



Programa do Curso: Reforma Íntima e Cura / 2020-2021

Instrutor: Marco Bechara

1. Nome do Curso:

"Reforma íntima e Cura"

2. Duração / Dia / Horário:

22 encontros, ONLINE - 2 encontros por mês, de 60min./
1ª e 3ª semanas do mês / Terças-feiras, de 20:30 as 21:30h. /
Início em 03/11/2020. **Vide Cronograma em Anexo.**

3. Missão do Curso:

Oportunizar metodologias e técnicas de gerenciamento das emoções, dos sentimentos, e de toda e qualquer manifestação de defeito ou vício moral, com bases no Evangelho de Jesus, na Neurociência e na Programação Neuro-linguística, objetivando o autoconhecimento para a prática efetiva do planejamento e da gestão da sua Reforma Íntima, e consequentemente viabilizar os processos de cura da alma;

4. Justificativa para o Curso / Filosofia:

Vivemos o momento da maioria do "cristão-espírita" e da "mediunidade de parceria", não mais sendo possível apenas estudarmos e teorizarmos a reforma íntima! A reforma íntima tem que ir para a prática efetiva cotidiana, em todos os nossos pensamentos, palavras, atitudes, emoções e sentimentos;

Curso eminentemente prático, se utilizando de métodos e técnicas de neurociência e neolingüística, a fim de produzir "metanóia" (ir além da mente), nos participantes, reeducando e oportunizando a transformação de atitudes, palavras e pensamentos, mais coadunados com os ensinamentos de Jesus e em consonância com os princípios da doutrina dos espíritos.

5. Principais Objetivos do Curso:

- Identificar a necessidade de efetiva transformação moral, através da aquisição de rotinas e treinamentos, que disciplinarão a sua mente para o reforço de atitudes, palavras e pensamentos cristãos-espíritas;
- Identificar como nos tornamos reféns de nossa mente, que reproduz nossos vícios e defeitos, herdados de vidas pretéritas;



- Identificar métodos e técnicas de melhora efetiva de nossa comunicação e de nosso relacionamento, com aqueles que a vida nos faz conviver;
- Identificar os 7 princípios Herméticos, e como é possível trabalhar com eles na própria reforma íntima, na auto-cura, e na cura do próximo;
- Identificar o que é o AMOR sob a ótica do evangelho do Cristo;
- Identificar na estrutura psíquica do ser humano os vícios, defeitos e virtudes morais;
- Identificar a anatomia e a fisiologia do nosso corpo sutil e a estrutura setenária do ser humano;
- Identificar como produzimos elementais artificiais que se agregam ao nosso campo mental, e conseqüentemente a nossa estrutura psíquica;
- Identificar a necessidade de auto-defesa psíquica, agregando ao seu conhecimento técnicas práticas para tal propósito;
- Identificar a necessidade de se utilizar de recursos físicos, na produção de sua proteção psíquica, bem como, que recursos e quando utilizá-los;
- Identificar métodos e técnicas de auto-cura da alma e do corpo físico;
- Identificar e colocar em prática metodologia para a sua reforma íntima;
- Identificar seus vícios e defeitos, entendendo o conceito e características de manifestação de cada um deles, oportunizando lucidez para combater, diminuir, e gerenciar cada um deles.
- Despertar da consciência, pelo esclarecimento da razão, de quem somos e qual nossa missão no planeta;
- Identificar a necessidade de treinar o **ACIV** (**A**tenção, **C**oncentração, **I**ntenção e **V**ontade);
- Identificar formas de fortalecer a fé e acreditar de que podemos ser melhores, a partir de AGORA;
- Identificar e trabalhar com as etapas do desenvolvimento moral;
- Identificar a necessidade de disciplinar a mente, os sentimentos e as emoções;
- Identificar qual o momento e como conter suas más inclinações;
- Identificar e adotar metodologia eficiente e eficaz para conter e ir diminuindo as incidências de equívoco no trato com as pessoas;
- Identificar e adotar técnicas e ferramentas de despertar de consciência, para a necessidade de saber respirar para gerenciar sentimentos e emoções;
- Identificar e adotar técnicas e ferramentas de despertar de consciência, para a necessidade de disciplinar a mente através da meditação, diariamente;



- ❑ Identificar metodologia e técnicas de oportunizar a higienização e energização do próximo, seguindo os preceitos ensinados pelo mestre Jesus;

6. Por que é necessário TREINAR, e nos utilizarmos de metodologia para disciplinar nossas más inclinações?

O espírito é herdeiro de si mesmo. Tudo o que somos tem suas causas no passado (vidas pretéritas). E, o que seremos no futuro, depende do nossas atitudes, falas e pensamentos efetivados no presente.

Só existe uma maneira de transformarmos uma tendência,... é interferir, em tempo real, na ocorrência! Logo, é necessário criarmos um método de observar e registrar as ocorrências, relativas ao nosso comportamento, a fim de não deixarmos acontecer as coisas oriundas das nossas más inclinações. Aí sim você começa a ter possibilidades de transformar o que não gosta e compreender o que ainda não consegue mudar! E partimos da premissa de que o que não é mensurado não pode ser avaliado!

7. Entendendo a necessidade dos conteúdos do curso, e das metodologias e técnicas, para a Reforma íntima orientada:

Toda relação (real + ação) produz atrito. Produzindo atrito verificamos o desgaste. Ou seja, todo relacionamento intenso tende a verificarmos mais atritos e conseqüentemente mais desgastes - É exatamente assim que acontece com os nossos relacionamentos humanos, principalmente com aqueles que nos são próximos.

A fim de diminuir esses desgastes o ser humano tem que aprender a estabelecer **diálogos permanentes** que gerem **confiança** para ambas as partes. E a única forma de conseguirmos confiança do outro, através de diálogos, é quando demonstramos **saber ouvir** e **respeitar** a fala e o ponto de vista do outro.

Quase sempre para conseguirmos realizar esse processo, temos que questionar nossos **princípios organizadores** (São os nossos valores e as nossas crenças adquiridas ao longo da vida, através de nossa educação e da cultura que somos inseridos). E questionar esses princípios significa reprogramarmos o nosso **pensamento**, com novas aquisições **cognitivas**, a fim



de refletir, novas **atitudes**. Por isso o treino de se tornar bom é necessário!
Por isso o treino de domar suas más inclinações é necessário!

Da mesma forma que necessitamos do espelho para nos vermos fisicamente,
necessitamos do outro para nos vermos psicologicamente (Eu moral).

E para crescermos como pessoa, é necessário saber colocar em prática um
velho ditado grego: Necessitamos trocar espelhos por Janelas!

Dessa forma, conseguiremos "ver o outro" - E saber se colocar no lugar do
outro. Aí sim poderemos ter compreensão sobre: como ele vê; seus
interesses; seus valores e suas crenças, etc. Temos que desenvolver essa
"competência". E como diria MahaAtman Ghandi: "*Nós temos que ser a
mudança que queremos ver no mundo*"

Entendendo que o maior problema de nossa existência reside na doença do
EGO (EGOÍSMO), faz-se necessário produzirmos autoconhecimento sobre:

- Quem somos? Como entender nossa estrutura de formação física, psíquica, e perispiritual?
- De onde viemos? Para onde vamos?
- O que viemos fazer, ao encarnarmos nesse planeta?
- Quais nossas potencialidades? Como podemos utiliza-las?
- O que é a doença? O que é a cura? (do corpo físico e da Alma)



ANEXO

O curso é de **NATUREZA PRÁTICA**. Logo, é de fundamental importância que o participante entenda, pratique e insira em sua Rotina Diária, os seguintes procedimentos:

1. Todas os conceitos e explicações referentes a Reforma íntima e a cura, terão como base o Evangelho de Jesus e os princípios da Doutrina dos Espíritos: A existência de Deus; A imortalidade da alma; A reencarnação; O esquecimento temporário das vidas passadas; A comunicação dos espíritos; A fé raciocinada; A lei da evolução; A lei do Amor; A pluralidade dos mundos habitados; E a crença de que: o hábito pode transformar a natureza!
2. Em todas as aulas haverá uma tarefa para "casa" bem simples, a fim de otimizar e reforçar o aprendizado durante toda a semana, até o próximo encontro;
3. Em todas os Encontros, 30 minutos antes de iniciar a aula, estará disponível para download, o material didático da aula do dia;
4. O treinamento de ideoplastias, higienização e energização dos corpos físico e sutis, será uma constante, em quase todos os encontros;
5. É de vital importância que o participante tenha entendimento sobre a Doutrina dos Espíritos;
6. Serão sugeridas visitações, em trabalho de caridade, a: hospitais, orfanatos e asilos, para aqueles que puderem, e assim desejarem!
7. Todos os participantes se comprometem a ter as seguintes atitudes antes de dormir:
 - Ler aleatoriamente um tópico do livro "**Cirurgia moral**" - pelo Espírito Lancellin, como preparo;
 - Fazer uma prece, sentado e de olhos fechados, pedindo orientação segura para sua conduta na vida, balizado pelo Evangelho Segundo o Espiritismo;
 - Ler aleatoriamente um trecho do **Evangelho Segundo o Espiritismo** e analisar e refletir, se vem fazendo o que lhe foi apresentado;
 - Fazer uma prece de agradecimento pelo dia vivido, relembrando se fez algo, falou ou pensou, em relação a alguém, que poderia ser feito de maneira mais evangélica;
 - Ao deitar, pedir ao seu mentor e seus guias que os conduzam, em desdobramento, para trabalho, estudo ou tratamento, conforme a necessidade, e pela vontade do Pai;



OBS: Para os que quiserem, também serão passadas "afirmações pela voz", com objetivo de plasmar e criar uma nova realidade para sua psicofera áurica e ambiental.

8. Todos os participantes se comprometem a ter as seguintes atitudes logo que acordar:

- Ler aleatoriamente um tópico do livro "**Conduta Espírita**" - pelo Espírito André Luiz;
- Tomar banho, realizando uma prece debaixo do chuveiro, solicitando a Deus, que toda e qualquer energia mal qualificada, presente em "seus corpos" possa ser retirada;
- Se energizar, criando ideoplastia de estar sendo penetrado por um fecho de luz branca prateado, pelo chakra da coroa, percorrendo todo os chakras, até sair pelas solas dos pés, e penetrar até 5 metros na terra, a fim de funcionar como aterramento;
- Antes de sair de casa, realizar uma breve prece e "se escudar".

9. Prestar atenção em suas atitudes, palavras e pensamentos, em relação ao próximo, em todos os locais que frequente, principalmente no trânsito;

10. Ao se sentir cansado, estressado ou preocupado... fazer respiração no padrão 1:2 (expira no dobro do tempo que inspirou, de forma lenta e profunda), pelo menos por 3 minutos, e pedir auxílio ao seu mentor; Isso evitará a produção ou manutenção de "elementais deletérios" em seu campo mental;

11. Não reagir instintivamente aos fatos que lhe ocorrerem! Utilize-se do método identificado por você, de maior probabilidade de "contenção do seu impulso de reação"; respire...pense....aja!

12. Procure sempre ler o material didático enviado, antes de chegar a aula, trazendo contribuições, exemplos e dúvidas para serem sanadas!

13. Pelo menos 1x por semana fazer o Evangelho no Lar... seguindo roteiro passado em aula;

14. Pelo menos 1x por mês participar de alguma visitação a algum hospital, orfanato ou asilo, com objetivo de doaçã o em amor aos irmãos necessitados;

15. Lembre-se SEMPRE, que em qualquer situaçã o, posicione-se e aja como um "educador de almas"; Para isso, treine "**AD**", em todos os momentos: a **A**bnegaçã o e o **D**evotamento!

16. SEMPRE que puder, também treine o **BIP**: **B**enevolência; **I**ndulgência; **P**erdão.



Lembre-se de que o curso é apenas um excitador e orientador de sua melhora contínua e diária! Mas isso só acontecerá pela sua própria vontade! Ninguém é capaz de lhe educar ou lhe transformar....isso só pode ser feito por você mesmo, reeducando seus pensamentos, palavras e atitudes. E, em todas as suas preces, sempre peça:

- CORAGEM em enfrentar suas expiações e provas, com atitude positiva;
- FORÇA para superá-las;
- FÉ, para entender que tudo passa....e que agindo assim, você está se tornando melhor!

Estamos juntos nessa jornada que hora se inicia!

Do amigo e orientador dessa "EGRÉGORA VIRTUAL" que estamos formando!

Marco Bechara

NAMASTÊ



Cronograma do Curso Online de Reforma Íntima- 2020 e 2021

ENCONTROS	DATA	CONTEÚDO
Encontro 1	03/11	Apresentação do Curso e Comprometimento do Participante;
Encontro 2	17/11	Mente e Aglomerado Psíquico;
Encontro 3	01/12	Relacionamentos e a Comunicação Humana;
Encontro 4	15/12	Os 7 Princípios Herméticos e a Estrutura da Matéria;
-----	-----	RECESSO DE FINAL DE ANO
Encontro 5	19/01	Defeitos e Vícios - Conceitos, Características e como combater;
Encontro 6	02/02	Entendendo a Anatomia e a Fisiologia do Corpo Sutil - parte 1;
Encontro 7	02/03	Entendendo a Anatomia e a Fisiologia do Corpo Sutil - parte 2;
Encontro 8	16/03	Entendendo a Estrutura e funcionamento dos Chakras - parte 1;
Encontro 9	06/04	Entendendo a Estrutura e funcionamento dos Chakras - parte 2;
Encontro 10	20/04	Criação de Elementais Artificiais;
Encontro 11	04/05	Auto-defesa Psíquica;
Encontro 12	18/05	Auto-defesa Psíquica;
Encontro 13	01/06	Entendendo processo de Auto-Cura;
Encontro 14	15/06	Tratamento Energético do Próximo;
-----	-----	RECESSO DE MEIO DE ANO
Encontro 15	03/08	Defeitos e Vícios - Como Combater - parte 1;
Encontro 16	17/08	Defeitos e Vícios - Como Combater - parte 2;
Encontro 17	21/09	Defeitos e Vícios - Como Combater - parte 3;
Encontro 18	05/10	Metodologia de trabalho para a Reforma Íntima - parte 1
Encontro 19	19/10	Metodologia de trabalho para a Reforma Íntima - parte 2
Encontro 20	16/11	Metodologia de trabalho para a Reforma Íntima - parte 3
Encontro 21	07/12	Metodologia de trabalho para a Reforma Íntima - parte 4
Encontro 22	21/12	Revisão - Dúvidas - Conclusão do Curso