

PREFÁCIO

Este livro – *Tratando Fobia, Pânico e Depressão com Terapia de Regressão* – quer mostrar para as pessoas que sofrem desses incômodos que é possível melhorar muito e até mesmo curar-se deles e viver uma vida normal, mas para tanto é necessário que sejam encontradas as situações que os originaram, e isso, na imensa maioria dos casos, está em outras encarnações.

No Brasil, na contramão da história, ao contrário de outros países, a Psicologia e a Psiquiatria ainda não se abriram para a Reencarnação, pois são herdeiras psicoterápicas da decisão católica do II Concílio de Constantinopla, de 553 d.C., quando foi decidido que ela não existia, e essas Instituições ainda não perceberam que estão seguindo uma das decisões mais trágicas para a Humanidade, que tirou o sentido da vida, eliminou o entendimento da finalidade de nossa existência, afastou-nos de nossa origem e destino espirituais, do Caminho de volta para o Todo, do que vai acontecendo com o passar das encarnações e com nossa progressiva evolução moral.

Esse fatídico decreto aumentou o medo, a insegurança, a solidão, a tristeza, o materialismo, a futilidade, o Pânico, o suicídio, o racismo, as diferenças sociais, o “aproveitar a vida”. E tudo isso pode

ser revertido pela lembrança de que somos Espíritos eternos, de que somos todos irmãos e estamos de passagem pela Terra mais uma vez, em busca de mais evolução espiritual, e de que devemos nos aproximar, nos conhecer, nos respeitar, trabalhar pela Paz, pelo Amor, pela Irmandade, pela Cooperação, pela Integração de toda a raça humana em busca de um objetivo em comum: fazer desta Terra novamente um Paraíso.

Neste livro, mostrarei inicialmente a visão tradicional, orgânica, não reencarnacionista, desses incômodos e depois a visão reencarnacionista. Os terapeutas de regressão sabem que esses sintomas vêm, em sua imensa maioria, de nossas vidas passadas. E isso pode ser tratado, na busca de uma solução verdadeira, acessando nosso Inconsciente por meio da Terapia de Regressão, abrindo-o, retomando os passos do Dr. Freud. Nos textos a respeito da visão tradicional, destaco em **negrito** e enumero alguns aspectos que comento a seguir, na visão reencarnacionista. Coloquei alguns Casos de Regressão de pessoas com esses incômodos, que mostram que a origem dos sintomas das Fobias, do Pânico e da Depressão geralmente está em nossas encarnações passadas e que, enquanto a Psicologia e a Psiquiatria não se libertarem dessa crença religiosa não reencarnacionista e não agregarem a Reencarnação a seu raciocínio, diagnóstico e tratamento, continuarão impossibilitadas de realmente entender os sintomas desses sofredores e de encontrar a explicação e uma possível e rápida solução definitiva para esses resíduos do passado.



TRATANDO
FOBIA
COM TERAPIA DE
REGRESSÃO



CAPÍTULO 1

O QUE É FOBIA?

A VISÃO TRADICIONAL

O termo Fobia origina-se do grego *Phobia*, que significa medo intenso ou irracional, aversão, hostilidade. É o medo persistente, **excessivo e irreal**¹ de um objeto, pessoa, animal, atividade ou situação. É um tipo de distúrbio de ansiedade. Uma pessoa com Fobia tenta evitar a situação que ativa seu medo ou então a enfrenta, mas com muita angústia. Algumas Fobias são específicas; por exemplo, uma pessoa pode ter medo só de aranhas (**Aracnofobia**²) ou de gatos (**Galeofobia**³) e, ainda assim, viver relativamente livre de ansiedade, evitando o que teme. Outras causam dificuldade em uma variedade maior de lugares ou situações; por exemplo, o medo de alturas (**Acrofobia**⁴), bastando a pessoa olhar para fora da janela de um apartamento, dirigir sobre uma ponte elevada ou até mesmo assistir a cenas de altura no cinema ou na televisão. O medo de espaços fechados (**Claustrofobia**⁵) pode ser ativado ao entrar em um elevador, em um recinto fechado etc. As pessoas com essas Fobias geralmente necessitam alterar de maneira drástica suas vidas, e em casos extremos uma Fobia pode ditar a profissão da pessoa, seu local de

trabalho, seu roteiro ao dirigir, suas atividades sociais ou até mesmo o ambiente de sua casa. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), 15% da população mundial sofre de algum tipo de Fobia.

A VISÃO REENCARNACIONISTA

1. Excessivo e irreal: Para as pessoas que sofrem de Fobia, é horrível e muito traumático ouvir que seus sintomas são “excessivos e irrealis”. É como o caso de quem ouve vozes e vê seres e a Psiquiatria tradicional lhes diz que isso não existe, que é irreal. Como assim, irreal? Existem pessoas que enxergam e ouvem vozes de Espíritos e outras não. Uma vez, assisti a um filme em que uma menina e um menino discutiam se Papai Noel existia ou não, cada um tinha uma ideia, um de que não existia, o outro de que existia. Um senhor idoso, que escutava a discussão, se aproximou e disse: “Crianças, não se pode provar que Papai Noel existe, mas também não se pode provar que não existe”. É como as vozes que muitas pessoas ouvem e os seres que afirmam ver. Existem ou não existem? A Psiquiatria afirma que não, que é doença, é esquizofrenia, necessita o uso de medicamentos, mas o Catolicismo, as Igrejas Evangélicas, o Espiritismo, a Umbanda e o Judaísmo afirmam que existem, são Espíritos. Os psiquiatras geralmente são de uma dessas religiões, então por que, quando em seu consultório, não acreditam que algumas pessoas possam ter a capacidade de ver ou ouvir vozes de Espíritos desencarnados? No caso dos sintomas “excessivos e irrealis” das Fobias, não são excessivos e muito menos irrealis, são realmente fortes e intensos porque, naquele momento em que a pessoa está tendo os sintomas, ela está muito mais em uma encarnação passada do que aqui, no momento presente. Quando uma pessoa tem Fobia de lugares fechados e entra em pânico dentro de um elevador, começa a ficar nervosa, a suar, quer sair dali a qualquer custo, começa a gritar e a bater nas paredes, e alguém até pode lhe dizer: “Fulano, é só um elevador, te acalma!”. Não adianta, não é no elevador que ela

está, é em um buraco em uma vida passada onde ficou muito tempo presa, é dentro do caixão onde seu corpo morto foi colocado e ela ficou (em Espírito) por muito tempo, é num desabamento ou num soterramento onde morreu, é numa cadeia onde está para ser executada; enfim, ela está em pânico em um lugar fechado em outra encarnação. Dentro do Inconsciente não existe tempo, tudo é presente e, quando uma situação do passado entra em atividade, aquilo está acontecendo, mas a pessoa com Fobia não sabe por que entrou em pânico, e isso não é irreal nem excessivo, é real e bem intenso.

Normalmente, todos nós estamos sintonizados em situações de vidas passadas. No caso dos pacientes “fóbicos”, eles estão sintonizados em algumas antigas situações que permanecem dentro de seu Inconsciente inativas quando não estão diante de algo parecido com o que aconteceu no passado, mas quando se deparam com uma situação que ressona lá dentro, fazem uma regressão espontânea e “vão para lá”, ou seja, naquele momento é como se estivessem 80% ou mais lá e 20% ou menos aqui, e então entram em pânico! E aí dizem que o que sentem é “excessivo e irreal”. A possibilidade de solução? Recordar aquela situação e seu final, recordar aquela vida até o fim e desligar-se dela. Além de a pessoa desligar-se da situação patogênica, passa a entender que não era louca, tampouco manhosa, exagerada ou manipuladora, estava apenas sintonizada em uma ou mais situações de vidas passadas que a traumatizaram e para onde ela ia quando se deparava com uma situação similar na vida presente.

2. Aracnofobia: Para quem já tem uma boa experiência com Regressão, essa terapia é simplesmente um exercício de racionalidade. Mas o que isso significa? Quando alguém afirma que tem Fobia de lugares fechados, onde ela está sintonizada em seu passado? Em um lugar fechado, é claro, onde aconteceu alguma coisa altamente traumática, ou onde foi colocada à força, permanecendo lá por muito tempo, ou até morrer. E quando alguém afirma que tem Fobia de aranhas, onde ela está sintonizada? Em uma situação em outra

encarnação em que havia muitas aranhas, como um buraco na terra, uma caverna etc. Então, quando a pessoa não está exposta à visão de uma aranha, está nesta vida atual, mas quando surge uma aranha, regride espontaneamente para aquele lugar em seu passado onde havia aranhas, e como lá ela estava em pânico por causa delas, entra em pânico agora também! E ainda lhe dizem que seu medo é excessivo e irreal... Por causa disso, trata-se durante anos, usa medicamentos, sofre, se angustia, recebe desconfiança e ironia por parte dos outros, quando necessitaria, apenas, encontrar a situação que originou essa Fobia, recordá-la, desligar-se dela e resolver o problema.

3. Galeofobia: Tratei poucas pessoas com Fobia de gatos, mas lembro-me de que todas acessaram situações de outras encarnações em que foram atacadas por leões, tigres ou animais similares. Quando enxergam um simples gatinho, seu Inconsciente enxerga aquele animal enorme e elas entram em pânico!

4. Acrofobia: Vamos fazer um teste: Quando uma pessoa sofre de Fobia de lugares altos, em que tipo de situação ela está sintonizada em seu passado: 1) Em um lugar baixo ou 2) Em um lugar alto? A resposta correta é a 2 (em um lugar alto), e naquela encarnação ela caiu (ou jogou-se ou foi jogada) de uma montanha, seu avião foi abatido em uma guerra, suicidou-se arrojando-se de uma ponte etc. E hoje, quando ela está em um lugar alto, olha pela janela de um apartamento, vê uma cena de altura na TV, o que acontece? Faz uma regressão espontânea e vai para aquela situação de seu passado, e entra em pânico.

5. Claustrofobia: Vamos ver se você é um bom aluno. Quando alguém sente muito medo em um lugar fechado e entra em pânico, em que tipo de situação de outra encarnação está sintonizado até hoje? Acertou quem disse “em um lugar fechado”. Muito bem, parabéns, você acertou.