

Curso Livre de Regressão de Memória



Rogelio Raquel

Copyright © 2008 by Rogelio Raquel

Todos os direitos reservados. Apostila registrada no Escritório de Direitos Autorais EDA/FNB (Fundação Biblioteca Nacional), Ministério da Cultura, de acordo com a lei nº 9.610/98. Sendo portanto proibida a reprodução total ou parcial desta obra, de qualquer forma ou por qualquer meio.

Registro no ISBN (International Standard Book Number)-nº 978-85-902489-2-7

Raquel, Rogelio S.,

Curso Livre de Regressão de Memória

Londrina: R. S. Raquel, 2008

1. Literatura brasileira-Parapsicologia 1. Título

Curso Livre de Regressão de Memória

“ Ao olhar para dentro de mim, descobri um novo universo. Minha viagem é por entre estrelas de lembranças, galáxias de recordações, rápidos cometas como momentos efêmeros. Minha nave, minha mente”-Rogelio Raquel

A regressão de memória é uma técnica terapêutica de livre exercício, que utilizando de diversos tipos de recursos, induz o consulente a estados profundos de autoconsciência, trazendo à tona insights(lembranças) da infância, adolescência, juventude, fase adulta e até a vida intra-uterina. Também pode levar ao aflorar de recordações traumáticas, emoções conflitantes e reprimidas. Desperta a intuição e a sabedoria interior, orientando o cliente ao caminho das decisões corretas, bem como nas resoluções de seus problemas. Visa o bem estar do ser humano, levando-o a vencer barreiras que pareciam intransponíveis, como: traumas, complexos, bloqueios , fobias, cenas tristes, fatos marcantes, vividos no passado, que podem ser recentes ou de um tempo muito distante.

A regressão de memória é dividida em duas categorias: regressão até o ventre materno(vida atual), ou regressão a vidas passadas. Independente de suas crenças religiosas, este curso tem por objetivo, não questionar dogmas religiosos, muito pelo contrário, queremos apenas mostrar caminhos mais fáceis para que terapeutas, pesquisadores e estudantes dos temas holísticos, possam ajudar seus semelhantes a vencerem problemas enraizados em seus inconscientes.

Neste curso, você irá conhecer a fundo todos os segredos que cercam esta terapia. Iremos lhe mostrar todos os tipos de regressão, bem como as melhores técnicas para se chegar neste grande baú de memórias. Vamos desmistificar grandes mentiras a respeito desta técnica, e também tiraremos as maiores dúvidas que pairam sobre todos, acerca deste tema tão fascinante.

No momento em que descobrimos a essência humana, aprendemos a nos conhecermos um pouco mais. Saiba que você está entrando num campo cheio de belas flores, mas também irá se deparar com muitos espinhos. Seja persistente e perseverante, pois ao descobrir o segredo da mente, você passa a lidar com o sofrimento alheio, e isso é ao mesmo tempo fascinante e complexo, porém muito gratificante. Poder ajudar o seu próximo, diminuindo-lhe o sofrimento que ele carrega no mais profundo do seu ser é antes de tudo uma prova de humildade e amor. Portanto, aproveite ao máximo nosso curso, pois aqui pode estar começando uma nova história, não só para seus consulentes, mas principalmente para você mesmo.

Dúvidas Frequentes

“ A saúde depende de estar em harmonia consigo mesmo”-Edward Bach

1) A regressão de memória pode causar algum mal?

Toda técnica mal empregada pode acarretar em conseqüências desastrosas. A regressão é uma técnica maravilhosa, e se bem empregada por uma pessoa séria, responsável e com o devido conhecimento do tema, ela poderá trazer benefícios extraordinários.

2) A pessoa pode não retornar da regressão?

Isto é um mito. Nunca houve nenhum caso comprovado de alguém que tenha feito uma regressão de memória e não tenha voltado a idade atual. Todos os consulentes retornam tranquilamente e sentindo-se muito melhores do que antes. Vamos inclusive agora sermos um pouco trágicos na nossa explicação. Imagine que o especialista sofra um colapso durante a regressão e desmaie. O consulente neste caso não ficará perdido no tempo, ele simplesmente dormirá e ao acordar horas depois, provavelmente levará um susto ao ver o terapeuta desmaiado ao seu lado.

3) Quando a regressão é indicada?

Indicamos uma regressão em casos de traumas, complexos, fobias, lembranças tristes, problemas físicos que a medicina não encontra solução (ver capítulo—Regressão A Vidas Passadas). Desarmonia, dificuldades: financeiras, amorosas, de relacionamento, também podem encontrar respostas em regressões, principalmente em vidas passadas.

4) Qualquer pessoa pode ser consulente em uma regressão?

Não. Crianças com idade inferior a sete anos e mulheres grávidas estão proibidas de fazerem regressão. As crianças até os sete anos têm seu inconsciente aflorado, portanto estão com sua mente em formação. Já as grávidas, não podem ser consulentes nesta técnica, pois poderão transmitir ao feto, toda impressão negativa vivida por lembranças traumáticas de seu passado. Além delas, pessoas com problemas psiquiátricos graves não devem ser submetidas a esta técnica, seja pelo fato de estarem com algum tipo de crise nervosa ou podem estar sob o efeito de medicamentos controlados, o que irá interferir no resultado.

5) Quais profissionais podem praticar a técnica de Regressão de memória?

A regressão de memória é uma técnica de livre exercício, não havendo portanto nenhuma lei que a regule, ou proíba sua aplicação. O que deve haver é o bom senso por parte do praticante. Exige-se o mínimo de preparo para a prática de uma técnica tão séria e complexa como esta. Desta forma, antes de alguém sair por aí, dizendo-se um terapeuta especialista em regressão, torna-se necessário que esta pessoa seja um grande conhecedor do tema. Cabe à sociedade, fiscalizar estes profissionais, questionando se realmente estudaram para tal, ou onde se formaram. Assim iremos garantir o padrão profissional e ainda acabar com os falsos terapeutas e charlatões que denigrem a imagem dos verdadeiros e bons profissionais. Devemos observar que muitos médicos, psicólogos, psicopedagogos, parapsicólogos, psiquiatras e terapeutas holísticos aderiram a esta técnica. Então, mesmo sendo de livre exercício, existem estes profissionais citados que garantem a credibilidade desta terapia.

6) Na regressão podemos fazer o consulente esquecer o passado?

Não, a finalidade da regressão não é apagar o passado da mente de uma pessoa, pois isto é impossível nesta técnica. O que se busca é fazê-la ver uma cena traumática com uma nova visão, ou seja, fazer com que a pessoa encare um momento triste sem que esta cena traga para ela tristeza. É garantir que aquilo que a atormenta, não a atormentará

mais. Transformando uma cena ruim que traz sofrimento, em uma cena comum, sem choques emocionais. Portanto, a função de uma regressão é transformar e não fazer esquecer.

Utilidades da Regressão de Memória

“ O passado me revela a construção do futuro”-Teilhand de Chardin

A regressão de memória é uma técnica bastante difundida nos dias atuais. Geralmente praticada por médicos, psicólogos, parapsicólogos, psicopedagogos, psiquiatras e terapeutas holísticos. Ela visa à limpeza mental do consulente, que ao vivenciar cenas negativas de seu passado, são levadas pelo profissional competente a compreender que aquele momento traumático deve ser encarado com naturalidade.

Desta forma, ao aflorar do inconsciente, momentos tristes, desagradáveis, vividos no passado, o consulente depara-se com um grande dilema, sofrer tudo novamente ou vencer este bloqueio. E só existe alguém neste momento capaz de fazer com que este ser humano vença essa barreira, “O TERAPEUTA”. Pois é ele quem vai direcionar a pessoa com problema, através do aconselhamento, a encarar a cena traumática com naturalidade, fazendo com que este fato negativo, deixe de ser lembrado como algo perturbador.

O que o terapeuta deve ter em mente, é que ele torna-se o canal entre o sucesso e o fracasso desta técnica. Portanto, só faça uma regressão de memória, quando verdadeiramente você se sentir muito preparado para fazê-la.

O Aflorar do Passado

O passado me aflora
Rompe em mim feito aurora
Traz de volta quem eu sou,
Feito espelho eu posso ver
Que em cada amanhecer
Brilha o sol pra onde vou

Vejo cada despedida
Vejo a hora da partida
Sinto o tempo que vivi,
Olho o olhar esquecido
Vejo um rosto tão querido
De alguém que já senti

Vejo campos verdejantes
Onde já estive antes
Num viver mais que feliz,
Sinto amores do passado
E me sinto mais amado
Nesta volta que eu fiz
Rogelio Raquel

Regressão E Uma Nova Vida

“ Quer você acredite que pode ou que não pode fazer uma coisa, você está certo”-Henry Ford

Imaginem uma pessoa que viveu uma vida inteira sofrendo com um problema que ela achava que não tinha solução. Ou alguém que perdeu as esperanças por pensar que o fim dos seus males está distante, ou mesmo seja impossível. É exatamente assim, que muitos chegam nos consultórios de terapeutas, antes de passarem pela regressão de memória.

Toda dor pela qual passam, parece não ter fim. Ao sentirem as maravilhas desta técnica, um novo horizonte se estabelece para elas. É como acordar de um pesadelo e se sentir aliviado por estar apenas sonhando. Libertar-se de um tormento, é tirar o peso de toneladas das costas.

Poder olhar nos olhos destas pessoas é um privilégio. Sentir em seus olhares a paz e a esperança renovadas pela aplicação terapêutica desta técnica maravilhosa, é antes de tudo, saber que fazemos parte de suas histórias. Pois no futuro, quando estiverem novamente mergulhadas nos pensamentos do passado, lembrarão com felicidade que houve um marco em suas vidas, a regressão.

A Depressão

A mãe de todas as dores
É como um vazio sem fim,
Dá a luz a dissabores
Faz flor seca em teu jardim

Traz angústia tão sentida
Deixa cego o olhar perfeito,
Faz estrada sem saída
Seca o rio em pleno leito

Cria na boca o fel
Seca o brilho dos lábios,
Deixa amargo o doce mel
Confunde o pensar dos sábios

Porém essa dor intensa
Que rasga o véu de sua alma,
Não suporta esta presença
Que te acalenta e acalma

A presença de esperança
Que recobre tua aura,
E cresce feito criança
E tua vida restaura

Pois nenhum sofrer é eterno
O tempo cura a ferida,
Há primavera após inverno
Há muita luz em sua vida
Rogelio Raquel

O Passado Aflora

“ A maior descoberta da minha geração é que os seres humanos, alterando suas atitudes mentais, podem alterar a própria vida”-William James

Em uma regressão de memória, é aflorado na mente do consulente, cenas e fatos tristes e traumáticos do passado. Com isso, a pessoa terá a sensação de estar vivenciando novamente aquele momento desesperador. Portanto, o terapeuta antes de levar este ser humano ao passado, deverá prepará-lo para que ele vivencie estes fatos sem sentir novamente a carga emocional negativa vivida em tempos remotos.

Fazendo uso de frases chaves como: “Você irá voltar ao passado, e vivenciará cenas e fatos marcantes de sua vida, porém sem sentir as emoções negativas que sentiu naquele momento. Você verá a cena de fora, como observador...”.

Desta forma, observando a cena como uma terceira pessoa, as chances do consulente sofrer novamente com o fato negativo tornam-se pequenas. Ele verá o momento traumático, irá descrever a cena, contará para o terapeuta o que está vendo, dirá o que a pessoa dele no passado está sentindo. E o terapeuta direcionará assim, o melhor caminho para ajudá-lo a vencer esta barreira traumática.

Mas existem casos que mesmo o consulente vivenciando tudo como observador, poderá demonstrar muita emotividade e chorar copiosamente. Isto é normal, pois não se esqueça que vivenciar o passado triste, cheio de traumas e complexos, pode ser assustador. E mesmo vendo a cena como uma outra pessoa, só o fato de ver a si próprio no passado, sofrendo, já é um grande motivo para se emocionar. Aí entra a destreza do terapeuta, que rapidamente e sempre de forma firme, irá aconselhá-lo a entender que aquela cena deve ser encarada de outra forma. Portanto, tenha em mente que em uma regressão não se apaga o passado, isso é impossível. O que é feito é uma transformação da cena traumática. Deve-se levar o consulente a enxergar determinado fato triste, de um outro prisma, ou seja, de uma forma mais natural, sem a carga emocional negativa.

“ Devemos ser como a erva daninha,
Quando nos podam, pensando ser nosso fim
Nossas raízes são insistentes e profundas
E crescemos novamente, mais fortes e vistosas”
Rogelio Raquel

Por que a volta ao passado é tão traumática?

“ Quem olha para fora sonha. Quem olha para dentro, acorda”-Carl Jung

Nosso passado está registrado e arquivado em nosso inconsciente. Tudo, mas tudo mesmo que vivemos, ouvimos, vimos, falamos, vivenciamos, sentimos, está guardado para sempre em nosso banco de dados mental. Ao acessarmos este baú na mente, encontramos cenas que achávamos que haviam se perdido no tempo, mas ao contrário do que muitos acreditam, elas estão lá, bem guardadas e arquivadas, em nossa mente inconsciente. Momentos banais, especiais, importantes, tristes, felizes, estão todos impressos neste maravilhoso arquivo dentro de cada um de nós.

Por isso, quando fazemos uma regressão, podemos nos deparar com cenas corriqueiras, como o dia em que brincamos com nosso cachorrinho na lama em uma tarde chuvosa, ou lembrarmos com tristeza do dia da morte deste mesmo cãozinho. Podemos nos lembrar de tudo, pois tudo está ao nosso alcance em uma regressão.

Porém as pesquisas em consultório têm demonstrado que geralmente numa regressão, as cenas mais lembradas são as mais tristes e traumáticas, devido à carga emocional que elas têm. É obvio que quando abrimos as portas do nosso inconsciente, o que aflora primeiro são os momentos mais marcantes, e infelizmente para nós, os fatos mais marcantes de nossa vida, são aqueles que carregam consigo a emoção, e todos sabemos que as emoções mais fortes e que deixam marcas mais profundas são as negativas.

Para a terapia de regressão o que importa realmente é vivenciar cenas traumáticas, pois são essas que destroem, bloqueiam e entristecem o consulente. Quem busca esta técnica, visa vencer uma barreira que o atormenta. Se alguém desejar fazer regressão apenas por curiosidade, para relembrar somente momentos alegres, deve ser descartado, pois regressão é coisa séria, não uma brincadeira de recordações. Só abrimos a tampa do baú de nossa mente, quando for realmente necessário que se abra, e com o auxílio indispensável de um profissional conhecedor do assunto.

Positividade

Tudo o que desejo

Em minha mente vejo

Tornar-se realidade,

Se quero, luto, consigo

Me livrando do perigo

Buscando a felicidade

Rogelio Raquel

Todo mundo consegue regredir ?

“Algo só é impossível até que alguém duvide e acabe provando o contrário”- Albert Einstein

Claro que sim. Algumas pessoas terão mais dificuldades que outras, mas esta técnica é acessível a todas as pessoas. Dependerá do terapeuta a aplicação da melhor forma de conseguir de seu consulente o resultado esperado.

As técnicas geralmente aplicadas para se conseguir chegar a uma regressão são: a hipnose, o relaxamento mental e as imagens da mente. Você aprenderá neste curso, a usar duas destas técnicas: o relaxamento mental e as imagens da mente. Estas duas técnicas usadas em conjunto são fundamentais para se chegar a um resultado satisfatório.

Alguns pacientes no início têm grandes dificuldades de conseguir relaxar ou visualizar cenas pedidas pelo terapeuta. Isso é normal. Com o decorrer das sessões, ele vai aprendendo e aperfeiçoando sua capacidade mental. Com isso, paciência é a palavra-chave para ambos: o consulente e o terapeuta.

Nunca se deve desistir quando uma determinada pessoa apresenta bloqueios ou dificuldades. Busque sempre novos caminhos, novas formas de se chegar onde se quer. Lembre-se, todos podem regredir. Até mesmo as pessoas mais tensas e ansiosas. Basta que o terapeuta saiba usar de todos os artifícios para se chegar ao resultado esperado.

Evite avisar ao consulente o dia e a hora em que ele será submetido à regressão. Diga a ele que será feito um relaxamento mental, pegue-o de surpresa. Pois ao saber que naquele momento ele passará por uma sessão de regressão, muitos consulentes ficam tensos, nervosos, ansiosos e acabam tendo dificuldade de relaxar, e o relaxamento é algo fundamental em uma regressão. Porém não se esqueça, o cliente deve saber que durante a terapia ele passará por sessões de regressões, apenas não avise o dia e hora.

Para casos extremos, onde o consulente não consegue relaxar em hipótese nenhuma; alguns terapeutas fazem a indicação de certos florais que têm a potencialidade de abrir o filtro mental, facilitando assim o processo regressivo. Caso queira conhecer melhor a terapia floral, dispomos do curso “Florais de Bach”, também uma excelente técnica, indicada para diversos desequilíbrios nas áreas mentais, físicas e energéticas.

“ Não se iluda. Mesmo que o nevoeiro
seja intenso e nos prive de ver o infinito;
Devemos ter a certeza, que ao dissipar da névoa
Nossos olhos serão tomados com a
visão do firmamento”

Rogelio Raquel

A Mente Humana

“ A única revolução possível é a interior”
Gandhi

Nossa mente é dividida em três partes: consciente, subconsciente e inconsciente.

O consciente como o próprio nome já diz, é a razão; são os seis sentidos bem aflorados: audição, paladar, visão, olfato e tato. O consciente deduz, analisa, critica, questiona, sabe o que é certo ou errado, verdadeiro ou falso. É o consciente um filtro, antes que a informação chegue ao inconsciente. Se alguém lhe disser que você é um fracassado, e seu consciente que tem o poder de saber o que é certo ou errado, acreditar, esta informação vai para o inconsciente e lá poderá ficar para sempre, fazendo de você um verdadeiro fracassado.

Nossa mente consciente como filtro que é, tem a função de discernir as informações que recebe. Vejamos: alguém diz a você que é vidente, e que está prevendo um acidente de carro em sua vida. Caso seu consciente que tem o poder de questionar se isso é possível ou não, se faz sentido ou não, se tem fundamento ou não, acredita nesta previsão, as chances de acontecer um acidente contigo são enormes. Pois o mecanismo consciente é muito simples, recebe uma idéia, ou informação, questiona se é verdade ou mentira. Se para sua mente for uma verdade, imediatamente esta informação passa do consciente ao subconsciente, e de lá vai direto ao inconsciente, que moverá céus e terras para sua crença se transformar em realidade. Portanto, quando alguém mal intencionado lhe disser algo negativo, antes de acreditar, reflita se o que foi dito tem fundamento, pois seu consciente tem esta capacidade de reflexão, ao contrário do inconsciente.

O subconsciente é um arquivo de curta duração, ou seja, uma memória rápida, para acontecimentos e fatos de um passado próximo. Este campo mental capta informações do consciente, armazena por um período curto e depois transmite ao inconsciente.

O inconsciente é como um gigantesco arquivo de computador, arquiva tudo, todas as impressões, fatos, cenas, momentos que vivenciamos. Nada se perde. Ele não questiona nada, nenhuma informação é questionada pelo inconsciente, ao contrário do consciente que questiona tudo.

O nosso inconsciente é o campo mental mais importante que o ser humano possui. Costumamos chamá-lo de o solo mais fértil do universo, pois qualquer semente que nele semeamos, floresce, germina. Se semeamos as sementes do otimismo, do positivismo, florescerá; mas se semeamos as sementes do pessimismo, do negativismo, florescerá rapidamente também, através de medos, bloqueios, traumas e complexos.

O inconsciente é a parte de nossa mente que tem o poder de nos fazer vencedores ou fracassados. Dependerá dos tipos de pensamentos empregados nele, o futuro que cada um de nós terá. Uma pessoa que ouviu na infância várias vezes que ele seria um nada, um fracassado, tem chances enormes de crescer como um ser humano fracassado, pois uma informação desta natureza, enraizada no inconsciente, levará esta pessoa a acreditar nesta programação negativa.

Como já dissemos, o inconsciente acredita em tudo ao pé-da-letra, sem questionar. Ele acredita em toda informação que nele chega. Portanto, se hoje você resolver vencer um medo, um trauma, um complexo que está firmemente dentro do seu inconsciente, VOCÊ PODE. Pois se você plantar neste campo fértil a partir de agora pensamentos bons, otimistas, e positivos, seu inconsciente irá acreditar e fará de você um novo ser, moldado de acordo com as novas informações positivas que recebeu.

O mecanismo do inconsciente é simples. Basta incutir nele a informação nova, oposta àquela negativa que antes o afligia. Esta é a máxima utilizada na regressão de memória. Sabendo-se que este campo mental aceita uma nova programação como verdadeira, então transformará uma cena traumática, em uma cena corriqueira, e o seu inconsciente passa a acreditar que aquele fato realmente é banal, eliminando assim velhos traumas, complexos e bloqueios.

Veja esse exemplo, para que você compreenda a estrutura desse mecanismo mental.

Em uma regressão, uma moça relembra de uma cena onde ela se vê em uma sala de aula, e em um determinado momento a professora pede que ela faça um exercício na lousa. Ela atende prontamente a professora, mas erra a questão. A professora então de uma forma despreparada, diz para esta menina: “Sua burra! Você não aprende nunca!”. Pronto, estava feito o canal para que esta moça crescesse sentindo-se incapaz de ser uma vencedora. Tendo grandes dificuldades nos estudos e para conseguir um bom emprego. Tudo por causa de uma frase mal empregada na sua infância por uma professora.

Para revertermos este quadro apresentado acima, é simples. Da mesma forma que o inconsciente gravou a impressão negativa, o terapeuta irá dizer a ela, no mesmo instante onde a professora despejou o veneno negativo, que ela é uma pessoa capaz sim, inteligente sim, e que o fato de ter errado uma questão na lousa, é motivo para ela estudar cada vez mais, para acertar da próxima vez. E que a professora disse tudo aquilo para ajudá-la a se esforçar cada vez mais, pois queria apenas o bem dela. E que ela é muito, mas muito inteligente e capaz.

Observaram a mudança sendo feita. Você não apaga o passado traumático, apenas muda o modo de ver a cena.

“ Quando os homens disserem
Que serás planta rasteira,
Tenha a certeza:
Deus acredita que um dia
Você virá a ser árvore frondosa”

Rogelio Raquel

Uma Nova Visão do Passado

“ Só existem dois dias do ano em que você não pode fazer nada pela sua vida: ontem e amanhã”- Dalai Lama

Como já dissemos, o intuito de uma regressão não é apagar o passado, pois isso é impossível. Se pudéssemos simplesmente apagar da mente de um indivíduo um momento traumático, teríamos em nossas mãos o fim de todos os traumas, complexos, medos, bloqueios, etc. Mas infelizmente esta técnica não existe, apesar de muitos estudiosos terem tentado arrancar do inconsciente de certas pessoas, cenas tristes. O que se conseguiu foi apenas um esquecimento momentâneo, pois o arquivo do inconsciente é muito amplo e profundo, fazendo com que este consulente recordasse de tudo pouco tempo depois.

Acredite, fazer uma pessoa ter uma nova visão para uma velha cena, é mais fácil, mais rápido e mais eficaz que tentar fazer o consulente esquecer o passado. Portanto, vamos focar nossos estudos na melhor maneira de levarmos nossos clientes a terem uma visão do passado traumático.

Numa regressão, quando a pessoa está vivenciando um fato marcante de um tempo passado, ela traz consigo, as emoções daquele momento, é aí que entra a sabedoria do terapeuta. Como sabemos, mexer com as emoções é fundamental para um resultado rápido e eficaz.

Ao recordar um momento triste, o consulente não quer sofrer novamente, o que ele busca são respostas para seu sofrimento. Afinal ele confiou em você, suas recordações, seus segredos, sua vida, para que você o ajude. Por isso, seja habilidoso, cuidadoso, amável, amigo, firme. Desta forma, você estará conduzindo este ser humano a enfrentar um passado cheio de histórias infelizes, e levando-o a enxergar este mesmo passado com um olhar mais calmo, tranquilo e sem o peso das emoções negativas.

“Siga seus sonhos mas lembre-se: sonhar e não lutar é o mesmo que dormir e não sonhar”-Rogelio Raquel

Não chore que eu choro

“A vida é um jardim e seus pensamentos positivos são flores a enfeitá-lo.”-Rogelio Raquel

O terapeuta deve ser uma pessoa exemplar. Ser um bom caráter, ter a sensibilidade para compreender seu consulente, ser um profissional ético e responsável. Nunca olhar seu consulente como um cofrinho de dinheiro, mas sim como alguém a quem dedicará seus conhecimentos, seu tempo, afim de ajudá-lo.

O bom terapeuta faz por amor, e desta forma cativa muito mais clientes. Tendo um desempenho financeiro melhor que aquele profissional que atende seu consulente olhando no relógio, já pensando no próximo da agenda.

Transmita amor, carinho, confiança para seu consulente. Desta forma você estará irradiando na vida dele mais autoconfiança nos resultados da terapia, e em você. Porém, o bom terapeuta não demonstra emotividade para seu cliente durante as sessões. Você não se transformará em um Iceberg, você não será frio, muito menos seco com as pessoas. Mas não poderá demonstrar a elas que está triste, abatido, ou abalado pelas histórias, fatos e cenas narradas por elas.

Para o consulente, você é a luz da sabedoria, e a fonte de inspiração para uma nova vida, bem como a fortaleza que a conduz para vencer um choque, um trauma, um complexo, etc.

Portanto, quando seu cliente, chorar ao reportar sua vida, nunca chore junto dele. Segure as emoções, pois o que a pessoa espera de você neste momento é uma palavra firme, de mudança e não que você sofra junto dela, demonstrando fraqueza e falta de preparo.

Dizer uma palavra positiva e amiga tem um impacto muito maior que demonstrar a ela que se emociona com sua história, pois se ela te procurou, foi para parar de sofrer, e não para você sofrer junto dela.

“ Quando suas pernas estiverem cansadas pela dura caminhada da vida, não desanime. Levanta-te e siga, pois você poderá estar a um passo do paraíso”
Rogelio Raquel

Níveis de frequência Cerebral

“Ajude teus semelhantes a levantar sua carga, porém não a levá-la”-Pitágoras

Vamos agora, conhecer os níveis de frequência cerebral, pois para se chegar ao momento ápice de uma regressão, torna-se necessário que o consulente, esteja em um bom nível de relaxamento e com suas ondas mentais lentas, capazes de levá-lo a abrir o filtro da mente. Seria o mesmo que tirar a tampa de um grande baú, liberando de dentro dele: cenas e fatos que estavam guardados e há muito esquecidos.

Quando abaixamos as frequências cerebrais, ocorrem muitas mudanças benéficas ao nosso organismo, já comprovadas, tais como: mudança natural no ritmo respiratório, diminuição da ansiedade, mudança no ritmo metabólico, aumento da saúde psicológica, mudanças bioquímicas, aumento da capacidade de percepção, sincronia das ondas cerebrais, melhor recordação a curto e a longo prazo, abaixamento das pulsações cardíacas por minuto, abaixamento das respirações por minuto, diminuição da pressão sanguínea em pacientes hipertensos, e muito mais.

Nível Beta: 14 a 25 ciclos por segundo. É o nível mental do consciente. Aqui, todos os sentidos estão aguçados e funcionando a todo vapor. É o estar acordado, desperto, ligado. Onda dos estressados, quando a pessoa está nervosa, agitada e cansada. Só podemos regredir neste nível, a lembranças que temos vivas no consciente. Acontecimentos profundos, geralmente não podem ser acessados neste nível mental.

Nível Alfa: 7 a 14 ciclos por segundo. É o nível mental do relaxamento, da calma, da paz interior. Sensação análoga ao momento de meditação, oração e introspecção. Basta fechar seus olhos, ouvir uma música suave, que imediatamente sua mente começa a baixar as ondas cerebrais, passando de nível Beta para nível Alfa. Para você entender melhor a sensação de entrar em Alfa, basta lembrar, do momento em que vai dormir, daquela sensação gostosa que sentimos um pouco antes de adormecer, mas ainda acordados. Uma leveza no corpo e na mente, um bem estar delicioso. Este é o nível mental mais utilizado nas técnicas de regressão. Pois muitas pessoas não conseguem chegar a um relaxamento profundo, mas todas as pessoas conseguem relaxar ao nível Alfa. Conseguindo assim, ótimas regressões neste patamar de frequência cerebral. No próximo capítulo, iremos ensiná-lo a fazer com que seu consulente entre neste nível mental.

Nível Theta: 3,5 a 7 ciclos por segundo. Onda muito lenta, profundamente relaxante. A pessoa entra em um nível mental onde até mesmo dons paranormais começam a aflorar. Para se atingir esta onda cerebral, é necessário um relaxamento profundo, conseguido através de hipnose. Porém, algumas pessoas em sessões de relaxamento para se atingir o nível Alfa, acabam atingindo o Nível Theta, desta forma, muitos consulentes ao serem submetidos à regressão, estarão não em Alfa, mas em Theta, pois são pessoas muito sugestionáveis.

Nível Delta: 0,1 a 3,5 ciclos por segundo. É o nível do sono profundo. Todos atingimos este nível cerebral quando dormimos. Atualmente alguns aparelhos com estímulos elétricos, conseguem fazer com que as pessoas atinjam esta frequência mental sem fazermos esforço algum, o que é algo extraordinário, pois neste campo mental toda informação chega diretamente ao inconsciente.

Na técnica de regressão, não utilizamos este nível mental, pois se o consulente dormir no Divã ou maca, não responderá aos estímulos do terapeuta, devendo ser acordado para se reiniciar o processo, ou aproveitamos e fazemos uso do

aconselhamento durante o sono, mas isso será estudado no capítulo: “ E Se O Consulente Dormir?”.

Como Atingir O Nível Alfa

“Comece fazendo o que é necessário, depois o que é possível, e de repente você estará fazendo o impossível”

Francisco de Assis

Para se atingir o nível Alfa recomendamos duas técnicas: o relaxamento físico e mental e as imagens da mente. Estas duas técnicas em conjunto, têm a capacidade de diminuir as frequências cerebrais, levando o consulente a um nível de relaxamento bastante satisfatório.

Relaxamento Físico e mental

Para fazer este relaxamento, é necessário antes de tudo, que seja escolhido um local agradável, silencioso e com um clima ameno. Procure deixar a pessoa bem confortável, sentada ou deitada. A posição preferível é deitada em um Divã ou maca, porém, alguns consulentes dormem facilmente ao se deitarem, sendo necessário desta forma, usarem a posição sentado, para dificultar que ele durma durante o processo.

Vamos demonstrar agora, como deve ser feito o relaxamento com o consulente, já seguindo o padrão de uma regressão. Não se esqueça de usar um tom de voz, calmo, tranquilo e ritmado lentamente.

ATENÇÃO: ESTE RELAXAMENTO COMPLETO, TAMBÉM ESTARÁ DISPONÍVEL EM AULA DE ÁUDIO, ACESSE E PRATIQUE.

“ Feche os olhos, respire fundo pelo nariz e solte levemente pela boca. Repita novamente, respire pelo nariz e solte suavemente pela boca. Novamente, respire profundamente pelo nariz e solte suavemente pela boca. Agora concentre-se no seu pé direito, imagine que sua mente está lá no pé direito, e sinta seu pé direito, relaxado, relaxado, relaxado(pausa de 5 segundos). Agora sinta o relaxamento subindo para toda a sua perna direita, sinta sua perna direita relaxada, relaxada, relaxada(pausa de 5 segundos). Faça o mesmo agora com seu pé esquerdo, sinta seu pé esquerdo relaxado, relaxado, relaxado(pausa de 5 segundos). Sinta o relaxamento subindo para suas nádegas, sinta suas nádegas relaxadas, relaxadas, relaxadas(pausa de 5 segundos). Agora sinta o relaxamento subindo para suas costas, sinta suas costas relaxada, relaxada, relaxada(pausa de 5 segundos). Agora, sinta o relaxamento em seu órgão sexual, sinta seu órgão sexual relaxado, relaxado, relaxado(pausa de 5 segundos). Sinta o relaxamento subindo para sua barriga, sinta sua barriga relaxada, relaxada, relaxada(pausa de 5 segundos). Sinta o relaxamento subindo para seu peito, sinta seu peito relaxado, relaxado, relaxado(pausa de 5 segundos). Agora sinta o relaxamento na sua mão direita, sinta sua mão direita relaxada, relaxada, relaxada(pausa de 5 segundos). Sinta o relaxamento subindo para todo braço direito, sinta seu braço direito relaxado, relaxado, relaxado(pausa de 5 segundos). Sinta o relaxamento em seu ombro direito, sinta seu ombro direito relaxado, relaxado, relaxado(pausa de 5 segundos). Agora, sinta o relaxamento em sua mão esquerda, sinta sua mão esquerda relaxada, relaxada, relaxada(pausa de 5 segundos). Sinta o relaxamento subindo para todo seu braço esquerdo, sinta seu braço esquerdo relaxado, relaxado, relaxado(pausa de 5 segundos). Sinta seu ombro esquerdo relaxado, relaxado, relaxado(pausa de 5 segundos). Sinta agora o relaxamento no seu pescoço, sinta seu pescoço relaxado, relaxado, relaxado(pausa de 5 segundos). Sinta o relaxamento subindo para seu queixo, sinta seu queixo relaxado, relaxado, relaxado(pausa de 5 segundos). Sinta o relaxamento subindo para sua boca, sinta sua boca relaxada, relaxada, relaxada(pausa de 5 segundos). Sinta o relaxamento no seu nariz, sinta seu nariz relaxado, relaxado, relaxado(pausa de 5

segundos). Sinta agora o relaxamento no seu olho direito, sinta seu olho direito relaxado, relaxado, relaxado(pausa de 5 segundos). Sinta todo lado direito do seu rosto relaxado, relaxado, relaxado(pausa de 5 segundos). Sinta sua orelha direita relaxada, relaxada, relaxada(pausa de 5 segundos). Sinta seu olho esquerdo relaxado, relaxado, relaxado(pausa de 5 segundos). Sinta todo lado esquerdo do seu rosto relaxado, relaxado, relaxado(pausa de 5 segundos). Sinta sua orelha esquerda relaxada, relaxada, relaxada(pausa de 5 segundos). Sinta sua testa relaxada, relaxada, relaxada(pausa de 5 segundos). Sinta todo seu couro cabeludo relaxado, relaxado, relaxado(pausa de 5 segundos). Sinta sua nuca relaxada, relaxada, relaxada(pausa de 5 segundos). Isso, sinta todo seu corpo e mente completamente relaxados.”.

Depois de feito o relaxamento, partimos para a segunda técnica na seqüência, que são as imagens da mente. Ainda com o consulente de olhos fechados na maca ou divã.

IMAGENS DA MENTE

“ Agora que você está totalmente relaxado(a) e tranqüilo(a), use a sua imaginação, e imagine-se caminhando em um lugar muito lindo, com um gramado verdinho, cheio de flores, pássaros voando, borboletas pelo ar, árvores, enfim, um lugar lindo e calmo. E você continua caminhando por este local cheio de vibrações positivas, sentindo uma paz interior muito intensa. E você percebe que ali na sua frente tem uma pequena nascente d’água que forma um belo lago, de água cristalina, pura, mineral. Você chega bem perto desta nascente, de água limpa. E saiba que a água desta nascente é divina e poderosa. Quem bebe desta água encontra uma paz interior muito grande, uma saúde física e mental. Quem bebe desta água divina, encontra a solução para qualquer tipo de problema que a aflige. Portanto, abaixe-se na margem desta nascente, e com sua mão em forma de concha pegue desta água e beba, beba profundamente, e sinta a energia divina desta água maravilhosa penetrando sua mente , sua aura , seu corpo. Trazendo agora para você muita saúde física e mental, energizando positivamente todo seu corpo, sua mente , sua aura e sua alma. A partir deste instante você é um ser humano iluminado por esta energia positiva e divina. Por isso, beba desta água, beba , beba muito. Se quiser banhe-se nas águas do lago. Pode entrar sem medo, pois ele é rasilho. Isso, muito bem...”.

Utilizando deste processo, você não só estará levando seu consulente a uma relaxamento muito mais profundo, mas estará plantando no inconsciente dele, uma mensagem positiva de saúde, paz e harmonia física, mental e energética através da visualização do lago e da água pura e divina.

Até aqui, estamos no meio do caminho. Vamos dar uma pausa nesta seqüência para falarmos de outros temas importantes. Brevemente, quando entrarmos definitivamente no capítulo “Regressão”, não se esqueça dos passos já estudados:

1º: relaxamento físico e mental;

2º: imagens da mente(visualização da paisagem e da nascente d’água).

Sensações Durante Uma Regressão

“ Sem passar da porta de casa, é impossível saber o que acontece no mundo... Quanto mais longe se busca o saber, menos se aprende”-Lao Tsé

Durante uma regressão, podemos ter diversas sensações, tais como: formigamento no corpo, frios, calafrios, calor, calor no corpo, sensação de corpo leve, como que flutuando, corpo pesado, sensação da cabeça aumentar de tamanho, vontade de chorar, de sorrir, até mesmo sentir dor.

Caso uma dessas opções seja sentida por um de seus consulentes. Deixe bem claro para ele que todas essas sensações são naturais e fazem parte deste processo.

Cada pessoa poderá demonstrar uma sensação diferente da outra. Já algumas fazem a regressão sem sentir nada de diferente. Isso também é normal, pois estamos lidando com pessoas diversas e com personalidades diferentes.

O mais importante em tudo isso, é que o terapeuta sempre mantenha a calma, e esteja ciente que seja qual for a reação ou sensação de seu consulente, ele é que deverá estar pronto para acalmá-lo ou simplesmente mostrar que tudo é normal, natural e faz parte deste processo.

E Se O Consulente Dormir?

“ Não devemos permitir que alguém saia de nossa presença sem se sentir melhor e mais feliz”-Madre Tereza

Dormir durante uma regressão é muito comum e natural, pois não se esqueça que ficar deitado em um divã ou maca, ouvindo uma música calma, fazendo relaxamento, num ambiente de luz suave, é óbvio que muitas pessoas irão sentir sono e dormir. Neste caso, não precisa acordar o consulente. Aproveite que ele está dormindo e fale frases positivas, otimistas, de acordo com o problema dele. Como é sabido, ao dormirmos afluímos ao nosso inconsciente, e tudo que for dito pelo terapeuta neste momento entrará diretamente na mente desta pessoa. Assim, na terapia nós aproveitamos até o cochilo de nossos consulentes. E tenha a certeza, que ao acordar, ele estará sentindo-se muito bem e feliz, pois dormir num ambiente gostoso, com música suave e ainda ouvir belas palavras positivas, já é por si só uma maravilhosa terapia.

Porém, lembre-se: se o cochilo for corriqueiro, ou seja, se repetir outras vezes, aí o terapeuta deverá tomar algumas providências, pois neste caso a terapia de regressão estará sendo deixada de lado. Sabemos que fazer uma regressão com uma pessoa dormindo é impossível, portanto, o consulente deverá estar relaxado, nunca dormindo para conseguir atingir um bom nível regressivo.

Quando algum cliente insiste em dormir, não conseguindo apenas relaxar, indicamos que para esta pessoa a regressão seja feita em posição sentada. Desta forma, dificultará que ela durma, facilitando todo o processo.

“ Sonhos, o que são?
Apenas sonhos ou realização?
Se a resposta é incerta
Cuidado amigo, desperta
Pois sonhar sem ter meta
É cochilar poesia
É morrer sem ser poeta”

Rogelio Raquel

Modelos De Regressão

“ Se tivesse acreditado na minha brincadeira de dizer verdades teria ouvido verdades que teimo em dizer brincando”-Charles Chaplin

O tipo de regressão a ser feita dependerá muito do consulente, pois algumas pessoas sentem extrema facilidade em seguir um determinado modelo, enquanto outros preferem um caminho oposto.

Dividimos esta técnica em dois estilos: a regressão em que a pessoa é observadora, e a regressão em que ela participa vivamente da ação.

No modelo em que o consulente é observador. Ele observa a si mesmo, vivenciando seu passado como se fosse um outro alguém. Esta regressão é a ideal para os iniciantes, pois a carga emocional é reduzida quando nos vemos na cena. Enquanto que ao vivermos na pele a situação conflitante, podemos sentir toda carga emocional negativa muito forte novamente.

A regressão onde revivemos toda história em 1º pessoa, ou seja, eu não me vejo na cena, eu sou a própria cena. Traz consigo, toda emotividade do tempo passado com a mesma intensidade do momento já vivido. É um prato cheio aos terapeutas bem preparados.

Não podemos afirmar qual dos dois modelos traz os melhores resultados, pois tanto um quanto outro, são ótimos para se trabalhar com tal técnica. Porém, para os iniciantes, sugerimos optarem pela regressão onde a pessoa é observadora. Pois se torna bem mais fácil contornar uma situação onde o consulente observa-se na cena. Desta forma, ele acaba sendo um auxiliar para o terapeuta na eliminação do problema.

Para os terapeutas experientes, independe qual caminho seguir, pois ele sabe contornar qualquer situação extrema, seja ela de choro, histeria, gritos, tremores, medos, desespero, enfim, o profissional deve estar pronto para enfrentar sensações das mais diversas. Levando em consideração que estamos lidando com seres humanos, com suas histórias fantásticas de vida.

Neste curso você aprenderá os dois modelos, cabendo a você escolher qual deles utilizar e em quais situações aplicar melhor cada um dos estilos.

Vamos demonstrar aqui, dois resumos de regressões, seguindo os modelos explicados anteriormente.

MODELO 1: Regressão “ Eu personagem principal”

Iremos direto à regressão, pois todo processo que se faz necessário, antes de chegarmos ao clímax regressivo, você irá acompanhar nos capítulos seguintes. O que queremos demonstrar neste trecho são os dois estilos de regressão:

Terapeuta: O que você está vendo?

Consulente: Eu vejo que estou dirigindo um carro em alta velocidade!

Terapeuta: Você está se vendo na cena?

Consulente: Não, eu estou dirigindo o carro! Está chovendo. Não consigo enxergar direito!

Terapeuta: O que acontece na cena de tão importante?

Consulente: Eu estou correndo muito. A pista está molhada. Briguei com minha namorada! Ela terminou o namoro comigo!(Choro). Droga! Que raiva da vida!(Mais choro).

Terapeuta: Calma! Fique tranquilo. Observe o desfecho desta cena.

Consulente: Eu vou perder o controle do carro! Estou perdendo o controle da direção! Ai! Ai!(Gritos)! Vou bater numa árvore!(Silêncio).

Terapeuta: O que houve?

Consulente: Sinto-me zozzo! Meio mole! Acho que estou desmaiado...

Este pequeno trecho de regressão reporta bem a situação onde a pessoa vivencia a cena, sendo ela a própria figura principal do enredo. Neste caso em questão, o rapaz tentava vencer um trauma, que o impedia de voltar a dirigir um veículo. Bloqueio este totalmente eliminado depois de algumas sessões.

Modelo 2: Regressão “ Eu observador”

Terapeuta: O que você está vendo?

Consulente: Eu e meu pai dentro de um carro. Ele está dirigindo, está feliz. Eu sorrio muito!

Terapeuta: Você está se vendo na cena?

Consulente: Sim. Eu estou me vendo na cena.

Terapeuta: E o que acontece no decorrer desta cena de tão importante?

Consulente: Um caminhão está tentando ultrapassar um outro veículo pela contramão. Está vindo em nossa direção.

Terapeuta: E como você reage diante de uma situação tão complexa?

Consulente: Vejo que estou apavorado. Estou gritando. Meu semblante é de muito medo!

Terapeuta: Conte-me o desfecho deste fato.

Consulente: Meu pai está tentando desviar do caminhão. Mas não conseguiu. Fomos atingidos.

Terapeuta: E como você se sente agora?

Consulente: Eu pareço em estado de choque. Transtornado. Apesar de não ter acontecido nada de grave, meu semblante é de pânico total...

Este relato corresponde ao modelo regressivo onde a pessoa observa como espectadora. Atentem para a sobriedade do consulente. Ele descreve tudo, de forma segura, firme. Reparem que ele mantém a emotividade controlada, apesar de estar revivendo uma cena traumatizante. É claro que isso não é uma regra. Muitos clientes, mesmo sendo observadores na regressão, ainda sofrem com as sensações negativas do momento traumático.

Neste caso em questão, o rapaz venceu também um bloqueio automobilístico. Só que mais complexo que o caso anterior. Pois neste fato, a pessoa citada não conseguia sequer entrar em um automóvel, mesmo como carona, devido ao choque emocional sofrido no acidente.

Após oito sessões, ele conseguiu vencer tal bloqueio e levar uma vida normal.

Imagens da Mente - Parte 2

“ A imaginação é mais importante do que o conhecimento”-Albert Einstein

Como já dissemos, usar a técnica das imagens da mente é fundamental para levar nossos consulentes a um nível mental profundo. Portanto não devemos esquecer a sequência já estudada que deverá ser seguida sempre a risca passo a passo: 1º relaxamento físico e mental, 2º: imagens da mente (visualização do campo verde, nascente de água pura e divina), 3º visualização da escadaria.

Lembre-se: quando utilizamos as imagens mentais, além de abaixarmos as ondas cerebrais, ainda treinamos a mente para visualizações futuras nas regressões.

Como você está conduzindo a regressão, seja sutil ao mudar de cena. Não faça mudanças bruscas de uma situação para outra. Como por exemplo, quando a pessoa estiver ainda imaginando-se bebendo a água da nascente e você pedir rapidamente que ela veja a escadaria. Tenha jogo de cintura, peça que ela beba da água pura e divina do lago, dê um tempo, só depois, peça que ela olhe para trás e visualize uma escadaria que desce.

A Escadaria

“ Não há ninguém tão humilde que não tenha nada a ensinar, assim como não há ninguém tão sábio que não tenha nada a aprender” Rogelio Raquel

Siga o modelo seguinte para a imagem mental da escadaria:

“ ... Agora que você bebeu desta água pura e maravilhosa, use a imaginação , olhe para trás e visualize uma grande escadaria que desce. Vá até lá, chegue bem perto da escadaria, e comece a descer, descer. Desça, (Fale pausadamente), desça, desça, desça, a cada novo degrau que você desce, mais profundamente relaxado, tranquilo, calmo você fica. Desça, desça cada vez mais, mais, mais. Isso, Isso. Desça, e sinta sua mente profundamente relaxada e tranquila. Isso, desça, desça, cada vez mais, mais, mais. Isso, e você chega e uma enorme porta. Observe esta enorme porta, mas ainda não abra.”.

O Corredor

Na encruzilhada da vida só existe uma estrada a seguir para o encontro da felicidade e da paz interior: o caminho do perdão, do amor e da caridade Rogelio Raquel

Muitas são as técnicas empregadas por diversos terapeutas para se atingir um resultado satisfatório nas regressões. Depois de muito experimentar, chegamos à conclusão, que o melhor caminho, e o mais fácil para se atingir o objetivo desejado, é a visualização de um “Corredor repleto de portas”.

Quando pedimos a um consulente para ele visualizar-se em cima de uma estrela ou na cauda de um cometa, muitos terão extrema dificuldade em imaginar tal cena. Mas se pedirmos para nosso cliente, imaginar um grande corredor, cheio de portas dos dois lados, qualquer pessoa, conseguirá visualizar esta cena, pois ela está mais próxima da nossa realidade, facilitando desta forma, o trabalho do terapeuta.

Depois de fazer o relaxamento, e em nível Alfa, o consulente estará com seu inconsciente aflorado, é aí que o terapeuta irá direcioná-lo a visualizar lugares tranquilos e bonitos (imagens da mente) com a finalidade de levá-lo a um estado mais profundo de relaxamento. Pois quanto mais ele conseguir vivenciar estes lugares, mais facilmente ele conseguirá ver cenas de seu passado.

Observe agora um exemplo de regressão passo a passo, aqui resumida por questões didáticas.

O terapeuta aqui já fez o relaxamento com seu cliente e agora começa o direcionamento para as imagens da mente:

Terapeuta: _ Agora que você está relaxado e tranquilo, use a sua imaginação e visualize neste instante um lugar muito lindo, com flores, pássaros, árvores, o céu azul, um gramado verdinho, lindo. Um lugar calmo, de muita paz, e você está caminhando por este local, sentindo toda paz e harmonia desta paisagem abençoada. Respire fundo e sinta o ar puro deste lugar entrando nos seus pulmões e energizando você positivamente. Isso respire profundamente de novo e solte lentamente o ar pela boca, isso, sinta o ar penetrando em seus pulmões com muita intensidade, energizando-o positivamente com uma carga energética tão forte e positiva que traz para você uma sensação de paz, de relaxamento, de amor sublime, de tranquilidade. Isso, inspire profundamente pelo nariz e solte o ar lentamente pela boca. Continue caminhando por este lugar abençoado. Que sensação de paz, amor, você sente neste local lindo. Que delícia, que bem estar (Pausa de 5 segundos). Agora, você deve visualizar uma pequena nascente. Linda, limpa, de água pura, mineral. Ela forma um laguinho raso, e sua água é divina. Quem bebe desta água, sente-se abençoado e iluminado por uma energia divina e poderosa. A água desta nascente tem o poder de fazer quem dela bebe, um ser mais feliz, mais otimista, mais saudável. Chegue bem pertinho da margem desta nascente, abaixe-se sem medo. Com sua mão em forma de concha, pegue desta água e beba. Sinta toda energia positiva e divina tomando conta de seu corpo, sua mente e sua aura. Que maravilha é esta energia divina abençoando você a partir de agora. Beba, molhe seu rosto, mergulhe no lago, ele é raso(CASO O CONSULENTE TENHA FOBIA A ÁGUA, EVITE PEDIR QUE ELE MERGULHE NO LAGO). Deixe a energia divina desta água iluminar você. Que maravilha, que delícia, que benção é esta água. Isso beba mais, banhe-se com ela e seja abençoado pela energia divina que ela traz.(Pausa de 5 segundos).Agora, use sua imaginação, e observe atrás de você uma escadaria que desce. Sim, vá até esta escadaria e comece a descê-la. Sinta que a cada

degrau, mais profundamente relaxado você fica. Isso, desça, desça, desça, desça (FALE SEMPRE CALMAMENTE). Desça cada vez mais, cada vez mais, cada vez mais, cada vez mais. Isso, a cada degrau que desce, mais profundamente relaxado você fica. Relaxado, relaxado, relaxado, relaxado. Veja, você chegou no fim da escada e encontrou uma enorme porta. Abra a porta, ela está aberta para você. Isso, ao abrir a porta, você percebe que está em um grande corredor sem fim, com muitas portas dos dois lados, muitas portas do lado direito e esquerdo. E você começa a caminhar por este corredor. Caminhando e observando as portas dos dois lados. Sentindo muita paz e tranquilidade neste lugar. E continua caminhando, e a cada passo que vai dando, mais no tempo sua mente vai voltando, a cada passo que vai dando mais no tempo sua mente vai voltando. E você continua caminhando neste corredor, e a cada passo que você vai dando, mais no tempo sua mente vai voltando, voltando, voltando. Atrás de cada porta desta, do seu lado direito, há um momento que você já viveu nesta vida, e que marcou-lhe profundamente.(AS PORTAS DO LADO ESQUERDO SÃO GUARDADAS PARA O CAPÍTULO SOBRE REGRESSÃO À VIDAS PASSADAS). E você continua a caminhar, e a cada passo que vai dando, mais no tempo vai voltando, voltando, voltando, voltando. Escolha calmamente uma das portas do seu lado direito e abra. Lembre-se, ao abri-la, você vivenciará uma cena de seu passado que tenha lhe marcado muito profundamente. Abra a porta sem medo, eu estou aqui contigo.(Alguns segundos depois):

Terapeuta: Abriu a porta?

Consulente: Sim, abri!

Terapeuta: E o que você está vendo?

Consulente: Estou vendo uma pequena cidade...

Você encontrará regressões completas na sequência deste curso. Apenas para maiores explicações, gostaríamos de salientar o porquê de usarmos um corredor cheio de portas em nossa técnica. Ao imaginarmos portas, também partimos do pressuposto que quando voltarmos ao presente poderemos fechá-las. Deixando desta forma, as cenas tristes, marcantes, bem fechadas a sete chaves, atrás dessas mesmas portas. E que no momento em que precisarmos reviver esse mesmo passado, saberemos que basta entrar no corredor, e abriremos a porta que guarda o passado triste. Simples, porém muito importante não deixarmos nenhuma falha neste processo tão complexo.

No próximo capítulo, você irá conhecer o mecanismo de retorno de uma regressão.

O Retorno

“ Quando o homem a si próprio não encontra, nada mais encontra”-Goethe

Depois de o consulente ter entrado no corredor cheio de portas, escolhido uma delas, entrado, vivido uma cena do passado, tendo sido feita a reprogramação da cena triste. Você pedirá a ele que volte ao corredor, saindo da cena e fechando esta porta. Se quiser, você poderá pedir que abra outras portas. O que deve ser evitado é uma sessão com mais de uma hora, pois seria muita emoção acumulada em um único dia.

Ao sair e fechar a porta, peça ao consulente que caminhe até a saída do corredor. Feche a grande porta da entrada deste lugar. Suba a escadaria de volta, e chegue no mesmo lugar lindo que estava no início, com a nascente, o lago, os pássaros, as flores. Peça então que ele comece o caminho de volta, voltando pelo mesmo lugar por onde foi no início, visualizando toda paisagem que vivenciou ao iniciar.

Comece então, a contagem regressiva, dizendo a seguinte frase:

“Vou contar agora regressivamente de 10 até 1, e quando eu chegar no número 1, você abrirá seus olhos, sentindo-se bem melhor do que antes. 10, sinta-se bem e perceba que está saindo deste lugar e voltando para o consultório. 9, uma paz maravilhosa toma conta do seu coração. 8, voltando, voltando, voltando. 7, Voltando, voltando, voltando para o dia(AQUI VOCÊ DIZ O DIA ATUAL DA SESSÃO). 6, Voltando, voltando, voltando. 5, Muita paz, no seu coração. 4, A cada novo relaxamento você relaxa mais e mais profundamente. 3, 2, 1, abra seus olhos lentamente, sentindo-se bem, bem, bem, melhor do que antes.

A Regressão

“Nenhum ser humano é capaz de esconder um segredo. Se a boca se cala, falam as pontas dos dedos”-Sigmund Freud

Como já vimos, até chegarmos no momento exato de uma regressão, existe todo um processo preparatório que é fundamental para que haja o resultado esperado, tanto pelo terapeuta como pelo consulente.

Nos capítulos seguintes, você encontrará casos reais de regressões feitas por profissionais extremamente competentes. Por questões didáticas, essas sessões foram resumidas para simplificar o processo e facilitar uma melhor compreensão por parte de nossos estudantes.

Observe cada detalhe das conversas entre terapeutas e consulentes. Procure observar o peso de cada palavra. Sua emotividade e seu fundamento.

Escolhemos alguns casos interessantes e que mostram como o inconsciente humano pode nos pregar peças. Fazendo de coisas corriqueiras, verdadeiros estardalhaços na vida de uma pessoa. Transformando uma gota em um oceano de problemas.

Entre nas histórias. Tente entender os porquês. Questione, pense a respeito. Você deve tirar suas próprias conclusões. Pois o bom terapeuta é antes de tudo um ser humano que busca sempre algo mais. Portanto, ao fazer uma regressão, você poderá seguir um caminho pré-determinado. Como terá a liberdade de ousar e descobrir seus próprios caminhos, tendo sempre o cuidado para não inventar novas regras e teorias que podem fazer mal a alguém. Somente use uma técnica nova, quando realmente tiver a certeza que ela traz bons resultados e não produz nenhum malefício a ninguém. Desta forma, antes de sair por aí propagando inovações mirabolantes, aprenda a utilizar com clareza nossa técnica, que já é comprovadamente benéfica e eficaz.

Fique tranqüilo. Se você tomar sempre o devido cuidado e seguir sempre o caminho da ética, do amor, do bom senso, ensinando os valores do perdão, não haverá nunca o risco de errar em uma regressão.

Olhar feliz

Quando uma lágrima cai
Trazendo junto dela um pranto,
É um ciclo que se vai
É nascer de um novo encanto

É o encanto do amor
Que cura qualquer ferida,
Alivia toda dor
Transformando sua vida

Nenhum sofrer é eternidade
Lágrima não é oceano,
Teu choro tem validade
Pois teu ser é ser humano

O olhar de hoje triste
Brilhará de tão contente,
E a tudo ele resiste
Pra ser feliz novamente.

Rogelio Raquel

Caso 1: “Medo De Quinas”

“ O que não enfrentamos em nós mesmos encontraremos como destino”-
Carl Jung

Um jovem procurou a terapia de regressão, pois tinha uma fobia diferente. Ele demonstrava um verdadeiro pavor de tudo o que tinha quinas ou pontas, como: facas, espadas, quinas de mesas, cantos de móveis, etc.

Ao passar por uma sala, caso ele se deparasse com uma mesa, que continha uma quina, o pânico aflorava dentro dele de uma forma muito forte, e ele acabava passando longe daquele lugar. Sem contar o estado psicológico lastimável que ele ficava ao ver qualquer coisa que tivesse ponta.

Desta forma, este moço sofreu muito durante vários anos, pois sabemos que em todos os lugares existem algum móvel, portas ou decorações com detalhes pontiagudos. Levando a vida deste jovem para um verdadeiro caos.

Durante uma sessão de regressão, já no ventre materno, apenas com três meses de gestação, observa-se o seguinte diálogo entre o consulente (rapaz traumatizado) e o terapeuta:

Terapeuta: Por que você está chorando?

Consulente: Minha mãe e meu pai estão brigando!

Terapeuta: E por que eles brigam?

Consulente: Meu pai não deseja que eu nasça!

Terapeuta: E o que sua mãe pensa a respeito?

Consulente: Minha mãe está me defendendo!

Terapeuta: Ela defende você de quê?

Consulente: Meu pai quer me matar com uma faca!

Neste momento, o rapaz chora copiosamente e o terapeuta encosta a mão na sua testa e fala com ternura:

Terapeuta: Calma, diga no ouvido do José (aqui usamos a técnica da regressão em 3º pessoa, onde o observador fala consigo mesmo no passado) que ele é um ser amado e que este é apenas um momento de dúvidas do pai dele. Diga para ele ficar tranquilo, que o pai vai aceitá-lo sim. Diga ao José, você é muito amado, querido e seu pai lhe ama muito, só está um pouco confuso, mas isso tudo passa, e o amor dele por você fica cada vez maior!

O consulente acalma-se mas continua a reportar a cena:

Consulente: Meu pai quer enfiar a faca na barriga de minha mãe!

Terapeuta: Calma! Fique tranquilo! Nada acontece de mais grave nesta cena, pois você está vivo e pleno de saúde no dia de hoje. Portanto tudo transcorreu sem tragédia nesta cena!(Aqui, observe que o consulente está vivenciando o passado, porém tem consciência do tempo presente).

Consulente: Ele encostou a faca na barriga de minha mãe!

Terapeuta: Ele machucou sua mãe?

Consulente: Não, minha mãe se esquivou, mas pude sentir a ponta da faca. Tenho muito medo de morrer!

Terapeuta: Fique tranquilo! Já passou. Sua mãe te protegeu! Você está vivo e cheio de força interior. A partir de agora, você deve entender que ao se esquivar da ponta desta faca, sua mãe livrou você de tudo que tem pontas ou quinas. Veja bem, os objetos que têm pontas ou quinas em nada têm a ver com esta faca. Portanto, ao proteger você desta faca, sua mãe tem a capacidade de protegê-lo também para sempre de qualquer

material pontiagudo (falando isso, o terapeuta fortalece a sensação de proteção maternal). E lembre-se, ao passar em algum lugar que tenha ponta ou quina, fique tranqüilo, pois elas jamais representam algum tipo de risco a você, porque você José está protegido agora e sempre desses artefatos. A partir deste momento, viva uma vida normal, livre de qualquer medo ou trauma.

Depois desta e de mais duas sessões de regressões, este jovem pôde viver livre e em paz. Liberto de um trauma causado por uma cena vivenciada por ele enquanto ainda era um feto de três meses. É por isso que sempre aconselhamos mulheres grávidas a tomarem muito cuidado com o que fazem ou dizem durante a gravidez, pois tudo que elas vivenciam, passam diretamente para a mente da criança que ela carrega em seu ventre.

Caso 2: “Nojo D’água”

“Quando eu disse ao caroço de laranja, que dentro dele dormia um laranjal inteirinho, ele me olhou estupidamente incrédulo”-Hermógenes

Maria até seus 30 anos teve uma vida normal. Tudo transcorria na mais absoluta paz. Até que num determinado dia, ela apresentou um nojo inexplicável de água. Não conseguia beber água, pois sentia repulsa, não tomava banho, pois achava que a água estivesse suja, imunda. Para não entrar em estado de desidratação, teve que se alimentar de frutas que continham muito líquidos, como: melancia, laranja, maçã, etc.

Depois de dois meses de sofrimento, de ter percorrido diversos lugares e não obtido resposta, muito menos uma explicação para esse nojo inexplicável por água. A família resolveu levá-la a um Psicoterapeuta, especialista em regressão de memória.

Já na primeira sessão, o terapeuta detectou o momento problema. Ao chegar à fase dos nove anos, a consulente vivencia o fato que a levou a ter aversão por água. Observe o diálogo durante a regressão:

Terapeuta: Por que este semblante de nojo?

Consulente: Credo! Ao abrir a porta do quarto de minha madrinha, vi uma cena nojenta!

Terapeuta: O que você viu?

Consulente: Minha madrinha coloca sempre um copo cheio de água ao lado de sua cama antes de dormir.

Terapeuta: E o que isso tem de tão importante?

Consulente: É que o gato dela subiu no criado-mudo e está bebendo a água dela no copo, e isso é muito nojento. Credo, não quero beber água nesse copo. A água está suja. Que nojo!

Terapeuta: Preste atenção! O gato só bebeu água neste copo da sua madrinha. Nos outros copos ou vasilhas, ele nunca colocou a boca. Portanto a única água suja e nojenta é a deste copo. As outras águas e os outros copos são limpos e puros.

Consulente: Sim, é verdade...

Ao voltar desta regressão, foi oferecido um copo de água a esta moça, que pegou o recipiente prontamente das mãos do terapeuta e ainda falou:

- Estou mesmo com muita sede!

Depois de beber com volúpia o precioso líquido, ainda comentou:

- Que delícia! Que água deliciosa!

Viram. Um fato corriqueiro, vivido aos nove anos, que havia passado despercebido por anos, de repente sem uma lógica do inconsciente, aflorou e fez com que uma pessoa de vida normal tivesse nojo de água, por uma lembrança de um gato bebendo no copo de sua madrinha.

Neste caso o inconsciente associa todas as águas como iguais e sujas. Como já dissemos, ele não sabe distinguir o certo do errado, o verdadeiro do falso. Levando esta moça a sentir repulsa por água, apenas pelo fato do inconsciente crer que todas as águas do mundo estavam sujas pela boca do gato.

Foi uma regressão fácil e rápida, pois ao transformar a cena em algo normal, destruindo o trauma, resolveu-se o problema.

Lembre-se: “ O segredo é transformar o momento triste em algo normal e tranquilo, nunca apagá-lo da memória”.

“Caso 3- Anorexia Nervosa”

“ A reunião de duas personalidades é como o contato de duas substâncias químicas: se houver alguma reação, ambos estão transformados”-Carl Jung

Uma moça de 24 anos procurou o terapeuta especialista em regressão de memória, depois de ter recebido o diagnóstico de um médico de que estava com anorexia nervosa. Ela já vinha fazendo diversos tratamentos, porém resolveu tentar a regressão por achar que o problema pudesse estar relacionado ao seu passado.

Seu quadro anoréxico era muito delicado, e ainda fazia uso de laxantes e diuréticos. Estava muito abaixo do peso para sua idade e altura.

Em casos como este, jamais se deve interromper o tratamento médico. A regressão deve ser encarada como uma terapia de apoio, complementar à terapia convencional.

Foi um caso difícil, sendo necessárias várias sessões para se chegar a um resultado satisfatório, pois este tipo de problema pode ser causado por lembranças profundas e carregadas de emoções fortes e negativas.

Vamos observar uma das últimas sessões, e a mais importante de todas. As cenas marcantes nesta regressão foram encontradas na idade de 14 anos. Época da adolescência, momento crítico para criação de: medos, bloqueios, angústias, tristezas, etc. Acompanhe o diálogo entre terapeuta e consulente durante o clímax desta regressão:

Terapeuta: O que você está fazendo aos 14 anos?

Consulente: Eu estou na escola.

Terapeuta: Que legal! E é um ambiente alegre para você?

Consulente: Não. Tenho vergonha de vir para a escola!

Terapeuta: Mas por quê?

Consulente: É que sou gorda! E os alunos me chamam de elefantinha!

Terapeuta: Mas você está muito acima do peso?

Consulente: Sim. Me sinto uma verdadeira baleia!

Terapeuta: Este é o corpo que você vê quando se olha no espelho nos dias atuais? (REPARE QUE AQUI, MESMO ESTANDO VIVENCIANDO UMA CENA AOS 14 ANOS, A CONSULENTE TEM TOTAL CONSCIÊNCIA ENTRE A DIFERENÇA DE TEMPO: PASSADO E PRESENTE).

Consulente: Sim. É exatamente este corpo que vejo. É assim que sou!(VEJA O QUE É O INCONSCIENTE. UMA MOÇA QUE PESAVA APROXIMADAMENTE 30 QUILOS. TENDO UMA APARÊNCIA ESQUELÉTICA, AO SE OLHAR NO ESPELHO TEM A VISÃO DISTORCIDA PELAS LEMBRANÇAS MARCANTES DE SEU PASSADO).

Terapeuta: Mas você é uma moça tão bonita. Estes meninos na escola dizem essas coisas sobre você apenas para te chatear.

Consulente: Não! Eles têm razão. Eu sou muito gorda mesmo!

Terapeuta: Você está em fase de crescimento aos 14 anos. Você está crescendo, seu corpo vai se moldando e você pode ter o seu físico do jeito que bem entender.

Consulente: Então, por que esses meninos tiram tanto sarro de mim, me chamando de gorda e por apelidos maldosos?

Terapeuta: Isso tudo são brincadeiras de moleques imaturos. Eles querem apenas te irritar! Falam isso, para deixarem-na irritada, e veja como conseguem, pois você leva-os muito a sério. O que você deve entender é que você tem o peso normal, mas para eles o que importa é a verem furiosa, levando em conta as brincadeiras deles.

Consulente: Mas eles não param de falar!(COMEÇA A CHORAR).

Terapeuta: Basta parar de dar tanta importância ao que eles dizem, assim eles acabam parando. Você é linda e pode ficar mais linda ainda com um corpo lindo e sadio, com o peso ideal, nem gorda nem magra, você chega ao peso de (?) quilos. (CUIDADO AO SE REFERIR A PESO, POIS O INCONSCIENTE ACEITA TUDO AO PÉ-DA-LETRA. JAMAIS UTILIZE FRASES COMO: “ VOCÊ É MAGRA” OU “ VOCÊ EMAGRECE A CADA DIA MAIS”. POIS NOSSA MENTE AO ACEITAR ESTA REPROGRAMAÇÃO, ACARRETERÁ A UM ESTADO DE ANOREXIA, LEVANDO UMA PESSOA A EMAGRECER SEM PARAR, POIS VOCÊ NÃO DEFINIU O PESO IDEAL QUE SE QUER CHEGAR. PORTANTO, SEJA DETALHISTA SEMPRE. NESTE CASO EM ESPECIAL, PROCURE SABER DO DIAGNÓSTICO DO MÉDICO, PARA TER A NOÇÃO EXATA DO PESO IDEAL QUE A CONSULENTE DEVE PESAR). Sua mente guia você a partir de agora a ter um corpo mais bonito, mas com saúde. Você se alimenta normalmente e ainda assim, a partir de hoje, seu corpo está lindo com (?) quilos, e com muita saúde.

Consulente: Mas eles continuam me chamando de elefantinha!

Terapeuta: Então agora. Visualize bem o momento que eles estão ridicularizando você.

Consulente: Estou vendo. Eles continuam a me chamar de gorda, elefantinha e baleia!

Terapeuta: Agora então, você vai lá bem pertinho do ouvido da Maria (nome fictício da consulente), e repita tudo que falar para você. Combinado?

Consulente: Combinado!

Terapeuta: Diga para a Maria que ela é linda, e tudo o que esses garotos falam de ruim dela são mentiras. Eles falam isso apenas para deixarem-na irritada. Mas a partir de agora este plano deles dá errado, pois a Maria sabe que tudo é brincadeira. Portanto diga a ela deixar de dar valor ao que eles dizem. (PAUSA DE ALGUNS SEGUNDOS) E então, disse tudo isso à Maria?

Consulente: Disse!

Terapeuta: E como você percebe os sentimentos da Maria depois de ouvir tudo isso?

Consulente: Ela parece mais calma!

(Vamos dar aqui uma pequena explicação sobre nossa técnica. Você deve ter reparado que utilizamos duas estratégias em uma mesma regressão para atingirmos o inconsciente da pessoa-alvo. Primeiro o terapeuta conversou diretamente com a consulente, em um diálogo franco e direto. Ao perceber que a consulente mesmo assim relutava em aceitar a reprogramação, o profissional partiu para o uso de uma ótima e eficiente estratégia, que é a do próprio consulente conversar com seu eu do passado. Desta forma, as frases positivas têm dois pesos, pois você falando ao consulente impressiona sua mente do presente, e ele falando a si mesmo, no passado, acabará por impressionar sua mente do passado. Com isso, a reprogramação torna-se muito mais forte e poderosa.).

Terapeuta: Você quer me dizer alguma coisa?

Consulente: Mas e meu namorado?

Terapeuta: O que tem seu namorado?

Consulente: Ele terminou o namoro comigo!

Terapeuta: E qual foi o motivo do fim do namoro?

Consulente: Acho que ele acha que sou gorda demais!

Terapeuta: Isso é você quem está pensando. Ele nunca disse isso para você. Talvez o fim do namoro tenha ocorrido pelo simples desgaste da relação.

Consulente: Mas sinto falta dele!(Neste momento chora)_Eu o amo muito.

Terapeuta: Você só tem quatorze anos, é jovem. Vai encontrar um novo amor em breve, fique tranquila.

Consulente: Está bom!

Terapeuta: Como a Maria se sente agora?

Consulente: Ela está se questionando “Mas quem vai querer namorar uma gorda”?

Terapeuta: Você está errada em se limitar. Você é linda. Você tem ótimas qualidades que fazem qualquer rapaz se encantar por você. Você é legal, simpática, amiga, bonita. Pode fazer qualquer namorado feliz.

Consulente: Mas eles não querem namorar uma gordinha como eu!

Terapeuta: Eu te garanto. Você é linda e pode ter um corpo esbelto, mas com saúde. Você pode se alimentar normalmente e mesmo assim ter o corpo bonito. (ATENÇÃO: EM UM CASO DE ANOREXIA, É FUNDAMENTAL QUE A PESSOA ENTENDA A IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO. POIS NESTES CASOS ELAS CRIAM UMA VERDADEIRA AVERSÃO À COMIDA).

Consulente: Mas o que posso fazer então para emagrecer?

Terapeuta: Você deve entender que para ter um corpo bonito e saudável, é necessário se alimentar bem. Tendo uma alimentação rica e balanceada, você além de conseguir uma saúde perfeita e equilibrada, também consegue ter um corpo bonito e esbelto.

Consulente: Pôxa! Nunca havia pensado nisso! Estou me sentindo muito melhor!

Terapeuta: Que bom. Ouça, você é muito especial, muito amada e consegue tudo que deseja de bom. Confie, você é linda e vai ficar mais linda a cada dia que passa.

Depois de mais uma sessão, esta moça começou um processo de rápida recuperação. Com o acompanhamento de uma nutricionista e de um médico, ela voltou a se alimentar e aos poucos ganhou peso. Hoje leva uma vida normal e muito saudável.

O que devem ser observados neste caso são os motivos que levam uma jovem a quadros como o da anorexia. Às vezes, fatos corriqueiros podem acarretar em transtornos graves. Aos 14 anos esta moça foi bombardeada por cenas que a levaram a incutir em seu inconsciente de que só emagrecendo seria aceita e amada. Desta forma, sua mente encontrou uma única maneira de resolver o problema. Bloqueando a fome, fazendo-a parar de comer, acarretando num caso profundo de anorexia nervosa.

Caso 4 “Violência Sexual Na Infância”

“A dor é inevitável, mas o sofrimento é opcional”

Provérbio oriental

Existem casos reportados em consultórios que abalam até mesmo os terapeutas mais experientes. Um exemplo destes são as regressões onde as consulentes vivenciam cenas relacionadas à violência sexual na infância. Estes acontecimentos são catastróficos para a mente de um ser humano. Pare e pense, se uma agressão dessas já é fortemente traumatizante para um adulto, imagine os efeitos devastadores que tem na mente de um ser inocente como uma criança. Ainda mais devastadores se levarmos em consideração que o inconsciente está totalmente aflorado até os sete anos.

As estatísticas reforçam o que nós terapeutas já havíamos notado há muito tempo. A violência contra crianças e adolescentes é um fato real e que merece ser destacado e debatido pelas autoridades, para que tomem as devidas providências. Nós terapeutas, estamos fazendo nosso papel, ajudando quem já passou por isso, e ainda mais, alertando a todos sobre os sinais na criança que podem caracterizar que algo de errado está acontecendo, como: mudanças de comportamento, medo de ficar sozinha com uma determinada pessoa, manchas estranhas pelo corpo, vergonha de tirar a roupa na frente da mãe, manchas de sangue em roupas íntimas, falar de temas sexuais que não condizem com a idade, etc.

Devemos sim ajudar as pessoas a vencerem o passado triste, mas podemos prevenir hoje a todos sobre estes absurdos que andam acontecendo, às vezes dentro de nossa própria família.

Vamos nos ater agora à regressão feita em uma jovem de 32 anos, que reportou ao terapeuta uma frustração muito grande no que diz respeito aos relacionamentos amorosos. Apesar de ser muito bonita, não conseguia ser feliz, sentindo um grande vazio em relação a seus sentimentos e à sua sexualidade. Tendo muito medo de se relacionar, mas ao mesmo tempo desejando a felicidade, pois era atormentada pela solidão. Dizia que quando tentava namorar, algo acontecia e tudo se acabava rapidamente. Nunca conseguiu ser feliz no amor, sentindo a vida toda uma barreira que a atormentava, impedindo-a de viver em plenitude sua vida sentimental e sexual. Também se queixou de anorgasmia (Não sentia orgasmos).

Portanto, podemos afirmar que esta consulente, jamais seria feliz em sua vida sentimental e sexual, se não passasse por uma limpeza da mente, do choque sentimental pelo qual ela passou na infância, e que a levou a bloqueios severos e frustrações constantes.

Vamos observar sua regressão:

Terapeuta: Por que está chorando?

Consulente: Eu quero sair desse lugar!

Terapeuta: Então diga, por que está com tanto medo?

Consulente: Me tira daqui! (Muito choro).

Terapeuta: Eu tiro você desse lugar, mas antes me diga por que quer sair daí, o que está acontecendo de tão grave?

Consulente: Estou brincando com meu brinquedinho novo.

Terapeuta: Agora você não quer mais sair daí?

Consulente: Agora não. Pois estou brincando feliz com meu brinquedinho novo!

Terapeuta: E quem lhe deu este brinquedo?

Consulente: Meu vizinho.

Terapeuta: E o que ele pediu em troca para lhe dar este brinquedo?

Consulente: Ele me sentou no seu colo. Começou a me acariciar. Passou a mão em minhas partes íntimas. (Neste Instante Começa a chorar).

Terapeuta: Acalme-se! Fique tranqüila, está tudo bem agora. O que mais acontece nesta cena?

Consulente: Ele está ...

Para não chocar os mais despreparados, não reportaremos o restante desta regressão. Porém não é preciso ser um expert para saber o final desta cena. Onde um homem adulto, vizinho da menina, aproveitando-se de um momento em que ela ficou sozinha, abusa sexualmente dela. Atentem que esta garota tem apenas três anos de idade. Imaginem o tamanho das conseqüências traumáticas para essa pessoa. Iremos apenas transcrever o restante da regressão após ouvir o desabafo desta moça, onde ela conta com detalhes o momento em que é abusada por um pedófilo.

Terapeuta: Acalme-se! Fique tranqüila! Como se sente?

Consulente: Sinto-me um lixo! Com medo! Sinto muito nojo! Sinto dor! Tenho medo de ele fazer de novo!

Terapeuta: Primeiro você deve entender que sexo é algo sublime, divino. O que este homem fez é errado. Mas existem outros homens neste mundo que são diferentes deste aí. Este rapaz que abusou de você terá que prestar contas um dia. Tudo que fazemos de ruim a alguém, em algum momento será cobrado, pode ter certeza disso. Por isso, agora o melhor que você tem a fazer é perdoar esta pessoa. A mágoa que você sente, só faz mal a você. Liberte-se neste momento desse rancor.

Consulente: Mas ele me fez muito mal. Sinto ódio dele.

Terapeuta: O amor e ódio nós só sentimos por quem é importante em nossa vida, seja positivo ou negativo. Esta pessoa é alguém insignificante em sua vida, alguém sem importância. A partir de hoje, entenda, este homem é apenas alguém do passado, nada mais. Portanto, perdoe, você vai se sentir bem melhor.

Consulente: Posso perdoar mesmo?

Terapeuta: Sim, deve perdoar. Pois ao perdoá-lo você liberta-se dessa energia negativa do rancor, da mágoa, do ódio. Fique tranqüila, pois mais uma vez digo, tudo que fazemos de mal, volta-se contra nós, isso é inevitável. Se você continuasse desejando o mal a ele, esse força energética voltaria contra você.

Consulente: Mas é ele que me fez mal, e sou eu quem pago?

Terapeuta: Minha querida, cada um paga pelo seus atos. Ele irá pagar por tudo de mal que fez a você e outras pessoas, a lei do retorno é implacável. Portanto não é preciso ficar desejando vingança aos outros, pois o mal volta para seu dono. E se você continuasse a odiá-lo, sonhando com o dia em que ele pagaria pelo que fez a você, era você quem iria pagar por seus desejos. Assim você estaria se igualando a ele.

Consulente: Sim, isto é verdade. Sinto-me mais leve.

Terapeuta: E quanto ao que ele fez, passou, acabou. Entenda que outros homens são carinhosos, atenciosos, e tratam você com atenção e respeito. A figura de homem que você deve incutir em sua mente é a figura positiva de um homem bom, que a trate com amor.

Consulente: Mas o que ele fez pode se repetir? Ainda tenho um pouco de medo!

Terapeuta: Fique tranqüila. Isto que aconteceu já passou. Jamais voltará a se repetir. A partir de hoje, em sua vida você só atrai homens carinhosos, honestos, que a respeitem, e a tratem com muito amor e carinho!...

Neste caso, após mais duas sessões, esta moça estava totalmente liberta de todos os bloqueios e medos que tanto a atormentavam.

O que devemos observar é o complexo mecanismo do inconsciente. Ela foi abusada quando criança por um vizinho adulto. É óbvio que durante o acontecido ela não entendia nada do que estava acontecendo, devido a pouca idade. Mas a dor que sentiu, o medo, o nojo, tudo isso foram devastadores para a mente dela e que acabaram por levá-la a bloqueios sérios, no que diz respeito a sexualidade e relacionamentos amorosos.

O inconsciente aceita tudo ao pé-da-letra. Portanto, ao ser violentada quando criança, sua mente registrou como figura de homem, aquele de quem sofreu o abuso, bloqueando assim, qualquer aproximação de um homem decente. Tendo no seu arquivo mental que todo homem seria como aquele de sua infância. Feita a reprogramação da mente, todo medo e bloqueio foram superados, trazendo para esta jovem um novo mundo de realizações sentimentais e amorosas. Hoje ela já se encontra casada e realizada conjugalmente.

AS PALAVRAS CERTAS

“ A ciência moderna ainda não produziu um remédio tranquilizador tão eficaz como o são umas poucas palavras bondosas.”-Sigmund Freud

Com toda certeza, o grande questionamento que surge entre os aplicados estudantes e pesquisadores de regressão de memória é saber exatamente as palavras certas para dizer ao consulente no clímax desta técnica.

Primeiramente temos que deixar bem claro que não existe a possibilidade aqui, de fazermos uma lista completa de frases prontas para serem ditas às pessoas durante o ato regressivo. Ainda porque, o aconselhamento correto, depende muito de cada situação, momento e intensidade das emoções.

O que fizemos e vamos continuar fazendo neste curso, é mostrar a todos, modelos reais de regressões. Onde você poderá compreender a forma correta de agir e de falar ao seu consulente. Portanto, preste muita atenção a cada palavra proferida pelos terapeutas citados. Pois não basta dizer lindas palavras e achar que tudo está solucionado. É preciso saber, como dizer e para quem dizer. É por isso que aconselhamos os estudiosos neste assunto, que realmente pesquisem cada vez mais, buscando tornarem-se grandes conhecedores deste tema.

Procure observar os modelos de regressões deste curso. Eles servem de parâmetro para seus trabalhos futuros. Porém, repetimos. Seria impossível trazermos frases prontas para que você pudesse usá-las. As palavras têm seu poder, quando usadas de forma espontânea, seguindo a força da emoção. A única regra que deve ser seguida à risca, quanto ao que será dito aos consulentes é:

“ FALE SEMPRE O POSITIVO, O OPOSTO DO CONFLITO DE CADA UM. SE A PESSOA SOFRE POR SE SENTIR SÓ, DIGA A ELA QUE É AMADA E ATRAI NOVOS E BONS AMIGOS A CADA DIA. SE SOFRE PELA PERDA DE UM ENTE QUERIDO, DIGA A ELA GUARDAR NO CORAÇÃO OS BONS MOMENTOS QUE VIVERAM JUNTOS, E QUE UM DIA NUM PLANO SUPERIOR, HAVERÁ A POSSIBILIDADE DE UM REENCONTRO. SE SENTE-SE FEIO, DIGA, VOCÊ É LINDO. SE ACHA-SE INFERIOR, DIGA, VOCÊ É ESPECIAL, E TEM UM GRANDE POTENCIAL.”.

Lembre-se, a pessoa encontra-se mergulhada na escuridão de seu problema e suas palavras são o clarear, a luz, que irá direcionar a vida deste ser humano.

DICAS IMPORTANTES (VAMOS RECAPITULAR)

“ Aquilo que você pode fazer, ou sonha que pode, comece a fazer; a audácia tem em si gênio, poder e magia”-Goethe

- O ambiente adequado para uma regressão é aquele onde tanto o consulente quanto o terapeuta, sintam-se bem e confortavelmente instalados. Tudo deve ser observado, desde a climatização, até os barulhos externos;
- O relaxamento mental é a chave-mestra para levar a mente ao nível Alfa, que é o primeiro nível de frequência cerebral onde é possível fazer uma regressão;
- Para se aprofundar um relaxamento, utilizamos as “Imagens da mente”, com a finalidade, além de focar a atenção, abrir no inconsciente o centro das imagens, pois é lá que se esconde as cenas já vividas;
- Em uma regressão, podemos falar diretamente com a pessoa regredida, quando ela vivencia a cena em 1º pessoa, ou seja, ela revive o passado participando dele;
- Nos casos onde o consulente é observador de si mesmo no passado, ou seja, regressão em 3º pessoa, você poderá pedir que ele seja o conselheiro de si mesmo. Pedindo que repita no ouvido do seu eu no passado, o aconselhamento que você disser a ele. Vamos observar a seguir um exemplo do uso desta técnica.

Regressão “Eu Conselheiro de mim”

O que levou este consulente à regressão é a extrema dificuldade que ele tem com tudo que é relacionado ao lado financeiro. Todos os negócios que iniciou não deram certo. Nos bons empregos que trabalhou, acabava sendo demitido. Às vezes até ganhava boas quantias em dinheiro, mas como num passe de mágica, via tudo escapar por entre os dedos e acabava ficando sem nenhum tostão. Vejamos agora sua regressão:

Terapeuta: Diga o que está vendo.

Consulente: Estou me vendo entrando no quarto de meu pai.

Terapeuta: Sim, e o que mais acontece nesta cena?

Consulente: Eu estou abrindo a carteira dele para pegar uns trocados.

Terapeuta: E por que você está pegando dinheiro escondido?

Consulente: É que quero comprar um doce na padaria!

Terapeuta: Seria melhor ter pedido a seu pai!

Consulente: Meu pai é muito bravo! Ele não daria o dinheiro para mim.

Terapeuta: Então, o que acontece no decorrer da cena?

Consulente: Não! Meu pai apareceu!

Terapeuta: E ele brigou contigo?

Consulente: Sim, ele está dando uma surra em mim.

Terapeuta: Fique tranquilo! Observe como seu eu do passado está se sentindo.

Consulente: Eu estou muito assustado. Meu pai me pegou mexendo em sua carteira, e ele não perdoa este tipo de atitude. Por isso me deu uma surra muito forte!

Terapeuta: E ele falou alguma coisa durante a surra?

Consulente: Sim. Ele disse “que coisa feia. Mexendo no dinheiro. Vai apanhar menino!”.

Terapeuta: E como você do passado está se sentindo?

Consulente: Muito assustado. Eu estou chorando muito. Sinto muitas dores das cintadas que levei.

Terapeuta: Fique tranqüilo. Agora você vai lá no ouvido do seu eu do passado, e repita no ouvido dele tudo o que eu disser para você. Combinado?

Consulente: Combinado.

Terapeuta: Diga que o dinheiro é algo limpo. Diga que a surra que ele levou foi por ter mexido na carteira do pai. Porém ele pode ganhar muito dinheiro sim, pois errado é roubar dinheiro dos outros, mas receber dinheiro honestamente é muito bom e normal. Diga a ele, que ele deve entender que o dinheiro é algo abençoado e bom, principalmente quando é fruto do trabalho honesto. Disse tudo isso a ele?

Consulente: Sim, disse.

Terapeuta: Então diga mais. Diga que tudo o que ele fizer relacionado a dinheiro dá e dará certo, pois o dinheiro é algo abençoado e faz muito bem para ele e sua vida.

Consulente: Falei tudo a ele.

Terapeuta: E ele se sente melhor?

Consulente: Muito melhor!

Este fato mostra bem a forma como nossa mente age. Ao ser surrado pelo pai por estar pegando dinheiro escondido, o inconsciente deste rapaz associou o dinheiro com “PUNIÇÃO”, levando-o a bloquear em sua vida, todos os assuntos relacionados com o financeiro. Feitas algumas sessões de regressões, onde foi incutida mentalmente nele a idéia de que o dinheiro é algo bom e que faz bem (REPAREM NA IDÉIA OPOSTA AO CONFLITO DO CONSULENTE), ele conseguiu vencer seus bloqueios, levando uma vida normal e triunfando no lado profissional e nas finanças.

A TERAPIA DO PERDÃO

“Quem se vinga depois da vitória é indigno de vencer” Voltaire

Muitas pessoas desejam vencer barreiras que as atormentam. Porém querem fazer isso, pulando etapas importantíssimas para se chegar neste objetivo.

É impossível alcançar o sucesso em uma terapia se a pessoa que a busca não tem em seu coração a índole do perdão. Mas estamos falando do perdão verdadeiro, não daquele jogado ao vento, sem força e sem sentido.

Quando perdoamos alguém que nos deixou marcas no passado, estamos não só libertando-nos de uma prisão energética negativa na qual estávamos aprisionados, como também libertamos esta pessoa de supostas energias negativas oriundas de nós mesmos, as quais transmitimos quando guardamos dentro de nós, sentimentos tão pequenos como o ódio, a mágoa e o rancor.

Ao remoermos estes sentimentos dentro de nós, estamos criando uma força energética negativa tão forte, tão potente e tão devastadora, que o maior prejudicado, não é a pessoa por quem temos mágoa, mas sim nós mesmos. Pois a parte mais importante desse lixo energético aloja-se dentro de nós mesmos. Trazendo como consequência desastrosa: doenças físicas e mentais.

Portanto, não fique guardando dentro de si, estes sentimentos inferiores. Perdoe, mas perdoe do fundo de sua alma. Até o dia em que ao pensar naquela pessoa que antes nutria tamanho ódio, você possa sentir ao menos a indiferença por ela. Olhando-a como alguém normal, por quem você, mesmo que não consiga amar, ao menos, não consegue mais odiar.

Seguir este conselho é tão importante, que nós terapeutas não podemos dar prosseguimento em nossa terapia, se nosso consulente traz dentro de si, tamanhos sentimentos negativos e não consegue libertá-los.

Alguns consulentes durante a regressão reencontram pessoas e cenas que as fazem reviverem situações exatas, que desencadearam sua mágoa. E muitas vezes elas argumentam seu ódio e rancor dizendo que aquela pessoa merece ser punida por ter-lhe feito algum mal. Temos aí que aconselhá-las a compreender que não somos nós quem devemos punir os erros alheios. Para isso existe a providência divina. Explique a elas sobre a lei do retorno. Onde tudo de ruim que fazemos a alguém retorna para nós em dobro. E acrescente, que é inevitável fugir da lei da ação e reação. Portanto, deixe bem claro a elas ser desnecessário gastar da própria energia e sacrificar a sua evolução para se vingar ou desejar o mal a alguém que tenha lhe feito algo de negativo no passado. Pois mais uma vez repetimos: **“A ENERGIA DA MÁGOA, DO ÓDIO E DO RANCOR, FAZ MUITO MAIS MAL A QUEM SENTE DO QUE NA PESSOA POR QUEM SENTIMOS”**.

Para ajudar os consulentes a se libertarem desse peso energético negativo, indicamos a Técnica do Perdão, que consiste nada mais, do que aproveitarmos do momento da regressão para fazê-la reviver a cena conflitante, e levá-la a entender os valores nobres do amor e do perdão.

Toda seqüência é a mesma da regressão convencional. O que se muda é apenas o foco. Ao invés de pedir que ele abra apenas uma porta que reviva uma cena do passado, você deverá direcioná-lo a visualizar o momento exato do conflito entre ele e a pessoa por quem sente mágoa. Feito isto, procure perguntar os motivos da briga, da intriga, para melhor aconselhá-lo. Faça-o entender tudo o que já foi explanado aqui sobre o

valor do perdão e os porquês de se buscar a libertação desses sentimentos tão pesados e tão densos negativamente. Leve-o a perdoar seu inimigo. Aconselhe-o, mostre os motivos reais pelos quais vale a pena perdoar. Transforme a cena do conflito, em uma chuva de bênçãos, onde o perdão será celebrado com um caloroso abraço entre ambos. Conseguindo isso, garantimos a você nobre terapeuta. Pelo menos a metade dos problemas seu consulente já conseguiu superar.

VOCÊ É ILUMINADO

“ Há grandes homens que fazem com que todos se sintam pequenos. Mas o verdadeiro grande homem é aquele que faz com que todos se sintam grandes.”-Charles Dickens

Você que busca este aperfeiçoamento com o intuito de ajudar os outros, de entender o ser humano no seu eu mais íntimo, de tentar fazer o bem à humanidade, melhorando um pouco dela, espelhado nas pessoas pelas quais irá doar seu tempo e trabalho com esta técnica maravilhosa. Você é iluminado.

Não é qualquer pessoa que disponibiliza seu tempo precioso para estudar sobre terapias. Até mesmo porque, não basta querer ser terapeuta, é preciso ter o dom, a vocação para tal. Seria como um médico que tem medo de ver sangue, ou como o pintor que não gosta de cores. Um terapeuta sem gostar do que faz, jamais conseguiria ajudar alguém. Muito pelo contrário, acabaria por atender seus consulentes de forma áspera, desumanizada, sem o ar energético vibrando positivamente.

Parabéns a você que acredita na humanidade. Que tem esperança na melhora do mundo. Sim, pois somente pessoas engajadas e otimistas podem servir como terapeutas. Você é abençoado!

Quando você estende sua mão a quem sofre, você já está fazendo um bem sem limites, a ela. Quando diz palavras positivas está plantando uma bela flor no deserto de muitos corações. E ainda regando todas as vezes que novamente fala coisas lindas e otimistas. Quando olha com ternura os olhos de quem olha para você na esperança de encontrar a ajuda que tanto busca, irradia a vida deste olhar com tanta energia, com tanta luz, que cegaria os fracos e descrentes. Quando deixa o lucro um pouco de lado e ouve os problemas do pobre que não pode pagar, está aí se banhando de bênçãos que voltam para você e sua vida.

Enfim amigos. Olhem a Terapia como um bem precioso que fazemos à humanidade. Pois limpando todo lixo energético que as pessoas carregam como um pesado fardo, estaremos purificando as energias deste lindo planeta que vivemos. Melhorando assim a nossa vida e a de existências futuras.

Esperança
Contra pensamentos obscuros
O pensar positivo é a luz,
Contra a tristeza profunda
Um sorriso é o primeiro passo,
Contra a dor do desespero
Uma palavra de esperança,
Contra medos profundos
Enfrentá-los é o caminho,
Contra a doença da mágoa
O remédio é o perdão
Rogelio Raquel

TVP (TERAPIA DE VIVÊNCIAS PASSADAS)

Regressão A Vidas Passadas

“ Hoje olho para trás e vejo o quanto de mim ficou esquecido nas brisas do tempo, não quero no futuro ser um homem de lembranças vazias e fúteis; quero orgulhar-me de meus passos e meditar na possibilidade de refazê-los em outros planos.”-Rogelio Raquel

Você acredita em reencarnação? Vidas passadas? Pois bem, a partir de agora, para que você possa compreender detalhadamente esta técnica, será necessário ao menos que haja uma reflexão a respeito. Não estamos querendo influenciar os dogmas ou crenças de ninguém, muito pelo contrário, o que buscamos sempre é o respeito pela fé alheia seja ela qual for. Porém, para um terapeuta que trabalha com regressão a vivências passadas, ficaria muito confuso duvidar daquilo que ele mesmo está aplicando.

Não será necessário o uso desta técnica caso você por uma questão religiosa não puder praticá-la. Neste caso, estude com profundidade a primeira parte deste curso, fazendo regressões até o ventre materno. Mas aceite nosso convite, mesmo não acreditando, leia este capítulo a título de experiência. Quem sabe não seja um grande motivo de reflexão para sua vida.

Não podemos confundir a Terapia de regressão a vidas passadas com uma terapia exclusivamente espírita. Apesar do Kardecismo pregar a reencarnação, nosso vínculo com a técnica está muito além das crenças e dogmas. Com tudo isso, atualmente existem terapeutas de regressões a vivências passadas oriundos de diversas religiões, tais como: católicos, evangélicos, espíritas, budistas, etc.

Jamais tenha uma visão simplista desta maravilhosa técnica. Antes de julgá-la ou condená-la, levado pelas suas convicções pessoais, plantadas em sua mente desde a mais remota infância. Leia esta lição. Medite sobre ela. Questione. Porém, jamais condene! Pois esta técnica tem libertado milhões de pessoas em todo mundo de cenas e fatos tristes e marcantes que as atormentavam profundamente.

Platão, Pitágoras e Sócrates, extraordinários filósofos da humanidade, acreditavam na reencarnação já em sua época. Inclusive dizia Pitágoras ter sido um guerreiro na Guerra de Tróia e nela teria morrido ferido no peito, em uma vida, seiscentos anos antes de se tornar um famoso filósofo. Já Platão sempre falava “ muito antes de virmos a esta vida, já tivemos outras, e no tempo intermediário que passamos no mundo espiritual, adquirimos o conhecimento das grandezas para qual seremos destinados”.

Os egípcios ensinavam aos seus descendentes há mais ou menos 3.000 anos atrás: “ muito antes do nascimento, a criança já viveu, e com a morte nada termina”. Os hinduístas, tibetanos e budistas, também acreditavam na reencarnação, para eles tudo isso é simplesmente um fenômeno natural, obedecendo as leis perfeitas, como o sol que todos os dias nasce e se põe, ou como as quatro estações, onde as flores nascem e morrem”.

Observando todos estes pensamentos e pensadores, antigos ou recentes, chegamos à conclusão que a regressão a vidas passadas é um fato. Intrigante sim. Porém, algo que não podemos negar existir. Acreditar ou não, passa a ser o critério de cada um de nós. O que não se pode negar são os resultados obtidos em consultórios de: médicos, psiquiatras, psicopedagogos, parapsicólogos e terapeutas holísticos. Que têm seu trabalho baseado nesta surpreendente técnica. Levando isso em consideração, o melhor pensamento para definir este trabalho é “ O que importa são os fins e não os meios”.

Breve Histórico da Regressão A Vidas Passadas

“ Nossas dúvidas são traidoras e nos fazem perder o bem que poderíamos conquistar, se não fosse o medo de tentar”-Shakespeare

A técnica terapêutica de regressão de memória realmente começou a ser praticada há pouco tempo. Apesar de que em 1850 o filho de um discípulo de Alan Kardec fazia uso da hipnose para que a pessoa pudesse regredir, porém, não tinha o intuito terapêutico, mas sim comprovar a reencarnação.

Em 1915, alguns pesquisadores também fizeram uso da hipnose com o mesmo objetivo, comprovar a existência de vidas passadas, mas foram duramente perseguidos por questões estritamente religiosas e doutrinárias.

Foi somente em 1950, que um psicoterapeuta norte-americano, chamado Morey Bergstein, conseguiu regredir uma paciente através do processo hipnótico. Sendo que ela durante esta sessão, trouxe à tona, dados de uma pessoa que teria vivido em outro século, na Irlanda. Depois de outras tantas sessões com esta mesma mulher, muitas pesquisas foram feitas a respeito de seus depoimentos durante as regressões. Após seis anos, as declarações dessa consulente foram comprovadas. Dando início aí ao uso terapêutico da regressão a vidas passadas.

Bons Pensamentos

Na dor que não corta a carne

Mas fere meus sentimentos

Se desfaz em minha mente

Ao pensar bons pensamentos

Rogelio Raquel

Vidas Passadas –Quando Regredir?

“ Conhecer os outros é inteligência, conhecer-se a si próprio é verdadeira sabedoria. Controlar os outros é força, controlar a si próprio é verdadeiro poder.”Lao Tsé

Para definirmos a necessidade de uma regressão a vidas passadas, haverá a dependência de um estudo profundo sobre a busca pessoal do consulente, bem como se seu problema pode ter solução com tal técnica.

Quando não se encontra resultados, muito menos respostas, em uma regressão na vida atual, torna-se quase que uma necessidade, o retorno em vivências passadas, com o intuito de se encontrar os motivos que desencadearam os problemas atuais de nosso consulente.

Certamente há casos onde a solução só será encontrada em existências anteriores. Alguns exemplos disso são somatizações ou dores que a medicina não encontra respostas. Onde exames profundos e elaborados são feitos e chega-se à conclusão que aquela pessoa em especial, nada tem de errado fisicamente. Porém, esta mesma pessoa, sente fortes dores sem explicação à luz da ciência. Ao regredirmos estes consulentes, poderemos descobrir que eles tiveram mortes traumáticas e dolorosas, Muitas vezes com um golpe mortal, exatamente na região de sua dor atual.

Outros casos onde este estilo de regressão pode ser indicado são: medos inexplicáveis, sensações de tristeza sem motivos, angústias profundas, irritabilidade, dificuldades de se relacionar com as pessoas, isolamento, bloqueios em temas importantes tais como: vida sexual, sentimental e financeira. Enfim, quando não se obtém soluções em regressões ao ventre materno, certamente as encontraremos em vivências passadas.

Portanto, ao abriremos as portas para vidas anteriores, estamos abrindo um caminho cheio de possibilidades e histórias extraordinárias. Por isso, o terapeuta deve ter o devido cuidado para não utilizar esta técnica de forma banal. Nunca queimando etapas, pois devemos chegar a este nível regressivo, somente depois de já ter passado pela experiência de regressão na vida atual de nosso consulente.

Marcas Do Passado

Há crianças mais vividas
Do que os pais que as conceberam,
Pois tem almas mais antigas
Das vidas que já viveram
Rogelio Raquel

Muitos sofrimentos e angústias desta vida, só encontram respostas em vidas passadas. Um viciado em drogas ou álcool sem motivo para tal, ou uma pessoa obesa, sem explicação aparente. Podem descobrir a questão chave que responde a essas dúvidas.

Alguns viciados, quando regredidos a existências anteriores, acabam por descobrir, que em uma vida passada, cometeram suicídios, por não suportarem algum tipo de situação angustiante. Sendo, portanto, o vício nesta vida, uma forma de mais uma vez, fugir do problema pelo qual passou em outra existência e que seu inconsciente insiste em achar que se repetirá na vida atual.

Diversas pessoas obesas, sem causas físicas, metabólicas ou hormonais, descobrem na regressão a vivências passadas, que foram abusadas sexualmente ou foram traídas pelos homens que amavam. Transformando a obesidade nesta existência, em uma forma de se proteger, pois o inconsciente leva em consideração, que tendo um corpo que foge dos padrões de beleza, acabará por afastar os homens, evitando um novo sofrimento como o já vivido.

As marcas do passado são muito profundas. Por isso, a técnica de regressão a vidas anteriores, tem sido o melhor caminho para se chegar a um resultado satisfatório contra lembranças tristes, medos e angústias.

Ao retornarmos nossa mente em tempos remotos, a vidas já vividas, estamos tendo a oportunidade de reescrever o livro de nossa evolução. Portanto, nunca é tarde para nos transformar em escritores de nós mesmos. Cada cena revivida, cada fato repensado, cada trauma transformado, é uma nova página nesta história sem fim.

A Técnica

“ A terapia de regressão não se limita a buscar lembranças de vidas passadas. Ao entrar em profundo estado hipnótico e de relaxamento, muitas pessoas descrevem experiências místicas e espirituais. Essas vivências têm muito poder e chegam a transformar vidas.”- Brian Weiss

Para se obter um resultado satisfatório nesta técnica, não podemos esquecer de todas as etapas já estudadas no primeiro capítulo. Devemos seguir todos os passos anteriormente pesquisados como: relaxamento mental, imagens da mente I (lugar bonito),imagens da mente II (nascente de água pura), imagens da mente III (escadaria), imagens da mente IV (Grande porta de entrada do corredor), imagens da mente V (corredor cheio de portas dos dois lados).

Depois de entrar no corredor cheio de portas, você deverá pedir ao consulente que caminhe por ele, observando tudo a sua volta, peça que continue caminhando, caminhando, caminhando. Diga a ele que atrás de cada porta do seu lado esquerdo, existem cenas vividas por ele em vidas anteriores. Peça que escolha uma delas e entre.

O processo deste ponto para frente é o mesmo das regressões ao ventre materno. Siga o mesmo esquema já estudado. Procure sempre agir com calma, discernimento. Falando sempre pausadamente. Buscando transformar a situação problema em uma cena sem força emocional negativa.

Porém tenha em mente que regressões a vivências passadas são mais fortes e marcantes que as outras. Pois podem trazer conflitos há muito escondidos na mais profunda mente. Inclusive, aflorar lembranças extremamente desagradáveis, como: vivenciar a própria morte, ver-se praticando atos desumanos e cruéis e sofrimentos dos mais variados.

Por tudo isso, mais uma vez repetimos, que não se deve fazer este tipo de regressão apenas por curiosidade. Isto seria imperdoável. Pois abrir este enorme baú de lembranças, aflorando emoções já esquecidas, sem a mínima necessidade, é simplesmente estar brincando com o inconsciente alheio.

Meu passado

Quando olho meu passado

Na luz do meu pensamento

Revivo um sonho encantado

Ao chegar desse momento

Rogelio Raquel

Velha alma imortal

Velha alma imortal
De lembranças sem igual
Teus encantos são história,
Vagueias pelo infinito
Teu enredo é quase mito
Guardas tudo na memória

Velha alma errante
Que renasce a todo instante
Para um novo amanhecer,
Se de casa tens saudade
Retorna com humildade
E de novo vem nascer

Velha alma aprendiz
Que sabe que ser feliz
É transformar sua lenda,
Fazendo o bem pela estrada
E segue sua jornada
Em cada lição que aprenda

Velha alma juvenil
Que voltas quando partiu
Pra refazer o já feito,
Teu retorno é poesia
Que escreve a cada dia
E se faz rimar perfeito

Rogelio Raquel

Caso 1- “Irritação na garganta”

“ Trate os clientes ao invés de suas queixas.”-Edward Bach

Uma jovem procurou a terapia de regressão com o intuito de encontrar uma resposta para um incômodo que durante anos a atormentou. Sofria de uma irritação crônica na garganta, que a levava a tossir, sentir coceira, até chegava a doer, tamanha irritação. Porém, passou pelas mãos de diversos médicos especialistas e ouviu de todos o mesmo diagnóstico: “Você não tem nada na garganta!”.

Em um caso como este, cabe a utilização desta técnica, por se tratar de um problema físico onde a medicina não encontrou explicação. Sendo assim, esta moça foi submetida à regressão a vivências passadas, já que nada foi constatado de anormal nas regressões na vida atual.

Observe agora a sessão onde a raiz do problema foi detectada e acompanhe passo a passo esta interessante história.

Terapeuta: O que você está vendo?

Consulente: Eu estou em um lindo jardim, cercado de belas flores multicoloridas. Sinto-me muito feliz e contente.

Terapeuta: E quem está aí contigo?

Consulente: Minha babá.

Terapeuta: E você gosta dela?

Consulente: Muito. Ela é muito especial.

Terapeuta: E quantos anos você tem nesta cena?

Consulente: Tenho quatro anos.

Terapeuta: E o que você faz neste lindo jardim?

Consulente: Estou brincando de caçar borboletas.

Terapeuta: E o que acontece de mais importante nesta cena?

Consulente: Está chegando um homem montado num cavalo.

Terapeuta: E quem é este homem?

Consulente: É um homem mal, um inimigo do meu pai. Ele está vindo em minha direção. Por favor, me ajude!(Começa a chorar e ficar agitada).

Terapeuta: Onde está sua babá?

Consulente: Ela está longe de mim. Ela me observa distante, sentada em uma pedra.

Terapeuta: E o que acontece no decorrer da cena?

Consulente: O homem mal está chegando perto de mim! Tenho medo dele e do cavalo.

Terapeuta: E qual é a sua reação?

Consulente: Sinto muito medo? Estou tentando correr, mas não consigo, sinto-me paralisada de tanto medo! Socorro!(Mais choro, mais agitação).

Terapeuta: Acalme-se, eu estou aqui para lhe proteger. Diga o que acontece agora.

Consulente: Ele chegou até mim. Está se abaixando. Me segurando pelo pescoço.

Terapeuta: Como está se sentindo?

Consulente: Sinto-me sufocada. Ai! Ai! Meu pescoço está doendo.

Terapeuta: O que está acontecendo?

Consulente: Ele está me puxando para cima pelo pescoço. Estou ficando sem ar. Está doendo muito! (Muita agitação neste momento).

Terapeuta: Fique calma. Conte-me o desfecho da cena.

Consulente: - Ele está me enforcando. Ele está me matando enforcada! Estou sem ar. (Agitação). – Eu estou morrendo, eu estou morrendo. Tenho medo! Tenho medo! Estou me sentindo zozza. Acho que estou morrendo!(Silêncio).

Terapeuta: O que aconteceu?

Consulente: Eu estou morta. Posso ver meu corpo caído no chão. Sinto-me leve.

Terapeuta: Você já desencarnou?

Consulente: Sim. Posso ver meu corpo estendido no chão. Minha babá está em prantos, desesperada.

Terapeuta: E o homem que lhe matou onde está?

Consulente: Ele fugiu com seu cavalo!

Terapeuta: Você sabe por que ele fez isso contigo?

Consulente: Sim. Ele teve uma briga com meu pai por causa da divisa das fazendas deles. Então prometeu vingança. Acabou se vingando em mim com a intenção de prejudicar meu pai.

Terapeuta: Agora você compreende de onde vem a irritação na sua garganta nos dias atuais?

Consulente: Sim.

Terapeuta: Você morreu enforcada nesta vida passada. Portanto na vida atual sua garganta nunca sofreu trauma nenhum, desta forma sua garganta é perfeita e saudável.

Consulente: Mas é uma irritação insuportável.

Terapeuta: Grave isto na memória. A irritação tem a ver com a vida passada, devido a lembrança da morte por enforcamento. Mas isso deve ser deixado lá onde aconteceu, no passado. Pois na vida atual você nunca foi agredida na garganta, portanto sua garganta é muito saudável. Observe como sua garganta está saudável, livre de qualquer sensação de irritação.

Consulente: É verdade. Mas como é possível?

Terapeuta: Veja bem, ao morrer nesta vida passada, você se libertou daquele corpo de menina que possuía. Assim, ao desencarnar daquele ser físico, você se libertou de todos os males que aquela matéria corporal possuía. Até mesmo os traumas na garganta que aquele corpo teve durante o enforcamento.

Consulente: É verdade! Sinto-me liberta, leve, calma.

Terapeuta: Agora vamos voltar de fato à vida atual. Mas lembre-se, você é uma pessoa especial, amada, querida...

Neste exemplo de regressão, você teve contato com uma história profundamente marcante. Uma linda menininha, brincando em um jardim. Quando de repente, um homem, inimigo de seu genitor, acaba por matá-la enforcada, com o intuito de se vingar dele. Causando-lhe não naquela vida que se findou, mas na vida atual, uma moléstia causada pelo sofrimento do momento de sua morte. Aqui, temos um caso claro de somatização por lembranças em vivências passadas.

Após esta sessão, a jovem libertou-se completamente de seu mal. Levando uma vida normal. Sendo sua garganta um órgão sadio e livre de qualquer irritação, coceira, rouquidão ou tosse.

Caso 2 “Nervosismo à flor da pele”

“Mas o que acontecerá, se descobro, porventura, que o menor, o mais miserável de todos, o mais pobre dos mendigos, o mais insolente dos meus caluniadores, o meu inimigo, reside dentro de mim, e precisa da esmola da minha bondade, e que eu mesmo sou o inimigo que é necessário amar?”-Carl Jung

Existem pessoas que realmente se irritam com tanta facilidade que acabam ganhando a inimizade das demais. Um caso em particular é o exemplo claro deste desvio de comportamento. Um rapaz, de 29 anos, já casado, pai de uma linda menina, aparentemente uma pessoa pacata e normal. O problema é que este jovem ao se sentir desagradado ou ofendido, era tomado por uma ira muito forte, e acabava por perder o controle da situação, partindo para as vias de fato, agredindo fisicamente quem o ofendesse.

Procurou a terapia de regressão a pedido da esposa, que tanto sofria com este comportamento irracional do marido. Ao chegar no consultório, ele reportou situações onde o descontrole chegaram ao limite. Certa vez, contou ele, que ao ser fechado no trânsito por outro veículo, acabou por sair de seu automóvel, indo até o carro que o fechou, abriu a porta, e surrou o motorista até que o mesmo ficasse ensangüentado e muito machucado.

Foram feitas algumas regressões na vida atual, nada sendo constatado que pudesse levá-lo a tanta irritabilidade. O encaminhamento mais uma vez foi o de se fazer a regressão a vidas passadas, no que nosso consulente aceitou, dizendo que não acreditava muito neste tipo de regressão, mas respeitava.

Segue o resumo desta interessante regressão:

Terapeuta: O que você está vendo?

Consulente: Eu estou no meio de uma guerra.

Terapeuta: E que guerra é esta?

Consulente: Estou na segunda guerra mundial. Sou um soldado nazista.

Terapeuta: E você está agora em combate?

Consulente: Estou! Tem muitas bombas caindo por toda parte. Ai!(Encolhe-se na maca).

Terapeuta: O que aconteceu?

Consulente: Estão atirando em mim. Ai! São muitos tiros! Nossa! Nossa!

Terapeuta: Fique tranquilo! Calma! Continue contando tudo o que está acontecendo.

Consulente: Sinto uma vontade louca de matar estas pessoas!

Terapeuta: Por que sente esta vontade?

Consulente: Eles são meus inimigos! Devem morrer, todos!

Terapeuta: E de onde vem tanto ódio assim?

Consulente: Fui treinado para odiar. Fui treinado para matar todas as pessoas que passarem em meu caminho.

Terapeuta: E quando você as mata se sente como?

Consulente: Sinto-me leve, como que tirasse um peso de minhas costas. Adoro fazer meu trabalho de soldado.

Terapeuta: Você acha que matar, sentir ódio, maltratar essas pessoas podem fazer algum bem para sua alma?

Consulente: Acha que penso nessas coisas? Apenas cumpro meu papel. Mato porque é preciso. Temos de exterminar todas as pessoas inferiores. Temos que dominar o planeta e plantar nele uma nova raça.

Terapeuta: Veja bem! Primeiro, se você foi treinado nesta vida passada a matar e odiar seu semelhante, ela já acabou, já passou. Portanto nos dias atuais, você deve ter um padrão de comportamento que condizem com a vida que você vive. Deve ser uma pessoa mais calma, mais tranqüila. Deixe nesta vida passada o desejo de agredir, de matar. Na vida atual, viva uma vida de harmonia e amor ao próximo.

Consulente: Mas eu preciso cumprir minha missão de soldado. Tenho que matar estas pessoas inferiores.

(AQUI, COMEÇA A HAVER UM CONFLITO ENTRE A PESSOA DA VIDA ATUAL E DA VIDA PASSADA. MOSTRANDO QUE AS PALAVRAS DO TERAPEUTA ESTÃO COMEÇANDO A FAZER O EFEITO DESEJADO).

Terapeuta: Rapaz. Olhe a sua volta. O que está vendo?

Consulente: Muitos corpos mutilados. Muitos homens mortos.

Terapeuta: Sim. São seres humanos como você. São pessoas que tinham um sonho, que se acabou no estourar de uma bomba. Veja, são pais de família que deixaram para trás filhos órfãos, mães desconsoladas. Assim como você e seus companheiros, estas pessoas que ajudou a matar, são seres humanos iguais a você, que amam, que sonham, que sentem dor, tristeza, saudade. Reflita, se estas são pessoas iguais a você, você deve respeitá-las, tratá-las como iguais.

Consulente: Mas e meu treinamento. Fui treinado para matar qualquer inimigo de meu país. Fui treinado para não ter pena, nem sentimento.

Terapeuta: Mas você é um ser humano. E todos nós temos sentimentos. Você tem muitos sentimentos em seu coração, como todas estas pessoas que estão aí ao seu redor. Por isso, entenda que devemos tratar a todos da mesma maneira que gostamos de ser tratados.

Consulente: Mas se eu tratá-los bem, eles vão pensar que sou um fraco. Tenho que ser duro e áspero. Preciso mostrar autoridade.

Terapeuta: Você deve ser lembrado pelas atitudes boas que tem. Você deve despertar nas pessoas o sentimento de respeito, de gratidão, de admiração. Você se preocupa tanto em ser respeitado, mas lembre-se, as pessoas só admiram quem desperta nelas sentimentos positivos.

Consulente: Então posso ser mais calmo, tranqüilo, e mesmo assim ser admirado?

Terapeuta: Sendo um homem mais ponderado, calmo, tranqüilo, você será muito mais admirado e respeitado.

Consulente: É, isso é verdade. Mas como faço para sair daqui?

Terapeuta: Por que você quer sair daí agora?

Consulente: Tem muitas bombas caindo. Ai, ai!

Terapeuta: Tem mais alguma coisa importante nesta cena que mereça ser vista?

Consulente: Não, quero sair daqui!

Terapeuta: Então, saia daí. Volte para o corredor. Feche a porta...

Nesta regressão pudemos constatar os motivos que levaram este jovem, a ser tão descontrolado e irritado com as outras pessoas. Ele foi treinado e condicionado pelo exército alemão, a ser um ser humano frio, calculista, uma máquina de matar. Repleto de ódio pelos semelhantes. Desta forma, trouxe em seu inconsciente esta programação para os dias atuais, levando-o a atitudes descontroladas.

Depois desta sessão, uma grande mudança de comportamento foi percebida por todos os seus familiares. Levando inclusive sua esposa a agradecer pessoalmente o terapeuta, reconhecendo a grande transformação pela qual passou seu marido.

Caso 3 “O Racista”

“ Tudo o que nos irrita nos outros pode levar-nos a uma melhor compreensão de nós mesmos.”-Carl Jung

Quando a pessoa regredida depara-se com grandes dilemas em sua existência, passa a perceber suas atitudes e idéias de uma forma diferente. Neste caso que reportaremos a seguir, um homem jovem, de boa formação, apresentava algumas atitudes que acabavam por prejudicá-lo na vida profissional. Como vendedor que era, acabava por perder muitas vendas, pelo fato de ser racista. Negava-se a atender e vender seus produtos a pessoas de pele negra ou morena. Sentia uma repulsa muita forte por qualquer pessoa com estas características.

O que parece ser apenas uma atitude desprezível do ponto de vista humano, na verdade deve ser encarada como um problema, já que para ele trazia sérias conseqüências. E a partir do momento que alguém busca ajuda para compreender certos sentimentos, temos que respeitar e encorajá-los cada vez mais a buscar uma solução.

Leia e reflita com atenção:

Terapeuta: Abriu a porta?

Consulente: Abri.

Terapeuta: E o que está vendo?

Consulente: Estou em um lindo bosque.

Terapeuta: E o que faz neste bosque?

Consulente: Estou com uma linda jovem. Estamos nos beijando. É tudo muito lindo. Estou muito feliz.

Terapeuta: E quem é esta jovem?

Consulente: É Mariana. A filha do meu senhor.

Terapeuta: Seu senhor? Você é um escravo?

Consulente: Sim, sou.

Terapeuta: Você tem um romance escondido com a filha de seu senhor?

Consulente: Sim. Se ele descobrir vai me colocar no tronco e me castigar até a morte.

Terapeuta: Mas o que Mariana pensa desta situação?

Consulente: Ela me ama. Ela sente muito medo do seu pai descobrir.

Terapeuta: Sendo você um escravo, como consegue estar livre neste momento para este encontro?

Consulente: Sou um escravo de confiança da fazenda. Posso ir e vir como quiser.

Terapeuta: E como você é fisicamente?

Consulente: Sou negro, alto, muito forte.

Terapeuta: Descreva seu temperamento?

Consulente: Sou muito determinado. Aplicado em meu trabalho. Muito respeitado por todos. Porém sei que se meu patrão descobrir meu envolvimento com sua filha, não vai me perdoar.

Terapeuta: Mas se é tão perigoso, por que se arriscar tanto?

Consulente: Por que eu amo Mariana. É um amor mais forte que meu medo, que meu receio de ser descoberto.

Terapeuta: E existe alguma coisa que possa ser feita para resolver esta situação?

Consulente: Não! Só se eu arrancasse esta pele escura que tenho e me tornasse um homem branco!

Terapeuta: Você se sente revoltado por ser negro?

Consulente: Muito! Jamais serei feliz com minha amada, pelo simples fato de ser negro. Odeio ter nascido negro. Odeio essa pele escura!

Terapeuta: Mas sua amada ama você do jeito que é. Ela ama você negro.

Consulente: Eu sei mas...(Interrompe com um suspiro profundo).

Terapeuta: O que está acontecendo?

Consulente: Eles me descobriram aqui!

Terapeuta: Eles quem?

Consulente: O pai dela, e seus jagunços.

Terapeuta: E o que eles estão fazendo contigo?

Consulente: Eles estão me segurando. O pai dela está parado na minha frente. (Suspiros) - Cuspiu em minha face.

Terapeuta: Conte o desfecho da cena.

Consulente: Ai! Ai! O pai dela me bateu no estômago. E eles todos estão me batendo, chutando.

Terapeuta: Onde está Mariana?

Consulente: Está em prantos, pedindo para o pai não fazer nada contra mim. Mas não adianta ele é um homem severo. Vai me matar.

Terapeuta: Como se sente?

Consulente: Sinto-me o pior dos seres. A vergonha dói mais na alma do que as feridas que me fizeram.

Terapeuta: E o que vão fazer contigo?

Consulente: Estão me amarrando pelas mãos e pés. Estão me arrastando com o cavalo. Muita dor. (Pausa).

Terapeuta: Acalme-se. Fique tranquilo.

Consulente: Estão me colocando amarrado dentro de um casebre.

Terapeuta: Vão te abandonar neste casebre?

Consulente: Não. Estão ateando fogo no casebre. Querem que eu morra queimado. Estou com medo. (Muita agitação).

Terapeuta: Acalme-se! (O TERAPEUTA COLOCA SUA MÃO NA TESTA DO CONSULENTE PARA ACALMÁ-LO).

Consulente: Está muito quente aqui. Tudo está em chamas.

Terapeuta: Não tem como fugir daí?

Consulente: Estou tentando me soltar da corda que prende minha mão. Acho que vou conseguir! (Pausa). Pronto, consegui!

Terapeuta: Conseguiu se soltar! Que bom. Consegue escapar do casebre?

Consulente: Vou fugir pelos fundos e me embrenhar na mata!

Terapeuta: Faça isso!

Consulente: Eles pensam que morri. Estão dando gargalhadas.

Terapeuta: E como você se sente?

Consulente: Humilhado, machucado, todo queimado. Mas vou me curar e vou me vingar de todos eles.

Terapeuta: Mas fazendo isso será como eles. A vingança é um sentimento oposto ao amor que existe entre você e Mariana.

Consulente: Mas eles estão rindo de minha desgraça e dor. Preciso acabar com eles. Preciso matar aquele maldito que cuspiu em meu rosto.

Terapeuta: Você é um homem de alma nobre. Perdoe estas pessoas. Elas terão que prestar contas um dia de todas as maldades que fizeram. A lei do retorno é implacável. Desejando a vingança você só faz mal a si mesmo. O sentimento de rancor, mágoa e ódio só trazem malefícios a quem sente. Assim você deixará que eles façam mal a você duas vezes. Quando tentaram te matar, e quando você passa a odiá-los, carregando sua

alma com esta energia de mágoa e vingança. Perdoe, liberte-se destes sentimentos inferiores.

Consulente: Mas o que faço agora de minha vida?

Terapeuta: Você é um homem livre agora. Eles pensam que você morreu. Portanto você está nascendo novamente hoje. Vá à luta nesta nova vida. Você pode ser feliz em plenitude, acredite. Siga sua vida com fé e força. Você consegue.

Consulente: Mas quem vai confiar em um negro. Ninguém dará um trabalho para mim. Todos me olharão com desconfiança. Droga! Tudo por causa desta maldita cor.

Terapeuta: O que quer dizer com isso?

Consulente: Se eu fosse um homem branco, tudo seria diferente. Estaria agora nos braços do meu amor. Teria o respeito do pai dela. Seria respeitado e amado por todos.

Terapeuta: A cor da pele não representa a cor e brilho de nossa alma. Sua pele pode ser negra, branca ou vermelha e sua alma será repleta de luz. Assim como a pele de outros podem ser branca, e sua aura ser sem brilho, sem força. Amigo, tenha orgulho de quem você é. Tenha orgulho do homem trabalhador, honesto, sincero que é. Orgulhe-se de sua raça. Orgulhe-se de sua pele. Olhe que ser humano lindo que você é. Lembre-se daqueles homens brancos que tentaram te matar. Eram brancos e tiveram atitudes de verdadeiros monstros.

Consulente: Mas sendo negro não terei oportunidades!

Terapeuta: Busque as oportunidades. Acredite em si mesmo. Somos o que acreditamos que somos. Nunca se sinta inferior pela cor de sua pele. Você é igual a todos os outros seres humanos. Se a sua pele é diferente pela cor, isso não significa nada. Se pudéssemos tirar esta couraça ao redor do nosso corpo, perceberíamos que por dentro todos nós seres humanos somos iguais. Nosso sangue é vermelho, seja branca ou negra sua pele. Seus ossos são brancos, seja você negro, branco ou amarelo. Portanto amigo, acredite, você é lindo, do jeito que é. Com esse brilho em tua alma, você vai longe. Você é um vencedor. (Pausa) – Como se sente agora?

Consulente: Sinto-me melhor, mais calmo.

Terapeuta: Como se sente em relação ao seus algozes?

Consulente: Eles fizeram coisas muito más. Porém não sou eu quem vai julgá-los. Eles terão um dia que prestar contas. Vou seguir minha vida.

Terapeuta: E em relação à cor de sua pele, o que tem a dizer?

Consulente: Bem, penso que o mais importante é a riqueza que carrego dentro de meu coração. Sinto que posso ser um vencedor. Estou encorajado em buscar uma vida melhor...

Nesta regressão, derrubamos a versão de muitas pessoas despreparadas de que o processo regressivo é algo fantasioso, cheio de ilusões e imaginações. Seria quase que impossível, um homem, assumidamente racista, imaginar-se sendo negro em outra vida.

O que constatamos aqui foi o real motivo para essa ojeriza em relação à cor da pele. Tendo sido ele um negro em outra vida, sofrido terríveis humilhações e perseguições, por ser escravo, condicionou-se a acreditar que tudo aconteceu devido à cor escura de sua pele. Ao aflorar nesta vida esta vaga lembrança, agia com aspereza a todas as pessoas que o faziam lembrar de seu passado traumático.

Após mais uma sessão, pôde perceber o quanto estava errado em julgar as pessoas pela cor de suas peles. Hoje é um novo ser, mais feliz, alegre. Liberto dos sentimentos negativos que por tanto tempo carregou dentro de si.

O Jardim

Viajamos por muitos lugares
Voamos por muitos ares
Muitas sementes plantamos,
Seguimos muitas estradas
Deixamos muitas pegadas
Nos jardins que cultivamos

Muitas brisas nos tocaram
Muitas pessoas nos amaram
Belos momentos vivemos,
Ouvimos lindas canções
Um cultivar de emoções
Em cada vida que nascemos.

Rogelio Raquel

Caso 4 “Brigas Entre Irmãos”

“ Projatistas fazem canais, arqueiros airam flechas, artífices modelam a madeira e o barro, o homem sábio modela-se a si mesmo.”-Provérbio Oriental

É lindo presenciar em regressões a vidas passadas, o reencontro entre pessoas que mantém relações nesta vida. Às vezes, relacionamentos um tanto quanto complicados, onde encontramos a explicação exata dos motivos para tantas brigas.

Foi o que aconteceu com este rapaz que nos procurou para uma terapia de regressão a vidas passadas. Ele não conseguia manter um bom relacionamento com seu irmão mais novo. Qualquer assunto que tentassem dialogar acabava em discussão. Tudo era motivo para brigas. O que o deixava bastante frustrado, pois eram sócios de um estabelecimento comercial.

Acompanhe agora esta regressão surpreendente:

Terapeuta: O que está vendo?

Consulente: Uma velha casa.

Terapeuta: E onde fica esta velha casa?

Consulente: Fica em um sítio muito pobre. Um lugar muito afastado da cidade.

Terapeuta: E quem mora neste lugar?

Consulente: Eu e minha mãe.

Terapeuta: E como você é?

Consulente: Sou um moleque bastante agitado. Dou muito trabalho para minha mãe!

Terapeuta: Como assim dá trabalho para a mãe?

Consulente: É que sou muito levado. Brinco demais. Sou um pouco rebelde.

Terapeuta: E como é sua mãe? Consegue vê-la?

Consulente: Sim, consigo vê-la. Ela é gorda, tem os cabelos meio enrolados, é baixinha.

Terapeuta: Olhando bem para ela consegue reconhecê-la? É alguém do seu convívio nesta vida atual?

Consulente: (COMEÇA A DAR UM SORRISINHO).

Terapeuta: Por que está rindo?

Consulente: Minha mãe é meu irmão mais novo!

Terapeuta: E como você sabe isto?

Consulente: Olhando para ela eu posso sentir, perceber. Até os trejeitos são dele!

(EM UMA REGRESSÃO A VIDAS PASSADAS REALMENTE PODEMOS RECONHECER PESSOAS DA VIDA ATUAL. O QUE SURPREENDE A MUITOS É QUEM FORAM ELAS EM OUTRAS VIDAS. O CONSULENTE REGREDIDO, AO OLHAR PARA ALGUÉM EM OUTRA EXISTÊNCIA, PODERÁ SENTIR PROFUNDAMENTE TRATAR-SE DE UMA PESSOA DE SEU CONVÍVIO, E ISTO É TÃO FORTE E PROFUNDO, QUE NÃO HAVERÁ DÚVIDA POR PARTE DE QUEM SE SUBMETEU À REGRESSÃO. NA VERDADE, PARA VOCÊ ENTENDER COMO ISSO ACONTECE É MUITO SIMPLES. COMPREENDA, NÃO SÃO NOSSOS OLHOS HUMANOS QUE VÊM NO SEU SEMELHANTE UM ENTE QUERIDO, MAS SIM A VISÃO DA ALMA. O OLHAR MAIS PROFUNDO DE NOSSA EXISTÊNCIA IMORTAL É QUEM NOS ABRE ESTE VÉU E NOS FAZ ENXERGAR A VERDADEIRA IDENTIDADE DE QUEM ESTAMOS OLHANDO).

Terapeuta: E como é o relacionamento entre vocês?

Consulente: É muito difícil! Minha mãe é muito mandona, quer tudo do jeito dela. E eu sou um pouco desorganizado, então todo dia levo dezenas de broncas dela.

Terapeuta: E você acha que sua mãe está errada?

Consulente: Às vezes acho que sim, às vezes acho que não. Mas na maioria das vezes acabo por responder para ela, o que a deixa muito furiosa.

Terapeuta: Você consegue fazer um paralelo entre sua mãe e seu irmão?

Consulente: Como assim?

Terapeuta: Você consegue fazer uma comparação das atitudes dos dois?

Consulente: Sim. Os dois são a mesma pessoa nas atitudes. O que muda é o físico. Meu irmão nunca aceitou que eu mandasse nele. Ele nunca aceita que minha opinião se sobreponha a dele. Minha mãe que estou vendo agora é igual, ela quer que eu a obedeça, quer que siga suas determinações. Apesar de sermos pobres, e ela não ter tido estudo, é uma pessoa bastante esclarecida.

Terapeuta: Você é capaz agora de ser compreensivo a ponto de compreender as atitudes de seu irmão na vida atual, levando em consideração que em outra vida ele foi sua mãe?

Consulente: Compreender eu compreendo, mas acho difícil eu concordar.

Terapeuta: Mas em que situações você discorda de seu irmão?

Consulente: Em quase todas as situações. Ele quer mandar em mim. Quer que eu faça do jeito dele. Pôxa! Eu sou o irmão mais velho. Eu é que mando!

Consulente: Mas veja bem, no inconsciente dele também te reconhece como filho dele em outra vida. Portanto pensa que pode agir como sendo realmente sua mãe, dando ordens ou tratando você como um garoto imaturo.

Consulente: Mas é exatamente assim que ele me trata.

Terapeuta: Então, está na hora de você ser mais compreensivo com ele. Ele não está aqui fazendo terapia, portanto não sabe os motivos que o levam a tomar estas atitudes. Mas você sabe exatamente todos os porquês. Cabe a você compreender e ser mais cuidadoso com seu irmão. Entenda, não adianta brigar, muito menos entrar em atrito com ele, ainda mais agora que você sabe o real motivo pelo qual ele age daquela forma.

Consulente: Mas então devo abrir mão de minhas opiniões e aceitar tudo o que ele disser?

Terapeuta: Não. O que você deve fazer é evitar as brigas. Procure o diálogo. Quando ele partir para o caminho da discussão, aconselhe, aja calmamente. Desta forma você irá desarmá-lo, quando ele vir com as pedras na mão.

Consulente: Assim ele vai sair ganhando sempre. Eu serei o fraco, covarde, e ele o que dará sempre a última palavra!

Terapeuta: Você está enganado. Ao evitar as brigas você é quem sai ganhando. O homem sábio não resolve seus problemas com atitudes raivosas. Demonstre calma, sobriedade. Isso deixa qualquer brigão sem noção do que fazer. E depois de fazer com que ele fique sem atitude, faça valer as suas idéias de forma clara, objetiva. Tenha certeza, você sempre sairá ganhando.

(AQUI, MAIS UMA VEZ FAZEMOS UM PARALELO ENTRE A VIDA ATUAL E A VIDA PASSADA. MESMO EM RELAXAMENTO PROFUNDO, NOSSA MENTE CONSEGUE DEFINIR EXATAMENTE O SER CONSCIENTE DO SER INCONSCIENTE. O INTERESSANTE É QUE MESMO DISTINGUINDO A VIDA ATUAL DA PASSADA, TUDO O QUE FOR DITO DURANTE A REGRESSÃO, SERÁ CAPTADO PELO INCONSCIENTE MAIS PROFUNDO DE NOSSO CONSULENTE).

Após esta sessão, o relacionamento entre irmãos melhorou muito, fazendo com que todos percebessem a mudança. Como foi falado durante o processo regressivo, o outro

irmão brigão, acabou por se transformar também, já que em virtude da serenidade de nosso consulente, acabou por render-se ao diálogo e a tolerância.

Modelo 5 “Regressão Light”

“ A vida é uma peça de teatro que não permite ensaios. Por isso, cante, chore, dance, ria e viva intensamente, antes que a cortina se feche e a peça termine sem aplausos.”- Charles Chaplin

Muitas pessoas nos perguntam se só fazemos regressões em cenas tristes, com sofrimentos e traumas. A resposta é, não. Podemos fazer regressões até vivências alegres e com acontecimentos felizes, lindos, onde a pessoa poderá reviver momentos marcantes positivamente. Porém não podemos perder o foco de nossa terapia, onde o que mais nos importa é livrar nosso consulente de algo perturbador e negativo.

Depois de vivenciar um fato fortemente ruim, é claro que você poderá levá-lo a abrir uma porta com um momento bom e relaxante. Contudo, lembre-se, só faça isso, depois de tê-lo ajudado a superar a causa do problema da cena anterior.

Fazer uma regressão a um momento positivo pode ajudá-lo inclusive a ficar mais calmo, e ir para casa feliz, esquecendo a cena triste vivida anteriormente.

Demonstraremos a seguir uma dessas regressões positivas:

Terapeuta: Abriu a porta?

Consulente: Abri!

Terapeuta: E o que está vendo?

Consulente: Estou vendo um jardim lindo, todo colorido.

Terapeuta: E tem mais alguém aí contigo?

Consulente: Sim. Uma jovem lindíssima.

Terapeuta: E quem é essa jovem?

Consulente: Minha esposa.

Terapeuta: Mas você reconhece nela alguém da vida atual?

Consulente: Reconheço. Ela é minha namorada da vida atual.

Terapeuta: Mas ela se parece fisicamente com sua atual namorada?

Consulente: Não. Fisicamente são muito diferentes.

Terapeuta: Então como tem tanta certeza?

(AQUI O TERAPEUTA ESTÁ APENAS TESTANDO O CONSULENTE, COM A INTENÇÃO DE SABER SE ELE TEM A NOÇÃO EXATA DE COMO É PÓSSIVEL PERCEBER NA PESSOA DO PASSADO, ALGUÉM DO PRESENTE).

Consulente: Não sei como, mas sinto que é ela. Tudo é muito forte para mim!

Terapeuta: E como você se sente nesta cena?

Consulente: Muito feliz. Sinto uma paz e felicidade que há muito tempo não sentia.

Terapeuta: Sim. Então sinta essa felicidade toda. Perceba que é possível ser feliz. Respire este ar de paz e tranquilidade e traga para a vida atual esta mesma felicidade contagiante.

Consulente: Gostaria de poder ficar aqui para sempre!

Terapeuta: Veja bem, você está feliz por ser amado por esta linda jovem. E o que é melhor, você a reencontrou na vida atual. Então amigo, é hora de reviver ao lado dela, esses bons momentos que já vivenciaram juntos em épocas passadas. Portanto, esta felicidade que sente aí, é a mesma que sentirá aqui na vida atual, ao voltar.

Consulente: É verdade. E se antes eu tinha dúvida em relação ao amor dela, agora já não tenho mais. Pois revivendo esta cena pude perceber o quanto de amor ela já me dedicou e o quanto poderá me dedicar.

Terapeuta: Isso mesmo. Você é abençoado, pois reencontrar uma pessoa tão especial é um presente divino. Portanto valorize esta pessoa, ame-a muito, demonstre este amor, e juntos serão muito felizes...

POR QUE NÃO RECORDAMOS DE VIDAS PASSADAS?

“ O maior sonho da vida é a própria arte de viver. Sonhar é estar vivo e viver é participar deste sonho.”-Rogelio Raquel

Não recordamos conscientemente de vivências passadas pelo simples motivo de que não suportaríamos lembrar tantas tristezas que sofremos, tantos males que causamos, tantas cenas ruins que passamos, que presenciamos, enfim, tudo o que vivemos em existências anteriores.

Imaginem se lembrássemos das pessoas que nos fizeram mal, dos nossos inimigos, daqueles a quem prejudicamos. Não conseguiríamos viver junto deles nos dias atuais. Pois muitos daqueles com que já tivemos experiências no passado, nos são próximos na vida presente, podendo ser um filho, mãe, pai, amigo ou irmão. Pessoas que têm junto a nós a grande experiência do perdão e do amor. Fazendo desse reencontro, a verdadeira oportunidade de uma linda reconciliação.

Torna-se inimaginável um ser humano conseguir suportar todas as lembranças já vividas em outras existências. Seria assustador o homem honesto e desceite de hoje, poder lembrar a todo instante a pessoa perversa, desumana e insensível que foi no passado. É por isso, que a sabedoria divina de nosso criador, criou-nos com este véu a mascarar nossas lembranças. Somente quando conseguimos entrar em nossa mente mais profunda, seja através da hipnose, regressão, ou nos sonhos, é que poderemos ter acesso a estas recordações tão traumáticas e importantes.

Portanto, podemos afirmar que tudo o que vivemos, presenciamos ou sentimos em nossas vidas passadas, está arquivado e bem guardado em nossa mente inconsciente. Porém, para nossa proteção, não podemos recordá-los de forma consciente. Deixando estas lembranças para serem revividas, apenas no momento de uma extrema necessidade, seja por um trauma, medos, ou complexos profundos, que estejam atrapalhando nossa vida atual.

Capítulo Especial

Regressões Marcantes

“ Ao voltarmos nossa mente no tempo, descobrimos o quão maravilhosos somos. Ao revivermos nossa história, temos a mais profunda certeza do quanto fomos, somos e seremos importantes para a construção de um novo e melhor universo”-Rogelio Raquel.”

Neste capítulo, trazemos um apanhado de regressões reais desta vida e de vivências anteriores. Elas serão reportadas de forma resumida e em cada uma delas será descrito o que foi aplicado para a resolução do problema.

Regressões Na vida Atual

“O Alcoólatra”

Um homem alcoólatra desanimado por não conseguir vencer seu vício, nos procurou com o intuito de fazer uma regressão, na esperança de ao menos encontrar a resposta para seu vício.

Ao regredi-lo até a idade de dois anos, nos deparamos com uma cena lamentável. Seu pai, que gostava de beber cachaça, ao perceber que o menino o observava, colocava algumas gotinhas da bebida na ponta do dedo e colocava na boca do garoto, e quando era chamado a atenção, apenas dizia que o menino ficaria com “lombriga” se ele não fizesse aquilo. O resultado desta história foi que este senhor, na sua ignorância, acabou por levar seu filho ao alcoolismo também.

Ao reviver esta cena, nosso consulente foi levado a compreender que aquela situação provocada por seu pai era errada, e que não é porque o pai bebia que ele deveria beber também.

Os vícios de um modo geral são muito difíceis de serem trabalhados, mas a regressão tem sido um grande instrumento auxiliar para se conseguir este êxito.

“Rinite Alérgica”

Este homem sofreu durante muitos anos com sintomas de uma rinite alérgica insuportável, e que médico nenhum conseguia achar a causa. Nem os alergistas detectaram algum tipo de alergia que pudesse levá-lo a tal situação.

Durante uma das suas regressões, deparou-se com uma cena interessante. Certo dia, seu pai ao dirigir por uma rua de um bairro afastado, atropelou um cachorro, e colocou-o no banco de trás, juntamente com nosso consulente que na época tinha apenas quatro anos de idade. Surgiu daí essa alergia terrível por pêlos, com um agravante, pois o cachorro estava sujo e com um pouco de sarna. Qualquer coisa que pudesse lembrá-lo do cachorro atropelado, acabava por levá-lo a crises terríveis de rinite alérgica sem causa aparente.

Depois de compreender que aquele cão havia ficado no passado, e que os outros cães eram limpos e saudáveis, nosso consulente teve uma melhora espetacular.

“Tormento Sexual”

O caso a seguir, é muito parecido com uma situação já apresentada anteriormente, pois diz respeito à violência sexual na infância. Porém este caso é mais grave e trouxe consequências mais desastrosas para nossa consulente.

Esta moça nos procurou para tentar entender seu comportamento promíscuo. Ela buscava o sexo de forma desordenada, sem pudor, sem limites, tendo vários parceiros, às vezes no mesmo dia, e o resultado desta situação era um quadro de depressão profunda, pois não encontrava a felicidade que tanto tentava encontrar no sexo.

Ao fazermos a regressão, já na idade de seis anos, ela vivenciou uma cena que a marcou traumaticamente. Seu pai chegava às vezes embriagado em casa, e como sua mãe trabalhava, não presenciava tal fato. O homem bêbado ao tomar banho, chamava a filha para que ela levasse a toalha até o banheiro. Quando fazia isso, a menina era puxada pelo braço para debaixo do chuveiro e era molestada sexualmente pelo próprio pai. Se ela questionasse alguma coisa, ele sempre dizia “Fui eu quem fiz seu seu órgão sexual, por isso posso fazer dele o que quiser”.

Bem, não é necessário ser um experiente terapeuta para entender as conseqüências deste ato. Esta mulher criou em sua mente inconsciente a visão deturpada da sexualidade. Pois ao ser molestada sexualmente pelo próprio pai, que na teoria deveria ser um poço de virtude para a filha, acabou por perder o conceito do que é certo ou errado neste tema. Pois entendam, se meu pai que é a pessoa a quem confio minha vida no caminho do respeito e dos valores morais, abusa de mim, então, o que os outros homens quiserem fazer comigo é simplesmente normal e natural. Esta é a definição que o inconsciente dela encontrou.

Transformar uma cena desta não é fácil, mas para este caso foi mostrado a ela que primeiro era necessário perdoar o pai, que fazia tudo aquilo quando estava embriagado, portanto não praticava tal fato conscientemente, e isso, por si só já fez a diferença, pois o que seu pai fazia era extremamente errado, porém, estava fora de si, levado pelo álcool a tomar tal atitude. Com isso, tudo o que o pai fez de ruim a ela, acabou por perder a importância, pois foi lhe mostrado que uma pessoa embriagada não tem consciência de seus atos. Também foi passado a ela, que era preciso preservar seu corpo, guardando o sexo para o amor. Fazendo-a compreender que a sexualidade tinha ligação íntima com sentimentos nobres e tudo de ruim vivenciado entre ela e o pai foi algo que ficou no passado.

“Fobia Social”

Um rapaz procurou a terapia de regressão por não suportar mais suas neuroses em relação à auto-estima. Apresentava um complexo de inferioridade severo, sentia-se muito feio, pensando ser o mais estúpido dos homens, o menos simpático, um incapaz.

A vida deste moço tornou-se um verdadeiro tormento, pois onde ele estava, parecia que todos o olhavam com reprovação. Para ele, todos o achavam esquisito e o mais estranho dos seres. Levando-o a ficar cada vez mais isolado e solitário. Às vezes passava dias sem sair de dentro de casa, com medo das pessoas o julgarem, achando nele mais um defeito.

Com tantos pensamentos obsessivos e negativos, um quadro de tristeza, medos, inseguranças apossou-se dele, e até mesmo uma depressão profunda foi diagnosticada por um médico.

Durante uma das sessões de regressão, vivenciou um acontecimento de sua infância, mais precisamente quando tinha poucos meses de vida. Estava brincando em seu berço, quando suas irmãs, poucos anos mais velhas que ele, ficavam ao seu redor dizendo maledicências a seu respeito. Frases do tipo: “Você é tão feio!”, “ Que criança esquisita!”, “ Olha como ele é feio!”, “ Mas como ele tem o rosto estranho!”. É claro que diziam tudo isso por sentirem muito ciúme do bebê. E isso é muito comum, crianças um pouco maiores, sentem às vezes muito ciúmes dos irmãozinhos menores e acabam

por falarem coisas extremamente negativas e marcantes, que ficam arquivadas para sempre na mente deste ser, que mesmo criança registra tudo o que ouve ou presencia.

No caso deste rapaz, foi mostrado a ele que tudo o que as irmãs diziam era o reflexo apenas do ciúme que sentiam dele, pois para elas o irmãozinho recebia muito mais carinho e atenção dos pais, aflorando nelas um sentimento de rejeição. Ele foi levado a entender que era uma criança linda, e de tão linda acabou por despertar o ciúme das irmãs. Fazendo com que este moço observasse a situação, não como algo profundamente negativo, mas um motivo de orgulho, pois as irmãs sentiam ciúme e até inveja dele, pois era o mais bonito, e o mais querido pelos pais.

Este consulente, depois de mais algumas sessões, venceu sua insegurança e complexo de inferioridade. Sentindo-se uma pessoa mais feliz, mais ousada, cheia de vigor, vontade de viver. Transformou-se em um novo homem, passando a acreditar em seu potencial e vendo-se mais bonito e realizado.

“Sentimento de Rejeição”

Esta mulher nos procurou demonstrando um forte sentimento de inferioridade. Achava-se sempre que era a pior dentre as colegas, a mais desengonçada, a menos querida. Não conseguia lidar com situações corriqueiras, como por exemplo, quando uma amiga que estivesse conversando com ela, também desse atenção para outra pessoa, ela acabava por sentir-se excluída, rejeitada, abandonada. Apresentava muita dificuldade com pequenos fatos, que acabavam por deixá-la arrasada.

Sentindo-se muito mal com estas situações, buscou ajuda na terapia de regressão, tentando encontrar uma resposta para suas atitudes, que eram classificadas por todos como infantis.

Em uma das sessões de regressão, ela pode vivenciar um acontecimento profundamente marcante e que deixou seqüelas por toda sua vida. Ao regredir até o ventre materno, logo no início de sua gestação vivenciou todo sofrimento de sua mãe, que abandonada pelo namorado, acabou por culpá-la pelo abandono do homem que amava. Todos os pensamentos de sua mãe ficaram guardados em sua mente, até mesmo quando ela pensou em abortá-la, pensando ser essa a melhor solução para seus problemas. Estava aí, a fonte de todos os seus traumas, inseguranças e medos, causados por esse profundo sentimento de rejeição vivido ainda na barriga da mãe.

Neste caso, o primeiro passo é o perdão. Foi mostrado a ela, que naquele momento, sua mãe sofria com o abandono e com a rejeição do homem que amava, sentindo-se confusa e sozinha. Portanto todas as atitudes dela para com a filha que carregava em seu ventre, não devem ser levadas a sério, devido ao momento traumático pelo qual estava passando. E todas estas palavras realmente tiveram um efeito muito forte e rápido, pois a mãe nos dias atuais a amava muito, e demonstrava todo esse amor. Após compreender que a rejeição da mãe para com ela durante o início de sua gestação foi motivada pelo sofrimento pelo qual passava, pôde transcender todos os seus medos, traumas, inseguranças e conseguiu vivenciar o amor pleno junto de sua mãezinha querida.

Regressões a vidas passadas

“Sofrimento Sem explicação”

Nesta regressão, mais uma vez podemos perceber, o quanto fatos acontecidos em outras existências podem interferir até mesmo em nosso ser físico da vida atual.

Um rapaz com fortes dores estomacais, e que já havia feito todos os tipos de exames possíveis, onde nada teria sido constatado pela medicina e seus modernos aparelhos.

Ao recordar uma vida passada, bem remota, viu-se ainda criança brincando com a espada de seu pai. Segurava com firmeza, apesar do peso, o artefato de metal maciço, quando de repente, acabou por escorregar-se e num golpe acidental, caiu sobre a espada, sendo ferido mortalmente, exatamente na região do estômago. Sofreu muito até a chegada do pai, que nada pôde fazer para salvar seu filho.

Ao vivenciar novamente esta cena muito marcante para ele, este jovem compreendeu que toda a dor e sofrimento deste acontecimento ficaram no passado, e que seu corpo atual, em nada tinha a ver com o corpo do menino do passado. Portanto estava liberto daquela situação tão traumatizante. Tendo como consequência o fim de suas terríveis dores estomacais.

“Ciúme Doentio”

Quando este homem nos procurou para fazer terapia de regressão, já havia sofrido uma vida inteira com seus relacionamentos amorosos. Não conseguia levar adiante nenhuma relação sentimental. Tudo por causa de seu ciúme doentio. Tinha atitudes tão absurdas e radicais que suas parceiras, acabavam por abandoná-lo, não suportando tanta pressão, devido sua obsessão.

Antes de reportarmos esta regressão, gostaríamos de fazer um comentário sobre o ciúme. É um sentimento que acaba por apimentar uma relação a dois, porém quando se torna exageradamente obsessivo, certamente leva qualquer tipo de relação à ruína. O ser ciumento cria fantasias em sua mente, inventa fatos que não existem, sofre por antecedência uma situação simples. O ciúme doentio é um martírio para quem sente. E este era o caso de nosso cliente.

Ao vivenciar novamente uma vida anterior, ele pôde descobrir de onde vinha e o porquê deste verdadeiro pavor de ser traído. Vivenciou uma vida, onde sua esposa, tão amada, querida e respeitada. Uma pessoa por quem tinha verdadeira adoração, o traiu. Foi para ele o fim de um sonho, uma tristeza sem fim. Ser traído pela pessoa mais importante em sua vida, sentir o peso da traição pela mulher por quem sentia tanta confiança, levou este homem à loucura. Ele perdeu seu chão, ficou desnortado, virou andarilho, até morrer doente, sozinho, de fome e frio.

Entenderam o porquê do ciúme deste homem na vida atual. O medo inconsciente de sofrer novamente toda a dor e tristeza que viveu naquela existência anterior, o fazia tomar atitudes tão radicais e obsessivas. Seu ciúme nada mais era do que a defesa de alguém que amou demais e havia sido traído. Gerando uma insegurança sem tamanho. Levando-o a perder a confiança em todas as mulheres.

Depois de compreender que ele foi traído por aquela mulher em especial, mas que entre as outras mulheres existe uma grande maioria de pessoas honestas, fiéis, sinceras e atenciosas, percebeu que os sentimentos de medo, insegurança, e o próprio ciúme eram infundados nesta vida atual.

Nosso cliente hoje pode vivenciar relacionamentos estáveis, seguros e moldados na confiança e no amor.

“Medo d’água”

Um momento que podemos afirmar ser o grande causador de muitos transtornos é a hora da morte. Muitas pessoas são assoladas por medos e traumas profundos, causados pelo registro mental do instante do desencarne e mal compreendido pelo inconsciente, que acaba por trazer à tona sensações reprimidas por um fato vivido em existências longínquas.

A história deste homem que vamos reportar, resume bem o que estamos afirmando. Ele apresentava na vida atual, uma fobia severa de água. Não entrava em piscinas, não conseguia atravessar pontes sobre rios, jamais havia sentido o toque das águas do mar.

Tudo devido ao pânico que sentia d'água. Sua vida era um tormento. Seu medo causava-lhe problemas em viagens, em seu trabalho, enfim, em tudo o que fazia sua fobia por água estava lá, a atormentá-lo.

Ao fazer uma sessão de regressão, reviveu o exato momento de sua morte, onde estava em um navio em alto-mar, tendo sido atacado por um navio pirata, viu-se morrendo afogado nas geladas águas do mar do Caribe.

Aqui fica óbvio o verdadeiro motivo de sua fobia. Ele morreu afogado em meio ao Oceano, daí seu trauma e medo de água.

Após algumas sessões, ele compreendeu que este fato ocorreu em uma existência antiga, e que em nada tinha a ver com sua vida atual. Pôde assim, entender que as águas dos rios e até do mar não representavam perigo, pois hoje era outra pessoa, em outra vida, liberto daquele corpo que havia morrido afogado.

“Claustrofobia”

Esta mulher ao fazer uma sessão de regressão, acabou por compreender o motivo pelo qual tinha uma claustrofobia severa.

Ao vivenciar novamente uma vida passada, reviveu o exato momento em que foi presa, acusada de roubo. Viu-se homem, acuado, preso em um cubículo, sentindo-se só, triste, doente. Um sofrimento muito forte de abandono, de medo. Atormentado pelo desespero da prisão. As paredes estreitas pareciam que iam esmagá-lo. Morreu ali, preso, esquecido durante anos em uma cela tão estreita que mal conseguia esticar as pernas para deitar.

Depois de chegar ao entendimento de que na vida atual era livre, liberta para ir e vir, caminhar para onde quisesse. E que tudo isso foi vivido em uma vida passada; nossa cliente conseguiu libertar-se de seu profundo medo de lugares fechados.

“O Ódio Entre Pai E Filho”

O relacionamento entre pais e filhos às vezes é complicado. Muitos não conseguem a compreensão uns pelos outros. Trazendo verdadeiros transtornos para famílias até certo ponto estruturadas ou não.

É exatamente um caso ocorrido em uma família tradicional do Paraná, que nos chamou a atenção. Pois era estruturada, tinha tudo para ser um lar envolvido na paz e tranquilidade, pois era composta por um patriarca de bem, honesto, homem bom, trabalhador, educou os filhos com mãos firmes, porém amigas.

O relacionamento deste pai com seus filhos sempre foi o melhor possível, menos com um. O filho mais velho. Este, sempre rebelde, crítico ferrenho do pai. Nada do que ele fazia conseguia agradar o filho. Os dois acabaram com o tempo, devido a tantas discussões e desentendimentos criando um sentimento de raiva, quase beirando a ódio um pelo outro.

Foi depois de mais uma briga entre eles, que este pai nos procurou, primeiramente para encontrar um pouco de paz em seu coração e mente. Mas acabou descobrindo na regressão a vidas anteriores a resposta que durante muitos anos não conseguia ter.

O encontro dessas duas pessoas é algo constante em várias vidas. O caminho deles se cruzou em uma existência muito antiga, onde hoje quem é o filho foi o assassino algoz de quem hoje é o pai. Em outra vida seguinte, o pai atual, acabou por vingar-se do filho de hoje, matando-o também. E este círculo vicioso continuou por outras tantas vidas subseqüentes. Até o momento em que deixaram de viver brigando e tiveram a chance da reconciliação. Foi quando o filho da atualidade foi pai de seu pai de hoje. Sendo que quando foi filho do filho, nosso cliente fazia as mesmas coisas que seu filho lhe faz atualmente.

A compreensão dos motivos pelo qual o filho agia desta forma na vida presente, fez com que este homem, pudesse ver de outra forma seu primogênito. Sendo o primeiro passo para este entendimento, o perdão.

Ao perdoar o filho por tudo o que ele havia lhe feito no passado, uma aura de energia positiva envolveu a relação entre eles. O próprio filho rebelde percebeu a mudança nas atitudes do pai, o que o levou a começar a mudar as suas próprias atitudes. Mas ainda havia uma segunda etapa nesta história.

O pai conseguiu convencer o filho a fazer a terapia também. E o mais admirável em tudo isso, foi ver o filho revivendo as mesmas histórias que o pai havia revivido. Sendo mais uma comprovação de que vidas passadas não são meras ilusões ou fantasias do inconsciente, como muitos querem nos fazer crer.

O desfecho dessa terapia em família foi uma relação linda entre dois seres que tiveram a oportunidade de se perdoarem, de se compreenderem, e o mais importante, de se amarem.

Regressão de Memória – Aspectos Legais

“ O mecanismo central para se chegar a um resultado satisfatório na terapia de regressão a vidas passadas é a transformação do medo em amor.”-Brian Weiss

A Regressão de memória é uma técnica de livre exercício, ou seja, não existe lei que a regule ou impeça sua aplicação. O que existem são algumas dicas importantes que o bom terapeuta deve seguir para poder trabalhar de acordo com a ética e o profissionalismo.

☐ Se você é um terapeuta holístico, evite usar roupa branca, para não ser confundido com um médico. Neste caso, cuidado, fazer passar-se por médico é crime, é exercício ilegal da medicina. O bom terapeuta holístico trabalha trajando roupas adequadas a um profissional da área terapêutica.

☐ O profissional em terapia holística deve ter em mente, que para conseguir o devido respeito da sociedade, e o reconhecimento profissional. Deverá estar trabalhando de acordo com normas e leis municipais e estaduais. Ostentar em seu cartão de visitas o número de seu CRT(Carteira de terapeuta holístico credenciado) expedida pelo Sinte(Sindicato Nacional dos Terapeutas), ou o CRTH-BR expedida pela ABRATH(Associação Brasileira dos Terapeutas Holísticos), é antes de tudo uma demonstração de que o terapeuta não é qualquer um, ele é um profissional qualificado e preparado, e além de tudo credenciado por estes órgãos nacionais. Sendo o SINTE inclusive reconhecido pelo Ministério do Trabalho. Com todos estes documentos, haverá uma facilitação para obter alvarás em suas respectivas cidades, já que o terapeuta credenciado estará trabalhando de acordo com as normas mais rígidas da auto regulamentação profissional;

☐ Um local adequado quanto à limpeza, ruídos, e facilidade de acesso é antes de tudo um grande fator de atração de novos clientes;

☐ O terapeuta não deve utilizar desta técnica em benefício próprio ou com o intuito de prejudicar alguém. Isto, além de ser antiético é acima de tudo imoral.

☐ Nunca se deve prorrogar o fim da terapia com a intenção de obter mais lucros. O desfecho de uma terapia dá-se quando se percebe que o consulente já atingiu o resultado esperado;

☐ O consulente não deve ficar dependente de seu terapeuta. Ao perceber que isso está acontecendo, o próprio terapeuta deve trabalhar para evitar que isto continue acontecendo;

☐ Cuidado com seu Marketing. Ao preparar panfletos, cartões de visitas, nunca mencione nomes de doenças, pois isto é monopólio médico. Deve-se evitar também o uso da palavra “CURA”, pois em nosso país existe uma lei passível de prisão, onde é crime o “curandeirismo”, ou seja, quem cura, é curandeiro, e isto é crime. O bom terapeuta holístico, não visa acabar com a depressão de um consulente, mas sim, aliviar nele, a tristeza profunda em que ele se encontra. Percebe-se aqui, a diferença crucial para que o profissional possa trabalhar sem medo de ser enquadrado na lei de exercício ilegal da medicina. Pois depressão é doença, mas tristeza não é. Abordaremos no próximo capítulo de forma mais ampla e explicativa a profissão de terapeuta holístico. Profissão esta que se enquadra a maioria dos excelentes profissionais em terapia de regressão;

☐ Procure antes de ser o “TERAPEUTA”, melhorar como ser humano. Busque vencer seus problemas e conflitos pessoais. Ninguém é neste mundo tão perfeito e iluminado, a ponto de não ter nada em seu ser para melhorar. Pense bem, como pode

uma pessoa querer ajudar os demais, mas não busca se ajudar. Tentar passar aos demais a falsa impressão de que é um super homem, é antes de tudo, ilusão, pois as pessoas são muito astutas e observadoras, e perceberão muito facilmente quem você é. Portanto, melhore-se antes de tentar melhorar os outros.

Terapeuta Holístico

“O terapeuta holístico é antes de tudo um amigo, um conselheiro. Olha seu cliente, não como um ser apenas físico, mas ao penetrar seu olhar em alguém, acaba por perceber sua energia, sua vibração, enxergando com clareza o que mostra esta alma que o procura.”-Rogelio Raquel

O terapeuta holístico tem por objetivo proceder ao estudo e à análise do cliente, com enfoque sob os aspectos holísticos. Usa de diferentes técnicas, pois leva em consideração que cada caso é estritamente diferente um do outro, dispondo desta forma de variados métodos, com o intuito de possibilitar uma opção adequada ao cliente analisado.

O terapeuta holístico é antes de tudo um grande conselheiro, que procura observar, e em uma ação conjunta, encontrar caminhos adequados que possam levar seu cliente a uma melhora na qualidade de vida, bem como a um equilíbrio energético, tendo como consequência positiva a transmutação da desarmonia em auto-conhecimento.

A regressão de memória é uma técnica holística, sendo portanto seu aplicador um terapeuta holístico. Por isso, o profissional engajado nesta área terapêutica, deve estar muito atento a tudo que se diz respeito à profissão de terapeuta holístico, pois é nesta categoria que todos os profissionais em regressão que não são médicos ou psicólogos se enquadram.

Como já dissemos anteriormente, o bom terapeuta holístico, além de uma boa formação em cursos de qualidade, deve estar devidamente documentado. Possuir a carteira de terapeuta holístico credenciado, com CRT, fornecida pelo SINTE, apesar de não ser obrigatória, torna-se um diferencial para os profissionais deste segmento, pois entre escolher um terapeuta que possui CRT e um que não possui, é óbvio, o cliente optará por aquele que ostenta um número de registro em um órgão reconhecido pelo Ministério do Trabalho.

Para os pesquisadores formados em nossos cursos, o procedimento para a obtenção de sua carteira de terapeuta holístico com CRT é o seguinte:

- a) Depois de formado em um de nossos cursos, o aluno deverá fazer um trabalho de conclusão de curso, estilo monografia, seguindo como modelo nossa própria apostila. Não sendo permitido enviar nosso material como monografia particular, pois este curso possui registro na Fundação Biblioteca nacional, sendo portanto proibida sua cópia, seja por qualquer meio. E além do mais, o próprio SINTE conhece nosso curso;
- b) Quando o trabalho de conclusão de curso estiver pronto, envie diretamente para o SINTE sua monografia, juntamente com uma cópia do nosso Certificado;
- c) Após análise do trabalho e arquivamento da cópia do certificado deste curso, o SINTE enviará via correio sua carteira provisória. Sendo que o postulante ao CRT, terá alguns meses de prazo para regularização dos demais documentos exigidos pelo SINTE: certidão de bons antecedentes e atestado médico de sanidade física e mental.

Uma outra opção seria adquirir a carteira da ABRATH (Associação Brasileira de Terapeutas Holísticos), só que para isso, será necessário possuir 300 horas acumuladas de cursos oferecidos pelo nosso Site ou pelo INPP.

Este é o diferencial dos bons terapeutas holísticos. Qualidade, responsabilidade e pesquisa. Ao se formar em nossos cursos você tem a certeza de estar sendo formado por um grupo preparado, respaldado pela lei e comprometido com a inovação. O INPP (Instituto Nacional de Parapsicologia-Psicometafísica), ao cancelar nossos certificados, acaba por dar a credibilidade que tanto falta em outros cursos desta área, pois é uma

instituição séria, voltada à pesquisa e formação de novos terapeutas. E no momento em que se matricula em nossos cursos, automaticamente o aluno passa a fazer parte deste grande Instituto, como associado, sem pagamento de anuidade, podendo inclusive também requerer a sua carteira de membro do INPP.

Viram a importância de estudar em uma instituição focada com a seriedade e o sucesso dos nossos futuros terapeutas. Aqui, você é preparado e ainda lhe damos todos os caminhos e subsídios para estar legalmente amparado para exercer a técnica a qual estamos ensinando.

No final desta apostila, você encontrará todos os endereços, telefones e Sites importantes e úteis para nós Terapeutas Holísticos.

Ficha do Cliente

“Para ensinar aos demais, primeiro tens de fazer algo muito duro: endireitar a ti mesmo.”-Provérbio oriental

A ficha do cliente visa levar o terapeuta ao conhecimento geral sobre seu consulente. Ela segue algumas regras básicas que são:

- a) Não é uma avaliação médica , muito menos psicológica, sendo a ficha do cliente um parâmetro para o terapeuta holístico descobrir os desequilíbrios energéticos, bem como tentar entender a problemática no que diz respeito aos sentimentos, sensações e busca pessoal do consulente;
- b) Na ficha do cliente deve constar todos os dados pertinentes à terapia holística, tais como: nome, idade, endereço, telefone, busca pessoal, desequilíbrios dos meridianos ou chackras, sentimentos e sensações interiores, como: medos, tristezas, melancolias, etc;
- c) Em uma ficha de cliente jamais deve constar algum item onde você diagnostica alguma doença. Pois doença é monopólio médico. Se o consulente possuir alguma doença, você deverá citá-la, porém não poderá esquecer de citar também o nome do médico especialista que chegou a este diagnóstico, deixando bem claro que este diagnóstico não é seu;

A profissão de terapeuta holístico requer muitos cuidados, seja com o que se diz o que se faz ou o que se pratica. Seguindo nossas recomendações ou os conselhos dos órgãos de classe como o SINTE, você poderá trabalhar sem medo, tendo a certeza de estar de acordo com as normas.

Aconselhamos a todos os terapeutas que desejam trabalhar nesta maravilhosa profissão, que leiam o livro “Manual Oficial do Terapeuta Holístico-Normas Técnicas Setoriais Voluntárias” de Henrique Vieira Filho, editora Madras. Desta forma você terá a certeza de estar agindo em conformidade com as mais rígidas normas da terapia holística, bem como trabalhando dentro das leis vigentes em nosso país.

Ficha do Cliente

Nome: _____
Idade: _____ Telefone: _____
Endereço: _____

Busca Pessoal: (Aqui será anotada a busca do cliente ao procurar a terapia de regressão. Exemplo: medo de dirigir, tristeza profunda, etc)

Lembranças tristes: (Escrever aqui todas as lembranças tristes que o cliente consegue contar conscientemente)

História de vida: (Anotar neste campo a história da vida do cliente, sejam momentos alegres ou tristes, pois muitas respostas podem ser encontradas aqui)

Características do Cliente:

- A (☐) Rancoroso
- B (☐) Irritado
- C (☐) Triste
- D (☐) Dependente químico
- E (☐) Pessimista

F ()Inseguro

G ()Ansioso

H ()Tenso

Indicações: (Neste espaço, escreva a (as) técnica(s) indicada(s) para o caso do cliente.
Para o terapeuta que trabalha com várias técnicas, indique quais, como: terapia floral,
reiki, regressão, etc)

Agora É com Vocês
Sonha poeta o teu sonho
Um belo mundo contém
Quem lê teus versos, suponho,
Sonha os teus sonhos também.
Valdir Raquel

Chegamos ao término deste curso. Só nos resta um caminho. A pesquisa contínua, a prática constante, o estudo profundo. Nenhum curso, ou escola, é melhor e mais importante para qualquer terapeuta que a prática. O treinamento faz do fraco, forte, do medo, coragem, da insegurança, certeza de sucesso.

Por isso, não temas os obstáculos. Acredite no seu potencial. Mergulhe com convicção na técnica que aprendeu. Pois, só podemos saber dos resultados, após termos praticado com afinco aquilo que nos propusemos.

Nós acreditamos em nossas técnicas, se assim não fosse, não ousaríamos transformá-las em cursos. Conhecemos os resultados obtidos em anos de pesquisas. Portanto, você tem a ferramenta do sucesso, chegou a tua hora de se transformar num operário de um mundo melhor.

É certo que ao transformar o seu próximo, ceifando dele suas tristezas e inquietações, você acaba por transformar a energia do planeta.

Mas se parece algo grandioso demais sonhar em mudar o mundo, ao menos tenha em sua mente a convicção, que ao penetrar nos medos e traumas das pessoas que lhe procuram, você pode ajudá-las a transcender seus problemas, podendo estar não somente as ajudando na busca da felicidade nesta vida, mas poderá estar elevando aquelas almas ao crescimento em outras existências.

Agora, é com vocês Terapeutas. Siga seu caminho sempre reto com a ética, com o respeito e voltado para o bem da humanidade. Só assim, encontrará o verdadeiro sucesso e reconhecimento que tanto busca. Parabéns!

O Terapeuta Do Mundo

Se cada ser humano
Fosse terapeuta de si mesmo,
Procurando a sua própria transformação.
Ou se tentasse ser
O terapeuta das pessoas próximas,
Buscando um convívio harmonioso,
Levando uma palavra amiga,
Semeando o amor, a caridade e o perdão.
Talvez se acreditasse
Ser o terapeuta do mundo
Não poluindo, não destruindo
O meio em que vive.
Com toda certeza
Não estaríamos hoje mergulhados
Num planeta de:
Guerras,
Fome,
Epidemias
E Sofrimento.

Rogelio Raquel

Endereços Úteis

INPP(Instituto Nacional de Parapsicologia-Psicometafísica)

Site: www.inppnet.com.br

Telefone: (43) 33471710

Email: inppinstituto@yahoo.com.br

Londrina-Pr

SINTE(Sindicato Nacional dos Terapeutas)

Site: www.sinte.com.br

Telefone: 0800-117810

Email: contato@sinte.com.br

São Paulo-SP

ABRATH(Associação Brasileira dos Terapeutas Holísticos)

Site: www.abrath.org

Telefones: (11)40634334, (21) 40639192

Email: contato@abrath.org

Bibliografia Recomendada

Livro: “A cura através da terapia de vidas passadas”;
Autor: Brian Weiss;
Editora: Sextante.

Livro: “ Manual Oficial do Terapeuta Holístico-Normas Técnicas Setoriais Voluntárias”;
Autor: Henrique Vieira Filho;
Editora: Madras.

Livro: “ Como Praticar O Poder Da mente”(Só disponível no curso On line de Parapsicologia do Site Cursos Livres);
Autor: Rogelio Raquel
Editora: Mercosul

Livro: “ Muitos Vidas Muitos Mestres”
Autor: Brain Weiss

Livro: “ A Moda É Ser Feliz
Autor: Valdir Silva Raquel
Editora: Mercosul