

*Sara Gomes*

# RELATÓRIO METAFÍSICO



HELENA MATOS

05/04/25



# **Perspectiva Metafísica sobre a Tiróide:**

A tiróide, na visão metafísica, está diretamente associada à expressão pessoal, ao poder da voz e à capacidade de criar a própria realidade.

Este órgão localizado na garganta reflete como a pessoa se posiciona no mundo: se consegue expressar a sua verdade com confiança ou se sente bloqueada, reprimida ou subjugada pelas exigências externas.

# **Perspectiva Metafísica sobre a Tiróide:**

Desequilíbrios na tiróide – como hipotireoidismo, hipertireoidismo ou nódulos – podem surgir quando existe medo de falar, medo de ser julgada, autocrítica excessiva ou repressão de desejos e vontades.

Na abordagem sistémica, pode estar ligada a dinâmicas familiares onde as mulheres (ou a linhagem em geral) foram silenciadas, desacreditadas ou condicionadas a “não incomodar”.

# Causas Emocionais e Energéticas Comuns Relacionadas

- Repressão da Voz Interior: Medo de se expressar, de dizer “não” ou de mostrar quem se é de verdade.
- Autocrítica e Exigência: Sentimentos de insuficiência, medo de errar ou de falhar.
- Desequilíbrio entre “agir” e “conter-se”: Falta de alinhamento entre o que se sente e o que se expressa.

# Terapias Complementares Recomendadas:

- Desprogramação Neurobiológica (DNB): Liberta padrões de repressão e medo de se expressar, restaurando a autenticidade e a confiança na comunicação.
- Terapia Angelical: Trabalha o chakra laríngeo (garganta), trazendo suavidade, proteção energética e abertura para a expressão da alma.
- Perspectiva Sistêmica: Permite identificar heranças emocionais e padrões de silêncio ou submissão familiar que ainda condicionam a expressão da Helena.



# 10 Afirmações de Louise Hay para a Tiróide e Expressão Pessoal:

1. Eu confio na minha voz e tenho o direito de me expressar.
2. Eu sou digna de ser ouvida e respeitada.
3. A minha verdade é sagrada e merece espaço no mundo.
4. Eu liberto a necessidade de aprovação externa.
5. Eu comunico com clareza, confiança e amor.
6. Eu sou suficiente exatamente como sou.
7. Eu dou voz aos meus sentimentos com sabedoria e calma.
8. Eu permito-me existir plenamente.
9. Eu escolho ser verdadeira comigo e com os outros.
10. A minha garganta é livre, saudável e em paz.

# Sugestões para Harmonização Energética:

- Canto terapêutico ou entoação de mantras: Para desbloquear a garganta e ativar o chakra da expressão.
- Escrita emocional ou criativa: Colocar no papel o que não se consegue ainda verbalizar ajuda a desbloquear.
- Meditações guiadas para o chakra laríngeo: Reequilibram a energia da comunicação e da expressão interior.



## Conclusão

Para Helena Matos, o processo de cura da tiróide envolve reconectar-se com a sua voz autêntica, libertar padrões de silêncio ou repressão emocional e permitir-se comunicar com confiança, leveza e verdade. Com as terapias recomendadas e as afirmações diárias, Helena poderá fortalecer o seu poder pessoal, restaurar o equilíbrio energético e viver com mais autenticidade.