

Síntese de palestra de Trigueirinho

# Curar é SIMPLES

2ª edição



  
IRDIN

# DADOS DE COPYRIGHT

## Sobre a obra:

A presente obra é disponibilizada pela equipe do *ebook espírita* com o objetivo de oferecer conteúdo para uso parcial em pesquisas e estudos, bem como o simples teste da qualidade da obra, com o fim exclusivo de compra futura.

É expressamente proibida e totalmente repudiável a venda, aluguel, ou quaisquer uso comercial do presente conteúdo.

## Sobre nós:

O *ebook espírita* disponibiliza conteúdo de domínio público e propriedade intelectual de forma totalmente gratuita, por acreditar que o conhecimento espírita e a educação devem ser acessíveis e livres a toda e qualquer pessoa. Você pode encontrar mais obras em nosso site: [www.ebookespirita.org](http://www.ebookespirita.org).



[www.ebookespirita.org](http://www.ebookespirita.org)

# Curar é SIMPLES

Com base em palestra de Trigueirinho  
realizada em agosto de 1989



IRDIN

Copyright 1997 ©  
José Trigueirinho Netto

A Irdin Editora dedica-se a  
publicações como um serviço altruísta,  
visando estimular a descoberta do  
potencial evolutivo que existe  
dentro de cada ser.

Texto de acordo com as novas regras  
ortográficas da língua portuguesa.

1ª edição, 1997: 25.000 exemplares  
Reimpressão, 2011: 2.000 exemplares  
2ª edição, 2015: 2.000 exemplares

Direitos reservados  
ASSOCIAÇÃO IRDIN EDITORA  
Carmo da Cachoeira/MG  
CNPJ 07.449.047/0001-86  
Tel. (35) 3225-2616  
[www.irdin.org.br](http://www.irdin.org.br) | [info@irdin.org.br](mailto:info@irdin.org.br)

## Os desgastes da vida moderna

As condições físicas e psíquicas da época presente são pouco favoráveis à saúde. Pela sua constituição genética atual, nosso corpo físico poderia durar cerca de 150 anos. Entretanto, seu tempo médio de vida tem sido muito menor.

Três fatores na civilização moderna são especialmente responsáveis pelo desgaste do corpo físico: o uso dos produtos químicos, a alimentação e os hábitos inadequados, densos demais para o atual desenvolvimento da consciência,

e as tensões que sofremos tanto externas, quanto emocionais e mentais. Esses fatores são tão disseminados que é praticamente impossível não ser tocado por eles.

Se todos estão diante desses fatores que abalam o organismo, como então obter e proporcionar às pessoas saúde e equilíbrio?

## Treinamento para a cura

Vivemos simultaneamente em vários níveis de consciência. As desarmonias são próprias do nível físico, do emocional e do mental. Além desses três níveis, bem conhecidos, há os chamados supramentais, que não são afetados por nada de negativo e onde temos a maior parte do ser.

Tendo como referência os níveis em que a humanidade em geral está polarizada, consideram-se níveis superiores ou supra-humanos os que se encontram além do mental pensante. Abarcam o

mundo intuitivo, o espiritual e outros ainda mais elevados.

Esses planos de consciência superiores guardam em si as energias e o propósito da evolução do homem. Neles temos a possibilidade de reconhecer a tarefa que nos cabe, de desenvolver a sabedoria que nos leva a colaborar com o bem geral.

Com a energia dos níveis supramentais, uma situação desarmoniosa que se tenha estabelecido no nível físico, no emocional ou no mental pode ser transformada.

Portanto, para termos condições de ajudar a quem se encontra em dificul-



dade, precisamos aprender a focalizar a consciência nos níveis isentos de desarmonias. Se, por exemplo, ficamos excessivamente dedicados ao corpo físico ou presos a algum problema emocional ou pensamento negativo, necessitamos mudar tal situação. Para isso, basta transmitir ao nosso eu externo a ideia de que ele não é apenas um envoltório da consciência, mas um templo vivo, que contém a essência imaterial do ser. Essa perspectiva pode elevá-lo, enobrecê-lo e, conseqüentemente, transformá-lo.

As condições físicas, emocionais e mentais equilibram-se quando a atenção que damos ao eu externo é apenas a necessária para organizar nossa vida

material e para usar de maneira evolutiva a energia dos sentimentos e a dos pensamentos. Quanto mais estáveis em níveis superiores ficarmos, mais oportunidade daremos para fatos inusitados e evolutivos sucederem nos níveis concretos. Assim polarizados nas esferas harmoniosas do nosso ser, tornamo-nos aptos a ajudar ao próximo e a nós mesmos.

## Ouvir o outro

Se alguém nos procura para tratar de seus problemas, só o ajudamos verdadeiramente quando nos conectamos com níveis superiores àqueles em que os referidos problemas se localizam. Se, em vez disso, ficamos no mesmo plano desses problemas, nenhuma ajuda real podemos prestar. O encontro pode servir para um desabafo, mas não resolve de fato a situação da pessoa, que precisa é de mudar de plano de consciência. Sem essa espécie de reorientação e, portanto, de cura, a pessoa pode parecer

momentaneamente mais tranquila após o contato conosco, mas novos problemas não tardarão a surgir em sua vida.

Ouvindo o outro com atenção e simultaneamente concentrando-nos nos níveis supramentais, é realizado um trabalho profundo e oculto: as energias positivas do inconsciente da pessoa são mobilizadas e começam a atuar. Durante o encontro, nada parece estar acontecendo, mas depois ela se dá conta de uma mudança em seu interior, mesmo sem saber a que atribuí-la.

Tenhamos presente que não seria bom querer conduzir o que acontece no interior de quem nos pede ajuda. Não

precisaríamos sequer conjecturar sobre o que fazer, nem alimentar a ideia de auxiliá-lo a todo custo. A ajuda real e durável é possível quando damos inteira atenção à pessoa, porém mantendo-nos focalizados em um nível superior. Não se trata de correspondermos ao que ela espera, ou de buscarmos contentá-la emocionalmente, mas de mantermos a consciência em um nível elevado durante o contato com ela, contato que tanto pode ser externo quanto subjetivo.

Se nos mantivermos nessa atitude, a pessoa inexplicavelmente vai se liberando do que a faz sofrer. É que seu apelo chega até nós, mas não é retido pela nossa atenção excessiva, julgamento ou

crítica; não nos envolvemos com o que está sendo dito e não reagimos. Assim, não criamos novos conflitos, e a energia positiva que liberamos vai à pessoa.

Em outras palavras, quando alguém nos pede ajuda, abre em sua consciência um espaço. Se a energia positiva do nosso ser preenche esse espaço, a negatividade expelida, se retornar, encontra-o ocupado.

## A liberdade da alma

Não somos nós que curamos alguém, mas é o próprio doente que se cura. É ele que emite o apelo e é ele que recebe a estimulação para transformar-se. Se não fizesse esses dois movimentos, nenhuma ajuda poderia ter.

Além disso, quando mantemos a consciência em um nível elevado, a pessoa a ser ajudada acompanha-nos nessa ascensão se tem afinidade conosco; recebe, assim, a energia curativa dos planos superiores.

O elo dessa pessoa conosco pode ser um sentimento de amor mais ou menos puro, mais ou menos egoísta. O tipo de sentimento, todavia, não é o mais importante. Ele é só o recurso de que o outro dispõe para nos seguir nessa escalada. Se esse sentimento faz com que esteja disposto a elevar-se conosco, basta que estejamos imparciais.

Deixemos sua alma livre para fazer seu próprio trabalho interno, pois ela tem a visão do destino. Quanto aos resultados da nossa ajuda, não nos compete analisar: não nos cabe avaliar o que ocorre no interior de uma alma. Também, atenção excessiva ao conflito da pessoa pode fazer com que ela volte a



cair e, então, seu problema reaparecerá com mais vigor.

A ânsia em ajudar, em querer que alguém se transforme, está no mesmo nível emocional e mental dos problemas que a pessoa apresenta e, portanto, não lhe é útil. Devemos aprender a nos colocar no ponto mais elevado que pudermos, e deixar sua alma livre.

## A energia da cura

A cura vem de níveis de consciência que estão além de todo o mal. Nada do plano físico, do plano emocional ou do mental tem verdadeiro poder de cura.

A energia da cura não é nenhum remédio e tampouco nada de mágico. Mas quando das esferas supramentais desce ao mundo material, harmoniza tudo o que encontra.

Para dar um exemplo diríamos que, se alguém escorrega e de imediato se conecta

com os níveis supramentais, pode evitar o tombo. Aquele rapidíssimo instante de conexão é capaz de mudar a situação que havia sido armada para produzir a queda.

O mesmo ocorre com outras situações de dificuldade ou perigo, tais como assaltos, exposições a vírus, acidentes em geral, mal-estares e fatos de ordem moral: conectando-nos com a realidade de um nível em que nada disso está acontecendo, a vibração daquele nível flui, instala-se em nós e o perigo se afasta porque não encontra afinidade com a nova condição criada.

Ao nos conscientizarmos desses processos simples de cura, algo muda em

nossa vida. E, se nos abrirmos para essa mudança, encontraremos neste mesmo mundo em que estamos, tão caótico, muita harmonia.

Quando alguém dirige a atenção para além dos seus limites formais e se dá conta da própria essência, passa a viver em estado de cura e vem a compreender que ela nada mais é que o ajuste da matéria à realidade interna, a um padrão mais alto de perfeição.

A cura nasce do silêncio naquele que, tendo-se esvaziado, volta-se para o Alto e deixa-se preencher pelo que lá encontra.

## NESTA COLEÇÃO

---

O Matrimônio Superior  
A Única Coisa Necessária  
A Cura dos Apegos  
Optar por Viver  
A Busca da Serenidade  
O Que não se Pode Prever  
A Cura  
A Solução está Pronta  
A Função do Sofrimento  
Curar é Simples  
Jejum de Preocupação  
A Busca Espiritual  
Em Nome da Clareza  
Cura e Oportunidade  
Três Processos de Cura  
Transforme-se  
O Despertar da Terra  
O Corpo Físico na Cura  
Exercício da Vida  
Curadores  
A Cura Cósmica



Editora sem fins lucrativos.

Destina-se a difundir  
informações que promovam  
a expansão da consciência  
do ser humano.

Se você quiser contribuir para a  
publicação e circulação dessas obras,  
escreva para: [info@irdin.org.br](mailto:info@irdin.org.br)  
ou visite o site: [www.irdin.org.br](http://www.irdin.org.br)

**Como chegar à harmonia,  
obter saúde e equilíbrio,  
e como proporcioná-los  
aos demais? Este livro  
apresenta-nos uma visão  
da cura que transcende  
os limites da vida material.**

ISBN 978-85-60835-65-2



9788560835652