

A CURA PELA TRANSFORMAÇÃO

Mario Brandão

A nossa proposta é passar para vocês entenderem que todas as doenças que acontecem em nosso corpo, problemas energéticos, e emocionais são causados pela nossa mente.

Aliás esta é uma das propostas da Casa, é alertar vocês disso e ajuda-los através de estudos e meditação, como mudar esta situação se transformando com novos padrões de pensamentos e crenças . Isso faz com que você desperte a sua CONSCIÊNCIA, que é outra proposta da casa, para que nos tornamos cada vez mais conscientes no plano pessoal e universal.

Então, é aquilo que já falamos aqui varias vezes:

- Mente - pensa errado, negativamente
- Emocional - sente mal ; sofrimento e desarmonia
- Energético - desvitaliza ; fraqueza
- Corpo físico - sofre a consequência , doença e dor.

“ A nossa mente é a saída para a libertação ou a causa da nossa escravidão”

Criamos todas as doenças de nosso corpo. Ele, como tudo o mais na vida, é um reflexo dos nossos pensamentos e crenças interiores.

O corpo está sempre falando conosco, só precisamos parar para ouvi-lo. Cada célula reage a cada pensamento e cada palavra pronunciada.

Conforme o que você fala, geram posturas, comportamentos, confortos ou desconfortos no corpo. A pessoa que tem rosto sombrio não criou essa condição tendo pensamentos positivos, alegres e carinhosos.

Os rostos e corpos das pessoas idosas revelam claramente os padrões de pensamento de toda uma vida.

Qual será a sua aparência quando você for idoso ?

Tudo o que você experimentou em sua vida até este instante foram criados pelos **pensamentos e crenças** que manteve no passado, ou seja, pensamentos criados há uma hora atrás, uma semana, 1 mês, 1 ano ou 10, 20, 30 anos. Entretanto este é o seu passado e ele já acabou, não pode ser modificado.

O importante é que você está escolhendo pensar, acreditar daqui pra frente. Estes pensamentos e palavras é que criarão o seu futuro. Preste atenção no que você está pensando agora. É positivo ou negativo? Você quer que esse pensamento crie o seu futuro? Apenas preste atenção e tome **consciência**.

Entenda como somos 100% responsáveis por tudo que existe em nossas vidas, não temos a quem culpar.

Podemos mudar nossa atitude em relação ao passado :

- eliminando a crítica (a crítica leva a artrite), lembre-se, você esteve se criticando por anos e não deu certo . Tente se aprovar e veja o que acontece.
- eliminando a culpa (que procura punição e causa dor)
- eliminar o medo e a tensão (calvície, úlceras, e dores nos pés)
- devemos estar dispostos a perdoar.
- toda doença tem origem num estado de **não perdão**.
- A pessoa a quem você achar a mais difícil perdoar é a da qual você mais precisa se libertar.

Não precisa saber como perdoar. Tudo o que necessitamos fazer e estarmos DISPOSTOS, a perdoar. O Universo cuidará dos “como”.

Temos quer ser compreensivos porque essas pessoas a quem precisamos perdoar fizeram seu melhor que tinham na época.

O perdão e o se libertar do ressentimento são capazes de dissolver um câncer.

Para isso podemos dizer: **Eu o perdôo por não ser como eu queria que você fosse. Eu o perdôo e liberto.**

A 1ª pessoa que devemos perdoar é a nós mesmos. Auto-crítica nos tranca num padrão que estamos tentando modificar.

A compreensão e os “sermos gentis” conosco mesmos nos ajudam a sair dele.

Quando realmente amamos, aceitamos e aprovamos a nos mesmos exatamente como somos, tudo na vida funciona.

As pessoas obesas sempre tem medo, uma necessidade de ser protegida, insegura ou se julgam “não bons o bastante “ , muitos acumulam gordura para se proteger.

Basta passar a se amar e se aprovar para que a gordura desapareça.

Pensamento e crenças

Se você acredita ser indigno de ter dinheiro

- Não consigo vencer

Se você não consegue um bom relacionamento

- Ninguém me ama
- As pessoas só me magoam

Se sua saúde não está boa:

- A doença é comum na família
- Nasci para sofrer
- Sempre tenho alguma coisa

Problemas no Trabalho

- Não sou bom o bastante

E outras:

- Meninos não choram
- Meninas não sobem em árvores
- Não confie em estranhos (até que ponto)
- Não saia de casa a noite
- Todos querem lhe passar a perna.
- Eu sou assim mesmo

Estes padrões de pensamentos podem ser mudados, fazendo-se as perguntas:

- **Isso é mesmo verdade, para mim agora? Ou isso são coisas que me disseram no passado.**
- **De onde veio essa crença? Não seria melhor me libertar dela?**

Tome a decisão de estar “ Disposto a mudar “

Todos nós queremos que nossa vida modifique que as situações fiquem melhores e mais fáceis, mas não queremos ser obrigados a mudar. Gostaríamos mais que os outros a mudassem.

Mas para que tudo se modifique , precisamos mudar por dentro, mudar nosso modo de pensar e acreditar.(crenças)

Já estamos a par de onde vem os problemas, então agora é hora de estarmos dispostos a mudar.

Livre-se do velho e abra espaço para o novo.

O 1º passo é a percepção, depois a paciência, superar as resistências, soltar o passado, perdoar.

A cura holística:

O objetivo é alimentar e nutrir o ser completo – Corpo , Mente e Espírito.

O físico:

- nutrição: alimentos e bebidas
- Exercício físico: caminhada, dança, Tai-Chi, Yoga, natação.
- Saúde: remédios homeopáticos, fitoterápicos, florais, acupuntura.
- Terapias corporais: Massagens, reflexologia, Shiatsu, Do-in

O mental:

- Mentalização, Visualização e materialização, imaginação criativa, afirmações (para alcançar os seus objetivos)
- psicodrama, terapia artística, terapia dos sonhos, terapia de grupo
- Meditação(filtra nossas crenças e transforma a personalidade)

O Espiritual:

- meditação e a ligação com sua Fonte Superior
- A pratica do perdão e do amor incondicional
- Fraternidade e o trabalho altruísta.
- alinhamento de corpos (estar consciente em tudo)

Resumo:

- pensamentos bons e positivos
- mudança de nossas crenças
- não criticar – harmonize-se
- perdoar: a si próprio e o universo – reconciliação
- soltar o passado (eliminado culpas)
- disposição para mudar/transformar-se
- superar resistências
- alimentar e nutrir bem: corpo, mente e espírito.

O corpo e a mente

Vamos apresentar agora a relação de doenças do corpo e a causa provável

Braços - habilidade e capacidade de abraçar as experiências da vida - parte superior do braço está ligado a capacidade e o antebraço a habilidade - Juntas e cotovelos representam nossa flexibilidade em mudar de direção - Você aceita com flexibilidade mudar de rumo alguma coisa em sua vida?

Cabeça nos representa que mostramos ao mundo que somos reconhecidos - errado com ela errado conosco.- falta de auto-valorização - pessoas que querem ser perfeitas e criam uma pressão em torno de si

Cabelos – força- quando estamos tensos e assustados – tensão nos músculos do ombro que sobem para o couro cabeludo, o sangue na consegue irrigar os folículos dos fios de cabelo – para de nascer cabelos – calvície
A calvície feminina vem aumentando desde que as mulheres começaram a ingressar no mundo de negócios.

Coração – representa o amor- o sangue a alegria - nossos corações bombeiam alegremente alegria por todo o nosso corpo - quando negamos amor e alegria o coração se encolhe e torna frio – resultado circulação vagarosa – anemia, angina e infartos. – pessoas com problemas de coração nunca são alegres - precisamos começar a apreciar as pequenas alegrias que nos cercam.

Costas – sistema de apoio – carentes de apoio – parte superior apoio emocional – parte média relacionada com a culpa – inferior falta de \$ ou medo de não tê-lo.

Dedos – cada um tem um significado – polegar: mental , preocupação – indicador o ego e o medo – médio: sexo e raiva- Anular : as uniões e o pesar – Mínimo : família e fingimento

Estômago – digere todas as novas idéias e experiências que temos – geralmente não sabemos assimilar as novas idéias e experiências –
Úlceras não passam de medo, tememos não ser bom o bastante p/alguém, não conseguimos engolir o que somos – a cura é o amor , pessoas que se amam e se aprovam jamais tem úlcera

Garganta – capacidade de falar em favor de nós - pedir o que queremos – não sentimos o direito de expressar e defendermos - Garganta inflamada é sinal de raiva-
Laringite – você está tão bravo que nem consegue falar.
Garganta representa o fluxo criativo do corpo – é nela que expressamos a criatividade.

Intestinos – capacidade de soltar, de mandar embora o que não precisamos mais- o corpo está dentro do ritmo da vida , precisa de um equilíbrio na ingestão , assimilação e eliminação. São apenas nossos medos que bloqueiam o desprendimento do que é velho.

Joelhos – como o pescoço, tem a ver com a flexibilidade da vida e expressam o orgulho, o ego, a teimosia

Mãos – agarram, seguram, apertam – deixamos coisas escapar pelos dedos, as vezes seguramos demais – mão fechada mão aberta – mão pesada, mão leve

Órgãos genitais – tais como bexiga, ânus , próstata, pênis e vagina – crenças distorcidas sobre estes órgãos e no valor de suas funções – o sexo é legal, gloriosa e sensacional é tão normal quanto respirar e comer

Ouvidos – capacidade de ouvir – não querer ouvir certas coisas – crianças tem muita dor de ouvido.

Olhos – capacidade de ver

Pele – representa nossa individualidade, achamos que ela está sendo ameaçada de alguma forma- sentimos que outros tem poder sobre nós.

Pernas – nos conduzem pela vida – medo de ir em frente – ou relutância em seguir uma determinada direção
Varizes representam ficar num emprego ou lugar que detestamos.

Pés – tem a ver com a compreensão de nos mesmos e da vida – passada, presente e futura.

Pescoço – capacidade de ser flexível no pensamento - ver o outro lado da questão e entender o ponto de vista do outro – colar ortopédico: a pessoa está convencida sobre um ponto de vista e teima em não querer ver o outro lado

Pulmões – capacidade de sugar e expelir a vida.- medo de absorver a vida - não nos achamos do direito de viver plenamente – o enfisema e o tabagismo são modos de negar a vida.

Seios – o principio maternal – a mulher está sendo super-mãe de uma pessoa, lugar, coisa ou experiência. – profundo ressentimento.

Seios paranasais – representam irritação c/algum de sua vida, alguém muito próximo.

E procurar passar à frente o que você aprendeu hoje, para pelo menos 2 pessoas. Assim estaremos mais convictos do que aprendemos e estaremos multiplicando este aprendizado.