

CADU TINOCO E MANDI TOMAZ

# CORPO INTELIGENTE

MINDSET TRINCADO

*Imersão de*

# RELACIONAMENTOS





# SEJA BEM-VINDO (A),

O objetivo geral do programa

## ***CORPO INTELIGENTE MINDSET TRINCADO***

é fazer você alcançar seus objetivos a partir do controle da mente.

Nós desejamos fornecer as ferramentas necessárias para você entender seus resultados e, quando necessário, intervir para corrigi-los, orientando-os para onde desejar.

Atingir objetivos em todas as áreas da vida, ou seja, ter uma vida abundante, dificilmente acontece inconscientemente.

Pelo contrário: é necessário evolução e conhecimento.

Essa imersão tem o objetivo específico de fazer você alcançar relacionamentos felizes e duradouros, exatamente como nós dois experimentamos após adquirir todo esse conhecimento.

**"Mergulhe sem medo e chegará a um oceano de possibilidades."**

*Mandi e Cadu*





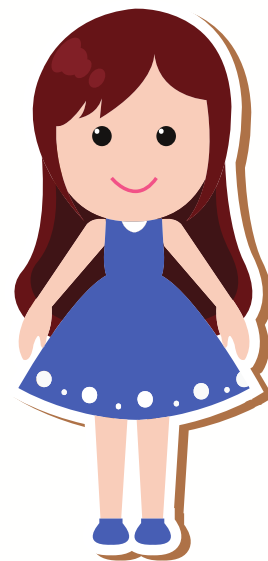
# CASOS EXTREMOS NOS ENSINAM

**Vamos conhecer primeiro o casal Marcos e Helena.**

Eles representam um casal típico que atravessa algumas dificuldades no relacionamento.



**Marcos**  
**(marido/namorado)**

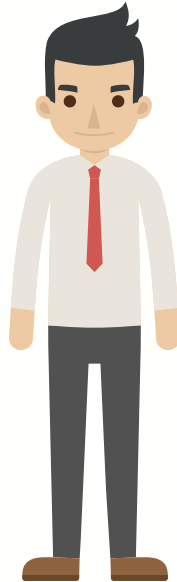


**Helena**  
**(esposa/namorada)**



# CASOS EXTREMOS NOS ENSINAM

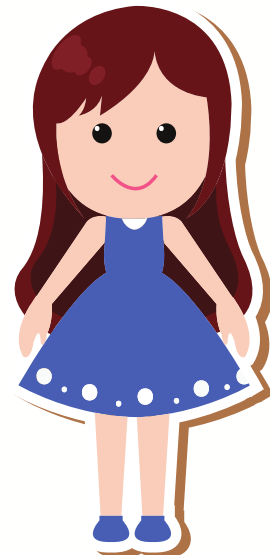
## Cenário 1:



**Paulo (amante)**



**Marcos  
(marido/namorado)**



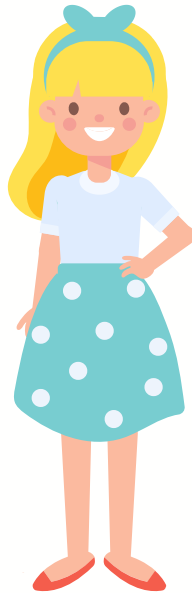
**Helena  
(esposa/namorada)**





# CASOS EXTREMOS NOS ENSINAM

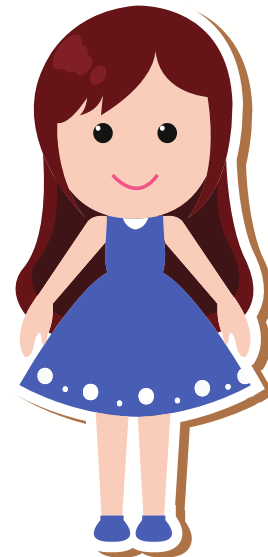
## Cenário 2:



**Paula (amante)**



**Marcos  
(marido/namorado)**



**Helena  
(esposa/namorada)**



## CASOS EXTREMOS NOS ENSINAM

O triângulo amoroso é uma das piores situações que podem ser vividas dentro de um relacionamento.

Isso desafia nosso caráter, nossas crenças e pode nos tirar completamente do eixo.

Situações como comumente levam as pessoas envolvidas à crimes passionais ou a tirarem suas próprias vidas.

### **Mas o que essa situação indesejada tem para nos ensinar?**

Nessa imersão vamos avaliar esse caso do ponto de vista de cada um dos atores e também dos casais, **focando no que se repete.**

Ter essa compreensão nos possibilita manter distância de situações como essa, ou ainda, sair desse tipo de problema.

**But first (mas antes), vamos entender alguns conceitos.**



## Com base na sua história, responda às perguntas abaixo:

Você sente dificuldade de tomar decisões na sua vida e por isso acaba procrastinando?

Você sente que normalmente tem muito medo? Medo de perder o que possui, medo das coisas darem errado, de não conseguir o que deseja?

Você sente que busca determinadas coisas com máximo empenho, mas nunca consegue? Às vezes chega perto, mas algo dá errado?

**Para alcançarmos qualquer objetivo na vida, devemos seguir um ciclo composto de 3 etapas: início, meio e fim.** Os relacionamentos não fogem à regra.



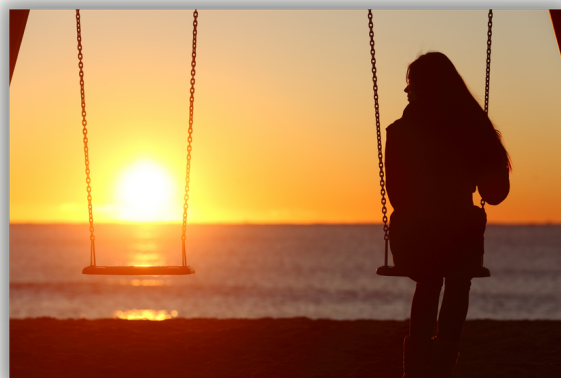


*O que é capaz de  
explicar os resultados  
que você tem hoje nos*

**RELACIONAMENTOS?**



**Observe as experiências das imagens abaixo e tente refletir sobre como elas foram criadas.**



## Há inúmeras possibilidades quando pensamos no tema "relacionamentos":

- Há pessoas que não têm um relacionamento;
- Outras que se relacionam, mas não conseguem prosperar, vivem brigando e pensando em separação;
- E existem também aquelas que se relacionam e sentem um imenso prazer em conviver, que encontraram a "metade da laranja".

## O que diferencia esses casais?

Um passo importante que nós queremos dar aqui é o de identificar como você chegou onde está, independente se a sua circunstância atual é positiva ou negativa. Essa é uma etapa fundamental para que, no futuro, você esteja onde deseja.

**"A compreensão é uma chave mestra.  
É capaz de abrir inúmeras portas."**

*Mandi e Cadu*



# COMPREENSÃO DA REALIDADE

Compreender a realidade significa aprender as regras do jogo, entender as Leis que regem o Universo.

Nós teremos mais adiante um desafio para entender como cada uma delas funciona na prática, de forma aprofundada, mas cabe aqui dar uma passada rápida nas 7 leis para conseguir explorar melhor as situações que virão adiante.





## O Caibalion (Filosofia Hermética):

# ***Mentalismo***

"O TODO é MENTE; o Universo é Mental."

### **Aplicação prática**

Tudo que existe está contido no Todo ou Deus que é Espírito e pode ser considerado uma Mente Vivente Infinita e Universal. Todo o mundo ou Universo que conhecemos é simplesmente uma criação mental do Todo -- ou Deus.

Como somos imagem e semelhança de Deus, temos em nós o poder mental de criar nossa própria realidade.

**Nossa vida é uma criação mental, é produto da nossa imaginação.**



# Correspondência

"O que está em cima é como o que está embaixo, e o que está embaixo é como o que está em cima."

O Caibalion

## Aplicação prática

Existe uma correspondência, uma harmonia, uma semelhança entre os 3 planos de existência (físico, mental e espiritual). Perceba, então, que todos eles são regidos pelas mesmas leis e os fenômenos que ocorrem não são tão diferentes como imaginamos.

Isso nos permite concluir que "o encontro" com nós mesmos, o olhar centrado, nos leva a conhecer um pouco de Deus e nos dá a possibilidade de refletir através da fronteira do desconhecido.

Mas também podemos inferir que

**se desejamos conquistar grandes objetivos, devemos desenvolver as virtudes necessárias nas pequenas coisas.**



# Vibração

"Nada está parado; tudo se move; tudo vibra."

O Caibalion

## Aplicação prática

As diferenças entre as diversas manifestações da matéria, energia, mente e espírito, resultam apenas de ordens variáveis de vibração.

As vibrações mais altas nos aproximam do Espírito Criador, o que significa evolução. Já as mais baixas nos aproximam da matéria e nos submetem às oscilações típicas dela.

É a vibração que estamos que define o que vamos repelir/atrair para nossa vida.

**Se você deseja uma coisa, deve viver na frequência do que deseja. Assim, seus pensamentos, sentimentos, comportamentos e vibração estarão nessa frequência. Você será capaz de buscar e atrair o que deseja.**





*"Nada está parado; tudo se move;  
tudo vibra"*

O CAIBALION

*Tudo é formado por átomo,  
todo átomo está em constante movimento.*

CIÊNCIA

**Você pode buscar na ciência ou na filosofia. O fato é que tudo no Universo vibra. Tudo se movimenta. Nada é fixo ou permanente.**

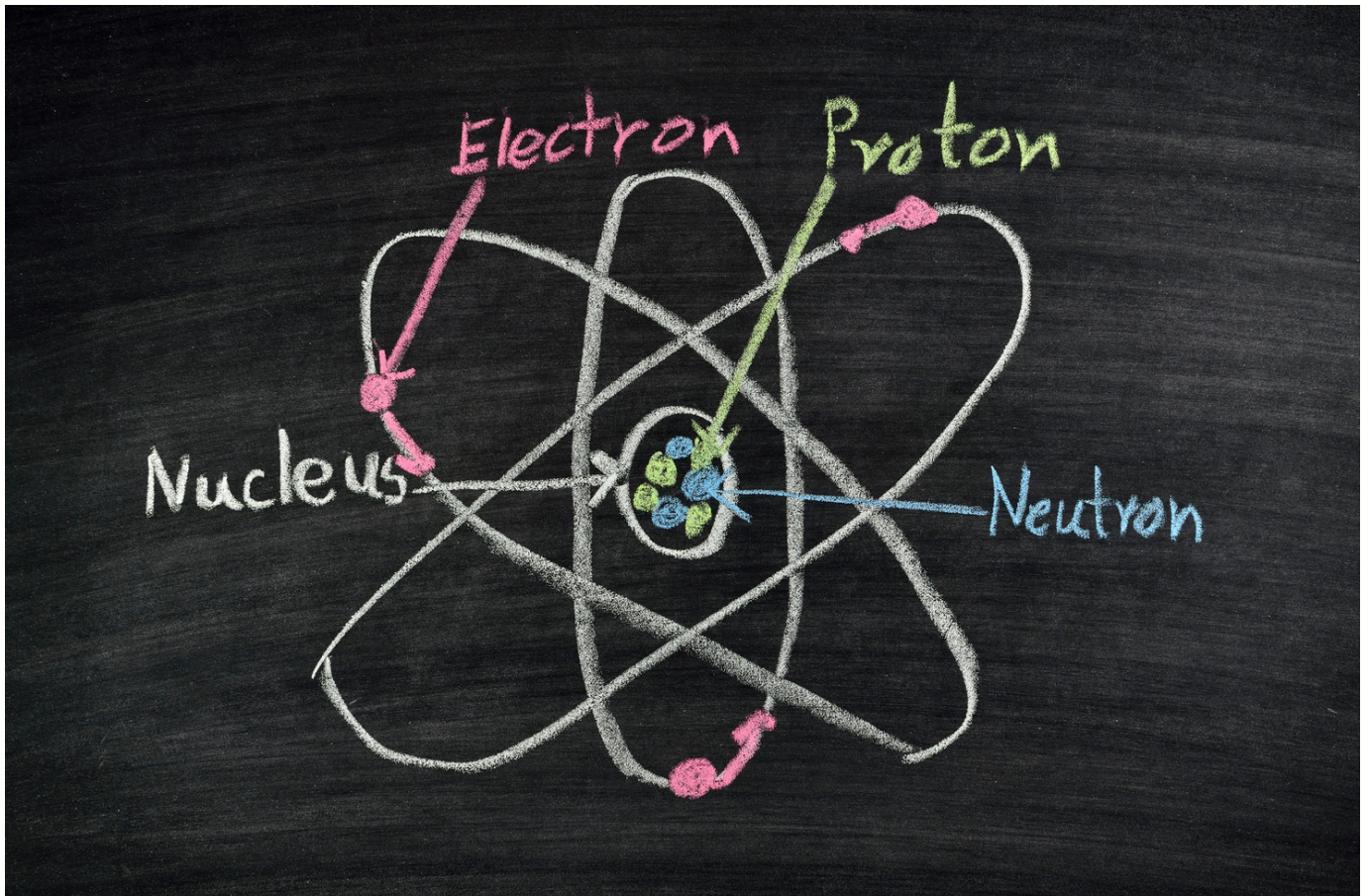
Podemos observar isso facilmente na natureza: as folhas das árvores, as flores, o vento, o mar, o dia, a noite, as estações, o corpo humano, tudo, absolutamente tudo se movimenta o tempo todo.

Mas há também outras coisas vibrando. Coisas essas que não notamos a olho nu. É necessária a presença de um aparelho microscópio potente. São exemplos: a mesa na qual você está apoiado agora, a parede da nossa casa, a água aparentemente parada em um copo e o próprio copo.

**Sabemos que tudo, absolutamente tudo, é formado por átomos. Sua compreensão básica nos ajuda a entender que tudo está em movimento.**







Acima a figura de um átomo, formado por um núcleo, que contém nêutrons e prótons, e por elétrons que circundam o núcleo.

**Os elétrons estão sempre em movimento.**

Eles se movem tão rapidamente que formam uma nuvem ao redor do núcleo.

Verificando na ciência que tudo é formado por átomos e que o átomo está em constante movimento, podemos concluir que **TUDO VIBRA!**





## EXEMPLOS DA PRESENÇA DOS ÁTOMOS



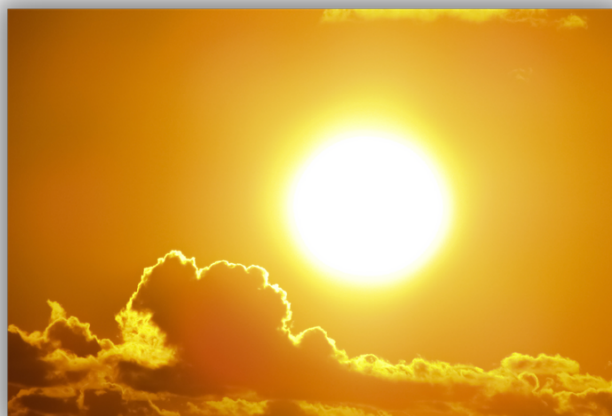
**CELULAR**



**ROUPAS**



**ÁGUA**



**SOL**



**CADEIRA**



**CORPO HUMANO**



## ***A UNIÃO DOS ÁTOMOS FORMAM MOLÉCULAS***



**Formada pela combinação  
dos átomos de hidrogênio  
e oxigênio**

**H<sub>2</sub>O**

**ÁGUA**

**Predominância de 5 tipos  
de átomos.  
Hidrogênio, carbono,  
oxigênio, fósforo e  
nitrogênio.**



**CORPO HUMANO**

## **Nosso corpo é uma massa de energia em altíssima velocidade de vibração.**

As moléculas do nosso corpo são muito influenciadas pela vibração que captamos do ambiente externo e interno, por isso somos capazes de sentir alterações corporais a partir de diferentes situações.

Se refletirmos um pouco, vamos concluir que a nossa vida é um reflexo da nossa vibração, o que faz com que as coisas que estão em harmonia se aproximem e as que estão em frequências diferentes, se afastem.

A melhor forma de consolidarmos esse entendimento é fazendo uma conexão de pontos da nossa própria história.

**Certamente essa não é uma tarefa fácil, mas até chegar lá, sugerimos que assuma isso como uma premissa.**





*"As experiências que vivemos  
são formadas a partir da  
combinação das vibrações."*

*Mandi e Cadu*





# ***Polaridade***

"Tudo é duplo; tudo tem pólos; tudo tem seu par de oposto; o igual e o desigual são a mesma coisa; os opostos são idênticos em natureza, mas diferentes em grau; os extremos se tocam; todas as verdades são meias verdades; todos os paradoxos podem ser reconciliados."

O Caibalion

## **Aplicação prática**

Dentro de todas as coisas há dois pólos ou aspectos opostos. Os opostos são simplesmente dois extremos de uma mesma coisa, consistindo a diferença em variação de grau e uma variedade e ordem de vibração.

Nosso estado de vibração define o grau em que estamos entre dois pólos de uma determinada coisa.

A polaridade também ocorre no plano mental. É possível mudar a vibração entre os dois pólos, tanto na nossa mente como na mente de outros.

**Em todo problema existe uma oportunidade, você precisa encontrá-la.**



# Ritmo

"Tudo tem fluxo e refluxo; tudo tem suas marés; tudo sobe e desce; tudo se manifesta por oscilações compensadas; a medida do movimento à direita é a medida do movimento à esquerda; o ritmo é a compensação."

O Caibalion

## Aplicação prática

Tudo se manifesta em um movimento para diante e para trás, fluxo e refluxo, atração e repulsão, um movimento semelhante ao do pêndulo. Essa lei se manifesta na criação e destruição do mundo, na vida de todas as coisas e na mente do homem. Os hermetistas descobriram meios de dominar seus efeitos através da lei da neutralização.

Essa lei se manifesta em tudo que está acontecendo de forma automática e natural. Nós precisamos neutralizar a oscilação a partir do ponto polarizado que desejamos, isso é evolução.

**Sempre vamos viver oscilações, altos e baixos, o segredo é buscar reduzir a amplitude delas.**



# ***Causa e efeito***

"Toda a causa tem seu efeito, todo o efeito tem sua causa; tudo acontece de acordo com a lei; o acaso é simplesmente um nome dado a uma lei não reconhecida; há muitos planos de causalidade; porém nada escapa à lei."

O Caibalion

## **Aplicação prática**

Há uma causa para todo efeito e um efeito para toda causa. Nada acontece sem razão. Não há coisa que seja casual. Existem vários planos de causa e efeito, os planos superiores dominando os planos inferiores, nada pode escapar da lei. Mestres elevando-se ao plano superior, dominam o seu gênio, caráter, suas qualidades, poderes, tão bem como os que os cercam e tornam-se motores em vez de peões.

Precisamos entender o trem de causa e efeito que define tudo que acontece na nossa vida. Focar nossos esforços nas causas que produzirão o efeito que buscamos.

**Quando elevamos a nossa vibração, estamos criando uma causa em um plano superior, esse é o caminho para dominar o plano inferior.**



# Lei de causa e efeito



Vibração = Causa  
Experiências = Efeito



## **Respeitando a Lei de Causa e Efeito, vamos aprender aqui que nada acontece de forma casual, ou seja, por acaso.**

Ao contrário disso, perceberemos que tudo que acontece em nossas vidas tem uma causa, ainda que oculta ou desconhecida por nós.

Causa é "aquilo que produz um resultado"; a razão daquele acontecimento; a resposta à pergunta "por que?".

Tudo que nos ocorre, ocorre "por causa de" alguma outra coisa e essa coisa não significa a atitude de outra pessoa. Esse fato gerador começa dentro de nós, mentalmente.



*"Todas as mudanças nas atividades do  
Cosmos são condicionadas e causadas;  
elas se manifestam através de uma causa  
condicionante;  
elas continuam a se manifestar através de  
uma causa condicionante;  
elas deixam de se manifestar através de uma  
causa condicionante"*



**O CAIBALION**



**O que estamos querendo dizer é que se você tem um ótimo ou um péssimo relacionamento, há uma causa para isso.**

Isso não se aplica somente aos relacionamentos, mas a todas as coisas que você vive.

Por exemplo:

uma agressão, o saldo negativo na conta, uma doença, a demissão ou a promoção em um trabalho, as brigas dentro de uma família, etc.

**Assim, podemos concluir que:**



The image features two hands, one from the left and one from the right, reaching towards the center and holding each other. The hands are silhouetted against a background of a sunset or sunrise over a body of water. The sky transitions from a deep blue at the top to a warm orange and yellow near the horizon. The water in the foreground is dark with some ripples. The overall mood is romantic and intimate.

*O relacionamento é sempre  
sobre você!*



## **"Como assim sobre mim? E o outro? Ele não tem responsabilidade sobre seus atos?"**

A sua vida é exatamente como um filme, onde você é protagonista e as outras pessoas são coadjuvantes.

Ao mesmo tempo, elas são protagonistas do filme delas e você coadjuvante.

### **Um exemplo para você entender:**

No filme do Cadu, ele é o protagonista e a Mandi é coadjuvante.

Mas no filme da Mandi (vida da Mandi) o Cadu é coadjuvante e ela é protagonista.



## **Nós atraímos pessoas e situações que estão em harmonia com a nossa vibração.**

Se você não atraísse essa pessoa específica, atrairia outra em harmonia com a sua vibração. Logo, você viveria situações muito similares às que vive hoje.

Quem nunca viu situações se repetirem na vida de alguém? Por exemplo, aquela pessoa que todas as vezes que se relaciona é traída.

## **Puxe na sua memória e reflita sobre o que acabamos de explicar.**



# Gênero

"O gênero está em tudo; tudo tem o seu princípio masculino e o seu princípio feminino. O gênero se manifesta em todos os planos"

O Caibalion

## Aplicação prática

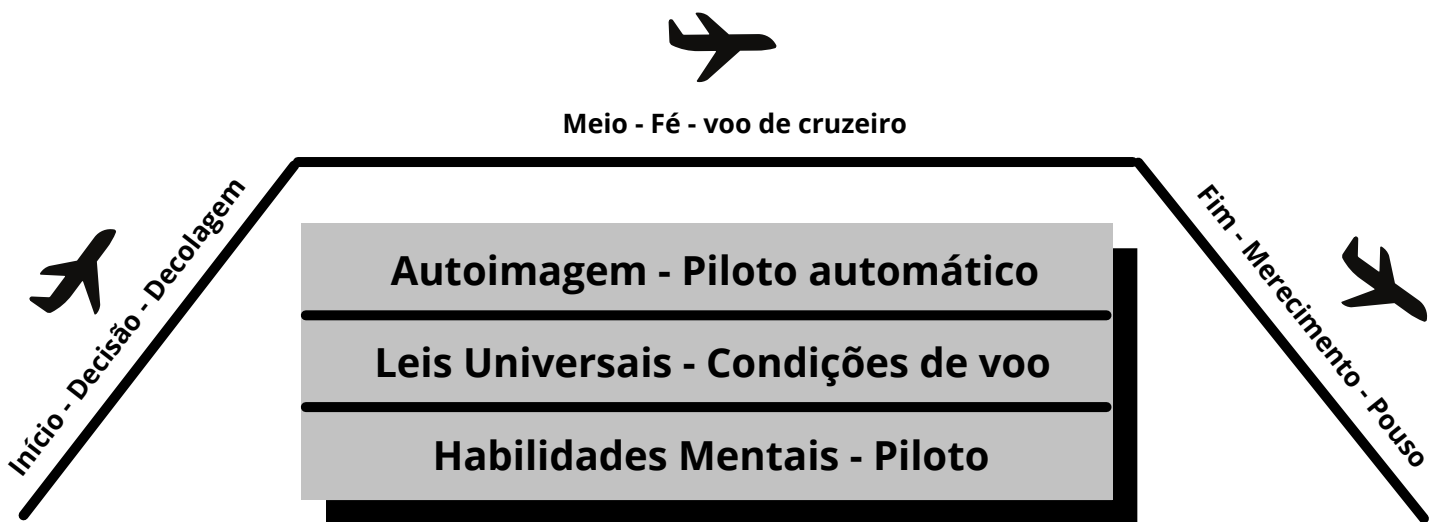
O masculino e feminino estão sempre em ação. Isso é certo no plano físico, mental e espiritual. Nenhuma criação é possível sem esse princípio. Ele opera na direção da geração, regeneração e criação. A geração de uma ideia é a formação do gérmen dessa ideia, a regeneração é o aperfeiçoamento e o crescimento dessa ideia, e a criação é a realização completa dessa ideia.

**Tudo leva um tempo, o que damos o nome de tempo de gestação. Precisamos acreditar nas decisões que tomamos pelo período necessário à sua manifestação no plano físico.**



# Os ciclos da nossa vida

A vida acontece em ciclos e assim, podemos dividir a busca por um objetivo em 3 etapas: início, meio e fim, conforme mostra a figura.



Cada uma dessas etapas apresenta diferentes características, por isso é importante entendermos em qual delas nos encontramos.

A partir de agora, vamos considerar situações nos relacionamento em que cada uma dessas etapas podem ser observadas.





# INÍCIO DO CICLO - DECISÃO

A falta de capacidade de tomar decisão pode resultar em duas situações muito comuns:

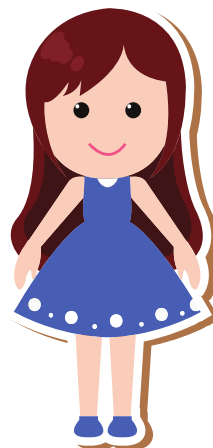
- Viver em um relacionamento com uma pessoa que não é a que realmente deseja e ficar sempre em dúvida
- Se apaixonar por uma pessoa fora do relacionamento e viver um triângulo amoroso (traição com grande envolvimento emocional)



**Paulinha**



**Marcos**



**Helena**



**Paulim**

\*As duas situações podem acontecer em função da pessoa entrar em um relacionamento por não se sentir merecedora de outro que ela realmente quer



## **Características de quem não se sente decidido(a):**

- Alimenta muitas dúvidas com relação ao seu relacionamento
- Costuma ter dificuldade de escolha nas pequenas coisas
- Vive comparando duas alternativas, vivendo com uma sensação de ambivalência
- Não possui clareza do objetivo final
- Costuma procrastinar suas decisões, se sente apático(a) e estagnado(a)
- Não entende que cria a sua realidade



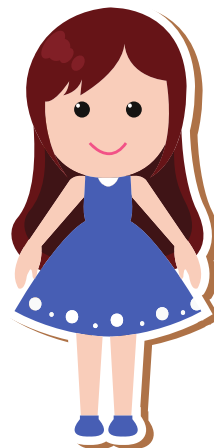
## MEIO DO CICLO - MEDO

A falta de capacidade de acreditar pode resultar em duas situações muito comuns:

- Algumas pessoas após conquistarem o relacionamento que desejam começam a ter medo de perder/ser traído
- Pessoas que já traíram, no relacionamento atual ou anterior, começam a ter medo da traição como uma forma de punição



**Marcos**



**Helena**



## Características de quem tem medo

- Possui muitas preocupações
- Não acredita que o relacionamento vai dar certo, sente que pode perder a qualquer momento
- Não consegue manter o relacionamento bom por um longo período. Não produz as causas necessárias para isso.
- Se apresenta como controlador(a), ciumenta, insegura
- Todos esses pontos são precedidos por crenças inadequadas ("não se pode ter tudo", "homem não presta", "mulher só gosta de quem tem dinheiro") ou por um sentimento de culpa por já ter traído



# FINAL DO CICLO - MERECIMENTO

A falta de capacidade de se sentir merecedor pode resultar em quatro situações muito comuns:

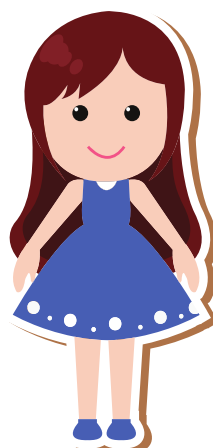
- Trair como uma forma de se sentir melhor ou sabotar o próprio relacionamento (traição sem grande envolvimento emocional)
- Se envolver com uma pessoa comprometida
- Viver insatisfeito dentro do relacionamento por não se sentir merecedor de uma relação de sucesso
- Ficar solteiro e não conseguir viver um relacionamento



**Paulinha**



**Marcos**



**Helena**



**Paulim**



## **Características de quem não se sente merecedor(a):**

- Possui pensamento de escassez
- Por isso, apresenta sentimentos de insuficiência, incapacidade e dependência
- Isso é refletido numa dificuldade de concluir, receber, um objetivo que deseja alcançar.
- Todos esses pontos são precedidos por experiências passadas (falta, perda, abandono) que formaram um buraco ou vazio que precisa ser preenchido.
- Possui necessidade de aprovação e reconhecimento dos outros.





## Autossabotadores:

- Crença de esforço
- Preguiça
- Perfeccionismo
- Superstições e manias
- Necessidade de agradar
- Vícios
- Vibração
- Outros

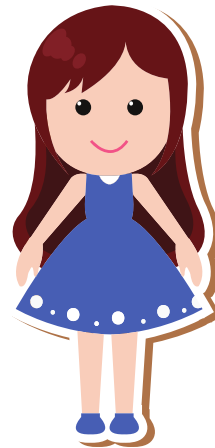


## ESTUDO DE CASO

Vamos conhecer um pouco do casal Marcos e Helena. Eles vão nos ajudar a compreender pontos relevantes dentro de uma relação.



**Marcos**



**Helena**

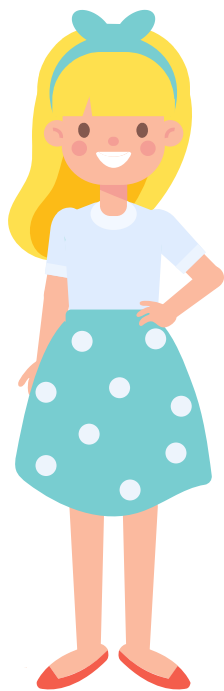
**Ambos possuem uma autoimagem desajustada para um relacionamento de sucesso**

- Um deles não se enxerga merecedor de alcançar esse patamar no relacionamento atual
- O outro é tomado pelo medo de perder o que tem

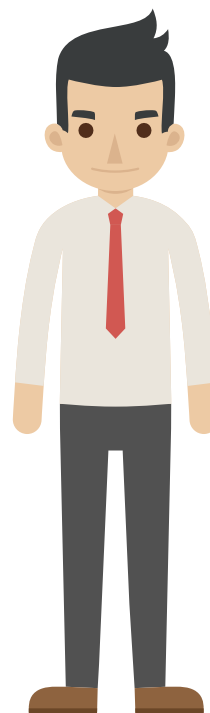


**Paulinha e Paulinho cumprem o mesmo papel, são a terceira pessoa dentro de um relacionamento. Vamos às características deles:**

- Não sentem merecedores do relacionamento
- Quando encontram alguém, são capazes de fazer tudo pela pessoa
- Não se sentem felizes sozinhos
- Sempre atraem pessoas comprometidas



**Paulinha**



**Paulinho**

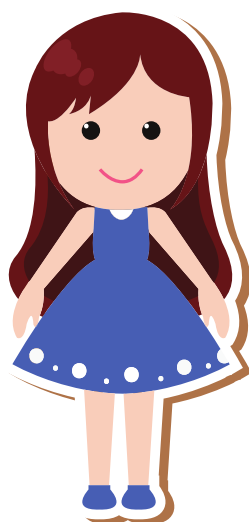




**Note a seguir os relacionamentos que se formam:**



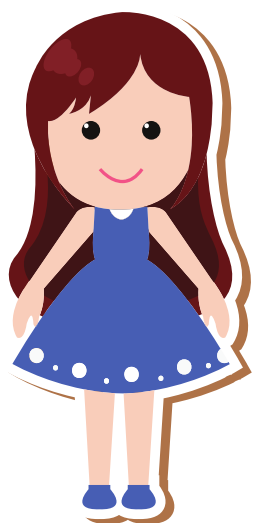
**Marquim**



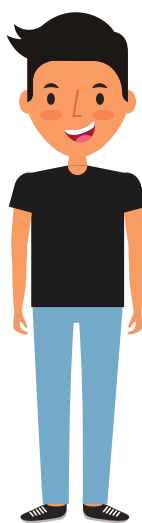
**Lena**



**Paulim**



**Lena**



**Marquim**

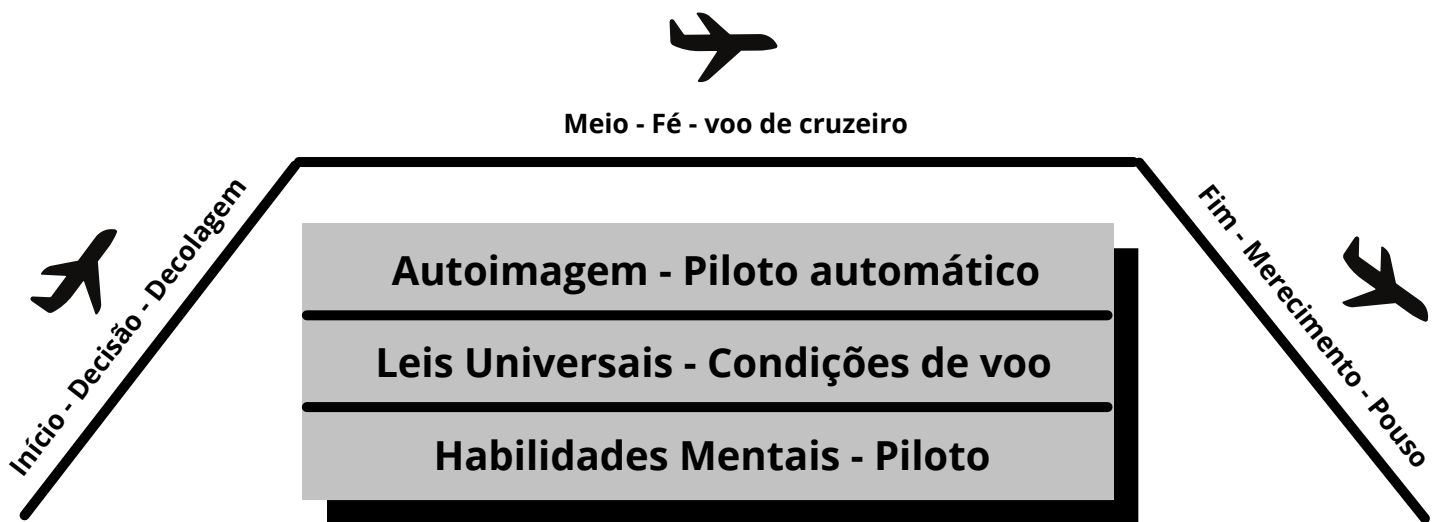


**Paulinha**



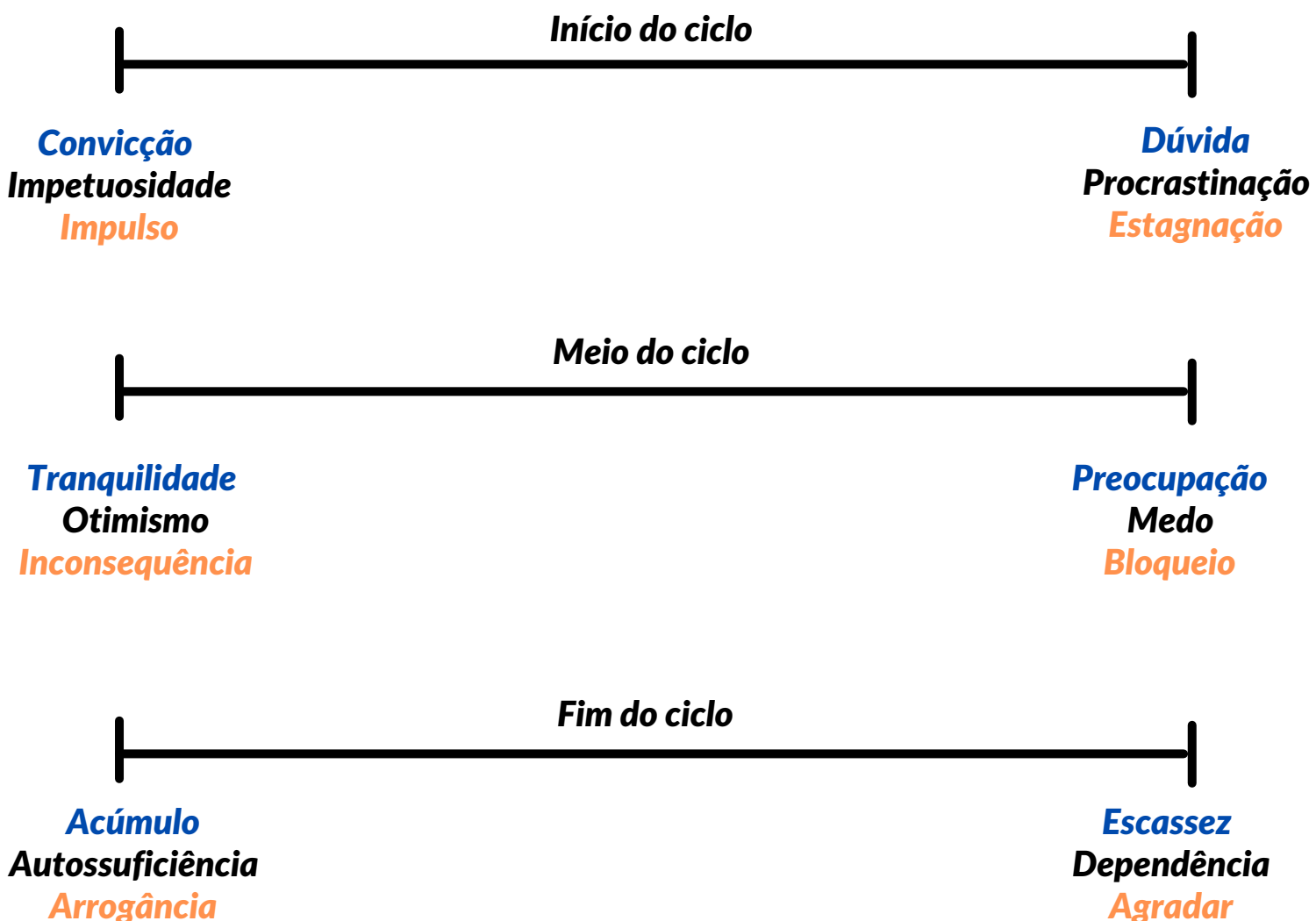
# Os ciclos da nossa vida

Agora os 3 personagens revelam os 3 grandes problemas que podem existir em um relacionamento: falta de capacidade para decidir, acreditar e merecer.



- O que traiu encontra-se na primeira fase
- O que foi traído encontra-se no meio
- O amante encontra-se na última fase

Para uma compreensão mais profunda das atitudes das pessoas em um relacionamento, podemos lançar mão das leis universais, principalmente a vibração, polaridade e o ritmo.



**Atitude**  
**Pensamento**  
**Sentimento**  
**Ação**



A combinação desses perfis gera um tipo de vibração específica. Esses sentimentos combinados podem desencadear diversas situações:

- Brigas
- Ciúmes
- Mentiras
- Trazer à tona o passado
- Situações que envolvem dinheiro
- Luxúria/pornografia/vícios
- Objetivos desalinhados
- Falta de libido
- Falta de interesse/admiração

É importante salientar que essas são experiências normais nas **frequências vibracionais baixas**.





"A vibração do nosso corpo é uma consequência dos nossos pensamentos e sentimentos e é ela que, por fim, faz com que as experiências se concretizem.

Tentamos corrigir os problemas tratando dos efeitos, mas eles são incontáveis. Ao corrigir um, observará que surgirão outros, logo funcionam apenas como um mecanismo de verificação.

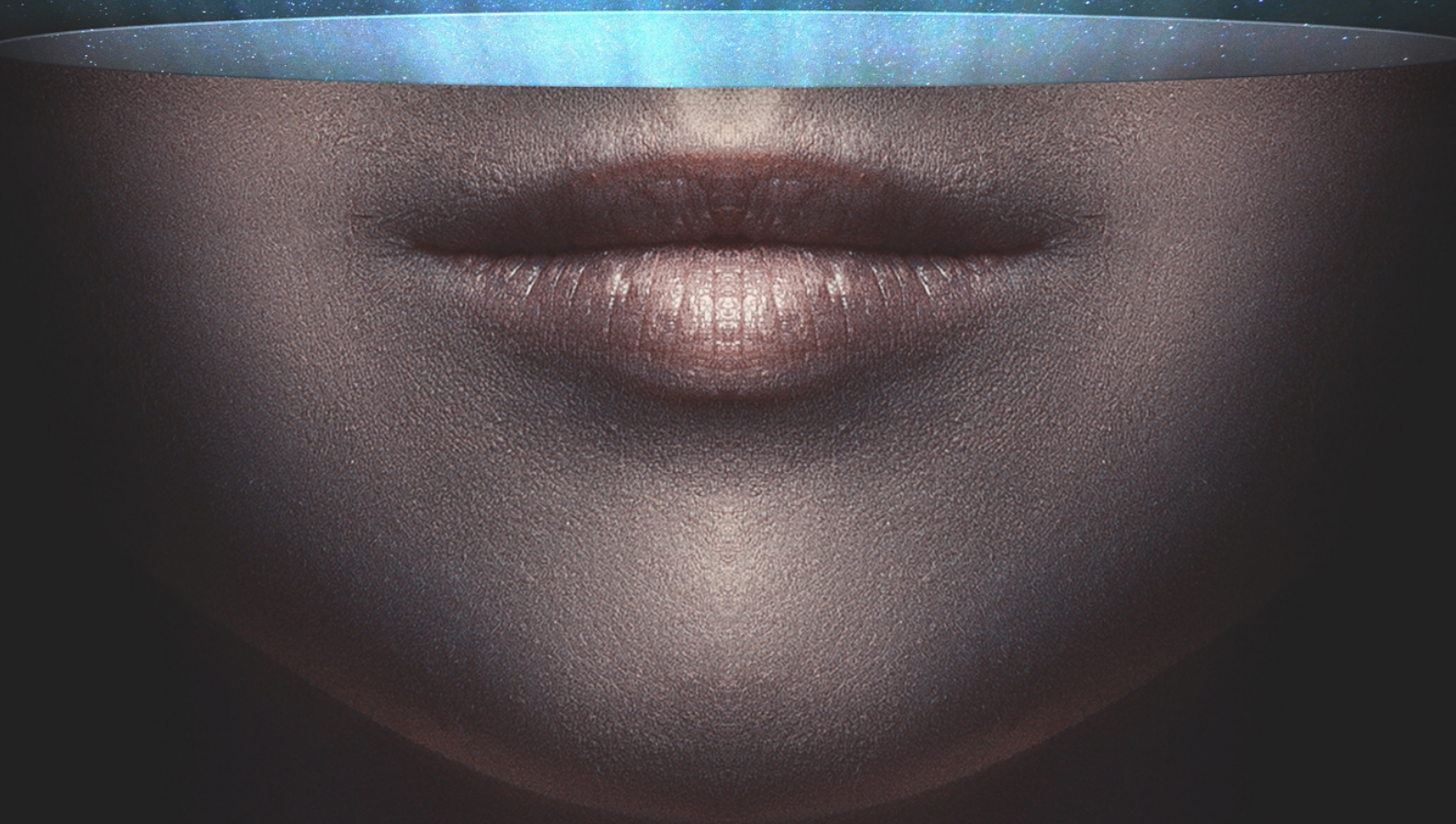
**Devemos atuar na causa dos problemas: a nossa vibração."**

*Mandi e Cadu*





*E como mudar a  
vibração?*





**No início de um ciclo precisamos  
adquirir capacidade de decidir:**

**Clareza**  
**Decisão**  
**Iniciativa**



**Convicção**  
**Impetuosidade**  
**Impulso**

**Dúvida**  
**Procrastinação**  
**Estagnação**



No meio de um ciclo precisamos  
adquirir capacidade de acreditar:

**Compreensão**

**Fé**

**Disciplina**



**Tranquilidade**

**Otimismo**

**Inconsequência**

**Preocupação**

**Medo**

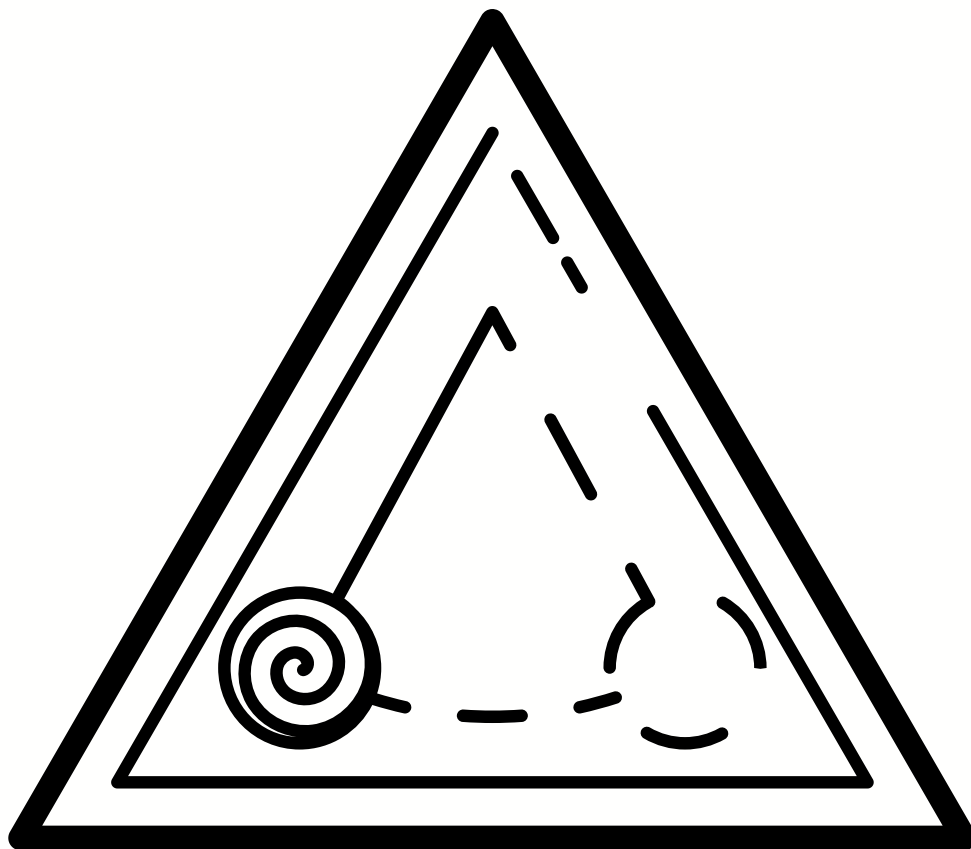
**Bloqueio**





No início de um ciclo precisamos  
adquirir capacidade de merecer:

**Abundância**  
**Merecimento**  
**Conclusão**



**Acúmulo**  
**Autossuficiência**  
**Arrogância**

**Escassez**  
**Dependência**  
**Agradar**



***Com base na sua  
experiência de  
vida, reflita sobre  
as coisas que você  
tem como verdade  
quando o assunto  
é relacionamento.***



***Utilize as  
perguntas a seguir  
como um guia  
para auxiliar você  
a listar verdades  
que estão  
presentes na sua  
mente.***





# ***Sou muito grosseiro (a) com as pessoas***

*Sim*

☐

*Não*

☐





# *Tenho medo de me relacionar*

*Sim*

☐

*Não*

☐



***Acho que vou ser  
solteiro(a) para  
sempre***

*Sim*

☐

*Não*

☐



***Não vou depender  
financeiramente  
de homem***

*Sim*

☐

*Não*

☐





# ***Tenho problemas com libido***

*Sim*

☐

*Não*

☐



# ***Sou uma pessoa muito difícil de lidar***

*Sim*

☐

*Não*

☐





***Sempre me envolvo  
com pessoas  
comprometidas***

*Sim*

☐

*Não*

☐

Sim  
Não

7







***Eu sou tímido (a)***

*Sim*

☐

*Não*

☐





***Nós vivemos  
brigando e cada dia  
está mais difícil***

*Sim*

☐

*Não*

☐





***Nós vivemos em  
paz e somos  
felizes***

*Sim*

☐

*Não*

☐



***Homens não  
valem nada, eles  
sempre traem***

*Sim*

☐

*Não*

☐





# ***Pessoas boas estão em falta no mercado***

*Sim*

☐

*Não*

☐



***As pessoas sempre  
dão mais valor a  
quem pisa nelas***

*Sim*

☐

*Não*

☐





# *Quando casamos, a frequência do sexo diminui*

*Sim*

☐

*Não*

☐

***Faça uma análise  
profunda e  
garanta que você  
possui motivos  
sólidos para  
manter qualquer  
crença ou imagem  
na sua mente.***





The image features two hands, one from the left and one from the right, reaching towards the center and holding each other. The hands are silhouetted against a background of a sunset or sunrise over a body of water. The sky transitions from a deep blue at the top to a warm orange and yellow near the horizon. The water in the foreground is dark with some ripples. The overall mood is romantic and intimate.

*O relacionamento é sempre  
sobre você!*