**CURSO SAÚDE TOTAL**

# CVS

#  M E D I C I N A

 **P R E V E N T I V A**

 **Dr. Otoniel R. Meira**

 Qual é o misterioso poder que se manifesta nas diversas funções do nosso organismo ? É uma força que parece pulsar em cada célula do nosso corpo; no movimento dos músculos, no batimento do coração, flui a corrente sangüínea e nutre a mente.

 Nada em relação ao corpo humano é tão importante como a vida. Este é um misterioso poder que trabalha em nosso ser.

 Os materiais que compõe o corpo humano não valem muito dinheiro. Mas quando eles se combinam para formá-lo, seu valor é incalculável, pois resulta na chama da vida. Cada célula, cada órgão, cada glândula deve trabalhar numa perfeita harmonia com todo o sistema. Para isto o Criador colocou em nosso corpo, mecanismos de controle para que todos os sistemas trabalhassem em perfeita ordem, usando todo o seu potencial, contribuindo assim, cada setor, para a boa função dos outros setores.

 Quando os engenheiros começaram pela primeira vez a construir o Canal do Panamá, não se preocuparam em limpar a selva dos mosquitos e outros insetos. Não compreendiam os graves perigos que estes constituíam. Como resultado, muitos de seus trabalhadores mais capazes perderam a vida, simplesmente porque não se havia feito previsão adequada para sua saúde e segurança. Nos sombrios pântanos viviam agentes causadores de enfermidades e morte, e o grande projeto teve que ser abandonado durante muito tempo até que toda a zona fosse limpa e saneada.

 A corrente da vida em nosso corpo deve manter-se pura e livre dos elementos que a contaminariam. Essa corrente interior, pode ser um rio de vida, saúde e energia, ou pode transformar-se em um infectado pântano de enfermidades e morte. **Isso só depende de cada um de nós**.

 Podemos purificar essa corrente, e mante-la realmente como um rio vivificante, se seguirmos um programa judicioso e prudente para nossa vida, que chamamos de “Pirâmide da Saúde”. Vejamos abaixo estes verdadeiros remédios naturais dados por Deus.

 No conceito de “PIRÂMIDE”, quanto mais na base, maior deverá ser o tempo em uso do remédio. Agregado a este conceito estão: as Fontes e a Comprovação da Ciência, com seus respectivos apoios (Disciplinas Espirituais e Inteligências Múltiplas), que facilitam a expressão curativa destes princípios. São elementos indispensáveis para uma vida saudável, e se os empregamos com inteligência nos ajudarão a vencer as enfermidades e mais do que isto, nos capacitarão para preveni-la.

 **UM TESOURO INESTIMÁVEL**

 A procura de um grande tesouro tem sido uma das preocupações do homem através dos tempos. Vez por outras ouvimos notícias do descobrimento de navios náufragos em alto mar, com tesouros incalculáveis em ouro, prata, jóias, etc. Na procura destas riquezas o homem não tem medido esforços nem economizados recursos para alcançá-los. Por outro lado, a segurança e conservação de um tesouro estão ligados ao seu valor real ou histórico. A saúde do homem, sem dúvida, é um desses tesouros. O seu valor está mais além de qualquer estimativa ou cálculo numérico. Só poderemos avaliá-lo quando o perdemos

 Ao formar Deus o homem, juntamente com inumeráveis bênçãos e privilégios outorgados, também o responsabilizou por sua conservação e manutenção. Lamentavelmente o homem tem dado muito pouca atenção a esta conservação, seja pela transgressão das leis e princípios que regem nosso corpo ou por ignorância.

 A ciência tem procurado contribuir cada vez mais com os meios e recursos científicos que nos ajudam a vencer as enfermidades. Mas ela nos alerta que o nosso grande alvo é a **prevenção e manutenção da saúde**. Uma grande escritora na área de saúde, Ellen. G. White, nos afirma: **“Mais vale 1 grama de prevenção do que 1 quilo de cura”.**

**O PODER DIVINO**

 “ Deus deseja que alcancemos a norma de perfeição que o Dom de Cristo nos tornou possível. Ele nos convida a fazer nossa escolha do direito, para nos ligarmos com os instrumentos celestes, adotarmos princípios que hão de restaurar em nós a imagem divina. Na palavra escrita e no grande livro da Natureza, Ele revelou os princípios da vida. É nosso dever obter conhecimento destes princípios e, pela obediência, cooperar com Ele na restauração da saúde do corpo bem como da alma. É a graça de Cisto que dá ao homem poder para obedecer às leis de Deus. É isto que o habilita a quebrar as cadeias do mau hábito.

 O amor difundido por Cristo por todo o ser, é um poder vitalizante. Todo órgão vital – o cérebro, o coração, os nervos ... --- esse amor toca, transmitindo cura. Por ele são despertadas para a atividade as mais altas energias do ser. Liberta a pessoa da culpa e da dor, da ansiedade e do cuidado que consomem as forças vitais. Vêm com ele serenidade e compostura. Implanta no ser humano uma energia que coisa alguma terrestre pode destruir -- a alegria no Espirito Santo – alegria que comunica saúde e vida.” (Ciência do Bom Viver – E.G.White).

 “Ele tomou sobre Si as nossas enfermidades, e levou as nossas doenças.” “Ele foi ferido pelas nossas transgressões, e moído pelas nossas iniquidades; o castigo que nos traz a paz estava sobre Ele, e pelas Suas pisaduras fomos sarados.” (S. Mateus 8:17 e Isaías 53:5).

 **SAÚDE X ENFERMIDADE**

 Podemos identificar 5 pontos principais que diferenciam a saúde da enfermidade segundo o Dr. William Whinto.

**1° PRINCÍPIO ----** **A saúde é uma ação positiva e agressiva em vez de um papel passivo para ditar e dirigir seu destino saudável.**

 “Grande parte das doenças que afligem a humanidade, tem origem na mente, e só podem ser curadas pela restauração da mente à saúde” (Mente, Caráter e Personalidade -- Pg 396 – E.G.W.)

 A saúde não é resultado da casualidade, mas deve ter uma participação mais ativa (prevenção) na luta contra a enfermidade.

**2° PRINCIPIO ----** **A saúde é uma aceitação e compreensão total de sua responsabilidade de permanecer bem.**

 “A consciência de estar procedendo bem é o melhor remédio para corpos e mentes enfermos” (E.G.White)

 Temos que aceitar a responsabilidade de permanecer bem sem importar-nos com a idade que temos ou as circunstâncias que vivemos. Nossa mente é um poderoso instrumento neste contínuo processo para obter saúde.

3° PRINCÍPIO ---- A saúde é a eliminação e o reconhecimento sistemático de todos os estilos de vida negativos.

 Devemos fugir do pessimismo, pois a adoção de um estilo de vida negativo, contribui para a enfermidade. Ninguém nasce alcoólatra, fumante, ou viciado em drogas, no entanto, no transcurso da vida com as escolhas negativas, seja por modelos, exemplos, costumes sociais, etc., levarão fatalmente a um estilo de vida que ao final acarretará enfermidade. Ao contrário, é nosso dever viver com otimismo, enfatizando a saúde todo o tempo, evitando tomar decisões negativas que mais cedo ou mais tarde custarão a saúde e a própria vida.

4° PRINCÍPIO ---- A saúde é um modo de vida que resulta em longevidade máxima e qualidade elevada de vida.

 A vida de uma pessoa melhorará de acordo com o tempo reduzido de enfermidades que teve no passado. “Muitos que atravessam a vida como inválidos, poderiam ser sãos, se tão somente assim o pensassem.” (E.G.White)

5° PRINCÍPIO ---- A saúde é sentir-se melhor e viver mais tempo.

 Se conservarmos as atitudes saudáveis, estaremos melhorando a capacidade de gozar da vida, felizes, produtivos, com longevidade.

 Nas lições seguintes conheceremos o poder de cura e prevenção dos 12 remédios naturais de Deus. Como também dos agentes agressores mais comuns a integridade de nosso corpo, como: álcool, fumo, drogas, entorpecentes, auto-medicação e os erros alimentares.