

A CURA PELO PENSAMENTO

Luiz Antônio Gasparetto

Luiz Antônio Gasparetto não mais um dos importantes médiuns psicopictográficos do mundo: como psicólogo, ele tem realizado um valioso trabalho em sua clínica "Aldeia da Vida". No texto a seguir – resultado de uma lista elaborada pela psicóloga americana Louise L. Hay e de sua própria experiência profissional-, Gasparetto mostra como a terapia psicoespiritual pode auxiliar na cura e prevenção de doenças.

O avanço da medicina no século 20, principalmente nas últimas décadas, tem-nos impressionado profundamente. Basta que vejamos uma sala cirúrgica ou um laboratório de check up e nossa imaginação parece nos transportar a um mundo fantástico, semelhante ao da ficção dos filmes americanos. Mesmo assim, estes esforços não foram suficientes para que os homens descobrissem as causas verdadeiras das doenças. Para sanar tal embaraço intelectual-científico, os médicos falam no "acaso probabilístico", coisa que nós espiritualistas, temos que repudiar, visto compreendermos que "Deus não joga- Deus cria, e cria perfeito". A resposta está na flagrante existência da alma ou espírito, que como essência de vida e consciência, vontade e ação, vive dentro de um corpo mental que ativa o nosso corpo perispiritual (corpo astral), e este o corpo físico. Na psicologia holística, o homem é visto como um todo integrado, onde qualquer comportamento está envolvendo toda a estrutura humana. Realça-se, assim, o importante comando do espírito sobre as suas outras áreas. Sendo o espírito algo etéreo, é dentro da mente que ele atua mais diretamente. Ali, sua vontade move os intrincados mecanismos de seus corpos. Escolhe o mercado das idéias, os pensamentos em que quer acreditar, e ali imprime sua convicção, injetando-lhes força de ação. Estes pensamentos, chamados *pensamentos-padrões*, vão acionar- segundo sua qualidade- nossos aparelhos astrais e físicos desta ou daquela maneira. Assim tanto os bons aspectos de nossas vidas como as doenças são freqüentemente resultado dos pensamentos- padrões que formam nossas experiências. Claro que não temos a intenção de mudarmos os bons pensamentos-padrões, pois gozamos seus bons resultados; são os pensamentos – padrões não saudáveis que nos preocupam mais. Percebendo que ara esse problema físico já existe uma causa psíquica, podemos parar de culpar a vida e outras pessoas pelo que estava errado conosco e assumirmos inteira responsabilidade pelas nossas próprias experiências. Sem nos reprovamos ou nos sentirmos culpados, podemos aprender como evitar criar pensamentos-padrões que levem a doenças no futuro. Um exemplo particular: eu não podia entender como repentinamente minha nuca ficava tensa. Depois de aprender o conceito dos pensamentos-padrões, descobri que a nuca representa flexibilidade nas atividades, vendo diferentes lados das questões. Eu fora muito inflexível e constantemente recusava ouvir outros pontos de vista; mais depois que me tornei mais maleável em meus pensamentos e habilidades, com uma agradável compreensão para ver os outros pontos de vista, minha nuca parou de perturbar-me. Agora se ela começa a doer um pouco, observo-me para ver onde meus pensamentos estão tensos e rígidos.

Para se eliminar permanentemente uma condição, precisamos primeiramente dissolver a causa. Mas, desde que freqüentemente não sabemos qual é a causa, achamos difícil saber onde começar. Os pensamentos – padrões que causam mais doenças no corpo são todos aqueles resultantes das críticas, da raiva e do ressentimento. Por exemplo: a crítica conservada por longo tempo conduzirá a pessoa a uma doença como artrite. Raiva a levará a doenças que fervem, inflamam e queimam no corpo. Ressentimentos longamente mantidos retêm alimentos apodrecidos, que finalmente geram tumores e câncer. É bem mais fácil dissolver esses pensamentos – padrões negativos da nossa consciência quando nosso estado é sadio do que tentar elimina-los quando estamos em pânico e sob a ameaça de um bisturi de um cirurgião. A seguinte lista de equivalentes mentais foi compilada a partir de um estudo feito pela psicóloga americana Louise L. Hay e do nosso próprio trabalho com clientes, como terapeuta psicoespiritual, na "Aldeia da Vida". Ela deverá ajuda-lo na busca da cura; é-lhe oferecida com amor e o desejo seguro de dividir com você os efeitos positivos de uma saúde mental mais consciente.

DOENÇAS	CAUSAS(Pensamentos – padrões negativos)	CURA(pensamentos-padrões positivos)
Abscessos	A pessoa se sente ferida: menosprezo, vingança	Eu não deixo meus pensamentos acelerarem, estou em paz
Acidentes	Rebelião contra autoridades: crença em violência, raiva.	Paz e segurança. Eu amo e aceito tudo na vida.
Acne	Não se aceitar, desamor de si.	Eu me amo, eu me aceito onde estou agora. Eu sou maravilhoso
Adenóides	Atritos familiares, discussões, criança se sente mal querida	A criança é querida e bem vinda
Alcoolismo	Sentimentos de futilidade, inadequação, culpa e auto-rejeição	Eu relaxo o passado. Eu tenho valor. Eu me amo e me aceito agora
Alergias	A quem você é alérgico? Falso ego e sensibilidade	Eu estou em paz, o mundo é seguro e amigo

Amidalite	Emoções reprimidas e medo; raiva reprimida	Nada impede o bom de mim. Eu permito a liberdade de expressão das idéias divinas, que fluem e ganham significado em mim
Anemia	Falta de prazer; desinteresse da vida	Meu mundo é cheio de alegria e estou interessado em tudo
Apendicite	Medo, medo da vida, bloqueio do fluxo das sensações	Alegria, eu relaxo e deixo as minhas sensações fluírem.
Arteriosclerose	Resistência, tensão, abertura mental estreita.	Eu estou completamente aberto para a vida e a alegria. a vida é bela.
Artrite	Amargura, ressentimento, crítica, sentimentos de desamor.	Amor e perdão. Eu deixo os outros serem eles mesmos e eu sou livre.
Asma	Supersensibilidade, amor sufocado; supressão do choro, sentimentos sufocados	Eu sou livre. Eu me encarrego da minha própria vida. Eu posso expressar meus sentimentos como eles são.
Ataques, congestão, golpes	Rejeição da vida, auto violência; resistência extrema	Eu aceito a vida passada, presente e futura, vida e alegria.
Bexiga(problemas da)	Ansiedade: resistência a novas idéias	Eu abandono o passado, despreocupo-me do futuro. Eu aceito o que é novo agora.
Boca(problemas da)	Incapacidade de engolir idéias; fixação de opiniões e mente fechada	Eu dou boas vindas às idéias e conceitos novos.
Bronquite	Ambiente familiar inflamado	Paz. Ninguém consegue irritar-me.

Bursite	Raiva reprimida, vontade de bater em alguém.	Eu relaxo a raiva de maneira que ela não me cause mal. O amor relaxa e descansa
Cãibras	Tensão, segurar-se, oprimir-se	Eu relaxo e deixo a vida fluir.
Câncer	Profundos segredos ou aflições corroendo o eu; retenção longa dos ressentimentos, ferimento profundo.	Não existem segredos. Eu deixo que o passado se vá. meu presente será preenchido com alegria.
Catarata	Futuro pouco claro; inabilidade de ver à frente	Eu sou livre, ávida eterna é cheia de alegria.
Ciática	Medo do dinheiro e do futuro	Eu me movimento no melhor de tudo. Meu bem esta em todo o lugar e estou seguro.
Cisto	Crescimento falso, fomentação de choque, machucados emocionais.	Eu dissolvo velhas raivas. Nada pode ferir-me.
Coceira	Desejos insatisfeitos, remorso, punição e culpa	Tudo que eu precisar estará sempre aqui. Eu aceito tudo de bom sem sentimento de culpa
Colesterol(excesso de)	Entupimento dos canais de prazer; medo de aceitar o prazer	O prazer é norma. meus canais estão largamente abertos. eu amo ávida
Colite	Pais superexcitados; opressão, menosprezo; necessidade de afeto.	Eu sou livre-pensador. Eu estou em paz na minha mente.
Contensão, machucaduras, esgotamento	Pequenos impactos da vida	Não existe razão para eu bater na vida. Estou agindo com amor

Coração (problemas do)	Problemas emocionais sérios, longamente suportados; falta de prazer, rejeição da vida, crença nas pressões e no esforço	Alegria, alegria, alegria. Amor e paz. Eu prazerosamente aceito tudo da vida.
Corcunda	Raiva atrás de você; ressentimento conservado	Eu vejo o passado com alegria. Ninguém jamais me fez mal.
Costas(problemas das)	<i>Superior</i> – falta de amparo emocional, retenção em pensamento do amor passado. <i>Inferior</i> - falta de amparo econômico, medo do dinheiro	A vida por si me suporta; eu confio no universo, eu divinamente dou amor e confiança.
Crescimento	Nutrir ferimentos emocionais; falso senso de valores e orgulho	Perdão. Eu amo a mim mesmo e não irei fazer-me mal.
Dedos	Superexagerar nos detalhes da vida(unhas - superanalisar)	Eu relaxo consciente de que a sabedoria da vida cuida de todos os detalhes
Defeitos de nascença	Necessidade reencarnatória, você pediu para vir assim	Não se sinta culpado, você e seus pais têm algo a aprender
Dentes	Sustentar longas indecisões; incapacidade de derrubar idéias por análise ou decisão	Eu faço minhas decisões baseadas nos princípios da verdade e fico seguro com o resultado
Deslizamento de disco	Indecisão. Não se sentir emocionalmente amparado pelos outros.	Eu sou corajoso e independente. Eu sou amparado pela vida.
Desmaios	Medo; não poder conviver;ou enfrentar, apagar-se de tudo.	Eu tenho poder, força e conhecimento para lidar com tudo na vida.

Diabete	Profundo sentimento de mágoa, falta de açúcar na vida.	Eu permito que a vida seja gostosa. Eu deixo o passado ser apenas passado. Eu aceito que a alegria e o prezar sejam as bases da minha vida.
Doenças venéreas	Culpa sexual; crença de que os órgãos genitais são pecaminosos e sujos, necessidade de punição.	Eu amorosa e prazerosamente aceito minha sexualidade e sua expressão. Não há culpa sem punição.
Dor	Congestão, bloqueio, crença em barreiras, punição e culpa.	Eu descanso minha necessidade de punição.
Dor de cabeça	Tensão, revolta, contrariedades emocionais, sentimentos feridos.	Paz, amor, alegria, relaxamento. No meu mundo está tudo bem.
Dor de ouvido	Raiva; não querer ouvir.	Eu ouço com amor e prazer. Sempre escuto o bom de tudo.
Eczema	Supersensibilidade, individualidade machucada, personalidade ferida.	Eu sou seguro, ninguém ameaça minha individualidade.
Edema	O que ou quem não está deixando você sair?	Não me permito ficar preso no passado. Eu sou seguro e livre.
Enjôo de carro	Medo- dependência, sentimento de ser pego em armadilhas.	Eu ando facilmente no tempo e no espaço. Não existe o medo.
Enjôo do mar	Medo- medo da morte.	A vida continua, não existe a morte, somente mudanças
Entorpecimento	Reter amor e consideração.	Eu respondo à vida, reparto meus sentimentos e meu amor. Eu sinto... eu sinto...

Envelhecimento	Crença social, velhos pensamentos.	Eu me amo e me aceito em todas as idades, cada idade é perfeita. Eu sou espírito. Eu sou eterno.
Enxaqueca	Resistência ao fluir da vida; medos sexuais, desperdícios emocionais.	Eu descanso no fluxo da vida e deixo-a fluir através de mim com facilidade.
Epilepsia	Rejeição a vida, sensação de perseguição, violência contra si.	Eu amo a mim mesmo e a tudo na vida. A vida é uma eterna alegria.
Esclerose múltipla	Dureza mental, coração endurecido, vontade de ferro, inflexibilidade.	Eu não tento me controlar. Eu me solto com alegria na vida.
Espinhas	Crença na feiúra, culpa, ódio de si.	Eu não propago pensamentos feios, não há culpa. Eu amo todo o meu corpo.
Estômago (problemas do)	Incapacidade de assimilar idéias, medo de novas idéias.	Eu assimilo novas idéias facilmente, a vida concorda comigo.
Excesso de peso	Insegurança- auto-rejeição; procura de amor; proteção do corpo; medo de perda, sufocar sentimentos.	Eu me aceito e me amo como eu sou. Eu sou sempre seguro no alimento espiritual.
Face (doenças da)	Representa individualidade, reconhecimento.	Eu reconheço meus próprios e verdadeiros valores. Minha individualidade está segura.
Fadiga	Resistência, aborrecimento, falta de amor pelo que faz	Estou entusiasmado com a vida e cheio de energia.
Febre	Queimar-se com alguém ou algo; raiva.	Eu sou a calma, expressão do amor e da paz.

Febre do feno	Congestão emocional; confusão nas crenças e medo do moralismo.	Eu nego qualquer crença em moralismo. Eu sou uno em tudo na vida.
Gagueira	Insegurança; falta de auto-expressão.	Eu me permito falar por mim mesmo. Eu sou seguro da minha própria expressão. Eu comunico com amor.
Garganta	É a avenida de expressão. Repressão de raiva; ferimentos emocionais engolidos.	Eu me expesso livremente com alegria. Ninguém pode ferir-me pois estou em paz.
Gastrite (dores de gases)	Reter as idéias indigestas: sufocar o ar por medo.	Eu relaxo e deixo a vida fluir facilmente através de mim.
Gengiva (problema da)	Inabilidade de levar avante as decisões uma vez que sejam tomadas.	Eu sou uma pessoa decidida. Eu me deixo ir pela vida.
Glândulas (problemas de)	Desequilíbrio; falta de ordem; distribuição insuficiente.	Eu estou em equilíbrio total. Meus sistemas estão em ordem.
Glaucoma	Pressão emocional por sustentar, por longo tempo, sentimentos feridos.	Ninguém pode jamais me ferir. Eu vejo com amor e ternura.
Gota	Impaciência, raiva, dominação.	Eu deixo o ego e sentimentos de superioridade irem-se. Eu deixo os outros serem o que são.
Gripe	Resposta à negatividade e crenças em geral; medo e crença em estatísticas.	Eu não governado por crenças de grupos ou preconceitos. Eu sou livre de todas as congestões e influências.
Hemorroidas	Carga, pressão, tensão, medo, medo de deixar acontecer.	Eu descanso todo o peso e as cargas e vivo na alegria do presente.

Hepatite	Medo, raiva, ser odiado .O fígado é o local da raiva e emoções primitivas.	Eu deixo ir agora tudo o que não preciso mais . Minha consciência está limpa e meus pensamentos são frescos, novos e cheios de vida.
Hérnia	Carga, resistência mental, auto punição; raiva expressões criativas incorretas.	Minha vida é calma e harmoniosa . Eu me amo com ternura.
Herpes	Prolongada suspensão nervosa	Eu estou descansado de todos os meus pensamentos e de todas minhas atividades. Que a paz esteja comigo e não o medo.
Hipoglicemia	Desequilíbrio no sistema	A aceitação do prazer equilibra o meu sistema.
Icterícia	Prejuízo, crenças descoloridas.	Eu sinto tolerância,compaixão e amor por todos
Impotência	Pressão sexual, então, culpa; crenças sociais, rancor contra um antigo parceiro.	Poder. Eu permito que todo o poder dos meus princípios sexuais opere com facilidade e prazer.
Inchaços, verrugas, manchas	Auto-rejeição, medo, falta de amor.	Eu só adiciono amor em mim. Nada terá mais poder em mim.
Indigestão	Medo, ansiedade, pavor.	Eu recebo o novo e facilmente o assimilo.
Infecções	Irritação, raiva , chateação.	Nada tem o poder de irritar-me,eu sou pacífico e harmonioso.

Insanidade	Escapismo, recolhimento, violenta separação da vida; ressentimentos familiares.	Minha mente sabe sua verdadeira identidade e eu sou o ponto criativo da expressão divina.
Insônia	Tensão, culpa e medo.	Eu descanso do dia e mergulho em um sono perfeito, pacífico, sabendo que o amanhã cuidará de mim.
Laringite	Medo de verbalizar opiniões; ressentimento da autoridade; raiva.	Eu posso falar por mim. Eu me expresso livremente.
Mãos	A habilidade de segurar e deixar as idéias escaparem; medo de novas idéias.	Eu lido com todas as idéias com amor e facilidade.
Mau hálito	Atitudes podres, pensamentos estúpidos.	Eu falo com amor. Eu expiro somente o que é bom.
Menopausa (problemas de)	Medo de não ser mais querido; auto-rejeição, medo do envelhecimento.	Eu sou equilibrado em todos os ciclos de mudança e abençoado meu corpo com amor.
Nervos – nervosismo	Comunicação; luta, pressa, medo, ansiedade, pensamentos confusos.	Estou na interminável jornada pela eternidade. Que a paz esteja conosco. Não existe nenhum lugar para qual devemos apressar-nos.
Olhos (problemas dos)	Não gostar do que vê na sua vida; medo do futuro, não ver a verdade.	Eu vejo com olhos amorosos. Eu gosto do que vejo, eu vejo, eu vejo claramente, eu vejo a verdade.
Ombros (problemas dos)	Rebelião contra a autoridade (os ossos são a estrutura do universo)	Eu estou em paz com a autoridade. Em meu mundo eu sou minha própria autoridade.

Paralisia	Medo, escapismo, resistência, choque.	Eu sou uno com a vida. Eu bendigo minhas experiências.
Pele (problemas da)	Sentir-se ameaçado na individualidade, falta de segurança, impaciência, assadura; maneira do bebê ganhar atenção.	Eu aceito minha individualidade. Eu sou emocionalmente seguro. Eu ganho atenção de maneira positiva.
Pernas	Medo do futuro (as pernas carregam você para o frente)	Eu me movo com confiança e alegria.
Pés (problema dos)	Medo do futuro	Eu paro na verdade. Eu vou adiante com prazer; eu tenho compreensão espiritual.
Pescoço	Inflexibilidade, recusa em ver os outros lados da questão; teimosia	Eu sou flexível. Eu aceito outros pontos de vista.
Pneumonia	Desespero, cansaço da vida, preocupações emocionais, distúrbios internos.	Eu recebo livremente idéias divinas, impregnadas com o hálito da vida
Pressão sanguínea	Alta: manter por longo tempo problemas insolúveis Baixa: depressão, mágoa, derrotismo, raiva.	Alta- eu sou alegria e deixo o passado dissolver-se Baixa- eu vivo com muito mais alegria agora. A vida é alegria.
Próstata (problemas da)	Desistência, derrotismo, sensualidade excessiva com sentimento de culpa; crença na velhice.	Eu aceito minha masculinidade. Eu sou eternamente poderoso. Sexo é prazer.
Psoríase (descamamento da pele)	Insegurança emocional.	Eu sou pacífico e seguro. Eu estou em paz com tudo na vida.

Pulmões	Medo de receber e dar-se a vida.	A respiração da vida flui facilmente através de mim.
Quadril (problemas dos)	Medo de ir avante em decisões importantes.	Eu sigo adiante com alegria. Amparado e sustentado pelo poder da vida
Queimaduras	Raiva: queimar-se com os outros.	As pessoas não têm poder contra mim. Eu tenho paz no meu ambiente.
Raquitismo	Desequilíbrio emocional; falta de amor e segurança.	Eu sou seguro e nutrido pelo amor do universo.
Resfriados	Confusão, desordem, pequenos machucados; família e crenças estereotipadas.	Eu sou um livre-pensador. Eu estou em paz com minha mente.
Retenção de líquido	O que é que você tem medo de perder?	Eu descanso com alegria e espontaneidade.
Reumatismo	Falta de amor; ressentimento; amargura crônica, vingança.	Eu tenho compaixão com os outros e comigo, eu aceito sentimentos prazerosamente.
Rins (problemas dos)	Crítica, sensibilidade, desapontamento.	Eu vejo somente o bom em tudo. Ações corretas estão sendo tomadas e eu estou realizado.
Roer unhas	Separação dos pais; pedaço de si que se recalca.	Eu sou um indivíduo naturalmente criativo. Eu aceito e sou seguro em minha maturidade.
Sangue (problemas no)	Falta de alegria; falta de circulação das idéias; pensamentos estagnados.	Alegria. Com alegria as novas idéias circulam livremente.

Sinusite	Presença de pessoas que o irritam.	Ninguém tem o poder de irritar-me a menos que eu permita. Paz e harmonia.
Surdez	O que você não quer escutar? Rejeição, teimosia, isolamento.	Eu escuto Deus. Eu escuto o prazer e a vida. Eu sou parte da vida.
Tórax- cisto doloroso	Supersedimentação de atitudes e propósitos na vida; superproteção.	Eu sou livre e permito liberdade a todos.
Tosse	Nervosismo, amolação, crítica.	Eu me expesso pacificamente. Eu falo com amor.
Tuberculose	Egoísmo, possessão; crueldade.	Eu não me sufoco na vida. Meus pensamentos desenvolvem-se sobre ótimas idéias. Todos os momentos da minha vida são cheios de sentido.
Tumor	Crescimento falso; ferimentos e choque emocionais alimentados.	Descanso e perdão. O amor dissolve os ferimentos.
Tumor no cérebro	Crenças incorretas computadas; teimosia, recusa em mudar os velhos padrões.	Tudo na vida é mudança. Meus padrões de crescimento são sempre novos.
Úlceras	Algo se corrói em você; ansiedade, medo, tensão, crença em pressões.	Nada pode irritar-me. Sou pacífico, calmo e feliz.
Urinar na cama	Medo dos pais (normalmente do pai).	Amor, compreensão e compaixão.
Urticária	Pequenos medos escondidos; exagero de pequenos problemas.	Estou em paz com as pequenas coisas da vida.

Vaginite	Culpa sexual; sentimento de perda de alguém ou algo amado.	As formas e as vias podem mudar, o amor nunca se perde. Todas as partes do meu corpo são bonitas.
Varizes	Negatividade, resistência; remoer emoções; sustentar um trabalho que você odeia; circulação antravada, atulhada de idéias; desencorajamento.	Eu me movimento e vivo com prazer. Eu amo a vida e circulo livremente.
Vesícula (pedras na)	Amargura; pensamentos dolorosos que você não encontra meios de evitar.	Jubilosamente deixo o passado ir-se. A vida é boa, eu sou bom.

FIM.

Acervo Virtual Espírita