DESAFIO
#VivaSemDores

DIA 1



CURA COM ESTÍMULOS NAS MÃOS

ALESSANDRA PERDUCA

CURA COM ESTÍMULOS NAS MÃOS

COMO TRATAR AS DORES DE CABEÇA

Existem várias causas para as dores de cabeça. O estresse, a tensão quando te esforças para fazer alguma coisa ou para ser o que não és. Ou seja, essas dores surgem quando pretendes algo com demasiada força e ansiedade pelo resultado, que se torna uma constante preocupação.

A dor de cabeça pode resultar, também, de negação aos pensamentos ou sentimentos que acreditas serem inaceitáveis.
São emoções negativas que estão enjauladas dentro de sua cabeça. As inseguranças, as ambições excessivas, a obsessão por ser perfeito (que causam uma dilatação sanguínea).
Qualquer que seja a causa da dor de cabeça, está ligada a tua individualidade.

Está nas suas mãos aprender a ser mais paciente e flexível consigo e com os demais.

É preciso compreender que quando você tem uma dor de cabeça é porque está na hora de tomar consciência de que é momento de mudar e agir.

Se as suas ideias forem, cada vez, mais claras e aprendes a dar o lugar que corresponde ao seu intelecto e as suas emoções poderá alcançar o equilíbrio e estar em harmonia consigo mesmo. Então, sua cabeça ficará mais leve.

Para a metafisica, dores de cabeça são indícios de preocupações excessivas, pensamentos possessivos e congestão mental.

Você é uma pessoa que possui inflexibilidade e resistência? Acaba se opondo aos acontecimentos da vida? Tem ideias preconcebidas acerca de um assunto, e não se permite perder o controle da situação? Então você também deve conhecer os sofrimentos de quem tem muitas dores de cabeça, certo?

Você é muito perfeccionista e não se permitem errar. E quando perde o controle não consegue desligar provocando uma terrível instabilidade emocional; fica batendo, mentalmente, na mesma tecla e sente-se inconformado?

Quando algo ruim acontece é dominado por lembranças perturbadoras, que aumentam ainda mais seu estado "de nervos"?

Têm dificuldade em deixar que as coisas sigam seu rumo natural sem sua interferência.

.

Em casos assim o antídoto é o resgate da alegria para melhorar a qualidade de vida. Agir positivamente, com contentamento, vai trazer alivio da dor.

Atuando em vários níveis do cérebro, a Acupuntura Coreana nas Mãos (sem agulhas) age ativando um circuito atenuando a dor, promovendo a liberação de endorfinas que dão a sensação de alívio e bem-estar. Aumenta os níveis de serotonina e diminui a liberação de substâncias cerebrais relacionadas à dor.



CURA COM ESTÍMULOS NAS MÃOS

COMO REALIZAR O ESTÍMULO

Para estimular os pontos você pode utilizar um palito de laranjeiro, uma caneta sem tinta ou qualquer objeto com uma ponta similar.

Você precisa estimular cada ponto, indiferentes do tratamento, pelo menos 3 minutos cada um.

A frequência com a qual você realizará os estímulos, dependerá da gravidade do desequilíbrio.



Nosso e-mail para suporte
kaiowa@acmsemagulhas.com.br