

# Regressão TERAPÊUTICA

## VIDAS PASSADAS

A técnica traz alívio para as angústias e elimina traumas

TATIANE FREITAS

**R**eviver fatos do passado que nos marcaram para sabermos decifrar e eliminar os traumas que nos acompanham. Essa é a proposta da terapia de vidas passadas, metodologia de trabalho na área da Psicologia que se propõe a aliviar depressões, fobias, síndromes, angústia e dores físicas, a partir do contato com a causa que os originou. A idéia não é a de retornar ao passado, mas a de trazer à tona experiências passadas que, ainda hoje, repercutem no nosso comportamento.

O tratamento é iniciado com entrevistas que visam levantar a história pessoal do indivíduo, desde o nascimento até o momento presente, com a observação da ocorrência de doenças e perturbações emocionais que ele tenha experimentado. Na seqüência, o paciente é convidado a fazer exercícios de relaxamento e a se concentrar num período da sua vida que lhe pareça importante.

O sociólogo e psicanalista João Talaier explica que a pessoa entra num estado alterado de consciência, que lhe permite lembrar fatos do passado que interferem ainda hoje na sua vida. "Não voltamos a viver o passado, mas temos contato com o passado retido, que carregamos agora. Não somos viajantes no tempo, mas detetives em nossa própria videoteca", esclarece o profissional, sina-

lizando que "todos carregam um passado problemático, com sombras não-resolvidas e restos não-digeridos".

A contribuição da terapia de vidas passadas, diz, é exatamente permitir a assimilação de experiências traumáticas, trazendo-a do inconsciente para o consciente. "A oportunidade de conhecer determinados episódios nos geram sentimentos ruins, como medo, dor, traz um alívio grande. Ao discernir o ódio, o indivíduo se capaz de se liberar dele", diz Talaier. A

meta de cada intervenção, explica, é a catarse, ou seja, a limpeza e a purificação de neuroses no nível do inconsciente.

Ainda segundo o psicanalista, o método utilizado, diferente da hipnose, permite que o paciente lembre de tudo que reviveu durante a sessão terapêutica, o que facilita a elaboração dos fatos e a evolução da compreensão dos problemas que enfrenta. "O homem tem que ir atrás de suas sombras, de sua escuridão, para conhecer a luz e se tornar um ser completo", diz, ressaltan-

do ainda que a causa dos traumas quase sempre está relacionada a ligações afetivas, desafetos, doenças ou violência sofrida.

Um bom exemplo, relata, é o da paciente - da qual prefere preservar o nome -, que não consegue atingir o orgasmo durante o ato sexual. A partir do tratamento de regressão terapêutica, ela descobriu que, em outra vida, havia sido assassinada após sofrer um estupro violento. O trauma bloqueou sua capacidade de ter relações sexuais e sentir prazer. O fim da limita-

ção aconteceu quando a paciente tomou consciência do trauma e o deixou, definitivamente, no passado.

O tratamento com terapia de vidas passadas dura, em média, seis meses. As sessões são realizadas uma vez por semana, com duração média de uma hora e meia. O valor cobrado por encontro varia entre R\$ 50 e R\$ 100. Apesar de polêmica e recente - com apenas 30 anos de desenvolvimento no Brasil -, a técnica está presente em todo o País, com inúmeros novos profissionais sendo formados. .

O psicanalista João Talaier é um dos adeptos da técnica, na Bahia



Foto: Aresides Baptista