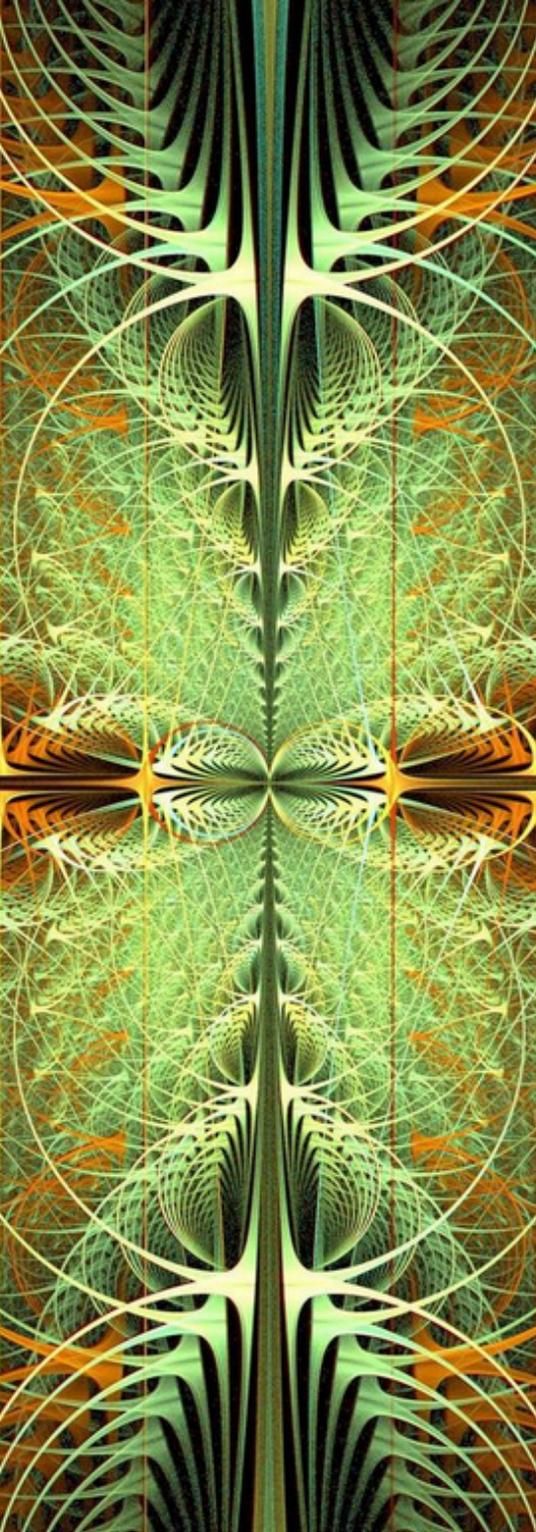
Enquanto na arte clássica o artista é e permanece sendo o criador do seu trabalho, a arte moderna envolve o consumidor e sua consciência no processo artístico.

A neuro arte vai ainda mais longe.

Ela transfere a criação e experiência da obra de arte para o observador:

- O observador é o artista.
- Criar e observar são uma coisa só.





Sem limites, o artista adentra sua própria obra de arte como um viajante.

Assim como o cérebro é a origem de tons musicais individuais, na Experiência Hipnagógica de Luz, ele conecta pulsos de luz a uma cascata única e multidimensional de cor e formas.

Música visual — quanto maior o prazer, mais profundo o efeito.

Capítulo 6 - Diapásão para a mente

Através do uso da lâmpada Lucia N°03 é possível alcançar, sem esforço ou prática de longo prazo:

- relaxamento profundo e prolongado,
- aumento da capacidade de aprendizado e desempenho,
- "desaceleração",
- tempo e ausência de espaço,
- consciência desvinculada do corpo,
- imersão em mundos de cores e formas nunca antes vistos,
- beleza,
- emoções profundas e um forte sentimento de felicidade,
- experiências espirituais.
- conexão com Ser.

Capítulo 7 - Método

O uso da lâmpada estimuladora acontece em três etapas:

SINTONIZAR - ENTENDIMENTO

A pessoa se conecta com sua intenção, clareia suas dúvidas a respeito da experiência juntamente com o terapeuta profissional que o acompanha. Este início de sintonização, auto-organização para a experiência é fundamental que a pessoa inicie sua jornada se sentindo segura e amparada.

ACENDER - SOB A LUZ

Lucia N°03 abre o portal para a luz. Após observar vários programas de demonstração longos e intensivos é selecionada ou criada uma sessão de luz com a duração, sequência de frequências e intensidade adequadas.

O papel do profissional que conduz a sessão é dar suporte ao cliente no processo de desapegar, para que possa se entregar por inteiro à Experiência Hipnagógica de Luz.

Aprender a deixar ir, como uma maneira de soltar-se, é o elemento central de uma sessão de luz.

CONCLUIR - BUSCA

Nessa última etapa, o cliente tem a oportunidade de conversar sobre sua "jornada na luz". Ele embarca em uma busca por mudanças, que abarquem os processos induzidos pela luz. Durante a Experiência Hipnagógica de Luz, o cliente experimenta uma fonte interna de bem-estar e volta à consciência cotidiana para determinar as mudanças resultantes. Esta etapa final é importante para auxiliar que a pessoa integre os conteúdos vividos em sessão.



Capítulo 8 - Guerreiros do Arco-Íris

Uma lenda indígena profetizou: quando animais e plantas morrerem, quando o caos se espalhar e o mundo estiver à beira do abismo, um novo povo irá surgir. Essas pessoas de diferentes tons de pele, classes, origem e religiões seriam chamados de Guerreiros do Arco-Íris e salvariam o planeta.

Na década de 1980, o Dr. Kenneth Ring conseguiu registrar cientificamente os efeitos positivos nas atitudes e no comportamento de experimentar "a luz" em uma experiência de quase-morte.

O psicólogo estadunidense reportou um número significativo dessas experiências desde a segunda metade do século 20 e chegou a uma hipótese interessante: um critério importante para lidar com nossa situação atual é uma atitude em relação à vida voltada para o bem-estar comum. Ele vê nisso uma tarefa de desenvolvimento relacionada à humanidade como um todo.

A maneira como as atitudes das pessoas que passaram por experiências de quase-morte mudam também serve como a filosofia dos Guerreiros do Arco-Íris para superar diferenças sociais, religiosas, culturais ou materiais.

Essa é uma abordagem integrativa que não faz nenhum julgamento de diferentes técnicas de experiências de luz.

O arco-íris como uma ponte entre esferas torna-se uma realidade perceptível na Experiência Hipnagógica de Luz com o uso da lâmpada estimuladora Lucia N°03.



Capítulo 9 - Lucía Academy

Como a técnica da Experiência Hipnagógica de Luz combinada com o uso da lâmpada Lucia N°03 é completamente nova, a cooperação de todos os guias é especialmente importante. Cada um é especialista e leigo ao mesmo tempo.

A ideia fundamental por trás do instituto Lucia Academy é criar e manter uma rede de guias para reunir experiências e conhecimento.

Isso deve levar a um aumento exponencial da quantidade de conhecimento disponível, garantir apoio a projetos de pesquisa e ao desenvolvimento de novos campos de aplicação.

"Atreva-se a ser você mesmo".



Referências de sites:

- lucialightexperience.com
- [@travelinglighttemple](https://www.instagram.com/travelinglighttemple)
- www.youtube.com/@LuciaLightExperience
- www.light-attendance.eu/en/
- lucialight.eu

