

DR. WALTER PIN · MÉTODO PIN



# O QUE SUA DOENÇA ESTÁ DIZENDO

Tabela de cura: doença · emoção · afirmação

---

*Cura Integrativa · [drpin.site](http://drpin.site)*

# Toda doença tem um recado

Antes de ser sintoma, a doença é um aviso. O corpo fala primeiro em sussurro — uma dor de cabeça aqui, uma azia ali, um nó na garganta — e só grita quando a gente insiste em não escutar.

Este guia é uma **tabela de tradução**: para cada doença comum, qual o padrão emocional mais frequente por trás dela, e qual afirmação ajuda a desmontar esse padrão. Não é mágica nem substitui tratamento — é uma lente a mais para entender o que está acontecendo no seu corpo agora.

## Como usar este guia

1. Localize sua doença ou sintoma na tabela do capítulo correspondente.
2. Leia o padrão emocional e pergunte: *onde isso vive em mim?*
3. Repita a afirmação 3 vezes ao dia, em voz alta, durante 21 dias.
4. Anote no caderno qualquer mudança — corporal, de humor, de sono.



## As 7 raízes emocionais

Antes de ir nos sintomas específicos, reconheça as raízes — toda doença emocional cresce em uma destas sete:

<b>Mágoa</b> tudo o que ficou sem perdão	<b>Culpa</b> a sensação de não merecer o bem
<b>Medo</b> antecipação de uma dor que ainda não chegou	<b>Raiva contida</b> limites que você não soube colocar
<b>Tristeza</b> perdas não nomeadas	<b>Pressa crônica</b> fuga de si mesmo
<b>Solidão</b> desconexão de si e dos outros	