

Sara Gomes

RELATÓRIO METAFÍSICO



HÉLDER COSTA
20/12/24



Perspectiva Metafísica sobre a Covid-19

Na visão metafísica, a COVID-19 pode ser interpretada como um reflexo de desafios coletivos e individuais em lidar com a conexão, proteção e adaptação às mudanças rápidas.

A condição está associada a padrões emocionais de medo, isolamento, e dificuldade em encontrar equilíbrio no caos.

Para o indivíduo, pode representar um chamado para reforçar o autocuidado, a saúde emocional e a resiliência diante de incertezas.

Perspectiva Metafísica sobre a Covid-19

A COVID-19 também pode simbolizar uma necessidade de reconexão com o coletivo e a valorização da saúde física e emocional.

Na perspectiva sistêmica, ela pode estar relacionada a dinâmicas familiares ou energéticas que envolvem proteção, limites e vulnerabilidade.

Causas Emocionais e Energéticas Comuns Relacionadas

- Medo do Desconhecido: A condição reflete um ambiente de incertezas e a dificuldade em lidar com o inesperado.
- Isolamento Emocional: Sensação de desconexão ou dificuldade em sentir-se apoiado e protegido.
- Necessidade de Renovação: Um convite para fortalecer a resiliência e reavaliar prioridades na vida.

Terapias Complementares Recomendadas:

- Desprogramação Neurobiológica (DNB): Ajuda Hélder a liberar medos e bloqueios emocionais, promovendo calma e equilíbrio.
- Terapia Angelical: Cria um campo de proteção e energia positiva, auxiliando na recuperação e no fortalecimento da saúde.
- Perspectiva Sistêmica: Trabalhar padrões familiares relacionados à proteção e apoio pode ajudar a reforçar a segurança emocional.

10 Afirmações de Louise Hay para para superar a Ansiedade

1. Meu corpo é forte e resiliente, capaz de se curar com facilidade.
2. Eu sou protegido(a) e apoiado(a) pelo universo.
3. Eu escolho viver com confiança e equilíbrio.
4. Eu libero todos os medos e acolho a calma em minha mente.
5. Eu estou em harmonia com minha saúde física e emocional.
6. Meu sistema imunológico é forte e saudável.
7. Eu me permito descansar e renovar minha energia.
8. Eu aceito mudanças com graça e flexibilidade.
9. Eu confio na capacidade do meu corpo de se curar.
10. Eu sou grato(a) pela saúde e pelo bem-estar em minha vida.

Sugestões para Harmonização Energética:

- Práticas de Respiração Profunda: Técnicas que promovam relaxamento e ajudem na recuperação do sistema respiratório e imunológico.
- Meditações para Fortalecimento: Meditações guiadas para fortalecer a saúde física e emocional, cultivando calma e clareza.
- Atividades de Conexão com o Corpo: Alongamentos leves ou práticas como yoga para ajudar na recuperação e no fortalecimento físico.



Conclusão

Para Hélder Costa, o processo de recuperação da COVID-19 envolve reforçar a resiliência física e emocional, além de cultivar uma sensação de segurança e calma. Com as terapias recomendadas e as afirmações de Louise Hay, Hélder poderá fortalecer sua saúde e encontrar equilíbrio no caminho da recuperação.