



# CAMINHOS PARA A SAUDE



▶ O QUE VOCÊ ENTENDE  
POR SAÚDE?

# CONCEITO DE SAUDE

- ▶ “O conceito de saúde reflete a conjuntura social, econômica, política e cultural. Ou seja: saúde não representa a mesma coisa para todas as pessoas. Dependerá da época, do lugar, da classe social. Dependerá de valores individuais, dependerá de concepções científicas, religiosas, filosóficas. O mesmo, aliás, pode ser dito das doenças.” “Moacyr Scliar. História do conceito de saúde)
- ▶ “Saúde é o estado do mais completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de enfermidade.” (OMS,07 de abril de 1948)

# SAUDE INTEGRAL

- ▶ A saúde resulta de vários fatores que se conjugam em prol da harmonia psicofísica, da criatura humana. Procedente do espírito, a energia elabora as células e sustenta-as no ministério da vida física, assim atendendo à finalidade a que se destinam. (Joanna de Ângelis.
- ▶ A saúde integral, a paz, a alegria interior resultam da lucidez mental, que elege os **atos corretos** para a existência modeladora da ascensão. (Joanna de Ângelis. Plenitude. Pag.77)

# OITO PASSOS

- ▶ **1. Crer retamente** – direcionar o pensamento de forma positiva, edificante, firmando-o em propósitos saudáveis, que favorecem a realização dos postulados nos quais se crê. Crença que aciona os mecanismos da vida.
- ▶ **2. Querer retamente** – propõe métodos compatíveis com os objetivos da crença anelada. Uma das razões do sofrimento é o querer equivocado.

# OITO PASSOS

- ▶ **3. Falar retamente** – fomenta o progresso, desenvolvendo as aspirações, que se exteriorizam em ideais de liberdade e amor, impulsionando as criaturas para a frente, para o bem.
- ▶ **4. Operar retamente** – é técnica de terapia preventiva quanto curadora para o sofrimento. Quem não atua errado, não tem necessidade de repetir experiência, refazer o caminho, ressarcir débitos.

# OITO PASSOS

- ▶ **5. Viver retamente** – quem age retamente, vive retamente. O seu hoje representa as ações antes realizadas, e o seu amanhã defluirá das suas atividades hoje desenvolvidas.
- ▶ **6. Esforçar-se retamente** – é saber aplicar a capacidade dos seus recursos naquilo que propicia felicidade real, duradoura, sem as aflições dos prazeres fugidios, que necessitam repetir-se sem cessar, não lhes aplacando, antes aumentando-a perturbadoramente.

# OITO PASSOS

- ▶ **7. Pensar retamente** – faculta harmonia psicológica e sintonia com os benfeitores da humanidade, em cuja convivência psíquica se haurem energias benéficas propiciadoras de saúde, que vão atuar nas causas dos sofrimentos, alterando-lhes a vigência e os efeitos.
- ▶ **8. Meditar retamente** – Como não se vive sem pensar, deve-se fazê-lo sempre de forma positiva e otimista, gerando novo costume no campo mental até que seja absorvido e transformado em automatismo pela repetição natural.



# CONCLUSÃO

- ▶ Quem medita retamente, crê, quer, fala, opera, vive, esforça-se e pensa com retidão, adquire os valores indispensáveis à salvação. Nesse estágio a pessoa doa-se e já não mais vive, sendo o “Cristo que vive” nela.
- ▶ Liberta-se, por fim, do sofrimento.

Estudo baseado em Joanna de Ângelis. Plenitude.  
Capítulo VIII