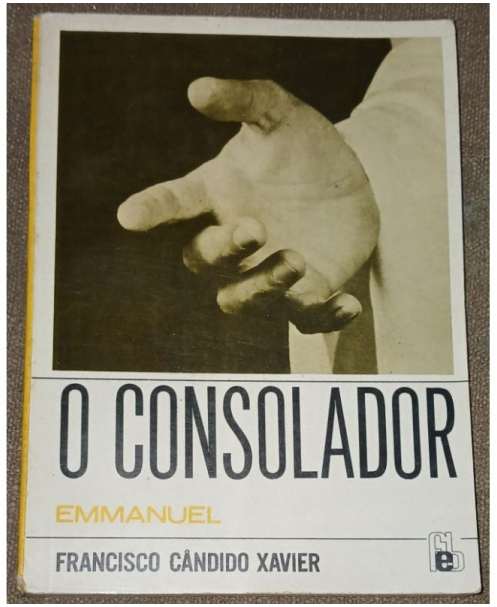
Processo de Autocura

Luciana Carvalho – 16 Fevereiro 2025

Conceito de saúde



“Para o homem da Terra, a saúde pode significar o equilíbrio perfeito dos órgãos materiais; para o plano espiritual, todavia, a saúde é a perfeita harmonia da alma, para obtenção da qual, muitas vezes, há necessidade da contribuição preciosa das moléstias e deficiências transitórias da Terra.”

“A mais expressiva cura que se deve buscar, a mais valiosa, será sempre aquela que conduza o paciente às causas dos distúrbios que padece, compreendendo a necessidade dos mecanismos de reparação e equilíbrio espiritual.”

SUNRISE SPIRITIST SOCIETY of Texas

IX - Processo de Autocura

- A Bioenergia é fonte de inexauríveis potencialidades.

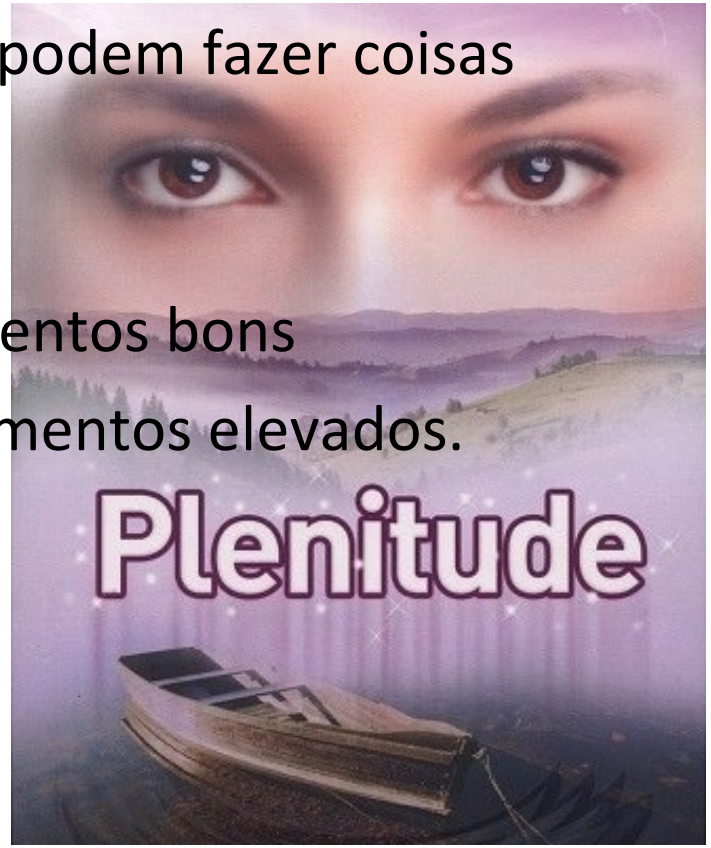
O querer é de alta importância. Jesus, o excelso curador: “Vocês podem fazer coisas maiores do que estas.”

- O exercício e a aplicação saudável da bioenergia

Direciona-la: operação, a concentração, a meditação e os sentimentos bons

Auxilia na recuperação da saude, da paz, do bem estar, dos sentimentos elevados.

O sofrimento como necessidade do espirito devedor.



Medium: Divaldo Pereira Franco
Espírito: Joanna de Ângelis
Editora: LEAL

SUNRISE SPIRITIST SOCIETY of Texas

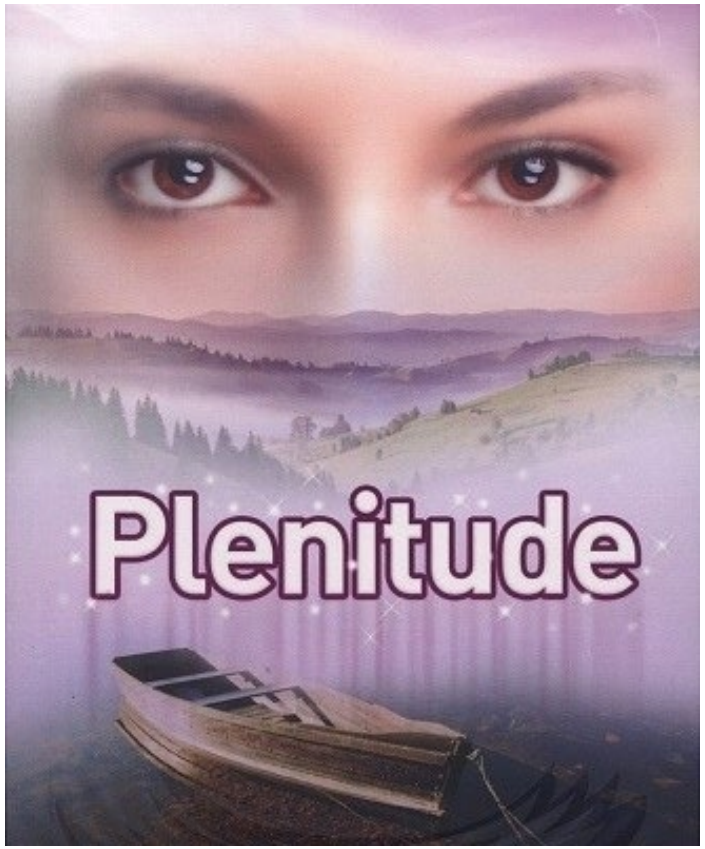
IX - Processo de Autocura

1ª) OBSERVE-SE O PENSAMENTO, O SEU TEOR PREFERÊNCIAL, A FIM DE QUE IRRADIE ENERGIAS POSITIVAS, SAUDÁVEIS.

2ª) MANTER SINTONIA MENTAL COM A FONTE DO PODER.

3º) CUIDAR DO DESCANSO, DA DIETA, DA HIGIENE, MANTENDO ORDEM NAS ATIVIDADES.

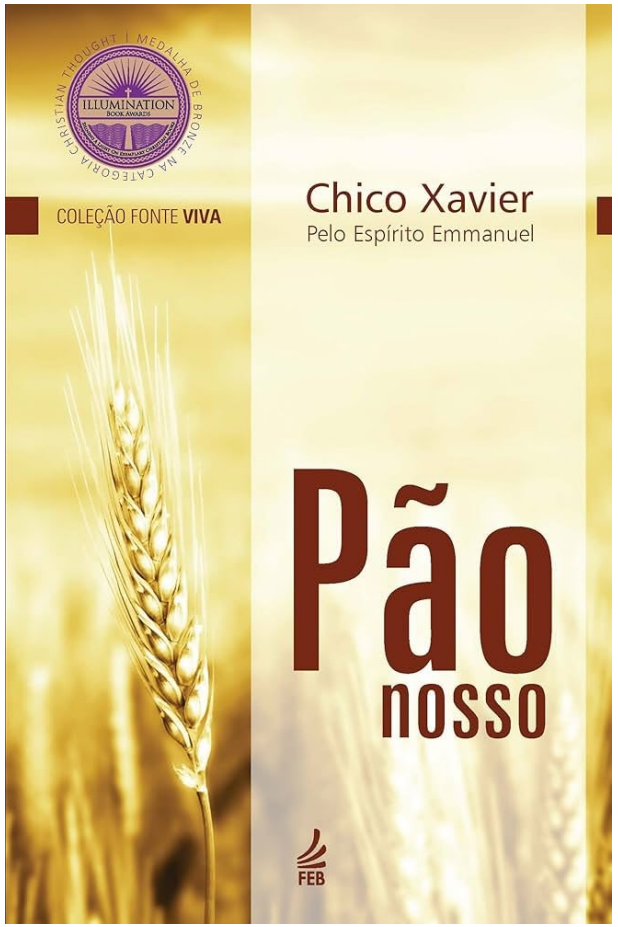
4º) CANALIZAÇÃO DOS PENSAMENTOS E DAS EMOÇÕES PARA O AMOR, A COMPAIXÃO. A JUSTIÇA, A EQUANIMIDADE E A PAZ.



Medium: Divaldo Pereira Franco
Espírito: Joanna de Ângelis
Editora: LEAL

SUNRISE SPIRITIST SOCIETY of Texas

Guardemos saúde mental



“Pensai nas coisas que são de Cima, e não nas que são da Terra.” — Paulo. (COLOSSENSES, 3.2)

O pensamento é energia irradiante. Espraiemo-lo na Terra e prender-nos-emos, naturalmente, ao chão. Elevemo-lo para o Alto e conquistaremos a espiritualidade sublime.
Nosso Espírito residirá onde projetarmos nossos pensamentos, alicerces vivos do bem e do mal.

SUNRISE SPIRITIST SOCIETY of Texas

Visualizar a saúde e incorporá-la

Jesus afirmou àqueles doentes que O buscavam: Se quiseres, já que queres, concluindo: levanta-te e anda, vê, sê limpo, conforme a enfermidade de que se faziam objeto.

O enfermo saía do campo vibratório de sombras, no qual se homiziava, e abria-se à energia vigorosa do Benfeitor Divino, que lhe alterava a área em desordem, restaurando-lhe a saúde.

Visualizar-se com saúde no futuro e programar-se em ação constituem fatores fundamentais para a autocura.

SUNRISE SPIRITIST SOCIETY of Texas

Preceitos de saúde

1. Mantermos o nosso coração em paz, independentemente da complexidade e da gravidade das situações que nos afligem. Ele lembra que tudo pertence a Deus.

2. Buscarmos o cumprimento rigoroso do dever. Não há como alcançar o equilíbrio físico sem a obtenção da harmonia espiritual.

3. Cultivarmos o hábito da oração, de modo a mantermos a defesa do corpo e da alma.

4. Ocuparmos o nosso tempo disponível com a realização de tarefas úteis, mas sem abdicarmos do repouso indispensável. As mentes vazias são mais suscetíveis às sugestões formuladas pelas trevas.

5. Estudarmos sempre. Boas ideias alimentam a alma e impactam positivamente as células orgânicas.

6. Evitarmos o descontrole emocional, especialmente os desvarios da cólera.

7. Passarmos ao largo do hábito da maledicência.

8. Desenvolvermos uma respiração pautada por longos haustos e de tomarmos o banho diário. O ar puro é visto como alimento e a limpeza é uma obrigação.

9. Comermos pouco. Os excessos à mesa só nos prejudicam.

10. Empregarmos a paciência e o perdão incontavelmente. Afinal, nós todos temos sido tolerados pela misericórdia divina.

SUNRISE SPIRITIST SOCIETY of Texas

XAVIER, F.C. (Pelo Espírito André Luiz). Aulas da vida. Cap. 12 - Preceitos de saúde. São Paulo: Ideal, 1981, p. 44-46.

SUNRISE
SPIRITIST SOCIETY
of Texas