

RESSALVA

Atendendo solicitação do(a) autor(a), o texto completo desta Dissertação será disponibilizado somente a partir de 31/05/2023.

**UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA “JÚLIO DE MESQUITA FILHO” UNESP
FACULDADE DE CIÊNCIAS E LETRAS
CAMPUS DE ARARAQUARA**

MONISIA MAXIMIANA PEREIRA AMUI SALUM

**TERAPIA TÂNTRICA: SABEDORIA E CIÊNCIA
COMO FERRAMENTA DE (RE) EDUCAÇÃO NA
SEXUALIDADE.**

**ARARAQUARA – SP
2021**

MONISIA MAXIMIANA PEREIRA AMUI SALUM

TERAPIA TÂNTRICA: SABEDORIA E CIÊNCIA COMO FERRAMENTA DE (RE) EDUCAÇÃO NA SEXUALIDADE

Dissertação de Mestrado na versão final apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação Sexual da Faculdade de Ciências e Letras – Unesp/Araraquara, para o Exame de Defesa do Mestrado.

Linha de pesquisa: Sexualidade e educação : interfaces com a história, a cultura e a sociedade.

Orientador: Prof. Dr. Paulo Rennes Marçal Ribeiro

S181t

Salum, Monisia Maximiana Pereira Amui

Terapia tântrica: : sabedoria e ciência como ferramenta de (re) educação na sexualidade. / Monisia Maximiana Pereira Amui Salum. -- Araraquara, 2021

91 p. : il., fotos + e-book + objeto educacional

Dissertação (mestrado profissional) - Universidade Estadual Paulista (Unesp), Faculdade de Ciências e Letras, Araraquara

Orientador: Paulo Rennes Marçal Ribeiro

1. Educação sexual. 2. Sexualidade. 3. Tantrismo. 4. Terapia. 5. Bioenergética. I. Título.

Sistema de geração automática de fichas catalográficas da Unesp. Biblioteca da Faculdade de Ciências e Letras, Araraquara. Dados fornecidos pelo autor(a).

Essa ficha não pode ser modificada.

MONISIA MAXIMIANA PEREIRA AMUI SALUM

TERAPIA TÂNTRICA: SABEDORIA E CIÊNCIA COMO FERRAMENTA DE (RE) EDUCAÇÃO NA SEXUALIDADE

Dissertação de Mestrado na versão final apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação Sexual da Faculdade de Ciências e Letras – Unesp/Araraquara, para o Exame de Defesa do Mestrado.

Data da defesa: 31/05 /2021

Linha de pesquisa: Sexualidade e educação : interfaces com a história, a cultura e a sociedade.

Orientador: Prof. Dr. Paulo Rennes Marçal Ribeiro

MEMBROS COMPONENTES DA BANCA EXAMINADORA:

Presidente e Orientador: 1º – Titular (orientador): Paulo Rennes Marçal Ribeiro
Universidade Estadual Paulista – UNESP

Membro Titular: Fausi dos Santos (Faculdades Integradas de Bauru – FIB)

Membro Titular: Valéria Cristina Gimenes Prado (Prefeitura Municipal de Américo Brasiliense)

1º Suplente: Ana Claudia Figueiredo Rebolho (UNICEP)

2º Suplente: Gabriella Rossetti Ferreira (Evolua Educação, Cravinhos)

Local: Universidade Estadual Paulista Faculdade de Ciências e Letras UNESP – Campus de Araraquara

AGRADECIMENTOS

Acima de tudo, agradeço aos meus pais e a todos os nossos ancestrais, que se permitiram o fluir da energia da criação, e me proporcionaram a vida – gratidão!

Ao orientador Professor Doutor Paulo Rennes Marçal Ribeiro, por ter confiado em mim e acreditado na minha pesquisa, pelo apoio e pela atenção pessoal; aos colegas de turma e demais professores da UNESP, pelo conhecimento partilhado e companheirismo.

À banca examinadora, Professora Doutora Valéria Cristina Gimenes Prado, Professora Doutora Ana Claudia Rebolho e ao Professor Doutor Fausi dos Santos, agradeço as sugestões, auxílio, incentivo e contribuição nesta pesquisa.

Aos familiares, amigos e amigas, que com peculiar maestria, me incentivaram a seguir em frente, diante dos percalços do momento da minha própria existência. Quando sentia que tudo desabaria, estavam ali disponíveis a facilitar o sentir da pulsação da vida; no coração, no olhar, nos gestos, nas palavras, no tocar a minha alma. Ao ponto de quando eu não mais queria sentir, estavam ali com o sopro da vida, me abrindo as narinas, rasgando o coração, arranhando a pele, refinando meu paladar e me permitindo ao meu próprio olhar.

A todas e todos interagentes, pela credibilidade e confiança.

Aos tântricos e tantricas, antepassados e contemporâneos, a toda a egrégora, pela coragem de seguir na ousadia de vivenciar a peculiar magia de ser o que se é. Especialmente a equipe da Comunna Metamorfose, ao Deva Nishok por seguir seu coração e ter a coragem de partilhar com a humanidade a sua experiência.

Aos Deuses e Deusas do meu coração.

Gratidão a todos os seres.

Namaste Ji.

“O corpo usa sua pele, sua fáscia e sua carne mais profunda para registrar tudo que ocorre com ele ... para aqueles que sabem decifrá-lo, o corpo é um registro vivo de vida transmitida, de vida levada, de esperança de vida e de cura. Seu valor está na sua capacidade expressiva para registrar reações imediatas, para ter sentimentos profundos, para pressentir.”

Clarissa Pinkola Éstes

Resumo

Esta pesquisa é um mergulho pelo *tantra*: uma sabedoria ancestral que traz conhecimentos e práticas de uma filosofia e espiritualidade profundas para suas expressões contemporâneas na forma do *neo-tantra*. O objetivo principal deste trabalho é trazer fundamentos científicos para a terapia tântrica e sua junção com a sexualidade humana. Explora-se a objetividade científica aplicada às práticas não-lineares do *neo-tantra* em seu espaço numinoso. Isso confere credibilidade e conhecimento aos terapeutas e interagentes da área. Afirma a contribuição da terapia tântrica para o autoconhecimento, a educação sexual e para os próprios horizontes teóricos e práticos do *neo-tantra*. Uma pessoa que conhece sua potência e energia orgástica é capaz de viver mais plenamente, com paz e bem-estar. Discutem-se conceitos de sexo e sexualidade, traçando-se, com elementos históricos, uma análise sobre a sexualidade no Oriente e no Ocidente. A partir de um levantamento de elementos fundamentais do *tantra* tradicional, procede-se à descrição e compreensão de aspectos do *neo-tantra*, considerando-o um fenômeno em construção. Levanta-se a hipótese de que o *neo-tantra* integra a espiritualidade, filosofia e práticas do *tantra* tradicional, tendo se disseminado no ocidente com a contribuição de Osho. Sua perspectiva sobre a espiritualidade e suas propostas de meditações ativas abrem caminho para a contribuição das psicoterapias reichianas e subsequentes no desenvolvimento de estados meditativos de transcendência, rompimento de couraças musculares e transformações nas experiências de vida.. A partir de Osho, são trazidos os fundamentos teóricos ocidentais para as etapas da terapia tântrica: a teoria reichiana das couraças musculares do caráter e a bioenergética de Lowen. Conclui-se que o *neo-tantra* integra os elementos levantados na hipótese e propõe-se um manual para profissionais da educação sobre como lidar com o próprio corpo, emoções e pensamentos, para que possam viver melhor.

Palavras-chave: Bioenergética. Educação Sexual. Sexualidade. Terapia. Tantrismo.

Abstract

This research delves into *tantra*: an ancient wisdom that brings up knowledge and practices, from a deep spirituality and philosophy, to its contemporary expression as *neo-tantra*. This paper aims mainly to bring scientific bases to contemporary tantric therapy and its juncture with human sexuality. It explores scientific objectivity applied to the non-linear practices of *neo-tantra* in its numinous space. Thus, it lends credibility and knowledge to therapists and interagents in the area. It asserts the tantric therapy contribution to self-knowledge, sexual education and to the very theoretical and practical horizons of *neo-tantra*. Someone who knows his or her orgasmic potency is able to enjoy life fully, in peace and well-being. The text discusses traits of sexuality in Eastern and Western cultures. Then, it raises elementary aspects of the traditional *tantra* to understand and describe aspects of the *neo-tantra*, considering it a phenomenon under construction. The hypothesis is that *neto-tantra* integrates the spirituality, philosophy and practices of the traditional *tantra*, having spread over the West with Osho's contribution. His perspective on spirituality and active meditations give way to Reich's and subsequent psychotherapies to contribute to the development of transcendental meditative states, breaking of character armouring and transformation of life experiences. Starting from Osho, the research brings theoretical bases of Western science to the stages of tantric therapy: Reich's theory of the character armouring and Lowen's bioenergetics. The conclusion is that *neo-tantra* integrates the elements raised in the hypothesis. The paper also presents a manual for educational professionals on how to deal with their own bodies, emotions and thoughts, so that they can live better.

Keywords: Bioenergetics. Sexual Education. Sexuality. Therapy. Tantrism.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Templo Kajuraho.....	24
Figura 2. Reconstituição gráfica de um santuário de caveira de boi em Chatal- Huyuk.....	27
Figura 3. Imagem representando <i>Adi Shakti</i> , símbolo da força criadora primordial	29
Figura 4. Imagem representando <i>Shiva Nataraja</i>	30
Figura 5. Mosteiro <i>Gyuto</i>	33
Figura 6. Representação gráfica dos anéis de couraças musculares	44
Figura 7. O movimento respiratório: o ar, as costelas, o pulmão e o diafragma.	46
Figura 8. O fluxo de plasma na ameba, na expansão e na contração.....	48
Figura 9. Funcionamento do sistema nervoso autônomo nos órgãos: efeito parassimpático (prazer) e simpático (angústia).....	49
Figura 10. Ilustração do <i>Grounding</i>	54
Figura 11. Diagrama da unidade e antítese no sistema nervoso autônomo e sua evolução.	55
Figura 12. Couraças musculares e anéis segmentares, segundo Reich.	56
Figura 13. Experiências	59
Figura 14. Carinho	60
Figura 15. Reações do organismo à estimulação	63
Figura 16. O efeito de um impulso sobre a musculatura.	64
Figura 17. Anatomia da <i>Yoni</i>	67
Figura 18. Anatomia do <i>Lingam</i>	67

SUMÁRIO

UM POUCO DE MIM.....	11
1. INTRODUÇÃO.....	11
1.1 Metodologia.....	14
2. SEXO E SEXUALIDADE	19
3. TANTRA: A SABEDORIA NO TEMPO	26
4. A TERAPIA TÂNTRICA	40
4.1 Etapas da terapia tântrica.....	44
4.1.1 Respiração	45
4.1.2 A meditação ativa.....	51
4.1.3 O toque e a massagem tântrica	57
5. A FUNÇÃO DO ORGASMO E O PROCESSO EXPANSIVO DO PRAZER	63
6. A TERAPIA TÂNTRICA COMO ELEMENTO NA EDUCAÇÃO SEXUAL.....	69
6.1 Proposta profissional: Manual do Conhecimento de Si para Educadores: Sentir é Permitido.	70
6.1.1 Auto prazer.....	71
7. CONCLUSÃO	73
REFERÊNCIAS.....	76
GLOSSÁRIO.....	81
APÊNDICE.....	88

UM POUCO DE MIM

Quando a querida professora Dra Valéria sugeriu escrever falando sobre mim, bateu um frio na barriga! Ai meu deus! Falar o quê sobre mim num trabalho acadêmico?! Não se mistura coisas pessoais e trabalho, não é o que sempre ouvimos?! No entanto, mais uma vez se fez forte a sensação de estar no caminho certo e seguir o coração em todos os papéis que sigo na vida, seja pessoal ou profissional. E a mistura de trabalho com vida pessoal acontece na minha vida sim. Na realidade eu não entendo bem como as pessoas separam essas coisas. Afinal, somos um único ser, com uma única essência e desempenhamos papéis ao longo de nossa jornada. A essência manifestada será a mesma em todos os papéis. Então, se mistura sim.

Diante de tantos papéis que vou assumindo, eu sou a Monisia, há 44 anos cheguei aqui nesse planeta e tenho vivido buscando o amor. Cheia de altos e baixos nessa busca constante. Atualmente, ando mais presente em mim. Mas, vivi um tempo longo bem desconectada. Meu corpo foi morada para quatro seres incríveis habitarem esse planeta. Busquei em parcerias, algum amor. Descobri que esse amor mora aqui comigo desde sempre. É o meu próprio amor. Dele todos os amores são possíveis.

Gosto de viajar, de queijo, goiabada e água do mar. Gosto de vinho e de chá. Passar horas e horas infinitas conversando sobre qualquer coisa. Descobri recentemente que quando me sinto feliz eu viro uma tagarela. E quando triste me engasgo entre palavras e silêncio profundo. É incrível poder reconhecer isso. Gosto de velas, de sol, de vento, de frio, calor, de terra e fogo. Amo plantas, todas. As plantas são tão incríveis que até quando morrem nos trazem vida em diversas formas. Amo fogueiras e as vezes até danço ao redor, rezo, reflito, solto tagarelices, choro, dou risadas, vivo. Fico nua e me visto das roupagens que o conhecer de mim me permite tecer.

Durante um período me dediquei exclusivamente à vida doméstica familiar. Mudei-me, junto com a família, de cidades e de país. Fomos morar no norte do mundo - Suécia. Vivenciei invernos severos, verões coloridos, paisagens belíssimas. Conheci uma nova cultura e uma história antiquíssima. Ao contato com esse mundo externo novo, teve início um despertar para um velho novo mundo aqui no meu coração. Então, comecei um processo de rever meus valores, condutas, sentimentos, necessidades, exageros, faltas, acertos, falhas, crenças e a vontade de retomar a vida profissional ressurgiu. No retorno ao Brasil, cidade nova, coração e cabeça mexidos, passeios por entre altos e baixos emocionais, acolhendo as demandas familiares e a minha própria demanda, escolhi retomar o trabalho e ao mesmo tempo, um desejo de me conhecer melhor, compreender o que sentia – um turbilhão de emoções e mudanças.

Sou formada em fisioterapia, especialista em uroginecologia, recentemente também chamada como fisioterapia pélvica. Minha grande paixão nesse caminho é a sexualidade. Desde que me lembro da minha vida humana há um verdadeiro encanto por esse universo mágico composto de tanto sentir e nutrir.

Iniciei os atendimentos com fisioterapia nas disfunções sexuais. Muitas dúvidas surgiram e uma certa dificuldade na abordagem do corpo e em como acolher a emoção daquele corpo. Não sabia muito bem como facilitar o processo daquelas pessoas que tinham suas dores sexuais. Então, num momento de tagarelices com uma amiga, soube que *tantra* trata disfunções sexuais, entre outras questões. Uma luz se acendeu aqui.

Surgiu a curiosidade em desvelar os mistérios que rodeiam o *tantra*. É algo que envolve questões culturais, religiosas, sociais, envoltas em misticismo, filosofia e muito tabu. Então, busquei escolas e fiz a formação em terapia vibracional tântrica na Comuna Metamorfose em Itapeva, Minas Gerais. A partir da formação, busquei outras experiências que envolviam práticas tântricas e mais aprendizados.

Por conseguinte, a minha vida interna começou a se movimentar de tal forma que quando me dei conta, estava totalmente envolvida e encantada com o processo de vivenciar o *tantra*. A cada módulo, a cada experiência vivenciada, a cada leitura, a cada novo aprendizado, descobria mais uma parte de mim e o quanto era importante proporcionar aquilo para todas as pessoas e meus pacientes também. E a mistura do profissional com o pessoal tomou forma. Assim, ao meu redor, grandes transformações tiveram início e continuam.

Nem tudo são flores nesse caminho de transformação. Mas, a alegria de ter consciência plena do sentir, plantar meu próprio jardim e poder transitar entre as flores que brotam, com mais clareza e propriedade de mim mesma, é incrivelmente libertadora. Sentir na respiração, na pele, no estômago, nos músculos esqueléticos, na mente, na musculatura lisa, no coração, na psique, na alma, na camada etérea que me envolve é algo que transcende o que consigo colocar em palavras.

Enquanto profissional, entender o processo da prática tântrica no corpo se tornou uma busca. A partir do sentir no meu próprio corpo e perceber os sentimentos e crenças se transformando em algo fluído e amoroso no despertar de sensibilidade ao toque. Entender e explicar através da ciência a magia do meu próprio despertar e de todos que passam pelas práticas tântricas, que contribui para uma vida de plena qualidade física e emocional.

Tenho aprendido que permitir fluir o sentir é um caminho para viver a vida com mais verdade e conexão. O *tantra* vem guiar o caminho. Um grande reencontro comigo mesma. Um encontro do amor com o próprio amor. Assim, a vida segue misturada.

1. INTRODUÇÃO

A sexualidade configura um aspecto amplo do ser humano. É parte integrante do indivíduo e contribui diretamente para a sua identidade ao longo de toda a vida. Representa características sociais, emocionais e fisiológicas. E contribui para um adequado equilíbrio físico e emocional (Girão, 2015).

A Organização Mundial de Saúde refere-se à sexualidade como uma energia que nos motiva a procurar amor, contacto, ternura, intimidade, que se integra no modo como nos sentimos, movemos, tocamos e somos tocados. É ser-se sensual e ao mesmo tempo sexual; ela influencia pensamentos, sentimentos, ações e interações, e por isso influencia também a nossa saúde física e mental (OMS, 2001, como citado por Pavarini, 2020).

Adquiriu valor próprio ao longo dos anos e, hoje, é entendida como um componente positivo do desenvolvimento pessoal e social ao longo de toda a vida e todas as suas formas de expressão contribuem para o bem-estar pessoal e relacional (UNESCO, 2013).

A sexualidade começa a se formar na infância, desenvolve-se na adolescência e se manifesta de maneiras diferentes ao longo da vida. Compreende orientação sexual, reprodução, prazer, erotismo e relação sexual. Exterioriza-se em pensamentos, comportamentos, desejos e relacionamentos. É influenciada por fatores biológicos, psicológicos, econômicos, sociais, culturais, éticos, legais, históricos e religiosos.

Para Freud, se o indivíduo negar a sua sexualidade, jamais se sentirá um ser inteiro. Assim, estará suscetível a alterações de comportamento nocivas, que se podem expressar desde uma leve disfunção a parafilias (Lara, 2009).

O *tantra* original é uma filosofia milenar de transmissão oral. Dinamismos históricos permitiram que o *tantra* chegasse ao ocidente, expressando-se de outras formas. Este trabalho traz para a escrita o novo *tantra* ocidental, também conhecido como *neo-tantra*, terapia orgástica, terapia do prazer e terapia tântrica, dentre outros nomes. A terapia tântrica é ensinada em cursos livres e aplicada em consultórios e espaços terapêuticos. Bebendo da fonte de sua tradição, consiste em perspectivas e práticas que expandem o horizonte da sexualidade. Traz, para esse campo, noções sobre consciência, conhecimento de si, presença, corpo e sentimentos.

O objetivo principal deste trabalho é trazer fundamentos científicos para a terapia tântrica e sua junção com a sexualidade humana. Explora-se a objetividade científica aplicada às práticas não-lineares do *neo-tantra* em seu espaço numinoso. Isso confere credibilidade e conhecimento aos terapeutas e interagentes da área. Afirma a contribuição da terapia tântrica para o autoconhecimento, para a educação sexual e para os próprios horizontes teóricos e práticos do *neo-tantra*.

7. CONCLUSÃO

O *tantra*, como foi trazido para o conhecimento ocidental pelos autores referenciados nesta pesquisa, é uma espiritualidade que permite experimentar o sagrado em tudo. A expansão no sentir, permitida pelo alcance de *Siddhi* na entrega do praticante à *Sādhana* ressoa na expansão vivenciada em terapia pelo interagente em sua busca por um melhor viver.

Toda a discussão levantada sobre a sexualidade reprimida no domínio do patriarcado evidenciam o potencial dessa tradição, ao conceber uma essência sagrada feminina, trabalhar com a energia sexual e buscar a iluminação através do sentir do mundo que os seres habitam. Esse mesmo potencial libertador está no âmbito da terapia tântrica. Inegavelmente, seus movimentos com a energia sexual ou com a energia orgástica remetem à essência filosófica do *tantra*, ainda que ela só possa ser apreendida por vias indiretas, dada a sua transmissão oral. A terapia tântrica permite a vivência de uma relação transformada com a sexualidade, resultando numa vida de maior prazer, paz, felicidade e bem-estar.

Além disso, a revisão bibliográfica que integrou a descrição do *tantra* e das etapas da terapia tântrica confirma a hipótese levantada no segundo capítulo.

Mesmo sem uma preocupação em discutir o *tantra* sistematicamente, Osho foi influente em captar elementos da essência tradicional tântrica e contribuiu, sobretudo, com suas práticas de meditação ativa, para a popularização do *tantra* no ocidente. Esse movimento permitiu a emergência do *tantra* em roupagens e códigos mais próximos à forma Ocidental de ver o mundo. E o encontro do *tantra* com o Ocidente, na forma da terapia tântrica, representa um processo de fusão de fronteiras com o Oriente. A espiritualidade da essência *Shakti* e seu equilíbrio com *Shiva*, o princípio masculino, complementa-se com a teoria das couraças, da análise do caráter, da potência orgástica e da bioenergética. A busca da iluminação ou *Samadhi* não é menos sagrada do que a busca pela cura de traumas e disfunções, através de práticas corporais que remetem às mesmas raízes.

Quanto à questão da sexualidade, cabe a ressalva, retomando Foucault (1988, como referenciado por Senem e Caramaschi, 2017), de que a integração do sexo e da sexualidade no discurso contemporâneo pode ser uma ferramenta para o próprio poder, o controle e a dominação. Chauí (1991) “chama atenção para o fato de que ‘o novo saber sobre o sexo, saber científico e objetivo, não é necessariamente e automaticamente portador do fim da repressão sexual, podendo ser apenas uma nova variante dela’”(Chauí, 1991, p.22 como citada por Senem & Caramaschi, 2017,p 185). Nesse sentido, este trabalho abre um possível campo de

pesquisas sobre os discursos de divulgação e as práticas utilizadas pelos terapeutas e demais instituições que promovem o *neo-tantra* e têm se popularizado contemporaneamente.

Esses estudos podem, por exemplo, abordar o discurso nos diferentes canais de divulgação, sobretudo webpages e redes sociais, buscando entender quais aspectos do *tantra* estão presentes. Podem, ainda, ser complementados por estudos de campo abordando as práticas e o que nelas vai além da superfície discursiva. Em ambos casos, pode-se analisar a presença de elementos da tradição filosófica, assim como dos saberes sobre sexualidade e dos saberes científicos das terapias corporais.

Mesmo assim, qualquer pesquisa vai chegar ao limite de que o *tantra* e o *neo-tantra* são essencialmente práticos e a transmissão de seus conhecimentos perdura com a característica não só da oralidade, mas da transmissão de uma linguagem sem palavras. É a linguagem profunda do ser, transmitida pelo corpo, pelo carinho e por sua amorosidade.

Em relação ao aspecto prático da terapia tântrica, não há um protocolo a ser seguido. Não existe técnica certa ou errada. Os métodos descritos apresentam resultados mais que satisfatórios e evidenciam a importância da formação e aprimoramento contínuos para a terapeuta ou o terapeuta tântrico. Isso permite a escolha da melhor prática ou conjunto de práticas para cada caso, visando melhores resultados no desenvolver do tratamento. Nesse não-protocolo, é importante o compromisso de terapeuta e interagente com o amor, com a própria essência em si, que é a essência do *tantra*, manifestada em cada ser e em tudo o que existe. Como ela se manifesta de maneira muito individual, o terapeuta tântrico goza de relativa liberdade para agregar as técnicas disponíveis de acordo com a realidade que o toca em suas práticas. Com base nos conhecimentos adquiridos de consultório e de vivências práticas do *neo-tantra*, percebe-se, nas capacitações, a ausência de uma fundamentação teórica que dê conta de compreender o que for possível do movimento prático do *neo-tantra*.

Esta pesquisa foi motivada por tal lacuna e trouxe elementos para preenchê-la. Ela demonstra a importância da teoria de Reich para entender a energia que se movimenta na terapia tântrica, assim como para compreender a natureza e características das couraças em cuja dissolução a terapia trabalha.

A bioenergética e o conceito de *grounding* trazem uma compreensão fundamental para elucidar os processos que acontecem nas etapas da terapia.

Todos os conhecimentos conceituais trazidos na descrição constituem um arcabouço de conhecimento que pode ampliar a compreensão mais sistematizada do *neo-tantra*, podendo integrar o currículo de cursos de capacitação na área. É imprescindível, ainda assim, assumir e aceitar que o *tantra* tem um aspecto experiencial muito individual e sempre carregará algo de intangível, que nunca será sistematizado ou organizado.

Tantra é liberdade. E a liberdade do sentir jamais caberá nas fronteiras da racionalidade. Neste amplo universo de amorosidade e de prazer, do sentir e do sagrado, esta pesquisa mapeou algumas de suas constelações, a fim de oferecer possibilidades de caminhos para a pesquisa, capacitação e aplicação prática da terapia tântrica, reconhecendo o *neo-tantra* como espiritualidade, filosofia, ciência e prática em construção.

REFERÊNCIAS

Almeé, A. (2020). *Tantra, Neo Tantra, Sexualidade e Orgasmo, por Ayscha Almeé*. [Podcast] https://open.spotify.com/episode/18vSvawfK9bMQpxclWv19S?si=asbvrZPST_CUxqbQAbiuNw
Recuperado em 30/04/2021.

Anand, D. O. (2020) *Desmistificando a massagem tântrica: Como funciona e porque funciona?*
Disponível em: <https://prazeremsentir.com.br/2020/07/29/desmistificando-a-massagem-tantrica-como-funciona-e-porque-funciona/> Recuperado em: 15/10/2020.

Anaruma, S. M. (2010, Outubro) *Notas sobre a teoria de Wilhelm Reich*. [Slides] Slideshare. <https://pt.slideshare.net/Anaruma/teoria-de-wilhelm-reich> Recuperado em: 28/04/2021

Azevedo, M. N. (1985). *Introdução ao Tantra*. São Paulo, SP: Pensamento.

Barbosa, F. S. (2011) *Modelo de impedância de ordem fracional para a resposta inflamatória cutânea*. [Dissertação de Mestrado] Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, RJ. http://www.peb.ufrj.br/teses/Tese0140_2011_06_29.pdf

Barbosa, M. R., Matos, P. M., & Costa, M. E. (2011). Um olhar sobre o corpo: o corpo ontem e hoje. *Psicologia & Sociedade*, 23(1), 24-34. <https://dx.doi.org/10.1590/S0102-71822011000100004> Recuperado em: 09/03/2021

Bhattacharyya, B. (1989). *An Introduction to Buddhist Esoterism*. Delhi: Motilal Banarsidass.

Butler, J. (2003). *Problemas de gênero. Feminismo e subversão da identidade* (5a. ed.) Rio de Janeiro, RJ: Civilização Brasileira.

Caldwell, C., & Victoria, H. (2011). Breathwork in body psychotherapy: Towards a more unified theory and practice. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 6(2), 89–101. <https://doi.org/10.1080/17432979.2011.574505>

Chauí, M. (1991). *Repressão sexual, essa nossa (des)conhecida*. São Paulo, SP: Brasiliense.

Deleuze, G. & Guattari, F. (1996) *Mil platôs, capitalismo e esquizofrenia* (Vol. 3). Rio de Janeiro, RJ: 34

Dias, R. P. F. (2018). *Budismo tântrico: sexualidade e espiritualidade*. [Tese de doutorado]. Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, PB.

Dillon, A. L. (2013). *Reich, Osho e Tantra. A Jornada da energia humana desde suas raízes animais ao seu florescimento espiritual*. Belo Horizonte, MG: Osho Pulsation.

Dunker, C. (2017, 18 Dezembro) *A importância de Reich na Psicanálise*. [Video] YouTube. <https://youtu.be/v4QqBfsdLNU>

Estés, C. P. (2014) *Mulheres que correm com os Lobos. Mitos e histórias do arquétipo da mulher selvagem*. Rio de Janeiro, RJ: Rocco.

Foucault, M. (1988). *História da sexualidade I: A vontade de saber*. Rio de Janeiro, RJ: Edições Graal.

Gaiarsa, J. A. (1994) *Respiração, angústia e renascimento* (2a. ed.). São Paulo, SP: Icone.

Girão, M. J., et al. (2015). *Tratado de uroginecologia e disfunções do assoalho pélvico*.

Barueri, SP: Manole.

Goleman, D. (1999) *A Arte da Meditação. Um Guia Para a Meditação* (4a. ed.). Rio de Janeiro, RJ: Sextante.

Gonini, F. A. C., & Ribeiro, P. R. M. (2015) A sexualidade e sua construção histórica: Alguns apontamentos para educadores que trabalham com educação sexual. In: *Miradas diversas de la educación en Iberoamérica*. Alcalá, UAH: Universidad de Alcalá.

Grof, S. & Grof, C. (2011) *Respiração Holotrópica. Uma nova abordagem de autoexploração e terapia*. Rio de Janeiro, RJ: Capivara. Capivara, 2011

Guyton, C. A. (1988) *Fisiologia Humana* (6a. ed.). Rio de Janeiro, RJ: Guanabara.

Jahara-Pradipto, M. (1986) *Zen Shiatsu. Equilíbrio Energético e Consciência do Corpo* (2a. ed.). São Paulo, SP: Summus.

Lanaro, B. (2019, 18 Novembro) *História de Reich: Couraças Psicológicas, Potência Orgástica e Vida Conturbada*. [Video] YouTube. https://youtu.be/Wury_1Aus1Y

Laqueur, T. (2001) *Inventando o sexo: corpo e gênero dos gregos a Freud*. Rio de Janeiro, RJ: Relume Dumará.

Lara, L. A. S. (2009). Sexualidade, saúde sexual e Medicina Sexual: panorama atual. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, 31(12), 583-585. <https://doi.org/10.1590/S0100-72032009001200001> Recuperado em: 14/11/2020

Leal, O. (2018). O que é *tantra*? *Rádio Humaniversidade*. Disponível em: <https://radiohumaniversidade.com.br/noticia/284755/o-que-e-o-tantra> Recuperado em: 02/05/2021.

Lowen, A. (2018). *A espiritualidade do corpo: bioenergética para a beleza e harmonia*. São Paulo, SP: Summus.

Lysebeth, A. V. (1994). *Tantra, o culto à feminilidade*. São Paulo, SP: Summus.

Martimbianco, A. L. C., P., Luis Otávio, C., T., & Masiero, D.. (2008). Efeitos da propriocepção no processo de reabilitação das fraturas de quadril. *Acta Ortopédica Brasileira*, 16(2), 112-116. <https://doi.org/10.1590/S1413-78522008000200010> Recuperado em: 25/04/2021

Mello e Souza, C. (2019). Mente e Awareness nos Tantras Indianos: fundamentos da Meditação, do Hatha Yoga e do Ayurveda. *Fractal: Revista de Psicologia*, 31(spe), 220-227. https://dx.doi.org/10.22409/1984-0292/v31i_esp/28997 Recuperado em: 10/04/2021.

Montagu, A. (1988). *Tocar: O significado humano da pele*. São Paulo, SP: Summus.

Organização das Nações Unidas para Educação, Ciência e Cultura – UNESCO (2013) *Orientações técnicas de educação em sexualidade para o cenário brasileiro: tópicos e objetivos de aprendizagem*. Disponível em: http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/FIELD/Brasilia/pdf/Orientacoes_educacao_sexualidade_Brasil_preliminar_pt_2013.pdf Recuperado em: 05/09/2020

Osho (1995). *Tantra Espiritualidade e sexo* (2a. ed.). São Paulo, SP: Madras.

Osho (n.d.) *O livro dos segredos, volume 1*. Disponível em: <https://files.comunidades.net/amborges/Volume01.pdf> Recuperado em: 05/09/2020

Osho. (2016). *Autobiografia de um místico espiritualmente incorreto*. São Paulo, SP: Planeta.

Pavarini, N. (2020) *O que é sexualidade?* Disponível em: <https://dranadiapavarini.com.br/sexualidade/>

Recuperado em: 05/09/2020.

Pereira, L. H. P. (2008). Corpo e psique: da dissociação à unificação – algumas implicações na prática pedagógica. *Educação e Pesquisa*, 34(1), 151-166. <https://doi.org/10.1590/S1517-97022008000100011> Recuperado em: 26/04/2021

Pinheiro, T. M. L. (2017). *A terapia tântrica como tratamento integrado para a compulsão sexual*. [Tese de pós-graduação]. Universidade Cândido Mendes, Rio de Janeiro, RJ. Disponível em: https://www.avm.edu.br/docpdf/monografias_publicadas/posdistancia/53448.pdf Recuperado em: 15/05/2021

Poesias e Canções. (n. d.) *Dicionário Sânscrito* [Website] Disponível em: <https://www.poesiasecancoes.com/p/dicionario-sanscrito.html> Recuperado em 28/07/2021

Puccini-Delbey, G. (2010) *A vida sexual na Roma Antiga*. Lisboa: Edições Texto&Graça.

Reich, W. (1989). *Análise do caráter*. São Paulo, SP: Martins Fontes.

Reich, W. (1995). *A função do orgasmo* (19a. ed.) São Paulo, SP: Brasiliense.

Reich, W. (2012) *A função do orgasmo: problemas economico,sexuais da energia biológica*.São Paulo, SP: Brasiliense.

Ressel, L. B., Junges, C. F., Sehnem, G. D., & Sanfelice, C. (2011). A influência da família na vivência da sexualidade de mulheres adolescentes. *Escola Anna Nery*, 15(2), 245-250. <https://dx.doi.org/10.1590/S1414-81452011000200005>

Santos, G. R. (2018) *Respiração em psicoterapia corporal: teorias e técnicas para uma prática integrativa*. [Trabalho de Conclusão de Curso] Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Sarita, M. M. A.(2012). *Sexualidade divina: descobrindo a alegria do Tantra*. São Paulo, SP: Madras.

Schivan, M., & Sposito F. (2009). A Visão de Reich para o Orgasmo: Compreendendo o significado de uma terapia do orgasmo. [Apresentação de Trabalho]. *Anais do 14º Congresso Brasileiro de Psicoterapias Corporais*. Curitiba, PR: Centro Reichiano.

Scudeler, V. A. C., (2015). *A Respiração e sua função na Análise Bioenergética*. [Monografia] Ligare – Centro de Psicoterapias Corporais. Americana, SP.

Senem, C. J. & Caramaschi, S. Concepção de Sexo e Sexualidade no Ocidente: Origem, História e Atualidade. *Barbaroi*. 49(1) 166-189. <http://dx.doi.org/10.17058/barbaroi.v0i49.6420> Recuperado em: 04/05/2021.

Soares, G. L. (2014). Reich, o primeiro psiquiatra materialista: a potência do capital humano. *Revista latino americana de psicologia corporal*. 1(1) 107-113. <https://psicorporal.emnuvens.com.br/rlapc/article/view/14/22> Recuperado em: 14/12/2020

Soares, L. (2013) O desenvolvimento da teoria reichiana. *Sociedade Brasileira de Análise Bioenergética*. Disponível em: <https://www.analisebioenergetica.com.br/a-sexualidade-e-o-corpo/#:~:text=Pensar%20na%20sexualidade%20%C3%A9%20pensar%20nas%20diferentes%20maneiras%20de%20vivenciar%20o%20prazer.&text=Reich%20segue%20esse%20mesmo%20caminho,reichiana%20se%20chama%20economia%20sexual> Recuperado em: 06/11/2020

Vrajabhumi, A. (2009) *Mini Dicionário de Sânscrito* Universidade Federal de Feira de Santana, Feira de Santana, BA. Disponível em: http://www2.uefs.br/filosofia-bv/pdfs/sanscrito_dic.pdf Recuperado em: 28/07/2021

Woodroff, J. (1952) *The Principles of Tantra* (2a. ed.). Adyar, Madras: Ganesh & Co. (Madras).

Yoga.pro.br. (2002) *Glossário Sânscrito da Bhagavadgītā*. [Website] Disponível em: <https://www.yoga.pro.br/glossario-sanscrito-da-bhagavad-gita-roviralta/> Recuperado em 28/07/2021