

# Curso Descomplique o amor com a Constelação Familiar

Material de apoio



Patricia Thomaz

# Seja bem-vindo!

Sou a Patricia Thomaz

Olá! Eu desenvolvi esse material de apoio para te ajudar ainda mais no mergulho interior e no processo de transformação durante o nosso curso

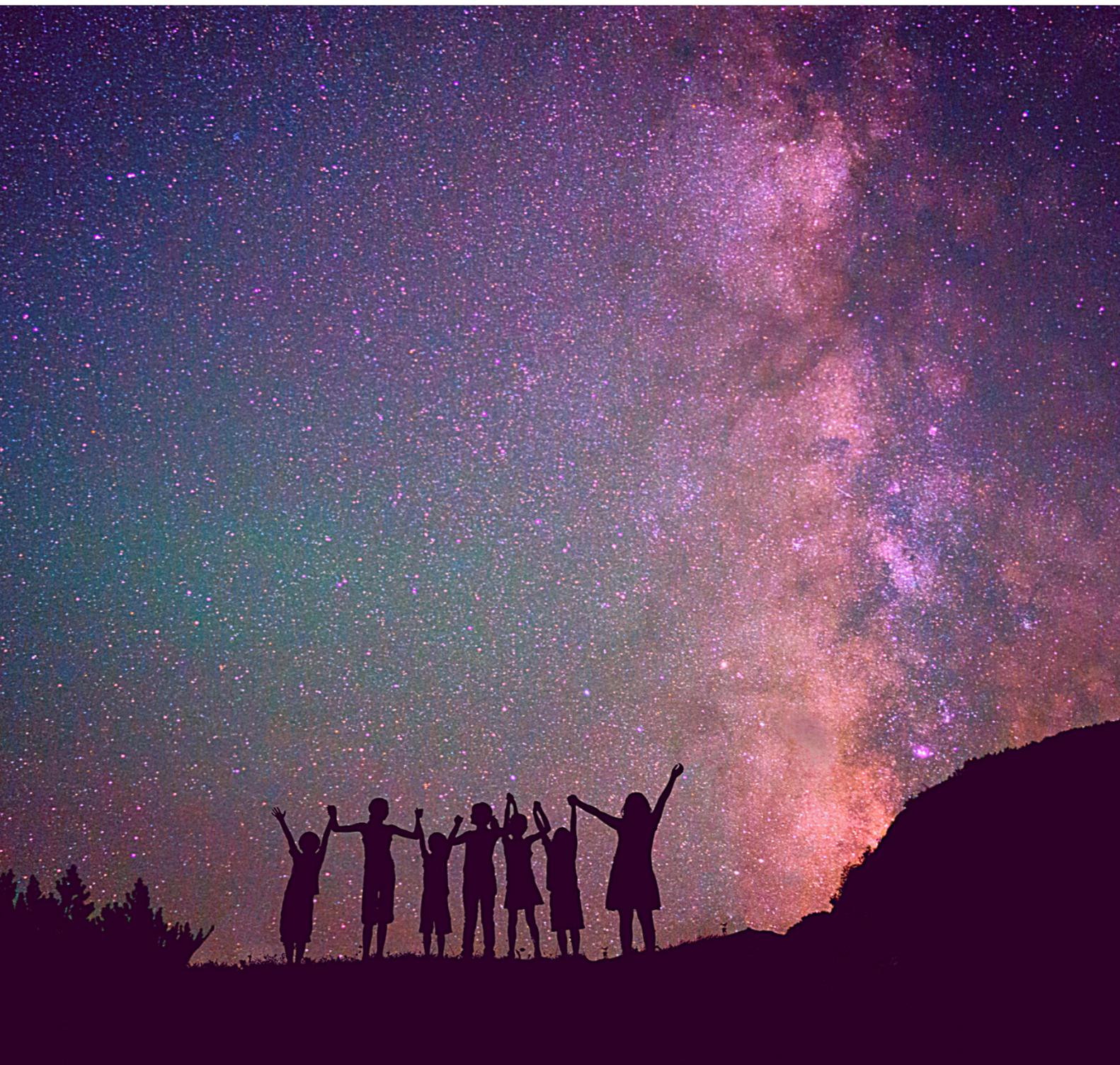
"Descomplique o amor com a Constelação Familiar".

Muito obrigada pela confiança.

Que seja uma linda jornada.

Estamos juntos, conectados, porque todos somos um.





# Sessão 1: Somos estrelas de uma grande constelação



Dicas de Vídeos:

[Campos Mórficos - Rupert Sheldrake](#)

[Bert Hellinger - Uma vida \(Documentário 90 anos\)](#)

[Entrevista com Bert Hellinger](#)

Dica de Livro:

[Meu Trabalho. Minha vida. A autobiografia de Bert Hellinger.](#)

# Um novo olhar para a VIDA e para as relações humanas

Responda para você:

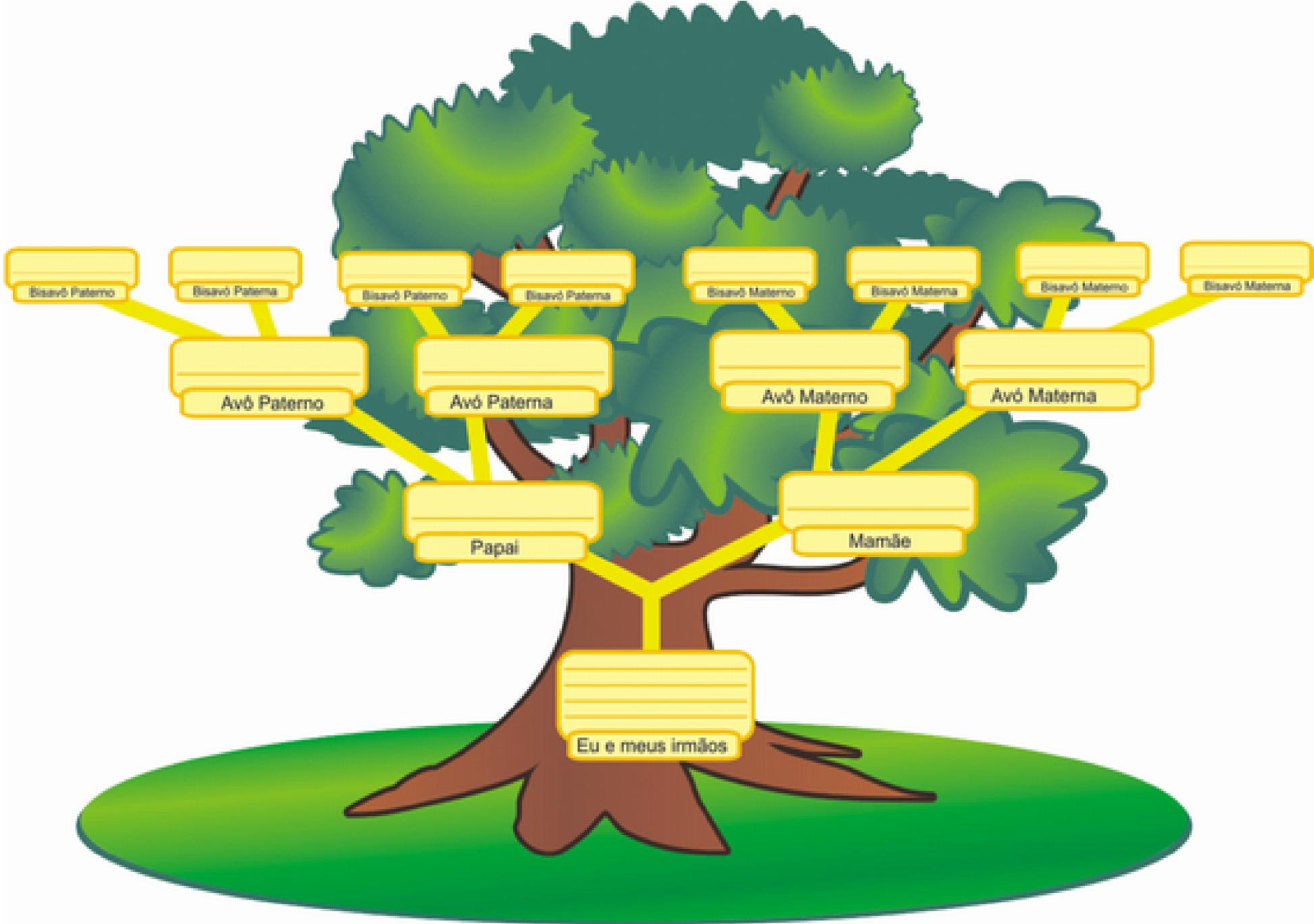
1. Complete a frase: A VIDA É \_\_\_\_\_
2. Como você quer que seja a sua relação com a vida?
3. No que você se sente capaz ou forte?
4. No que você se sente frágil?
5. Quem você precisa resgatar no seu coração?
6. Você aceita a ideia de que amar é sofrer?
7. Como devemos nos relacionar para sermos felizes?
8. O que depende de você?



**Sessão 2:  
Restaurando o  
amor com a  
ancestralidade!**

Dica de Filme: Viva - A Vida é  
uma Festa da Disney

# Faça a sua árvore genealógica



## Vamos meditar?

Procure no APP Insight Timer ou clique no link:

[Oração para a Cura Ancestral - Constelação Familiar \(Patricia Thomaz\)](#)

[Meditação Recebendo a Força dos Ancestrais \(Gabi Squizato\)](#)

[Prática dos Ancestrais \(Isabela Cotian\)](#)

[Canção Oração aos Ancestrais \(Prem Ramam\)](#)





**Sessão 3:  
Primeiro  
vínculo do  
amor:  
nossos  
pais**

Dicas de Livros:

[Onde estão as moedas - Joan Garriga](#)

[No centro sentimos leveza - Bert Hellinger](#)



*Para viver uma vida plena, é fundamental tomar os seus pais no seu coração!*

*Quem é maior?*

*( ) você*

***(x) seus pais***

## Vamos meditar?

Acompanhe no APP Insight Timer:

Amor aos Pais e à vida - Oração da Constelação Familiar (Patricia Thomaz)

Carta de Bert Hellinger à mãe - Curando essa relação (Patricia Thomaz)

Tomar os Pais no coração (Liana Linhares)

Meditação Cura do Relacionamento com os Pais (Janice Herringer)



# Como tomar os nossos pais em nosso coração? E assim tomar a vida de forma plena?

Responda para você:

1. Como é a sua relação com os seus pais?
2. Quais as 5 principais características positivas e as 5 negativas do seu pai?
3. Quais as 5 principais características positivas e as 5 negativas da sua mãe?
4. Quais as 5 principais características positivas e as 5 negativas suas?
5. Quanto você se parece com eles?
6. Como você quer que seja a sua relação com seus pais?
7. Como você pode aprimorá-la?
8. O que depende de você?



**Sessão 4:  
o amor que  
aquece  
o nosso ser**

Dicas de Livros:

[O amor que nos faz bem -  
Joan Garriga](#)

[Ordens do Amor - Bert  
Hellinger](#)

[Para que o amor dê certo -  
Bert Hellinger](#)

Só amar não basta.  
Como é esse amor?  
Ele respeita as Ordens do Amor?



### 1. PERTENCIMENTO

Inclusão: todos têm o direito a um lugar na família.

### 2. ORDEM E HIERARQUIA

Quem chegou primeiro em um sistema tem precedência sobre quem entrou depois.

### 3. EQUILÍBRIO OU COMPENSAÇÃO

Equilíbrio entre o dar e tomar.



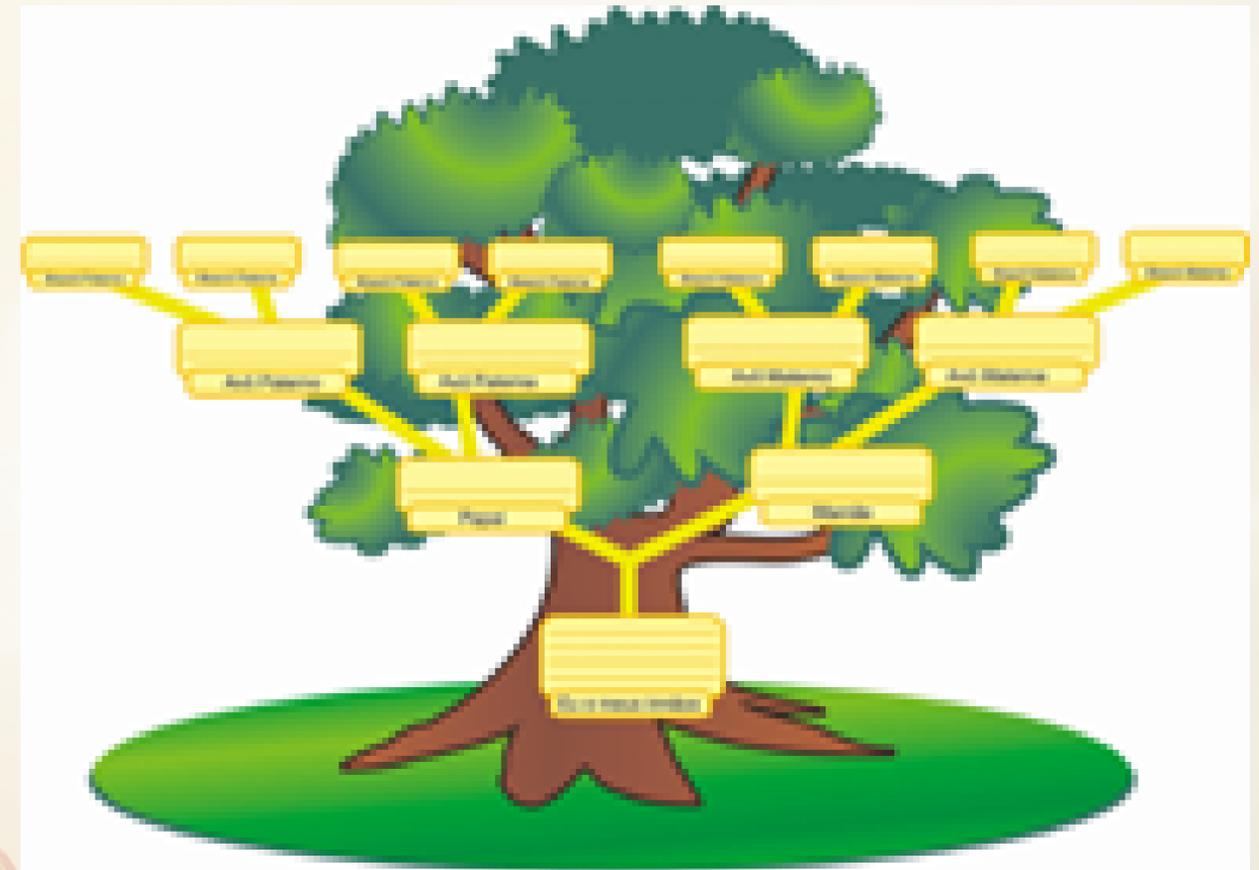
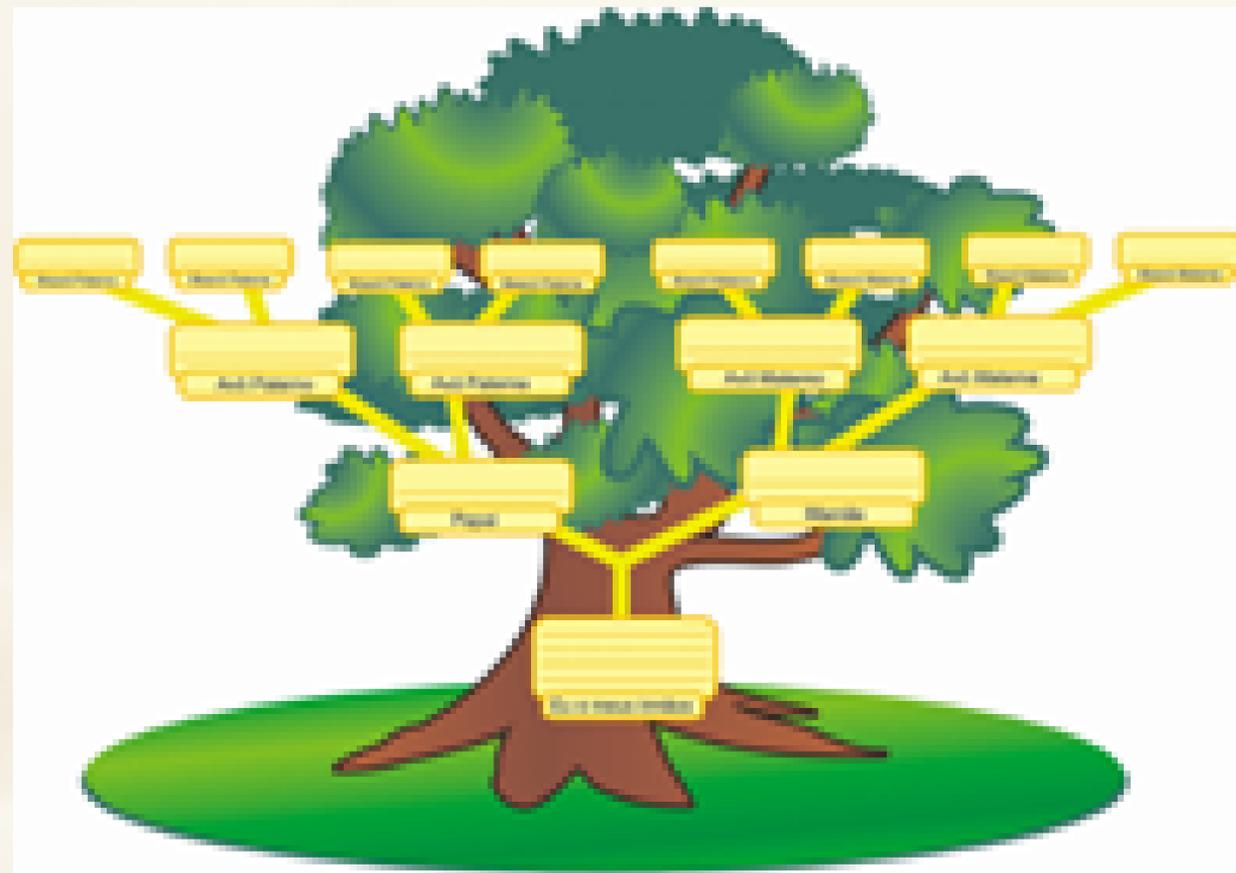


## 5 condições para o bem-estar do casal:

1. O relacionamento deve ser fácil, leve, sem dramas.
2. O casal deve ter natureza não muito diferente ou incompatível.
3. O casal deve ser companheiro um do outro, compartilhar interesses, cumplicidades.
4. O casal deve ter confiança plena um no outro, convicção que ninguém irá prejudicar.
5. O desejo espontâneo que o outro esteja bem, acima dos medos e carências.

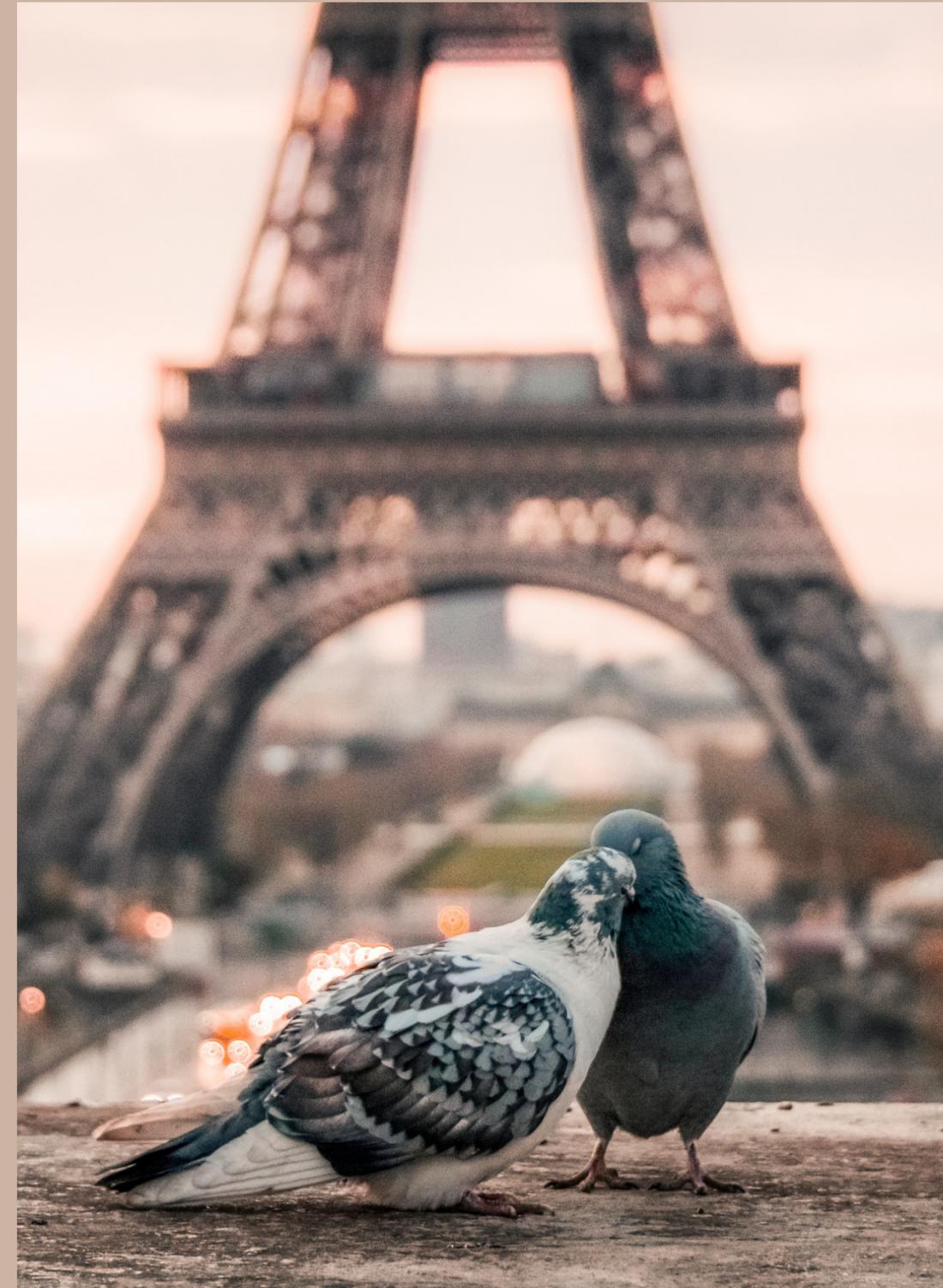
fonte: livro “O amor que nos faz bem”, Joan Garriga

**Numa relação de casal, cada um traz seu sistema (grupo familiar)**



# Sessão 5: Um lugar para os excluídos no seu coração

Você pertence!  
Acredite!





**Responda: Qual sintoma  
você percebe no  
seu sistema familiar?**

**Todo sintoma requer um olhar amoroso.**

**Pois ele está apontando para algo que  
foi excluído por você ou pelo seu  
Sistema Familiar.**

**Algo que está aguardando por você,  
que pede inclusão e ordem.**

**A cura profunda.**

## Vamos meditar?

Acompanhe no APP Insight Timer:

Despertar Matinal na Constelação: Cura Emocional (Patricia Thomaz)

Prece da Cura da Criança Interior (Carmem Mendes)

Cure os Relacionamentos Afetivos Através da Criança Interior (Juliana Sato)



# Sessão 6: Eu sou porque nós somos!

Dicas de Vídeos:

[Tribo Swazi - Canção Zulu](#)

[India Arie e a canção I Am Light](#)





## **4 POSTURAS INTERNAS DE AMOR:**

- **COMPREENSÃO,**
- **ACEITAÇÃO,**
- **PERDÃO,**
- **GRATIDÃO.**



Aprenda a se relacionar com uma pessoa de grande conflito:

1. Primeiro, mentalize essa pessoa bem a sua frente.
2. Perceba como é encará-la, olhos nos olhos.
3. Imagine você dando passos para trás até que encontre uma distância confortável.
4. Olhe novamente para a pessoa, até que fique melhor.
5. E reconheça esse lugar em que você se encontra.



**Todo relacionamento tem a sua proximidade ou distância certa.**

# Sessão 7: Amor universal

Dica de Livro:

[A Cura - Bert Hellinger](#)



give HARMONY . . . connect faith  
PURPOSE wisdom divine abundance  
selfless compassion . HEALING intention  
enlightenment **universal** GRACE  
kindness **LOVE** PURE peace  
ALTRUISM eternal

# Os 5 círculos do amor

1. Os pais

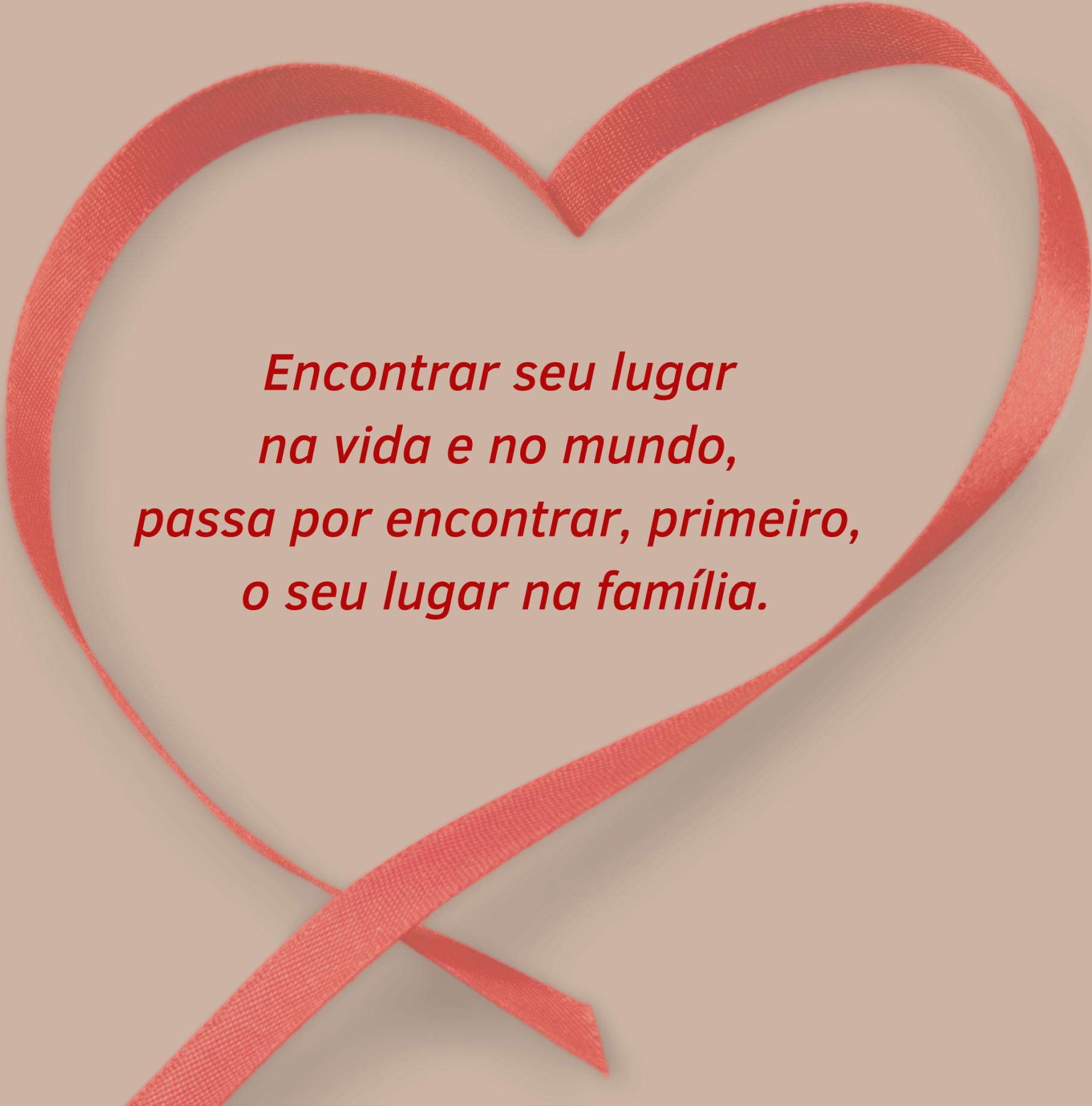
2. Infância e Puberdade

3. Dar e tomar

4. Aceitar todos os seres

5. Concordar com o mundo





*Encontrar seu lugar  
na vida e no mundo,  
passa por encontrar, primeiro,  
o seu lugar na família.*

**Vamos meditar?**

Acompanhe no App Insight Timer:

O Amor que Cura à luz da Constelação Familiar (Patricia Thomaz)

Equilíbrio do Feminino e do Masculino (Projeto Presença)

#40 - Energia: Equilíbrio entre o Feminino e o Masculino (Nadia Schmidt)

Você encontra os textos originais das Meditação dos 5 Círculos do Amor em:

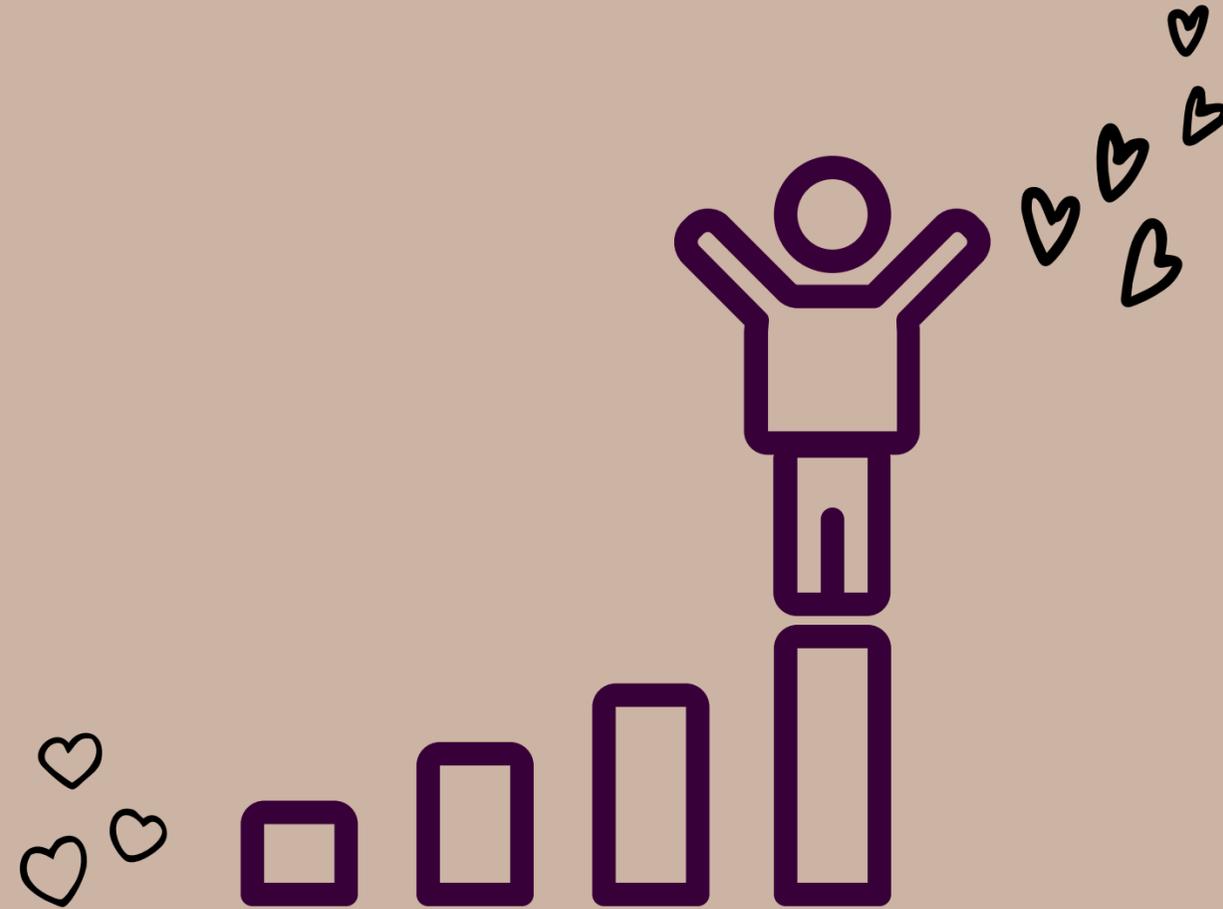
O Livro Um lugar para os Excluídos de Bert Hellinger



# Sessão 8: O sucesso profissional



# As 3 Ordens do Sucesso:



**1.0 nascimento**

**2. Movimento para a mãe**

**3. Movimento para o pai**



Assista:

Reportagem Completa do Fantástico:  
a Constelação Familiar no Judiciário

Reportagem: Constelação familiar com  
detentas e agentes auxilia na resolução de  
conflitos

**Sessão 9:  
Vamos  
praticar!  
Descomplique  
o amor na  
prática**



# Escrita expressiva

1. Escolha um horário e local em que você esteja sozinho.
2. Traga um momento de introspecção.
3. Lembre de uma situação que te machucou.
4. Escreva tudo que precisa ser dito.
5. Anote também qual os aprendizados você tira dessa situação.
6. O quanto ela te fortaleceu e te ajudou a ir além.
7. Quando terminar, dobre o papel.
8. Você pode rasgá-lo ou queimá-lo, como preferir.
9. Respire profundamente.
10. Escolha uma meditação amorosa para encerrar.



# Carta de Gratidão

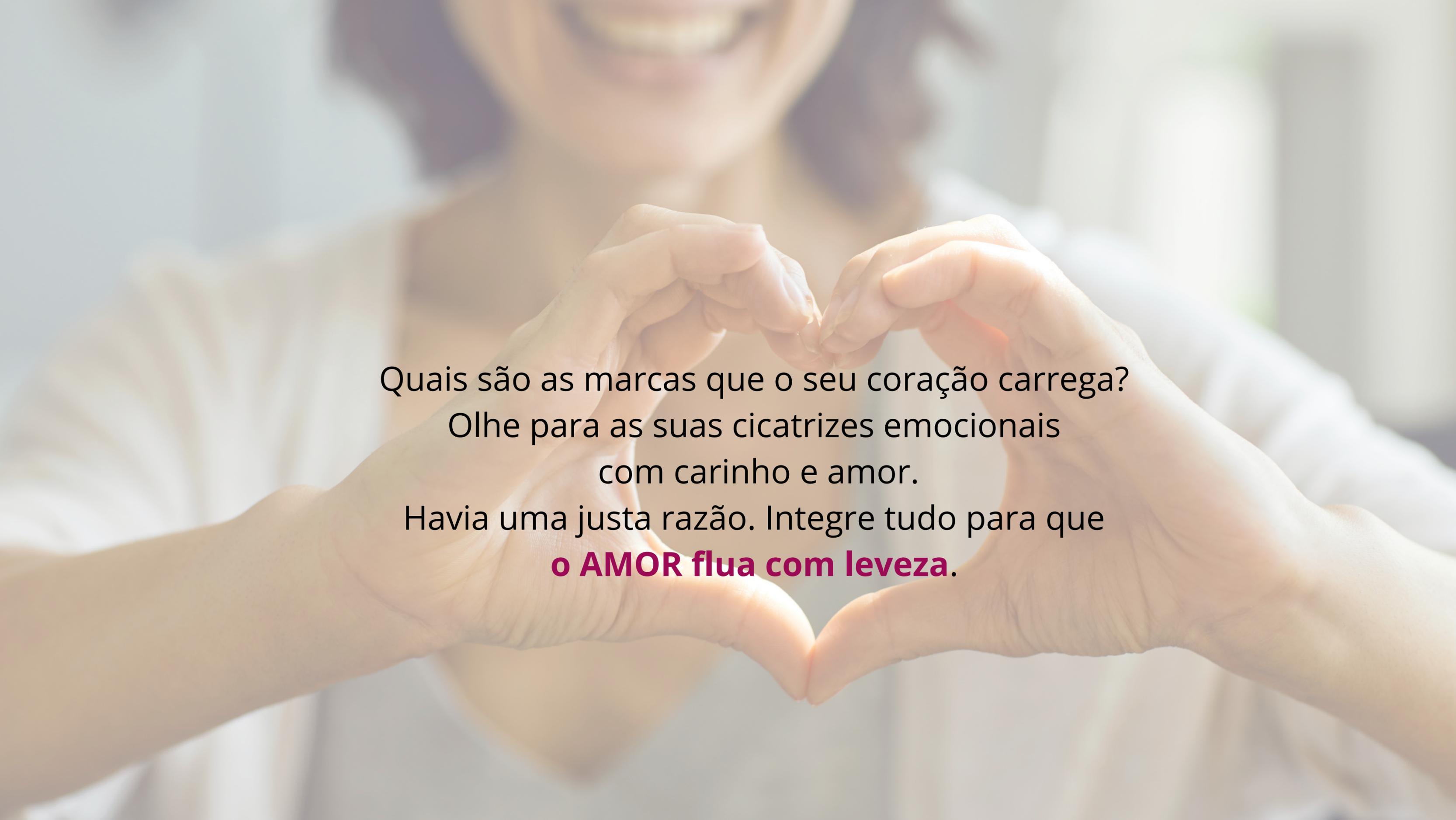


1. Escolha uma pessoa que influenciou a sua vida.
2. Quais são as coisas que você gostaria de agradecer?
3. Descreva o comportamento dessa pessoa.
4. Quais foram os maiores aprendizados que você teve?
5. Permita-se sentir a gratidão.
6. Por quais outros motivos você é grato à essa pessoa?
7. Leia a carta para assegurar que ela contém está pronta.



# Sessão 10: Amor próprio





Quais são as marcas que o seu coração carrega?  
Olhe para as suas cicatrizes emocionais  
com carinho e amor.  
Havia uma justa razão. Integre tudo para que  
**o AMOR flua com leveza.**

## Vamos meditar?

Acompanhe no APP Insight Timer:

Esperança à luz da Constelação (Patricia Thomaz)

Prece Milagre da Vida - Constelação Familiar (Patricia Thomaz)

Sintonia com o Amor Universal (Gustavo Sansi)

Que o Amor Seja Minha Prece (Juliana Zellaury Feres)

Afirmações Positivas - Amor (Marselha Palermo)





# Gratidão



Te espero nas meditações e lives do  
App Insight timer!

Te convido a seguir o meu insta:

@patriciabohnthomaz

E conhecer meu propósito:

[www.patriciathomaz.com.br](http://www.patriciathomaz.com.br)

Meus contatos:

(41) 99105-0333 / [patriciathomaz@hotmail.com](mailto:patriciathomaz@hotmail.com)





Material de Apoio desenvolvido com muito carinho por Patricia Thomaz.

Reprodução permitida desde que citada a fonte. Gratidão!

**Gostou?**  
**Indique o curso para seus amigos!**

**Está no App Insight Timer**

