



**CURA COMPLEMENTAR**  
por Jim Brinkley  
do texto original "[Complementary Healing - Part I](#)"

**Tradução de Luiz Carlos Jacobucci (Brasil)**

**O Grande Debate**

Ao longo das últimas décadas, cada vez mais pessoas têm se mostrado insatisfeitas com a medicina tradicional ocidental, particularmente com a forma como é praticada nos EUA. Há muitas razões para isto. Uma delas é que, a medicina ocidental, enquanto é tecnologicamente maravilhosa, tem se tornado cada vez mais fria, impessoal e desprovida de compaixão. Exigimos que nossos médicos sejam treinados, examinados, certificados e que recebam uma educação médica continuada, tudo isso de forma padronizada e rígida. Isto é bom, porém faz com que nossa comunidade médica concentre-se cada vez mais na tecnologia e menos nos relacionamentos. Em outras palavras, temos a tendência demasiada de padronizar o atendimento a ponto de começarmos também a padronizar os pacientes!

Outro problema é que nós, como sociedade, chegamos a crer, e a exigir, que o atendimento médico é um direito que deveria ser concedido por nosso empregador, nosso governo ou pago por terceiros. Ao fazermos isso, nos eximimos da responsabilidade de pagar por nosso atendimento e, ao invés disso, a transferimos a esses terceiros. Como pagadores, esses terceiros, naturalmente, passaram a exigir o direito de se envolverem na decisão de quem recebe qual tipo de atendimento e em que nível. Isto tem sido cada vez mais enfatizado no sistema HMO<sup>(1)</sup> de atendimento administrado.

"Atendimento administrado" é um eufemismo para "atendimento racionado". É importante entender que o atendimento médico, e tudo o mais, sempre foi racionado. No passado, era racionado com base na disponibilidade que uma pessoa tinha para pagá-lo. O rico podia pagar o melhor atendimento: os médicos mais notáveis, a tecnologia mais avançada, quartos ou suítes hospitalares particulares e todo conforto que o dinheiro podia comprar. A classe média trabalhadora comprava seguros médicos que forneciam médicos de qualidade e experientes, tecnologias atualizadas, quartos hospitalares semiprivados e conforto razoável. Os pobres eram recebidos em hospitais-escola municipais e atendidos por residentes médicos em treinamento supervisionados por voluntários do grupo de médicos que atendiam aos dois grupos anteriores. Os pacientes pobres eram alocados em enfermarias com muitas camas, atendidos com tecnologia apenas satisfatória e sem qualquer conforto adicional.

No atendimento administrado, o tratamento médico é racionado de uma nova forma denominada "tarifa per capita". Os médicos não são pagos pelo trabalho que realizam, mas a eles é alocado um valor fixo por mês para cada paciente que atendem. Este sistema é baseado na suposição de que todos devemos receber o mesmo tipo de tratamento. Assim, os recursos são igualmente distribuídos entre todos os grupos e a qualidade do atendimento é, em muitos casos, enquadrada na

faixa do medíocre. Frequentemente cria-se um sistema conflituoso com médicos e pacientes de um lado e o HMO do outro. Em alguns casos há conflitos até mesmo entre os pacientes que tentam obter o tratamento que desejam e os médicos que são autorizados a dispor apenas de um determinado valor fixo por paciente, sem levar em conta o tipo de tratamento que este necessita.

Há vinte e cinco anos atrás, quando eu exercia no Havaí, havia tempo para conversar com cada paciente, indagar sobre suas famílias, contar uma estória e dar algumas risadas. Os pacientes normalmente traziam pequenos presentes e pagavam suas contas com prazer. Agora, quase não tenho tempo para discutir os pontos importantes da doença e do tratamento de um paciente antes de passar para o próximo paciente. Muitas pessoas acreditam que até mesmo a pequena parcela que pagam por seu seguro é ainda muito alta. Com todas essas mudanças no nosso sistema de atendimento de saúde, não é de estranhar que pessoas de todos os lugares estejam se desiludindo. Cada vez mais empresas de seguro estão deixando o campo de atendimento médico. Cada vez mais médicos estão se aposentando mais cedo ou mudando de carreira. Cada vez mais pacientes estão buscando outros tipos de cura.

A esta altura acredito ser importante lembrar dos incríveis avanços que a medicina ocidental nos tem dado. Temos isto tão bem estabelecido que nos esquecemos que há apenas um século atrás as pessoas rotineiramente morriam de doenças que hoje em dia apenas raramente nos incapacitam. Meu avô morreu aos 21 anos de pneumonia porque ainda não havia antibióticos. Todo ano, como crianças, meus amigos e eu temíamos o surto de poliomielite e sabíamos que alguns de nós passaríamos o resto de nossas vidas paralisados, dependentes de um longo tubo chamado de pulmão artificial, que respiraria por nós até a nossa morte. Apenas neste século os diabéticos puderam viver o bastante para criar seus filhos. A lista de partes do corpo desgastadas que podem ser substituídas com técnicas cirúrgicas modernas é impressionante e cresce a cada ano. As cirurgias são, com frequência, realizadas em pacientes sem a necessidade de internação e as longas e desgastantes permanências em hospitais são coisas do passado.

O que podemos fazer para voltar a ter o atendimento médico na América como o melhor do mundo? Como uma pessoa treinada e experiente em ensino, tanto da medicina ocidental quanto em técnicas de cura espiritual Havaiana, talvez eu tenha uma perspectiva que seja aplicável. Acredito que existam dois aspectos. Primeiro, ao escolhermos dar ênfase a tecnologias e medicamentos cada vez mais novos, precisamos encontrar o dinheiro para pagar por eles. Ninguém sabe onde esse dinheiro pode ser encontrado. Acredito que apenas possa ser encontrado se cada um de nós, como indivíduos, começasse novamente a assumir a responsabilidade por nossas próprias vidas e escolhesse pagar mais por um seguro médico de alta qualidade. Em outras palavras, cada um de nós deve reconhecer o valor do atendimento médico e estar disposto a pagar por ele.

Segundo, precisamos entender que os métodos complementares de cura podem muitas vezes reduzir e, em alguns casos, eliminar nossa necessidade por uma medicina tecnológica cara da qual passamos a depender. Podemos todos nos beneficiar enormemente da exploração desses métodos. Muitos médicos estão começando a entender isso, assim como a sociedade em geral. Na edição de janeiro

de 2001 do Honolulu Magazine havia um artigo intitulado "Estabelecendo um Preço para o Mana", que discutia as tentativas preliminares de incluir alguns métodos de cura tradicionais Havaianos em uma clínica médica ocidental de primeira linha de Waimanalo. No Relatório de Atividades do Comitê Médico da Califórnia de janeiro havia uma nota declarando que uma nova lei da Califórnia determinava que o Comitê investigasse os métodos de cura "alternativos" e que incorporasse em sua área de operação aqueles que fossem eficazes.

Há cerca de dois meses, acessei este website da Aloha International para verificar as atualizações. Notei uma frase na página inicial que não tinha visto anteriormente. Ela dizia, "Aloha International - os melhores recursos de cura alternativa do mundo". Perguntei ao Serge se aquilo era novo. Ele me disse que já estava no site há algum tempo, mas em um local menos destacado. Sugeri que a palavra "alternativa" fosse substituída pela palavra "complementar" pois, para mim, o termo "cura alternativa" subentende que uma pessoa deve escolher um método ao invés do outro enquanto que o termo "cura complementar" sugere que vários métodos ou sistemas podem ser utilizados ao mesmo tempo. Serge contra-argumentou dizendo que, para ele, "complementar" sugere que um método é melhor que o outro. Para mim não significa isso de maneira alguma. Como exemplifiquei para Serge, um bom vinho complementa uma boa comida e uma boa comida complementa um bom vinho. Não há nada nessa sentença que diga que a comida seja mais importante que o vinho ou vice-versa. Ele deve ter levado em consideração o que eu disse, pois hoje a frase pode ser lida, "Aloha International - os melhores recursos de cura alternativa e complementar do mundo".

Do ponto de vista do Huna, esta distinção é importante. Para os novatos leitores do website do Huna International e nos estudos de Huna em geral, a sabedoria tem como base sete princípios e quatro realidades que são explicados na página "Info and Articles". Para nossa discussão atual, aplica-se o Sétimo Princípio, "A eficácia é a medida da verdade". Em outras palavras, use aquilo que funciona!

A medicina ocidental destaca-se na realidade física que é o domínio da separação. Ela tende a ignorar as outras três realidades nas quais muitos dos métodos de cura complementares se destacam. A cura genuína pode apenas ser alcançada quando todos os quatro níveis forem levados em consideração. Logo, a associação da tecnologia física da medicina ocidental com as tecnologias emocional, mental e espiritual dos outros sistemas conduz à cura efetiva otimizada. Apresentarei alguns exemplos na seqüência.

Aloha ame malu

## do texto original "[Complementary Healing - Part II](#)"

Até aqui apresentei a vocês algumas das minhas considerações de porque existe tanta insatisfação com a medicina ocidental contemporânea e porque, em contrapartida, muitas pessoas estão se voltando para os métodos de cura alternativos. Também os lembrei dos incríveis avanços na saúde que a medicina ocidental tem nos dado. Sugeri também que, talvez, a forma mais ideal de alcançar a cura fosse a combinação da medicina tecnológica ocidental moderna, a qual se destaca no aspecto físico da realidade, com outros métodos de cura, os quais se destacam nos aspectos emocional, intelectual e espiritual da realidade. Salientei que muitos órgãos governamentais e médicos respeitados concordam com essa idéia. Também sugeri que, desde que esses outros métodos possam ser efetivamente associados à medicina ocidental, ao invés de serem aplicados em substituição a ela, é útil pensar neles como métodos *complementares* de cura.

Antes de apresentar algumas formas de combinar os métodos de cura Huna com qualquer tratamento médico ocidental que você possa estar recebendo, gostaria de explicar porque a maioria dos médicos formados no ocidente não apóia a utilização da cura complementar. Nossos médicos estão sujeitos a padrões rigorosos. Nós nos submetemos a um treinamento extensivo. Temos de passar por exames escritos extensos e difíceis para obtermos nossa licença e por exames escritos e orais muito mais extensos e árduos para nos certificarmos em uma especialidade no Conselho de Medicina. A re-certificação é exigida a cada década, o que significa outros testes adicionais. Também nos deparamos com a possibilidade de uma auditoria prática a qualquer momento por representantes do governo federal (Medicare e Medicaid), companhias de seguro e conselhos regionais. Parte destas auditorias verifica se o médico está praticando a Medicina com Base em Evidências. Isto significa que a utilização de todos os exames de diagnósticos pedidos, as decisões de tratamento tomadas e os procedimentos realizados devem ser sustentados, sempre que possível, por estudos científicos aleatórios, prospectivos e double-blind<sup>(2)</sup> publicados em respeitados jornais médicos revisados por especialistas. Em outras palavras, uma vez que a medicina é hoje considerada uma ciência, é exigido que os médicos apenas utilizem aquilo que é rigorosamente fundamentado pelo método científico.

O método científico é, naturalmente, bastante conhecido e respeitado como um meio de determinar se alguma coisa é válida no mundo físico. Entretanto, a maioria dos médicos está bastante ciente de que a medicina não é apenas uma ciência, mas também uma arte e que os aspectos emocionais, mentais e espirituais da cura são igualmente importantes. Os médicos não são capazes de inserir formalmente esses aspectos na prática médica, pois elas não podem ser comprovadas através do método científico, o qual apenas lida com a realidade física. Apesar disso, muitos médicos reconhecem a utilidade da cura complementar. Pelo menos uma escola de medicina, na atualidade, tem um Departamento de Medicina Alternativa (naturalmente, acho que seria melhor chamá-lo de Departamento de Cura Complementar). Então, como poderíamos utilizar as técnicas de cura complementar do Huna para ampliar o excelente atendimento médico que o nosso sistema com base científica fornece?

Nos termos deste artigo, a realidade física é o aspecto da realidade onde tudo é separado. Tudo tem um começo e um fim. Vemos limites (contornos, fronteiras) em

tudo. A realidade emocional é o aspecto da realidade onde tudo está conectado. Cada ação que tomamos e cada pensamento que temos influenciam todo universo. Os limites podem ser eliminados. A realidade intelectual é o aspecto da realidade onde tudo é um reflexo. Seus sonhos são um reflexo da sua vida, mas sua vida também é um reflexo dos seus sonhos. Mude um deles e você mudará o outro. Os limites começam a se dissolver. A realidade espiritual é o aspecto da realidade onde tudo é uma coisa só. Cada um de nós é uma parte de um todo maior e, ao mesmo tempo, somos o todo. Não há limites.

Tudo é energia. Uma forma de energia é a consciência, ou seja, o pensamento. Tudo que existe no mundo físico primeiramente existe no pensamento. Pensamentos persistentes, focados e acompanhados por emoções fortes, positivas ou negativas, posteriormente irão se manifestar no mundo físico. Estes pensamentos podem ser conscientes, subconscientes ou a combinação dos dois. As técnicas de cura Huna fazem uso das nossas imaginações para criar pensamentos suficientemente poderosos para manifestar qualquer realidade física que desejarmos, incluindo a cura de doenças. A medicina ocidental cura pela mudança da realidade física da doença. As técnicas de Huna curam pela mudança dos padrões de pensamento que criam a realidade física da doença por padrões de pensamento que criam a realidade física da saúde.

Um dos princípios do Huna estabelece que todo poder vem de dentro. Desta forma, toda cura vem de dentro. Mesmo quando alguém é curado com o auxílio da medicina ou da cirurgia modernas, a verdadeira cura é feita pelo paciente. Os médicos, assim como todos os outros curadores, são, na verdade, *facilitadores* da cura. *Toda cura é feita pelo paciente*. Isto torna o Huna ideal como um método complementar de cura, pois o paciente pode ser facilmente ensinado a utilizá-lo. Os curadores, familiares, amigos e outras pessoas que amparam o paciente também podem ser ensinados a utilizá-lo em nome do paciente assim como curar seus próprios sofrimentos causados pela doença do paciente. Vamos explorar agora duas das técnicas de cura mais simples do Huna.

Em Huna, falamos dos três EUS: nossa mente subconsciente que memoriza (*ku*), nossa mente consciente que decide (*lono*) e nossa mente superconsciente que cria (*aumakua*). *Ku* é a mente do nosso corpo, a parte de nós que está diretamente envolvida com a cura do corpo, assim como com a criação da doença<sup>(3)</sup>. Toda doença é vista como um desequilíbrio entre tensão e relaxamento. Momentos de tensão (estresse) são uma parte normal da vida, mas devem se alternar com momentos de relaxamento (bem estar). O estresse prolongado trará uma sensação de falta de bem estar o qual, se persistir, irá, em última instância, se manifestar como uma doença física. Antes que isso ocorra, o ideal é que o estresse seja tratado com recursos não-físicos.

Uma das mais poderosas técnicas do Huna é a comunicação com a mente *Ku* da pessoa. A maneira mais simples de fazer isso é conversar consigo mesmo. A próxima vez que você sentir que um resfriado está se aproximando, tome o acetaminofen, os anti-histamínicos e os descongestionantes, mas, em seguida, sente-se em um local tranquilo e tenha uma conversa consigo mesmo. Pergunte-se que estresse está fazendo com que você se sinta doente. Pode ser um problema no trabalho, algo que esteja acontecendo em sua família ou alguma coisa em sua existência que o faz

sentir medo, culpa ou ter dúvida sobre sua habilidade de lidar com a situação. Desde que você identifique o que provocou esse estresse adicional, decida o que você pode fazer objetivamente sobre isso. Lembre-se que, enquanto a doença pode ser uma fuga temporária, ela não resolve o problema. Prometa a si mesmo que logo você terá o problema resolvido e que, quando isso acontecer, você dará à sua mente *ku* uma recompensa. Esta recompensa deve ser algo físico, como um alimento favorito, um dia de descanso na praia ou uma massagem. Após praticar isto por um certo tempo, você poderá ter uma agradável surpresa de que os sintomas do resfriado ocorrerão com muito menos frequência do que antes. E, quando ocorrerem, você será capaz de livrar-se deles em poucas horas, apenas lembrando sua mente *ku* de que o resfriado não é a maneira mais eficaz de lidar com seus problemas. Você nem mesmo poderá ter a necessidade de abrir aqueles frascos de remédio.

Outro princípio do Huna estabelece que a energia flui para onde a atenção é colocada. Os seres humanos são transformadores de energia tanto espiritual quanto física. Nós absorvemos energia do universo, a amplificamos e a redirecionamos para atingir um objetivo. Podemos facilmente utilizar este princípio para curar. Na próxima vez que você sentir dor em alguma parte do seu corpo, experimente isto. Escolha um ponto de poder. Pode ser o topo da sua cabeça, que representa sua mente que pensa, ou o seu umbigo, que representa sua mente que sente. Pode ser também qualquer um de vários outros pontos tais como o centro do seu peito, um ombro, o quadril ou a palma de uma das mãos. Escolha um ponto de poder o mais longe possível do ponto onde está a dor. Inspire lenta e profundamente, enquanto se concentra no ponto de poder escolhido. Então expire vagarosamente concentrando-se no ponto onde está a dor. Faça isto em ciclos de quatro. (As palavras são muito poderosas e, em Havaiano, a palavra *ha* significa quatro, mas também significa respiração.)

Lembre-se de se concentrar no ponto de poder a cada inspiração e no ponto de dor a cada expiração. Faça tantos ciclos de quatro quantos desejar. Observe, então, a sua dor. Você pode se surpreender ao descobrir que ela diminuiu sensivelmente e que, com a prática, ela desaparecerá com uma rapidez incrível. Naturalmente, a dor indica que sua mente *ku* está estressada. Se você não procurar pela causa desse estresse e resolvê-la, a dor simplesmente reaparecerá ou irá se manifestar em outro lugar.

Há muitas outras técnicas de cura Huna mais avançadas e muito eficazes. Uma das minhas favoritas é a *kaulike*, a qual é uma forma mais avançada de transferência de energia. É muito útil no auxílio da insônia, falta de concentração e depressão moderada. Outra que utilizo freqüentemente é a *la'a kea*, a luz da harmonia. Esta técnica é particularmente útil ao atuarmos na cura de outra pessoa. Você pode aprender estas técnicas, assim como muitas outras, participando do Curso de Cura de Huna Havaiano (veja o Calendário de Atividades neste site) oferecido por Serge e Susan. Você não aprenderá apenas os fundamentos básicos da cura complementar ao estilo Huna, mas também terá maravilhosas experiências físicas, emocionais, intelectuais e espirituais na bela Ilha Garden de Kauai.

Aloha ame malu.

## do texto original "[Complementary Healing - Part III](#)"

### Sinergia

Sinergia é um termo freqüentemente usado na medicina. Quando duas drogas (ou outros tratamentos) são sinérgicas, elas não apenas trabalham em conjunto, mas seus efeitos combinados são, na realidade, maiores que o efeito que se poderia prever a partir da soma dos efeitos individuais. De certa maneira, cada uma delas realça o poder da outra. O mesmo princípio é verdadeiro quando a cura física ocidental moderna é combinada com outras técnicas de cura tradicionais, tais como as do Huna ensinadas pela Aloha International.

Um corolário derivado do terceiro princípio do Huna na tradição Kahili estabelece que "tudo é energia". Se tudo é energia, então tudo que é novo começa com energia. É a consciência que transforma a energia em experiência. Como o primeiro princípio ("o mundo é o que você pensa que ele é") nos mostra, tudo existe no pensamento antes de existir na realidade física. Os pensamentos que forem mais focados (concentrados), mais persistentes (repetitivos) e mais emocionais, assim como os que forem reforçados com linguagem, imagens e postura, são os que mais provavelmente se manifestarão fisicamente.

Assim, uma pessoa pode normalmente assumir que as coisas que são fisicamente bastante concretas necessitaram de um grande esforço mental para serem criadas. Na teoria, um mestre xamã ou, em alguns casos, qualquer pessoa pode criar ou destruir uma realidade física concreta com um único pensamento. Na atualidade, muito poucas mentes aprenderam a fazer isso. Estas idéias se aplicam à saúde e à doença assim como a outros aspectos de nossa experiência.

A doença<sup>(3)</sup> é resultado da tensão, que é uma resistência ao estresse. O estresse é uma parte normal da vida, seja ele físico, emocional, mental ou espiritual. Entretanto, o estresse normalmente se alterna com o relaxamento. Se este ciclo for interrompido pela resistência, isso pode resultar em tensão e, posteriormente, em doença<sup>(3)</sup>. A resistência é quase sempre devida ao medo e à raiva ou a uma derivação de uma delas como a incerteza, a dúvida, o ressentimento ou a culpa.

A resistência ao estresse é controlada por nossa mente subconsciente (*ku*). Se nosso pensamento subconsciente está alinhado (em sintonia) com nosso pensamento consciente, incríveis manifestações físicas irão ocorrer. Isto será negativo ou positivo, dependendo da natureza dos pensamentos alinhados. Obtemos aquilo que pensamos. Se obtivermos uma doença<sup>(3)</sup>, isso se deverá à tentativa do nosso subconsciente de nos alertar sobre a resistência e a causa subliminar dessa doença. Se ignorarmos a mensagem, nosso subconsciente continuará a repeti-la cada vez mais intensamente.

Se uma pessoa tem uma doença<sup>(3)</sup> relativamente leve, tal como um desarranjo estomacal, ela pode considerar que um pensamento não muito intenso foi necessário para criá-la. Conseqüentemente, um pensamento não muito intenso será necessário para eliminá-la. Uma técnica simples como a do *piko-piko* ou do *kahi* normalmente irá resolver o problema. (Para os que não estiverem familiarizados com essas técnicas<sup>(4)</sup>, elas são ensinadas, junto com outras técnicas xamânicas de cura, em

vários cursos listados na página Workshops deste website.) Se, neste ponto, falharmos em agir para aliviar a resistência, nosso subconsciente continuará a resistir e a nos enviar mensagens mais contundentes.

Uma doença mais séria, como uma febre estomacal (intestinal), pode ocorrer a partir deste pensamento mais concentrado, mais prolongado, mais emocional e/ou mais reforçado. Normalmente, um pensamento mais concentrado, mais prolongado, mais emocional e/ou mais reforçado será necessário para restaurar o equilíbrio (saúde). Técnicas de cura xamânicas mais avançadas serão exigidas. Entretanto, um novato nessas técnicas pode ter dificuldade de aplicá-las durante períodos de desconforto. Além disso, uma pessoa inexperiente na aplicação dessas técnicas pode não ter confiança suficiente para produzir os resultados desejados. Lembre-se do sexto princípio "todo poder vem de dentro" e do seu corolário "quando você tem a confiança, tem a habilidade".

Neste ponto, seria também sensato empregar algum método físico de cura. Um *Kahuna lapa'au* (curador que utiliza procedimentos físicos ou ervas) ou o equivalente dos dias atuais, um Doutor em Medicina, podem estar capacitados para fornecer uma medicação que irá auxiliar. À medida que a medicação atua sobre o corpo, ela irá impressionar o subconsciente capacitando-o a parar de resistir e permitindo que o corpo se cure. A propósito, você poderá se surpreender ao saber que a Escola de Medicina da Universidade do Havaí atribui aos seus graduados tanto o título de Doutor em Medicina quanto o de Kahuna lapa'au.

Se a resistência não for reduzida até este nível, o subconsciente continuará seu processo através do pensamento e, posteriormente, uma doença mais séria poderá se manifestar (por exemplo, uma úlcera gástrica ou mesmo um câncer). Mesmo estas poderiam ser curadas puramente através do pensamento, porém muito menos pessoas terão a autoconfiança, a auto-estima, o auto-amor e estarão livres do medo e da raiva, condições necessárias para manifestar uma cura por este meio. Uma *Alakai* (guia espiritual) da Aloha International de fato se curou de uma doença crônica séria utilizando as técnicas de pensamento do Huna. Até que você atinja o nível de perícia e de confiança dessa mulher, entretanto, você pode ter de considerar uma combinação de técnicas de cura. Neste ponto, uma cura física ainda mais agressiva, como uma cirurgia, poderia ser necessária para incutir no subconsciente a necessidade e a liberdade para alterar seus padrões de pensamento e eliminar a resistência.

Em outras palavras, manifestações físicas fortes, mesmo que inicialmente criadas no pensamento, geralmente requerem técnicas físicas drásticas para removê-las. Um único pensamento pode fazer isso se for gerado com o poder de alguém com um nível extremamente elevado de consciência, liberdade, concentração, persistência, amor, confiança e sabedoria. Para a maioria de nós, entretanto, é mais fácil destruir um velho prédio com um pouco de dinamite do que com uma imagem em pensamento de um novo parque. Poderíamos escolher voar para Kauai nos transformando em uma nuvem, mas a maioria de nós acha mais fácil pegar um avião!

O sétimo princípio ("a eficácia é a medida da verdade") nos ensina a utilizar aquilo que funciona. Todo curador por excelência começa utilizando métodos de cura

menos invasivos e menos perigosos, sejam eles físicos, mentais, emocionais, espirituais ou uma combinação destes. Desta forma, quando a doença surge, tente quaisquer métodos com os quais você se sente mais confortável. Se eles falharem em produzir o resultado desejado na medida desejada, considere a inclusão de outros métodos. Não tenha medo de trabalhar em todos os quatro níveis ao mesmo tempo. Os métodos de cura nas realidades da separação (física), da conexão (emocional), da reflexão (mental) e holística (espiritual) são sinérgicos. Eles não apenas trabalham em conjunto, mas o efeito resultante é maior do que a soma dos seus efeitos individuais.

- Notas do Tradutor:**
- (1) **HMO** (Health Maintenance Organization) - sistema americano de atendimento de saúde, regulamentado por lei, equivalente aos planos de saúde privados no Brasil, onde os segurados têm à sua disposição um grupo de especialistas, hospitais e laboratórios cadastrados para atendimento naquele plano específico.
  - (2) **Double-blind** - procedimento experimental onde a identidade dos indivíduos que recebem o tratamento testado é desconhecida tanto pelos pesquisadores como pelos indivíduos tratados.
  - (3) **Doença** – No texto original em inglês a palavra doença foi traduzida a partir da palavra "disease" que foi escrita intencionalmente pelo autor na forma de "dis-ease".  
  
Em inglês, a palavra "ease" pode significar "bem-estar, conforto, alívio, equilíbrio" e o prefixo "dis" equivale ao nosso prefixo "des" que significa "o oposto de". Portanto, "dis-ease", como escrito pelo autor, além de significar "doença" também teria a conotação de "um estado de desequilíbrio".  
  
No texto em português não foi possível utilizar esse mesmo recurso interessante para representar a palavra doença.
  - (4) Essas técnicas também podem ser encontradas em "Xamã Urbano", livro de Serge Kahili King, publicado em português, no Brasil.



© Direitos Reservados da Aloha International  
Organização criada pelo Dr. Serge Kahili King ([contato](#))

Visite o site [Hawaiian Huna Village](#) para conhecer mais sobre a filosofia Huna  
Procure por outros artigos traduzidos para o português em [Global Hut - portuguese](#)  
Tradução para o idioma português (Brasil) feita por Luiz Carlos Jacobucci ([lcjacobucci@gmail.com](mailto:lcjacobucci@gmail.com))

No Brasil, foram publicados os seguintes livros do Dr. Serge Kahili King:  
**Xamã Urbano** – esgotado  
**Imaginação Ativa** – Editora Pensamento-Cultrix  
**Magia e Cura Kahuna** – Editora Madras