

Trabajo Final Terapeuta del Sonido.

Escuela de Edición Mental.

Curso de formación de Terapeuta del Sonido 2.016

Tema: Adicciones



Majadahonda, 31 de agosto de 2.016

Vikrampal Singh

Teléfono: 619781744

Correo: hola@vikreative.es

Web: www.vikreative.es

Canal Youtube: <https://www.youtube.com/channel/UCFGYqnF20Ro2uDct-vpsgtQ>

Facebook: <https://www.facebook.com/elcaminodelgong.es/?ref=bookmarks>

Tema: Adicciones

El Gong y la sanación de las adicciones.

En nuestra sociedad actual nos encontramos saturados de estímulos para aumentar el consumo (comida, alcohol, tabaco, ropa,...) y crearnos una mayor dependencia de las tecnologías digitales (teléfono móvil, redes sociales, internet, TV “on line”,...) que generan síntomas de malestar espiritual dando lugar al abuso de sustancias tóxicas y a conductas adictivas.

El gong es un instrumento de sanación muy eficaz, ayuda a la desconexión del oyente de la presión de los estímulos externos y del contenido de la mente facilitando un estado de meditación inducida que permite liberarse de los patrones habituales.

La sanación espiritual del gong se produce a través de la conexión que se establece entre el oyente y el mundo más allá del cuerpo y de la mente. El Gong facilita la experiencia de una realidad no ordinaria y elevada que el adicto busca a menudo a través de las drogas o de hábitos poco saludables.

El poder sanador espiritual del gong es quizás mejor entendido por su capacidad para crear un estado no ordinario de la realidad trascendente y una conexión con una inmensidad más allá del yo finito. En este espacio, aunque sea por un breve instante, el gong es un portal a lo que siempre ha existido y lo que siempre puede ser.

Hay varios Kriyas con Gong dados por Yogi Bhajan para fortalecer el sistema nervioso y tratar las adicciones. Se compone de dos partes. La primera parte es una serie de ejercicios para estimular la energía Kundalini. La segunda parte es una meditación gong.

¿Qué es la adicción según KY ?

La adicción a una sustancia es la búsqueda y consumo compulsivos de ella, conducta que escapa al control voluntario de un sujeto.

Esta pérdida de libertad es el elemento central en la adicción.

También es frecuente que se hable de dependencia física (definida como la presencia del síndrome de privación) y dependencia psíquica (una necesidad de consumir la sustancia, pero sin los elementos del síndrome de privación).

La presencia de un síndrome de privación aporta escasamente al abandono de las conductas de consumo.

Lo que resulta verdaderamente problemático es la imposibilidad de controlar el consumo compulsivo de la sustancia, con o sin síndrome de privación.

Existen adicciones con y sin síndrome de privación, pero desde el punto de vista clínico y de salud pública lo que verdaderamente importa es la compulsión por buscar y consumir la sustancia.

La adicción es una sed por la totalidad que proviene del alma. Esta sed por la totalidad es remplazada por algunos sustitutos que nunca podrán llenar el vacío entre tú y tu alma. Físicamente, es un sentimiento que te impulsa a actuar en situaciones que a largo plazo, te perjudican.

Cuando estás fuera de centro, se crea un vacío el cual tu ego conmocional trata de llenar. Estás actuando desde un concepto limitado de ti, no de la totalidad como es expresada en el Mul Mantra .

Si tu vitalidad es fuerte y estás alineado con tu verdadero ser, tú eres autónomo. Si tienes muchísima vitalidad, pero no estás alineado con tu verdadero ser, terminas siendo compulsivo. Si tu energía está baja y estás desalineado con el Ser, entonces, te vuelves dependiente e impulsivo.

3- Pasos para liberarte de las adicciones.

1º- Darse cuenta, desear liberarse y pedir ayuda.

2º -Sesiones individuales con Gong. 4 sesiones con una cadencia de 11 días

Estructura de la sesión.

2-1: Sentados en postura fácil: Relajación física y mental con un Pranayama acompañado de gong.

Tiempo: 11 minutos. Se cambian el sistema glandular y se afecta a los nervios.

2-2: Tumbado: Meditación con Gong para la sanación de las adicciones.

Tiempo: 22 minutos (Se equilibran las tres mentes y comienzan a trabajar juntas).

2-3: Sentado en postura fácil: Integración de la experiencia. Silencio.

Tiempo: 5 minutos

3º- Mantenerse

Realización diaria durante 40 días (tiempo necesario para cambiar un hábito) de un Kriya, meditación, recitación de pauris y escucha de audios diseñados según el caso de cada cliente.

Ejemplos de audios que se podrían utilizar:

1- Sonidos binaurales

Rango 2,28 – 2,15 Adicción al alcohol

Rango 0,37 – 2,15 Adicción a las drogas

Posibles Frecuencias de base:

417 Hz Se utiliza para facilitar el cambio

80 Hz. Manténgase consciente, feliz y equilibrada.

39 Hz Latido del corazón de la Tierra, las energías curativas.

294 Hz Se utiliza para la resolución de conflictos e impulso emocional

90 Hz Bienestar y Equilibrio

2- Sonidos Isotronicos

3- Sonidos subliminales.

Mi método en 3 pasos:

1- Establecer que aspecto se quiere trabajar: Patología o potencialidad. Define la intención. Elegimos los gongs: Planetarios y sinfónicos o de los 4 elementos o mezcla y se colocan de los gongs (1 stand, 2 3 0 4).

2- Realizamos la sesión (22: equilibrio de las 3 mentes a 45 minutos: mitad de una fase de sueño). Relajación, conexión con la intención, meditación e integración.

3-Materialización de la experiencia 11 días: Herramientas de Kundalini yoga: kriya, meditación, pauri para consolidar el proceso. Preparo audios personalizados de apoyo con sonidos binaurales, isocronicos y subliminales.

¿Qué se puede tratar con el Gong?

El Gong afectará a tu cuerpo físico y a los meridianos, liberando bloqueos físicos, mentales o emocionales. En la sesión establecemos una intención para enfocar la energía del gong hacia ella, se puede:

Reducir el estrés

Calmar la ansiedad (especialmente en casos en los que estás dejando de fumar)

Aliviar el insomnio

Tratar problemas físicos (quistes, lesiones de ligamentos, fracturas, cicatrices,...)

Desarrollar la visión

Potenciar la intuición

Aclarar la mente para tomar decisiones

Conectar con tu Ser,

Despertar tus dones,

Encontrar con personas que han abandonado este plano físico,

Abrir y alinear los chakras

Liberar traumas o bloqueos del pasado

Equilibrar tus emociones

¡Constelar!