

# Terapia Regressiva

A Terapia Regressiva consiste no reviver de cenas de "vivências passadas", que tanto podem reportar à sua vida actual (à infância), como a vidas passadas, e ao chamado "período entre vidas".

Assim, a pessoa acede dentro de si mesmo a todas essas memórias e vivências, mas sempre de forma consciente. Durante o processo ocorrem libertações emocionais, sensações corporais, insights e importantes revelações sobre o que está a ser vivenciado.

O propósito de re-vivenciar essas cenas "passadas" é poder limpar estas memórias, transportando para o momento presente a energia agora limpa e curada, fazendo que ocorra quase de imediato uma mudança na pessoa no momento presente.

A Terapia Regressiva pode, por isso, tratar de vários sintomas mentais, emocionais e/ou físicos, originados em traumas ocorridos em "vivências passadas", e com repercussões notórias no Presente e na sua vida diária.

As questões que podem ser tratadas:

- Ansiedade e fobias,
- Stress,
- Depressão,
- Traumas,
- Traumas de infância
- Sentimentos bloqueados,
- Problemas de assertividade,
- Vícios
- Fases de transição (divórcio, solidão, paternidade, maternidade, perda, envelhecimento etc.)
- Questões femininas/masculinas (comunicação, intimidade, etc.)
- Sensação de falta de sentido na vida.

A cura de muitas vidas de sofrimento pode ocorrer em apenas algumas sessões. O potencial curativo e transformador específico da Terapia Regressiva deriva, em grande parte, do método de trabalho terapêutico direccionado para 3 metas principais, que convergem e se integram no final: Penetrar no âmago dos bloqueios emocionais; Transformar crenças limitadoras; Dissolver dores, tensões e padrões compulsivos.