

# 09. A Cura: Quando o corpo, a fé e a mente se encontram

written by Vitor Lima | 14 de Dezembro, 2025



Há algo que ninguém nos prepara para compreender quando nos é diagnosticado um cancro: a cura não é apenas um fenómeno biológico. Ou melhor, talvez seja. Mas é muito mais do que isso.

Os medicamentos são ferramentas precisas. Exatas. Desenvolvidas ao longo de séculos de investigação rigorosa. Eles fazem aquilo para que foram criados: atuam no nosso corpo, combatem a doença, destroem aquilo que não deveria estar ali. A medicina é precisão. É conhecimento. É esperança materializada em moléculas.

Mas quando estamos sozinhos, na escuridão do quarto, na noite anterior ao tratamento, percebemos que há mais territórios para explorar. Territórios invisíveis. Espaços que nenhuma máquina consegue medir, mas que influenciam profundamente a nossa capacidade de curar.

A fé é uma delas.

Não é preciso defini-la como religiosa ou espiritual. É simplesmente aquela força que nos faz acreditar que é possível. Que nos faz acordar de manhã com razão para lutar. Que transforma o medo numa determinação silenciosa. A fé é a recusa de desistir, é a confiança de que existe um futuro ainda quando tudo parece escuro.

E depois está o subconsciente.

Essa parte do nosso cérebro, profunda onde vivem as nossas crenças, os nossos medos, as nossas esperanças que não conseguimos enunciar durante o dia. O subconsciente não entende números. Não compreende estatísticas. Compreende imagens, sensações, convicções viscerais. Quando verdadeiramente acreditamos que vamos curar-nos, algo muda no corpo. A respiração muda. O sistema imunitário mobiliza-se de forma diferente. As defesas organizam-se com outra força.

Isto não é magia. É neurobiologia. É fisiologia. É a mente a trabalhar ao nível mais profundo, aquele que fica antes da consciência que fala e questiona. É o poder da convicção a transformar-se em realidade biológica.

Os medicamentos são a ferramenta que a ciência nos oferece. Mas nós somos os construtores. Somos nós que decidimos se vamos usar essa ferramenta com desespero ou com confiança. Se vamos ingeri-la com medo ou com esperança. Se vamos permitir que a fé reforce o efeito do tratamento ou se vamos deixar que o desânimo o debilite.

A cura real acontece na convergência destes três elementos.

Os medicamentos atacam a doença no seu próprio terreno. Agem na matéria. Repõem ordem onde havia caos celular. Sem eles, muitas batalhas já teriam sido perdidas. A medicina salvou inúmeras vidas. É inegável.

Mas enquanto os medicamentos trabalham no corpo, a fé trabalha no espírito. Dá razão de ser à resistência. Transforma a luta numa coisa com significado. Oferece ao corpo uma verdade simples: vale a pena continuar. Vale a pena suportar os efeitos secundários. Vale a pena manter-se vivo.

E o subconsciente? O subconsciente é o maestro silencioso que coordena a orquestra. Quando acreditamos profundamente, o subconsciente convence o corpo a mobilizar recursos que nem sabíamos que possuía. Energias que as máquinas nunca conseguirão contabilizar.

Há algo que a investigação científica já confirmou: a mente influencia profundamente a capacidade de cura do corpo. Não é superstição. É fisiologia. É a realidade de como funcionamos como seres humanos. Somos feitos de matéria, sim. Mas também somos feitos de significado, de convicção, de esperança.

O medicamento que tomo é uma ferramenta. Mas o modo como o tomo, com fé de que me pode curar, com a profunda convicção no meu subconsciente de que sou capaz de sobreviver, isso é o que transforma uma ferramenta numa arma verdadeiramente poderosa.

A cura não escolhe um único caminho. A cura é o encontro de tudo aquilo que nos torna inteiros: o corpo que se defende através da química, a fé que nos faz acreditar, e o subconsciente que sussurra cada noite: “tu vais conseguir.”

Esta é a verdadeira força da medicina: não apenas a precisão das suas moléculas, mas a capacidade de trabalhar em conjunto com a profundidade do nosso próprio ser, a nossa fé, a nossa convicção, a nossa recusa de desistir.