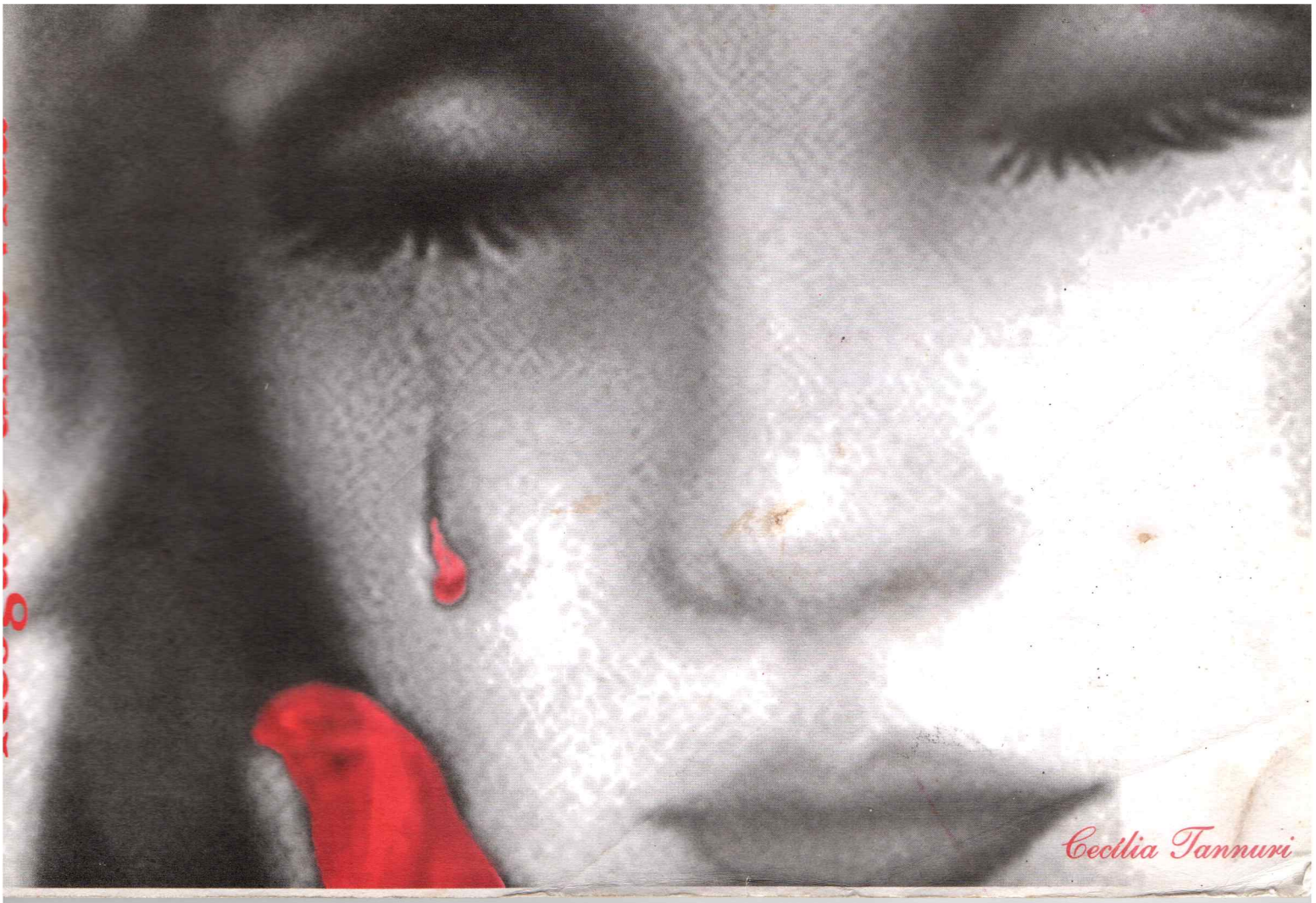

Cecilia Tannuri

05/09/2010

Minha Deli

Voce veio para Resgatar Vidas, neste mundo conturbado,

RESGATE UMA VIDA

Sem respeito, e principalmente Sem Amor ao proximo.

Voce tem a Sabedoria para executar...

Pode não ser facil, mas será gratificante

Amo voce como filha mas amo o Ser Humano que voce é - integro e com caracter a

Cecília Tannuri
Edição Especial - 2010

Composição
Diagramação e Editoração - Sheila Siqueira de Souza

Capa
Arte: Carlos Souza
Colaboração de Edição e Montagem
Maria Inês S. Costa
Acabamento / Impressão
Osvaldo F. Garret

DIREITOS RESERVADOS PARA A LÍNGUA PORTUGUESA
Cecília Tannuri
Campinas - São Paulo
e-mail: violenciasemrastros@gmail.com

Impresso:
Gráfica Dupin 19 3208 4038 / www.graficadupinloja.com.br

PRÓLOGO

Nada é por acaso

Quando descobrimos isso levamos um susto e, chegamos a uma conclusão de que tudo o que aconteceu em nossas vidas tem um porquê, uma razão, um motivo e um objetivo.

Essas lições, amar; tropeçar; refazer; lutar, que executamos fazem parte da nossa trajetória e evolução nessa terra.

Entender que tudo tem um propósito maior, o nosso crescimento emocional, mental, espiritual, e físico torna nossa vida mais interessante. Não podemos pensar que algumas situações ou alguns acontecimentos sejam mero acaso.

Seria demais o nosso desinteresse e também um completo descaso com a nossa estória, com nossa vida. Cada ser humano é totalmente LIVRE para escolher sua trajetória.

São as escolhas. Não temos a mínima obrigação de convencer o outro da nossa verdade, se torna muito cansativo e desnecessário.

Ficar em dúvida, preconceito e discriminação gera conflitos na mente e, conseqüentemente, o emocional ficará desajustado.

PRÓLOGO

Não temos muito tempo para fazer nossa estória da mais inteligente e melh maneira possível.

Quando vamos entender que temos a chance e o privilégio de poder cres dia após dia ?

Como é triste nos depararmos com pessoas que não sabem quem são, co são e qual seu papel neste momento de completa mudança e transformaç planetária.

Acredito que o sentimento de tristeza deve ser trocado por compaixão, pa aqueles que se escondem da própria vida e passam os dias, meses e an perdendo a oportunidade de se conhecer.

Sugestão: olhe para você mesmo e saberá que somos seres humanos LIVRE Portanto, podemos fazer 'escolhas' e nos responsabilizar por ela

AGRADECIMENTO

' Resgate Uma Vida' hoje é o título do meu quinto livro. Foi uma longa jornada, muito aprendizado, muita resignação, desapego, aceitação e solidão. O reconhecimento e a valorização dos meus trabalhos vem de encontro com o meu momento de 'paz interior'. Parte da minha estória já foi concluída, estou pronta para um novo ciclo. Hoje é uma nova etapa. Estou em um momento onde não me sinto no direito de pedir, tenho muito que agradecer. Então, nasceu o livro ' Resgate Uma Vida'. Afinal, a minha vida foi resgatada e, por isso, tenho a gratidão e o dever de passar essas ferramentas para serem usadas com responsabilidades. Resgate uma vida você também, pois, lá na frente, teremos mais livros, conhecimento, ferramentas e gente feliz

Cecília Tannuri

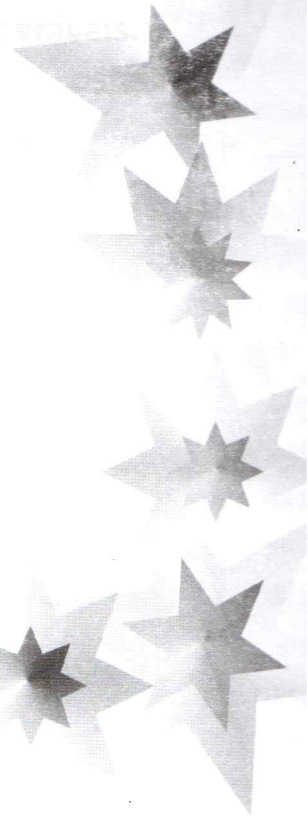
RESGATE UMA VIDA !

Onde estão as pessoas ?
Meus amigos ?
Vizinhos, familiares, companheiros de trabalho ?
Não consigo achá-los, parece que estão em outro mundo, outra dimensões.
Tudo é estranho.
As pessoas correm de um lado para outro, não se olham, não se cumprimentam, não se falam...
Será medo ?
Será desconfiança ?
Será descrença ?
Os olhares não se cruzam.
Existe uma barreira colocada por nós, que não nos deixa viver livremente.
Vamos continuar separados, cada um por si ?
E a união, não teremos mais ?

Como voltar atrás? Tempo em que éramos felizes, pois estávamos cercados de pessoas que amávamos, pessoas queridas e especiais. Respeito; paz, amor; não violência, eram conceitos usados e praticados. Hoje, poucos sabem disso. Será que conseguiremos RESGATAR VIDAS? Trazê-las de volta e nos unir? Se não resgatarmos vidas, como AMAR? Como alcançar e olhar dentro dos olhos de cada um daqueles que um dia já passaram por nós ? A violência traz mêdo, e o mêdo nos separa. É uma realidade, mas temos conhecimento e ferramentas para termos qualidade de vida. Basta querer. Pensando nesta triste realidade, resolvi desenvolver um novo trabalho, que reúne traços da violência, realidade, qualidade de vida e transformação. Em uma cartilha rápida, simples e objetiva. Vamos ter em nossas mãos um PSB - Pronto Socorro do Bem - para nos cuidar e não sermos apenas 'corpos andantes' perambulando por aí, sem objetivo e sem destino.

Que os olhares se cruzam com amor, paz e tranquilidade. Não podem
deixar que boas energias se tornem ZUMBIS, apenas cumprindo o papel
seres humanos comuns. Somos muito mais do que a programação norm
que nos é dada de presente pela fonte divida. Todos os acessórios vee
separados, e temos uma vida inteira para usá-lo com sabedori
Basta querer e se esforçar ao longo dessa jornad
Somente nós podemos abrir nossas caixinhaas de surpresas. Temos q
confiar. Confiança, entrega e devoção fazem com que nossa caixinha este
cheia de ingredientes que nos farão seres humanos diferenciados e especi
e, com isso, vamos fazer a diferença na vida de outras pessoas. Esta é a ro
d vida. Pulverizar o bem e o amor incondicional. Abra sua caixa, pegue s
receita e faça da sua vida o melhor, tente quantas vezes forem necessári
não desista. Ás vezes a receita é complexa e de difícil entendimento, por is
estamos aqui, nesta Terra, na mais completa conexão com nosso Cris
Ele nos dará o caminho e a luz necessária para nos tornarmos filh
semelhantes de Deus.

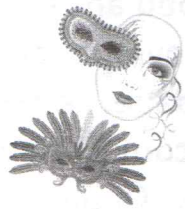
UNIDADE I



VIOLÊNCIA SEM RASTROS
ONDE SE ESCONDE ?

Com tanta violência nos dias de hoje, a violência familiar não tem destaque porque está sempre escondida dentro de casa. Por ser uma violência sem marcas, aparentes, os danos causados no emocional dos participantes são irreparáveis. Por isso, a terapeuta Cecília Tannuri, que oriente esses familiares, está começando uma campanha nacional para a conscientização da sociedade. ' Violência Sem Rastros' é o título dessa campanha, que acontece por todo o Brasil. Ajude-nos a quebrar o silêncio dessa tortura psicológica.

FAÇA SUA PARTE ! DENUNCIE



CAMPANHA CONTRA VIOLÊNCIA TEM REPERCUSSÃO NACIONAL

A Matéria 'Violência Sem Rastros' publicada em O Diário ganhou repercussão nacional. Com isso, a terapeuta Cecília Tannuri está preparado uma campanha contra a violência doméstica pelo Brasil. Com milhares de panfletos da matéria contra a violência, Cds, DVDs, banners e outdoors, Cecília pretende levar esse trabalho às principais capitais do país, promovendo palestras, atendimentos individuais; familiares e orientações para os órgãos competentes.

Trata-se de um trabalho voluntário, portanto, todas as ferramentas de ajuda para a vítima de maus-tratos são absolutamente gratuitas.'Ainda não temos patrocinadores, a clínica terapêutica Glork vai suprir tudo isso', diz Cecília com orgulho e gratidão de poder retribuir com a ajuda que ela mesma recebeu anos atrás. 'Trabalhei oito anos como se fossem 80, com o objetivo de movimentar uma campanha gigantesca e quebrar o silêncio de uma triste realidade. Se houver parceiras será ótimo, mas não tenho tempo de esperar, vou começar sozinha pois esta informação tem que ser passada adiante', disse. Quando a violência atravessar os muros, portões e vidros das residências e chegar até nós, cidadãos com moral e ética, passará a ser um problema social.

Denuncie e teremos armas para lutar! E a partir disso, nós teremos forças para quebrar o autoritarismo e a falta de respeito. Quantas pessoas podemos libertar deste cárcere sem grades ? Dezenas, centenas, milhares, eu espero. Quem estiver lendo essa reportagem e passando por isso, não se desespere. 'Você conseguiu abrir portões e nunca mais olhar para trás sem culpa. Pense na sua liberdade. E quando isso acontecer, faça pelo seu próximo, no efeito dominó. Seremos a maioria e conseguiremos banir e afastar pessoas com essa conduta', disse. A terapeuta Cecília Tannuri conseguiu mais um espaço na TV regional, fazendo um novo programa exclusivo. A Violência Sem Rastros (nome da campanha). 'É de utilidade pública relacionar o problema da violência familiar à reações de gênero e dos discriminatórios na sociedade',finalizou

A mascara da violência domestica infelizmente ainda está muito fortalecida pela sociedade. Meu trabalho terapêutico caminha paralelo com a ONG SOS Mulher, onde a impunidade e o preconceito prevalecem. Enquanto o ser humano não entender que somos LIVRES emocionalmente e fisicamente, ainda haverá o medo contido destruindo a mente daquelas que se prendem na tortura psicológica. A ONG ajuda gratuitamente a todos: violentados sem marcas aparente dentro de suas casas. Estou falando da violência domestica, que vem sempre acompanhada com a maquiagem para esconder a dor e o sofrimento dos familiares. Quando as violências não têm marcas físicas parece que os problemas (principalmente as mulheres) ficam insignificantes, afinal de contras tudo fica entre quatro paredes. O estrago emocional que essas mulheres apresentam é gigantesco e poucos conseguem sair dessa roda-viva. Ajudo essas mulheres na minha clínica gratuitamente e forneço livros e Cds de auto-ajuda, na intenção de recuperar e fortalecer energeticamente essas pessoas. A omissão e o medo da família de se envolver são tão grandes que passam-se anos e anos e todos 'os de dentro' e os poucos de fora preferem fingir que nada está acontecendo. Não façam isso: se houver tortura, desrespeito, calúnias, busquem ajuda. Temos muitos órgãos para ajudar: Delegacia da Mulher, Assistente Social,

A VIOLÊNCIA SEM RASTR

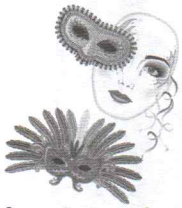
Conselho Tutelar (Quando for criança), Padres, Pastores, Igrejas e Templos. Não é uma questão de intromissão. Muitas crimes poderiam ser evitados se todos nós colaborássemos com as vítimas que nos buscam. Procure não julgar. Somos seres inteligentes, com capacidade de discernimento. Faça sua parte é uma questão moral e ética. Ajudem ! A omissão é uma covardia !!!

Matéria escrita pela terapêuta vibracio
Cecília Tannuri para o jornal O Díario,
de Barretos - SP

Fones: 19 9125-7867
19 9723-4446

- Rever a auto-estima
- Adquirir auto-confiança
- Saber reconhecer os medos e nossos fracassos
- Trabalhar interiormente para nos fortalecer
- Tornar-mos um ser humano inteiro (espiritual, mental, emocional e físico)
- Saber dos nossos direitos como cidadãos
- Ter metas e objetivos em sua vida
- Trabalhar a tristeza, a melancolia e o stress
- Trabalhar os sete títulos do livro Glork

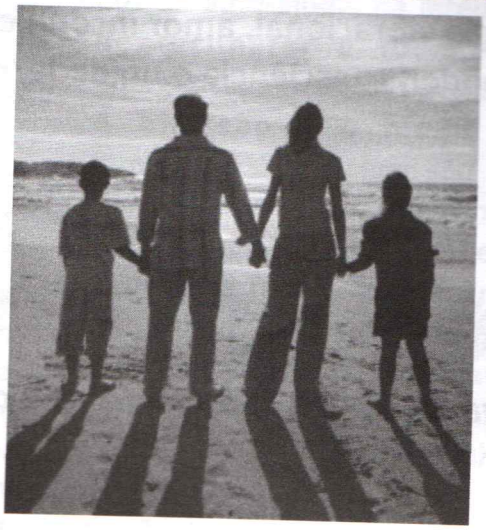
(faça bom uso de sua energia, energia vibracional, amor incondicional, depressão e medo, o mau uso do poder, consciência e unidade, cada um faz sua história)



O trabalho da terapia vibracional vai ajudar na conscientização de que sem o respeito nós não vamos adquirir dignidade

A família representa o alicerce de toda a estrutura da sociedade, as raízes morais e a segurança das relações humanas. Mas se nos confrontarmos com a realidade moderna, poderemos observar um conjunto de fatores de ordem moral, sentimental, econômica e jurídica, que concorrem para desvirtuamento do conceito tradicional da família.

A violência pode ser entendida como a força material ativa e que causa prejuízo físico. Também pode figurar aquela circunstância em que uma pessoa impõe o seu poder sobre outra através de meios persuasivos e coativos



Você tem tudo ?

Não.

Você é livre ?

Não.

Você pode ir e vir ?

Não.

Você pode sorrir ?

Não.

VOCÊ ESTÁ LIVRE
ENTRO DA SUA PRISÃO

VIOLÊNCIA SEM RASTROS

Onde se esconde ?

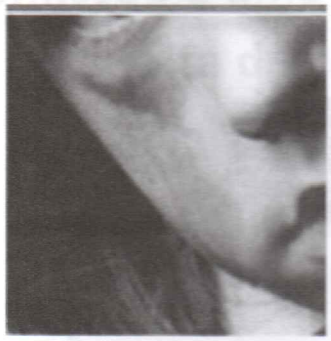
Como se esconde ?

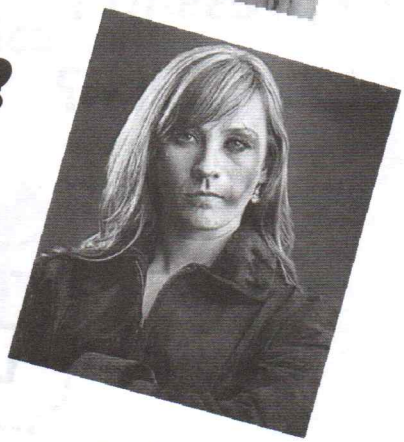
Porque se esconde ?

Tire esta máscara e valorize sua vida !

Ajude os outros a enxergarem esta realidade !

A omissão e o medo da família de se envolver são tão grandes que se passam anos e anos e todos os de dentro e os poucos de fora preferem fingir que nada está acontecendo





SABEDORIA ?
DISCERNIMENTO ?
IGUALDADE ?
AUTORIDADE ?

DIÁLOGO É O CAMINHO !!!

Pressão ?

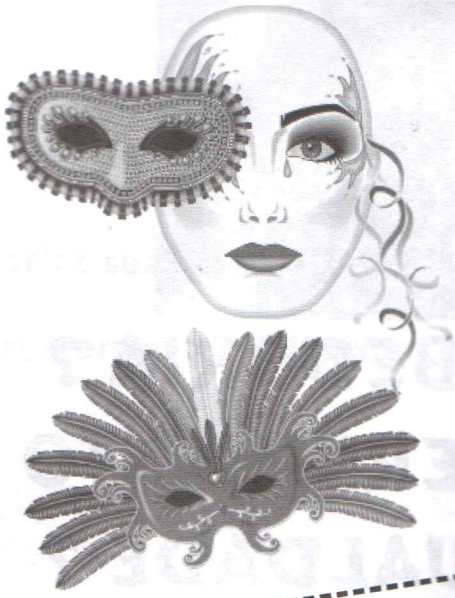
Culpa ?

Impotência ?

Solidão ?

Depressão ?

Melancolia ?



Medo ?

Prisão ?

Vergonha ?

Desespero ?

Aflição ?

DENUNCIE

VIOLÊNCIA SEM RASTROS

A omissão é uma covardia,
uma falta de caráter.

Procure não julgar.

Faça sua parte.
É uma questão moral e ética.

Depende de você !!!

Sair dessa prisão
sem culpa ?

COMO ???

ERDADE É VIVER SEM MEDO.

VOLTE A SORRIR PARA A VIDA

CONSCIENCIA DE MUDANÇAS...

Muitas coisas dependem de você:

- **Casa**
- **Dinheiro**
- **Filhos**
- **Escola**
- **Sociedade**
- **Saúde**
- **Amigos**
- **Família**

Lembre-se,

o mundo está em suas mãos

AÇÃO !!!

• Opine •

• Tome decisões •

• Tenha atitude •

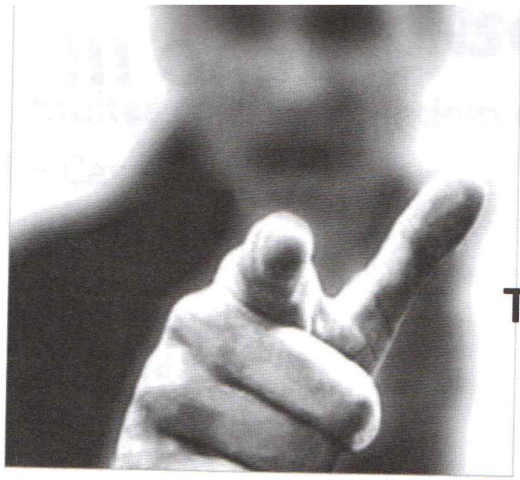
• Lute •

A Luta pela sobrevivência é diária e constante !

Tenha um objetivo, uma meta em sua vida !

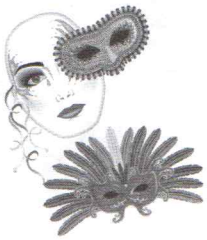
Se tropeçar, levante e tente novamente !

CULPA



Todos te culpam.

Alguns dizem:
se não der certo, você é culpada !



Ao seu redor todos enxergam
fórmulas para melhorar a vida alheia.

Mas quem irá encontrar
a resposta verdadeira é VOCÊ

GRATIDÃO ?

Agradeça a Deus todos os dias

por ter conquistado seu espaço !

›rize sua VIDA !!!

de os outros a enxergarem a realidade que você já vivência !

› seja negligente, ofereça ajuda !

ente quem precisa !

...embora se saiba forte,
há um homem cansado de parecer forte
quando se sente vulnerável.

Para casa mulher cansada
de agir como ignorante,
há homem que está oprimindo pela
exigência constante de saber tudo.

Para cada mulher cansada
de ser qualificada como
extremamente emocional,
há um homem a quem
lhe negaram o direito
de chorar e ser delicado.

Para cara mulher rotulada
de pouco feminina quando
é competitiva, há um homem
para quem a competitividade é a
única forma de demonstrar que
é masculino.

...cansada de
ser objeto sexual, há
um homem preocupado
com sua potência sexual

Para casa mulher que não teve acesso
a um trabalho satisfatório e a um
salário justo, há um
homem que deve assumir
toda a responsabilidade
econômica de outro ser humano.

Para cada mulher que
desconhece os mecanismos
de um automóvel, há um homem
que não aprendeu os prazeres
da arte de cozinhar.

Para cada mulher que dá
um passo para sua própria libertação,
há um homem que descobre
que o caminho para a liberdade
ficou um pouco mais para ele.

Autora: Mabel Bur

SOLDADOS MORTOS

vivendo em guerra
para sobreviver
o achar a porta do céu

queimando no deserto
ndo por ajuda
lo mundo está caído,
elhor amigo está enterrado

s chorando lágrimas sangrentas
do por nada
s apenas sentindo medo

soldados mortos
ndo pelo céu
apenas pessoas
e vamos morrer

soldados mortos
ndo pelo céu
apenas pessoas
e vamos morrer

Eles estão fumando seus charutos
tirando nossas vidas
fazendo nossas famílias chorarem no bar

Eles estão comandando nossas mentes
eles têm todo o poder
eles dizem a porra da mentira

Eles sempre querem mais
mais de dinheiro
eles são os senhores da guerra

Somos soldados mortos
esperando pelo céu
somos apenas pessoas
sempre vamos morrer

Somos soldados mortos
esperando pelo céu
somos apenas pessoas
sempre vamos morrer

Autor: Nel

UNIDADE 2

REALIDADE

Na confusão do nosso dia a dia, como saber se o que vivo é violência ou pode ser apenas DESTINO? Será que a violência de que falam tanto é espancamento, maus tratos físicos que deixam marcas, ameaças de morte, e s t u p r o
?

Ou será violência também aquelas partes de humilhações, de vergonha, de medo de buscar uma vida melhor, de esconder sempre para não complicar tudo, calar e aceitar para não perder o que foi tão difícil de conquistar

Será que a violência é só de marido, do parceiro ou parceira violentos ? Ou a violência aparece também na relação com nossos pais, alguns amigos, vizinhos safados? Será que é violências quando, no trabalho, eu sou humilhada, discriminada pela minha cor, orientação sexual, condição feminina ou cantada pelo meu chefe quando tudo o que quero é fazer o meu trabalho ? Será que essa violência é diferente das outras ?

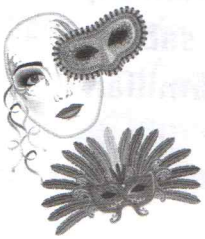
costume muito antigos, tradicionais e arraigados, as mulheres
re tiveram o encargo de educar, socializar e cuidar de todos á sua
. Geralmente, as mulheres não precisam passar pela escola para
der a 'ensinar', porque isso aprendemos desde pequeninos na escola da vida.

ıulheres aprendem e ensinam o que aprendem. Desde meninas
ıdem que só podem existir família, união duradoura, se houver paz,
onia e se elas forem boas. Então, ensinam a seus filhos, seus irmãos,
os, e parentes essas noções de vida. E, aprendem, também, que
· bem' é saber perdoar, é revelar sempre, é abrir mão, é não exigir
para si, é cuidar sempre dos outros. Mas isso elas só ensinam para
ıeninas, como elas aprenderam. E as mulheres vão se tornando,
n, anjos da guarda, sempre protegendo, sempre se desculpando
; outros, negando as brigas que acontecem, as disputadas ferrenhas,
devem ser sempre perdoadas as traições, os ciúmes. Pois, sabem
isso poderia destruir tudo, a paz, a harmonia e a união familiar.

Para manter a paz entre os seus, muitas vezes as mulheres se tornar cúmplice do mal feito, aprendem a esconder os 'segredos' mais feios d cada um, escondem os vícios do parceiro, ou parceira, dos filhos, dos pais mascara os maus tratos, as humilhações que recebe, justifica os abandono de que é vítima, para que sua família continue existindo, apesar dos pesares nada preciso fazer, nenhuma atitude precisa ser tomada.

Geralmente, nós mulheres acreditamos que se as coisas ruins estiverem b escondidas, 'fechadas no armário', amontoadas, negadas, é como se ela não existissem. E, se não existem, se não as vejo, se não as procuro, então nada preciso fazer, nenhuma atitude precisa ser tomada

Como reconhecer que as coisas estão erradas, que precisam ser 'arrumadas'? O que fazer



INCONSCIENTE COLETIVO

REALIDADE

Muitos têm sido capturados
Colocados em campos
Alguns foram chacinados
Muitos têm sido mortos

Pessoas culpadas e inocentes
Todos no mesmo chão
Ninguém notou
Nós brincamos de Deus

O que deveríamos fazer
Se tudo queimasse ?
Devemos ficar e lutar
Ou devemos correr ?

Muitos agora estão mortos
Por nenhuma razão
O que tínhamos em nossas cabeças ?
Tarde demais! Nós vamos cair ?

Muitos agora estão mortos
Por nenhuma razão
O que tínhamos em nossas cabeças?
Tarde demais ! Nós vamos cair ?

Alguns chamam isso de pe
Outros chamam isso de
Quem somos nós para ju

De quem seria
Muitos deuses têm sido cr
fazendo com que muitos sar

O que deveríamos
Se tudo queim
Devemos ficar e l
Ou devemos co

Muitos agora estão m
Por nenhuma
O que tínhamos em nossas cab
Tarde demais ! Nãos vamo

Autor:

SIMPLESMENTE FAÇA !

cansada de só ouvir reclamações de pessoas que usam suas energias tantas coisas, e não para o que é realmente importante. Pare para ir: quanto tempo passamos reclamando do que não temos, e quantas passamos trabalhando para ter o que queremos ? O que, realmente, nos dispostos a fazer para alcançar nossos objetivos ? Será que todos ossos objetivos serão alcançados ? E se não forem? Quando vamos tir? Conheci uma pessoa essa semana que me fez pensar tudo isso. vez que estou questionando qualquer uma das minhas intenções ou vações aparece alguém como este, para mostrar que, na verdade, ão sou louca. Ser idealista, querer um mundo correto, honesto e justo odos nós é loucura.

ser humano está na luta há 20 anos, é o primeiro que conheci que nente vive tudo aquilo que eu tento fazer, que entende a maneira a de se viver

trabalha por amor, constrói, muda vidas, coloca a vida dos outros da sua. E o mais importante: ele não é reconhecido por isso, nem se quer entendido.

arina Tannuri

O que é poder? Quando exercitamos com outras pessoas, qual é a reaçã
quem tem esta energia (o poder) e do outro que se sente coagido, com me
insegurança? Esta energia é uma via de duas mãos, pois, quando se
o poder para beneficiar o todo, é uma satisfação interior, um bem estar co
mesmo, um sentimento de dever cumprido. O contrário desse mesmo p
enegeticamente atuando, é desastroso, maléfico e destrui
Vejam como o poder é manipulador. Vivemos em um mundo de desave
o negativo parece estar impregnado no ar, as pessoas sentem medo,
conseguimos estabelecer contatos com outras pessoas, a desconfiança im
O mundo está doente, as energias estão desencontradas de uma fonte d
que deveria nos guiar. O poder (usado no negativo) fabrica guerras e alimenta o ódio e a
As religiões têm muito esta energia nas mãos e, as usam em ben
próprio conforme a convivência de cada uma delas. O nosso papel - dentro
trabalho de energia vibracional - é, justamente, descentralizar o poder, seja ele qu

em países, religiões, crenças, pessoas, famílias, amigos, qualquer tipo de intenções, o poder quebra a força e o campo magnético que iado a sua volta. Infelizmente, temos pessoas erradas, com muitos poderes, que seja possível a transformação e o crescimento deste planeta neste nto. Dentro deste conceito, é muito claro que todos nós possuímos estas ias. Mas, entender isso, trabalhar com isso, nos proporciona uma coragem abedoria para desmascarar os outros que nos tratam como seus escravos. bição, a ganância e o egoísmo, unidos ao poder, são bem mais destrutivos, ıe uma guerra, pois matam sem saber exatamente porquê. Simplesmente em as ordens dos senhores do comando dentro de um planeta. Conscientização ansão, de uma maneira geral, são algumas ferramentas que precisamos ir, sendo elas de importância vital.

a Tannuri

DISCRIMINAÇÃO

Discriminação é algo que vemos todos os dias, em todos os lugares, com todos os tipos de pessoas.

Discriminação é tudo aquilo que não se encaixa em nossa caixinha de pensamentos. Todos nós temos valores, nossas crenças, nossos sonhos de como o mundo deveria ser. O ser humano não é perfeito e nunca será. Por isso, o ato de discriminação contra algo em que não acreditamos, não concordamos ou não aceitamos, é uma consequencia natural do comportamento humano. Alguns discriminam o deficiente físico ou mental, por ser algo desconhecido a eles, e não percebem que talvez essas sejam as pessoas mais felizes desse mundo. Alguns discriminam religiões, mães solteiras, filhos fora de um matrimônio, o divórcio, pois seus valores e crenças não são compatíveis a essas ideias.

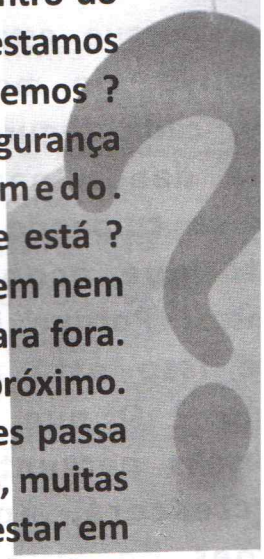
Esses não param para pensar, porém, na contradição dessa linha de raciocínio, pois o princípio básico de qualquer religião é o respeito e o amor ao próximo. Como podemos discriminar, amar e respeitar ao mesmo tempo ?

os olhar para cada situação colocada em nossas vidas e ter isso como
esente de Deus. É muito fácil fazer isso com coisas que julgamos boas,
, tentar fazer isso com as coisas também com situações que te
dam ou desafiem o que você acredita, que façam questionar quem
porque está nesse mundo. Tudo o que é colocado em nossas vidas tem
tivo. Do momento em que acordamos até a hora que dormimos, cada
cada segundo, é um aprendizado, e uma nova chance que o universo
e dando para crescer, entender, aprender, e transformar. Não perca
se culpando por já ter discriminado alguém ou alguma situação. Eu te
o que acontecerá de novo. Ao invés disso, focar, nessas simples
tas: Porque isso me incomoda ? Porque estou me sentindo ameaçado?
isso está acontecendo comigo ? O que posso aprender com essa
o ? O que posso aprender com essa pessoa? Faça disso um hábito.
ssas perguntas a você mesmo e responda-as. Você vai ver que com
crescerá, aprenderá e evoluirá. E verá que todas as pessoas e
ões do mundo colocadas em nossas vidas, sem exceção, têm um
to. Com isso, você acreditará que tudo é um presente de Deus para nosso crescimento.

Carina Tannuri

VOCÊ FAZ O BEM ?

Quantos de nós procuramos fazer o BEM? Costumávamos dizer que fazer o BEM faz parte do sistema da humanidade e, sendo assim, estamos dentro do contexto da sociedade. Se todos nós procuramos fazer o BEN porque estamos vivenciando o ápice da violências e do desrespeito onde não entendemos ? As pessoas desconfiam umas das outras e sabemos, também, que segurança é ilusão. Portanto, podemos dizer que vivemos o medo. Então, onde está a ação do BEM? Ela não existe no concreto ? Onde está ? Sendo assim, o que entendemos é que o Bem que tantas pessoas fazem nem sempre é o BEM para o outro: esta ação de fazer o BEM é de dentro para fora. Se não fizermos o BEM para nós, jamais poderemos fazê-lo so próximo. O aprendizado, a evolução e o crescimento é individual e muitas vezes passa despercebido para o mundo exterior. A 'vaidade' em mostrar essa ação, muitas vezes, é prejudicial e desnecessária. O verdadeiro BEM é energia de estar em PAZ com você e só assim conseguirá transmitir paz aos outros. Essa boa ação é com você ! Então, guarde-a consigo !



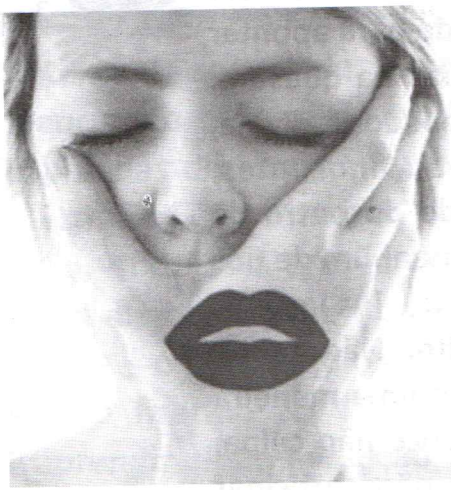
Cecilia Ta

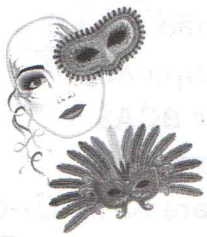
CULPADOS OU INOCENTES ?

discernir culpados ou inocentes dentro de nossas vidas ? Onde está o
o respeito e a lealdade? Se, realmente, tivéssemos o poder de decisão em
mãos ? É muito complexo e difícil achar que temos a liberdade para apontar
os e a ousadia para inocentar situações e pessoas envolvidas na questão.
que olhar para dentro de nós com muito cuidado e muita sabedoria divina,
nterior inofensivo que parece ser, achar culpados ou inocentes,
pessoas, destrói pensamentos, expectativas e a capacidade do outro de
iar sua caminhada, sua jornada, sua trajetória. Acredito que nenhum de nós
esse poder e essa permissão para julgar.
os nos culpar ou nos inocentar, é o máximo, é o limite. Não tenha
ceito de fazer parte da minoria do sistema e da sociedade de uma maneira
Se alguém lhe perguntar, não tenha vergonha de dizer que você não culpa,
lga, não acha nada da vida dos outros. Não tenha medo de não participar
grandes rodas, de não ter uma infinidade de conhecidos ou de não ser
ado para grandes festas. Saiba que, agindo com lealdade, você participa do
'universo infinito'. Ele não te trairá se não fizer BOAS AÇÕES ou tiver BOAS
ÇÕES. Não teremos julgamentos desleais, falsos e infames, porque somente
consciência poderá nos julgar e, um dia, teremos que prestar contas para nós
nos. Então, saberemos se fomos culpados ou inocentes.

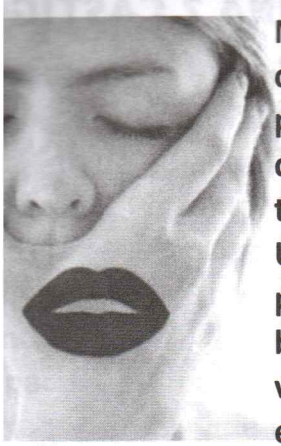
Cecilia
Tannuri

SOLTANDO O VERBO...





Existem varias maneiras de um pai ou uma mae se ause
da vida de seus filhos. A mais triste delas é quando são
que têm as oportunidades de estarem presentes e escol
não participar. Meu caso, por exemplo. Tive uma
maravilhosa, perfeita, amiga. Perdi-a há quase um a
Hoje, vejo que a presença física não é tão importante qua
a espiritual, pelo menos na minha vida. Acho que o amo
a vontade que ele tinha de compartilhar cada momento
tão grande que, mesmo em outro plano, a gente ainda
entende. Ainda sigo as regras que ela impunha, ainda
pelas expectativas, que ela criou para mim. Meu pai, ap
de ainda pertencer a esse plano, nunca chegou e, te
certeza, nunca chegará a marcar minha vida como mi
mãe. Depois da morte dela, ela tem, mais do que nunc
oportunidade de se aproximar, de me conhecer, de ser
amigo, de ficar feliz com minhas vitórias e triste com mi
derrotas. Porém, escolhe se esconder atrás de uma imagin
criada por ele mesmo, que é de uma pessoa fria. Acredito
na cabeça dele, me proporcionar bens materiais é sua unica obriga



Não existe outra maneira de mostrar amor e estar presente na vida de um filho se não for por disciplina, compreensão, conversas, mais principalmente, por demonstração de amor incondicional. Independente da personalidade do pai ou da mãe de cada um, esses conceitos básicos têm que existir para a boa formação de um filho. Tentar não é o suficiente. Uma vez que escolhemos ter filhos, nossa responsabilidade de a criá-los para serem pessoas boas, independentes, com bons valores, com uma boa imagem do que é o amor, carinho e preocupação. Fico triste, ás vezes, em pensar que todos esses conceitos aprendi com minha mãe, em apenas quinze anos em que convivi com ela. Porém, agradeço por ter tido pelo menos ela para me ensinar isso. Existem milhares de crianças que não tem apenas um pai ausente, mais os dois. Isso me entristece e me revolta ainda mais. Como podemos ter a expectativa de um mundo melhor se não sabemos criar nossos filhos? Pais têm que estar presentes, sempre. Pais têm que ensinar, educar, amar, aconselhar orientar. Só assim criaremos uma sociedade equilibrada e pessoas que se respeitam que se amam. Sem isso, não há possibilidade de transformação, nem de melhora para nosso futuro

Autor Desconhecido

Quando eu era criança e, mesmo na minha adolescência, tive muitas regras e limites e, quando não cumpria as ordens dadas pelos meus pais, ficava de castigo sim. Infelizmente, isso não acontece em todas as famílias e, cada vez mais, pais usam a 'era moderna' como desculpa para não terem o trabalho de serem pais de verdade. Sou psicóloga criminal e vejo todos os dias as conseqüências que isso pode trazer para eles. Já esta mais do que comprovado que a crianças e adolescentes índigos crianças e adolescentes com deficiências, precisam de uma estrutura disciplinar desde muito cedo para aprenderem certos valores. Esta é a obrigação dos pais, não da comunidade ou da escola. Outra desculpa que ouvimos muito nessa nova geração de pais é que eles trabalham, ou que só tem a mãe, ou só o pai para assumir todas as responsabilidades Com minhas experiências, trabalhando há oito anos com crianças e adolescentes com problemas diversos e com suas famílias, posso afirmar, como toda certeza, que o aumento da criminalidade, do uso de drogas, das gravidez precoce, do desrespeito e da falta de valores, está diretamente relacionado ao que é ensinado e cobrado dentro de casa

REALMENTE NECESSÁRIOS PARA CRIAR UMA CRIANÇ

REGRAS ? DISCIPLINA ? CASTIGOS ?

Quando eu era criança e, mesmo na minha adolescência, tive muitas regras e limites e, quando não cumpria as ordens dadas pelos meus pais, ficava de castigo sim. Infelizmente, isso não acontece em todas as famílias e, cada vez mais, pais usam a 'era moderna' como desculpa para não terem o trabalho de serem pais de verdade. Sou psicóloga criminal e vejo todos os dias as conseqüências que isso pode trazer para eles. Já esta mais do que comprovado que a crianças e adolescentes índigos crianças e adolescentes com deficiências, precisam de uma estrutura disciplinar desde muito cedo para aprenderem certos valores. Esta é a obrigação dos pais, não da comunidade ou da escola. Outra desculpa que ouvimos muito nessa nova geração de pais é que eles trabalham, ou que só tem a mãe, ou só o pai para assumir todas as responsabilidades Com minhas experiências, trabalhando há oito anos com crianças e adolescentes com problemas diversos e com suas famílias, posso afirmar, como toda certeza, que o aumento da criminalidade, do uso de drogas, das gravidez precoce, do desrespeito e da falta de valores, está diretamente relacionado ao que é ensinado e cobrado dentro de casa

REALMENTE NECESSÁRIOS PARA CRIAR UMA CRIANÇA

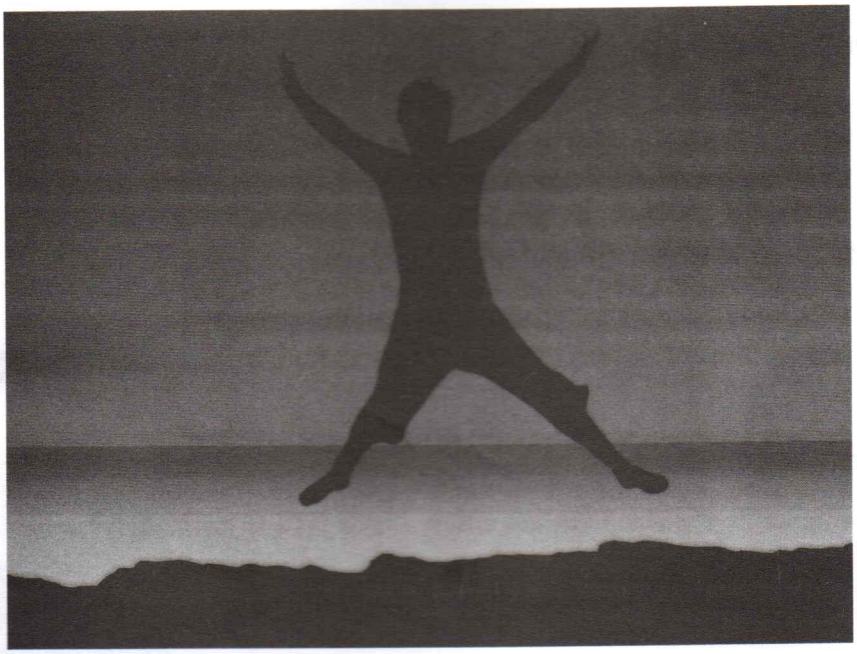
as e adolescentes precisam e querem regras, disciplina, e, sem isso, e tornam vulneráveis ás drogas e a criminalidade. reconhecem a importância do amor ao criar seu filho. de nada adiantar amor, carinho, sem ensinar, através de disciplina, o errado. Portanto, que deixem o mundo se modernizar cada vez mais, ue voltem os pais caretas para que possamos ter alguma esperança a geração melhor, com crianças responsáveis, integradas, educadas e entes. Para finalizar, meu conselho profissional é? se você não vai ter paciência e disciplina para criar um filho de maneira correta, então não Na eventualidade de você já ter um filho, entenda que agora você não ais a escolha de como quer viver a sua vida. Sua vida agora é dar ao no tudo aquilo que ele precisa para se tornar um adulto consciente e sável, por conseqüência feliz. Dê o exemplo faça questão de saber vai, com quem vai, dê horário para voltar, deixe de castigo se não cer. Eu sei, é tudo muito cansativo e será bem mais fácil se rotular de oderno'. Caso seja essa sua opção, então se prepare para lidar com as qüências, não reclame ou chore quando seu filho acabar na cadeia ou ndo drogas, ou se tornar uma pessoa sem caráter. re-se que ele também se tornou uma 'criança moderna'.

Carina Tannuri

UNIDADE 3

QUALIDADE DE VIDA ?

DEPENDE DE VOCÊ



OBJETIVO:

- Ser veículo para transformar informação e ferramentas a cada pessoa e familiares
- Reconhecer o real valor da vida.
- Recuperar a auto-estima

AÇÃO !

Lutar a cada minuto, a consciência é
o valor do movimento !!!

Saber que a vida é preciosa, portanto,
fazer deste seu desafio !!!

Explicação: cada um buscando sua felicidade
(dentro de cada contexto)

Individual e coletivo

QUALIDADE DE VIDA !!

Entender que é importante ter qualidade de vida, cada dia ter um motivo, um desafio para continuar lutando por você e pelo outro .

Ter dignidade, postura e atitude na vida

SABER QUEM VOCÊ É !

Qual é a sua contribuição nessa vida ?
E o seu papel ?

Sair da lamentação e reclamações
agir com devoção e perseverança

ENTENDIMENTO

- Entender que só você poderá mudar sua história !
- Você tem o poder das escolhas !
- A omissão e a comodidade fazem sua vida estagnar !
- Se conhecer melhor, depois poderá ajudar o próximo !
- Olhar mais firme dentro de si !

COMO SAIR DA VIOLÊNCIA

Como explicar a destruição e o medo no nosso emocional? E como é o processo violência no emocional ? Porque as sensações no emocional são milhões de vezes piores do que no fís

Porque a 'energia vibracional' que pessoas fora de emanam para o nosso ca energético raiva, desdém, descaso, rancor, ódio, indiferença ating diretamente nosso chacra cardíaco, E a humilhação é inerente, ela paira nc e quando respiramos vem o medo. Um medo inexplicável, porque essas pala não foram pronunciadas, ficaram na vibração, O nosso físico fica impregn com todos essas ondas de vibrações ruins.

São como códigos, não há necessidade de vocabulário. O nosso corpo estático, recebendo essa carga de negatividade. Para ler esses códigos, lev um tempo e muitas vezes o cérebro registra tudo, mas não consegue monta estória no mental. E com isso sendo repetido por várias e várias vezes, por a e anos, ficamos com muito mais sensações do que com explicações

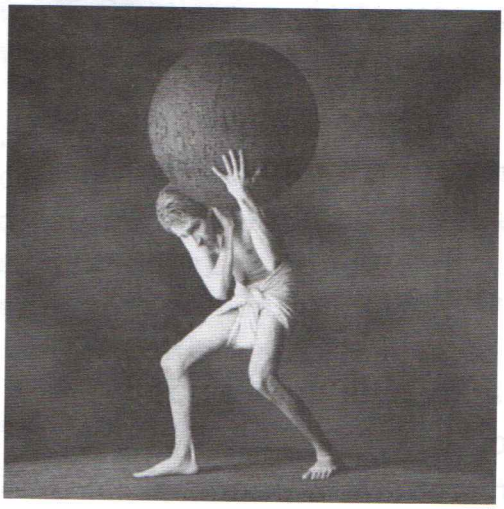
OLÊNCIA FAMILIAR

ência familiar, seja com mulheres, homens ou filhos, não importa a ordem, a leva anos para saber que está sendo violentada, porque as frases ditas, gressor são as mesmas, é uma repetição de comportamento. Por exemplo: lo ou mulher diz 'você é uma inútil e nunca vai ser capaz de cuidar da nossa . Nas entrelinhas ele está falando do emprego dele e depois do dinheiro, que le, ou seja, há o controle da situação. Nessa frase tem muitos e muitos códigos: , incompetente, inútil, burra aproveitadora, sombra, sem identidade.

ADRÃO DE COMPORTAMENTO

umano, quando é submetido a esses padrões, por anos, fica com essas gravadas, como carimbo, em cada parte do corpo, e dói, dói muito. o nós calamos em um primeiro momento para dor ir embora. E depois ? contece ? Nós vamos ficando com tanta dor e medo, insegurança, vergonha ue hora ele (a) é bom, você tem tudo, não lhe falta nada, todos balho dele (a) dizem que ele (a) faz parte dos melhores, dos mais ntes, gentis, ou que é um grande homem ou uma grande mulher

QUANDO VEM A CULPA ?



Então, vem um sentimento horrível. Culpa. 'Como eu p
estar pensando mal deste ser humano endeusado por outr
O Termo 'endeusado' é muito comum nesses casos. Se alg
sentar e ouvir a estória dele (a) vai te odiar. Porque um
humano tão maravilhoso faria mal á sua família ? Então o probl
é, justamente esse. Talvez, eles nem saibam que são agress
eles acreditam que estão fazendo o melhor. Por isso, tud
permitido em nome de um amor alucinado, obcecado, obses
controlado. Ninguém o vê como um lunático que possa inve
histórias na mente, histórias essas muitos perigosas, principalm
se essas pessoas perderem o controle, a autoridade diante
sociedade. Os crimes acontecidos na família são fatalida
mas que veem de comportamentos fanáticos...isso é muito s
porque quando ouvimos tantas barbaridades (alguém que ma
a ex noiva a ex namorada, ou que se suicidou, matou a mulh
os filhos, etc) é comum ficarmos ligados no sensacionalismo
isso causa, A notícia, com o tempo, cai no esquecimento porque n

Meu Deus ! Que falta de responsabilidade ! Quando é que leis vão ser mudadas ? E o mais urgente, possível, para quebrar essa roda gigantesca de vítimas, que morrem no físico, morrem na essência, morrem como ser humano, E quando isso acontece, o milagre de viver e ser feliz morrem juntos. E o plano maior ? E a existência divina ? Param de vibrar e passam a ser apenas zumbis, perambulando por ai. Este padrão tem que mudar...para acolher nossa futura geração, onde a vibração do amor, incondicional, respeito e não violência *sejam a estrutura das nossas famílias*

DICAS !

Você está vivendo essa situação ? Despertou e quer sair dessa estória ? Aqui vão algumas dicas enquanto você está se fortalecendo. Entenda isso como um treino...

AUTO-ESTIMA, você é importante neste momento.
Lembre-se: o seu foco principal é SAIR desta tortura

PACIÊNCIA e
TOLERÂNCIA máxima

DICAS

Todas as vezes que você tiver vontade de jogar tudo para o alto, REFLITA! 'Vou sair disto e nunca mais vou ter que ouvir frases repetidas e agressivas'.

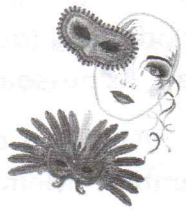
DINHEIRO. 'para que dinheiro?' quando ouvir isso (em dias de feira ou supermercado, por exemplo) pense com você mesma 'daqui a pouco vou ter o MEU dinheiro ', não desanime!

Quando lhe for questionado, novamente, o DINHEIRO, ' eu já te dei dinheiro ontem, no que você gastou? Você não tem noção? Só eu que trabalho nessa casa, Você não faz nada, vida boa, está reclamando de que?' Faça a lista e peça para ele ir ao supermercado, assim ele compra o que acha que deve, com o dinheiro dele. Se ainda assim não for o suficiente, não COMPRE NADA, seja econômica, tenha a geladeira e dispensa vazias. Quando perguntar pelo jantar, responda 'não fiz nada estou economizando por nós'.

'Onde você foi hoje?', faça o ROTEIRO, se possível com horários e percurso.
CALMA! é tudo pela sua liberdade

Mesmo com vergonha, não guarde tudo o que está acontecendo só para você, eleja uma pessoa e CONTE TUDO.

DICAS



Quando houver brigas e discussões dê um jeito, faça um BOLETIM DE OCORRÊNCIAS. Você vai se sentir culpada por algumas horas, mas depois passa... e você registrou, o que é importante !!!

E-mails, gravações na secretaria eletrônica do celular, ou telefone fixo, GUARDE TUDO, mesmo que ache uma bobagem.

Discussão dentro de casa? Nunca vá para o fundo, sempre para FRENTE, rumo ao portão de saída. Afinal, se você precisar já estará na rua.

Mantenha NÚMEROS DE EMERGÊNCIA EM MENTE e não em papel.

Tenha um CARTÃO TELEFÔNICO sempre a mão.

190 - POLÍCIA . Ligue e não dê importância se vão acreditar em você ou não. Peça para fazerem registros.

FILHOS - inevitavelmente, eles vão participar, mesmo que tentemos preservá-los

Se puder contar com a ajuda da FAMÍLIA (mãe, pai irmãos) ótimo! AMIGOS? Melhor ainda! Mas, se for abandonada (que é o que acontece na maioria das vezes) psicólogo para todos depois de sair da situação. As pessoas não querem problemas

Ficar é PIOR! Pois os filhos crescem e vão passar e enfrentar a situação, o que é muito perigoso para ambos. Melhor evitar essa situação que já está difícil e pode se tornar insustentável.

Amigos ? Você não pode ter os seus ? Isso é uma VIOLÊNCIA INIGUALÁVEL. Com os amigos dele (a), você é a esposa do 'Sr. Todo Poderoso', já com seus amigos você seria um ser humano que anda, pensa, sorri, respira, e com sua identidade, e não como SOMBRA dele. Isso o deixa vulnerável a perder o cargo (dono, proprietário daquela família).

Com o tempo, depois de recuperar sua AUTO-ESTIMA, se fortalecer e voltar a ser você mesmo, terá, novamente, seus amigos.

ROUPA - ele sempre vai reclamar de suas roupas, porque a insatisfação e dele (a). Eleja algumas roupas que ele sempre implicava, dizendo você quer aparecer e faça uma carinha triste todas as vezes que colocá-las.

É muito louco o que eu vou dizer, mas os agressores não se sentem bem e despertam uma ira em todas as vezes que ficamos felizes. Faça ao contrário, infelizmente. Estamos treinando.

Cuidado com a EXTERIORIZAÇÃO da sua FELICIDADE, isso pode ser cortado se ele perceber. Quando um houver uma festa, almoço, ou reunião com a família/amigos dele (a), mostre-se entediada, sem vontade de participar. Vocês vão a todos, e assim você vai se livrar do maus humor dele (a).

Lembre-se, isso é um treino para sua LIBERDADE. Vale a pena !

NÃO BATA DE FRENTE com a energia dele (a), você vai sair machucada e não há necessidade, pense que você vai se livrar desta tortura logo...você já está nesse barco, e a intenção e que você saia dele com menos ferimentos possíveis.

BOA SORTE ! Não desista ! Tome decisões !
Faça disso um desafio ! Açã e atitude ! Viver vale a pena...ser FELIZ e VIVER !

Então, viva com objetivo de ser feliz !

TEMAS DISCUTIDOS

Para Qualidade de vida

- Faça bom uso de sua energia
- Energia vibracional
- Amor incondicional
- Depressão e Medo
- O mau uso do poder
- Consciência e Unidade
- Cada um fazendo sua história
- Violência Sem Rastros
- Despertar da Consciência
- Discriminação
- O poder da fé
- A verdadeira solidão
- Você é livre ? O certo e o errado. Porque julgamos ?
- Nada é definitivo
- Ilusão, justiça e igualdade
- Ação e devoção, como você vê o futuro ?
- Existe castigo ?

VOCÊ NÃO ESTÁ SÓ !

Temos hoje a lei Maria da Penha N° 11340/2006, desde 7 de Agosto de 2006, 185° da Independência da República, Luis Inácio da Silva / Dilma Rousseff

" Uma vida sem violencia é um direito das mulheres"

ENTRE EM CONTATO.
Ouvidoria@spmulheres.gov.br

Brasilia Tel.: (61) 3411.4298
(61) 3411.4279

Conselho Estadual da Condição da Mulher em São Paulo
Tel.: (11) 3221.6374

S.O.S Mulher
Polícia 190
180
Delegacia da Mulher
CVV (Centro de Valorização da Vida)
Templos
Igrejas
Amigos
Pastores
Padres
Sua comunidade

Cecília Tannuri

O Livro e o vídeo intitulados 'A Jornada de um Índigo - Quero ir embora. Por que fico?' relatam estórias vivenciadas por um Índigo de personalidade forte, com uma inteligência que convence, que é uma verdadeira guerreira nesta missão de participar das mudanças, das transformações. O vídeo também procura transmitir aos pais e orientadores a visão de uma mãe e terapeuta que, em sua trajetória, escolheu especializar-se na orientação de Índigos. Com a publicação do volume 2 do livro 'Somos Índigos A Explosão Aconteceu no Berço da Nova Civilização', a autora, Cecília Tannuri, Terapeuta Holística, insere novos relatos escolheu, como facilitadora e orientadora no relacionamento familiar com Índigos. Diversos aspectos da convivência com Índigos são abordados neste volume, inclusive sobre a evolução destes seres para o estado Cristal e sobre os relacionamentos multidimensionais no século XXI. É também autora do livro 'Somos Índigos', já na 7º edição; da série 'Glork', com7 volumes: 'Faça Bom Uso de Sua Energia'; 'Energia Vibracional'; 'Amor Incondicional'; 'Depressão e Medo'; 'O Mau Uso do Poder'; 'Consciência/Unidade'; 'Cada um Faz sua História'; e do DVD da série Glork que é um trabalho vibracional de auto-ajuda. Está lançando ainda o DVD 'Somos Índigos', uma estória em quadrinhos eletrônica de personagens com a energia Índigo, cujos desenhos foram feitos por um Índigos artista. A autora dedica-se à terapia individual e em grupo com crianças, jovens e adultos. Sua atuação abrange:

• Terapia Quântica. Terapia Vibracional Avançada ultilizando o Reiki e os comandos quânticos. Terapia Holística.

• Orientação familiar e individual: atuação para eliminar sensações de pânico, depressão, angústia, insônia, medo, traumas, etc; promovendo bem estar e saúde.

• Criou em Campinas o espaço Glork para o crescimento interior, onde é possível apreciar a natureza, exercitar o silêncio visando melhorar estado físico, mental e espiritual.

• Fez os cursos de Física Quântica, Chakras, Reiki Estelar e Cura Estelar;

Fraternidade Branca. Atualmente, estuda Krayron com grupo de Santos.

• Participou do 1º Fórum Místico Cultural, em Roraima, como palestrantes, e do 1º. Fórum Espiritual Mundial, em Brasília, no qual realizou duas vivências.

• Junto à Psicólogas faz os trabalhos: Chakras, Meridianos, Contaminações Energéticas, Equilíbrio Emocional.

• Ministra palestras do sobre temas relacionados com sua área de atuação.

• Palestrante e patrona de 80 formandos no curso de assistencia social no município de Guaira-SP

MUDANÇA

Eu finalmente acordei naquela manhã...
Eu olhei la fora
E percebi que o mundo real é apena
consequência do meu pesadelo!!!
Não sabia onde estava.
Todo tempo nós lutamos, você e eu
Esta tomando minha liberdade!
Nós temos que aprender a voar...

Cecília Tannuri