

REPORTAGEM – CADERNO NOSSA CIDADE – JORNAL DE BRASÍLIA **Segunda-feira, 31 de Janeiro de 2000**

Repórter do Jornal de Brasília – FABÍOLA GÓIS

ENTREVISTA – PAULO CESAR MIRANDA

VIDAS PASSADAS PARA ENTENDER O PRESENTE

A mente humana ainda é uma icógnita. Apesar de tantos estudos e teses sobre as novas descobertas da ciência, não se sabe ao certo o que existe por trás do nosso inconsciente. Técnicas de regressão de memória e reprogramação mental são bastante discutidas e criticadas pelos mais diversos profissionais da área. Segundo especialistas, o processo de regressão leva o paciente a entrar em contato com o conteúdos armazenados em seu passado, seja nessa ou em outras vidas, podendo usar estes conteúdos como uma forma de autoconhecimento e equilíbrio. Para explicar melhor o que significa esta linha de pensamento, cada vez mais difundida em todo o mundo, o Terapeuta Holístico Paulo Cesar Miranda, um paulista de 36 anos e que atua no DF há cinco, falou ao Jornal de Brasília.

O que é um Terapeuta Holístico?

É uma categoria que engloba todos os profissionais de teorias alternativas, que não são catalogados pelo mundo acadêmico. Existe um conselho criado em São Paulo para englobá-los. O Conselho Regional de Terapia (CRT) é o órgão que abrange os profissionais que querem atuar nesta. Este é o conselho que me dá respaldo de exercer essa profissão no momento.

De onde veio o seu interesse por Terapia Holística ?

Na realidade, a vida me preparou desde cedo. Ainda na adolescência, com 14 anos, comecei a me interessar. Tenho conhecimento em religiões, filosofia, terapia convencional e a parapsicologia há 20 anos. Coloco os meus conhecimentos nas

áreas técnicas, filosóficas, religião, tentando entender também a terapias convencionais. Tudo com um único objetivo: entender a vida do ser humano, levando até ele mais equilíbrio, auto-estima e uma nova consciência de vida.

Essa é a saída para o ser humano enfrentar os problemas do mundo?

Sem sombra de dúvida. Não se pode mudar o mundo, mas as pessoas sim. O objetivo é mudar a mente do ser humano, para torná-lo melhor. Isso repercute na vida dele transformando-o em um bom pai, um bom marido, amigo e um profissional mais competente. E como obter um mundo melhor se as pessoas são infelizes, tem mágoa, sentem rancor e ódio, não sabem o que é felicidade e nem o que desejam da vida? A sociedade começa por um núcleo, que é o indivíduo. Tudo o que ele faz reflete nela, já que o mundo começou com ele.

As pessoas que se submetem a esse tipo de terapia saem satisfeitas?

Sim. Geralmente, quem procura por esta terapia são pessoas que não conseguem resolver seus problemas de uma forma convencional. Doentes com enxaquecas, por exemplo, conseguem se curar. A estimativa é de que 90% dos casos são eliminadas. Tenho clientes que vem apenas com a finalidade de curar doenças e não querem saber de vidas passadas. São pessoas com problemas nos relacionamentos conjugais, na família, trabalho e de carência afetiva.

O que é mais fácil de curar, um trauma ou uma doença?

Um trauma. Curar uma gastrite é bem mais complicado do que educar a mente. A gastrite é um reflexo do organismo à ansiedade e isso se cura reeducando a mente e tirando o stress da pessoa. Quando se fica ansioso há uma “queimação” em cima do estômago e não dentro, como muitos pensam. O que ocorre é um acúmulo de energia, um ponto eletromagnético. É o mesmo que o “frio na barriga”. Quem tem pedra nos rins ou na vesícula, normalmente, são pessoas que guardam muito rancor e raiva. A pedra é a materialização da mágoa.

Como funciona a regressão no cérebro?

O cérebro é dividido em três parte: consciente (sensor holográfico que interpreta as situações), subconsciente (memória imediata) e inconsciente (memória profunda). O inconsciente é um computador. Se eu pegar uma agulha e enfiar no seu braço, o

que você sentiria? Dor. Se eu fizer isso com alguém em outra parte do mundo, o resultado também será igual. Todas as vezes que o indivíduo passa por uma situação e a consciência interpreta por este prisma, é enviado um arquivo negativo. Se passarmos por uma situação negativa, ele interpreta da mesma forma. Quando eu comecei trabalhar com regressão de memória, muitas pessoas ficavam sem chão, porque acabavam descobrindo coisas pesadas em vidas passadas.

Quem procura a regressão de memória?

É um processo que pode ser utilizado por pessoas com vários motivos como aspectos traumáticos. Medo de avião, altura, água e perda emocional são alguns deles. O que é um trauma?

É uma situação pela qual você passou e reagiu negativamente. Se alguém caiu de uma árvore aos cinco anos de idade, e isso ficou guardado em seu inconsciente, esta pessoa vai sempre sentir medo quando estiver perto de uma varanda, por exemplo. O cérebro avisa que aquela é uma situação de perigo. Funciona assim, ele grava informações conforme interpretação feita pelo consciente. No caso de perda de um filho, a regressão pode ajudar a apagar esses traumas.

Como apagar os traumas?

Por meio da técnica da regressão, acessando o momento traumático e revivendo-o em estado alterado de consciência. Não importa se o indivíduo é ateu, católico, espírita ou muçulmano. Ela atinge do mesmo jeito. Em níveis traumáticos temos excelentes resultados.

O que o ser humano deve evitar no dia-dia para ser mais feliz?

Deve mudar o seu interior e se alimentar de energias boas. Se ele manter o ódio, o rancor, a raiva, a vingança, ele vai atrair tudo isso. O que faz o ser humano é a energia que ele emana, em cada pensamento, palavra e ação. Se conseguirmos agir dessa forma, faremos um mundo melhor. Só podemos ter uma família equilibrada se há harmonia entre os componentes.

Em relação a relacionamentos amorosos, por exemplo, por que uma mulher atrai um homem que faz mal a ela, e mesmo assim, não consegue se desligar?

Ela está atraindo isso. O relacionamento só muda se ela decidir fazer uma limpeza interior, elevando sua auto-estima, se amando e eliminando as carências. Assim, a

alma gêmea aparece ao lado dela. Se a pessoa não está bem, não atrai coisas boas.

Na sua opinião qual das terapias – tradicional ou alternativa – obtém resultados efetivos na mente humana?

Os resultados falam por si só. A humanidade está lançando técnicas mais avançadas em todas as áreas, como a informática e a medicina. Dessa forma as terapias alternativas estão ganhando o seu espaço. Os avanços na área psíquica são bastantes relevantes. É claro que não dá para agradar todo mundo, já que a própria ciência é relativa. Cada profissional faz o trabalho que entender como certo. O que importa é que cada um está tentando ajudar o próximo à sua maneira.

É perigoso fazer regressão com profissionais incompetentes? O que pode acontecer durante a terapia?

Acessar um trauma e se manifestar no corpo físico, por que arquivos no cérebro são remexidos. Através de um mal estar, alergia ou dor. Aí entra o bom profissional, que sabe como administrar estas situações. Se ele não for capaz, não vai saber como tirar a pessoa do problema. Com a continuidade do tratamento, os riscos diminuem.

Em que consiste a sessão de regressão?

Antes de tudo, o cliente precisa se preparar. Ele recebe uma apostila com todas as informações, para que tome conhecimento de tudo o que acontece. A pessoa deve responder um questionário com dados pessoais e treinar técnicas de relaxamento com uma fita K-7 e outra de reprogramação mental de auto-estima. Após esta etapa, o cliente conversa com o terapeuta por mais de uma hora, para que haja um maior entrosamento entre eles e para que possa ser feita uma avaliação. Logo, após será realizado uma sessão de duas horas de duração, destinada a regressão em si, que pode ser focada em vidas passadas, ao útero, infância, entre outras.

E depois, você sugere a continuidade no tratamento?

Sim. Tudo depende do que acontecer. Se a pessoa estiver apenas em busca de auto conhecimento, uma sessão pode ser suficiente, mas é bom que a terapia seja continuada.

É perigoso fazer muitas regressões?

Não. O inconsciente tem um mecanismo de auto defesa. Tem situações que você quer acessar e não consegue. O profissional tem de ter perspicácia para não acessar situações que não devem ser acessadas. Existem coisas que demoram para se tomar conhecimento. No meu caso, fiz uma regressão aos 17 anos e só há cinco anos atrás, quando já estava com 31, é que consegui descobrir. Eu queria acessar uma vida passada na Índia.

A terapia ajuda a resolver conflitos internos?

Com certeza. Quantas atitudes, pensamentos e palavras que você gostaria de mudar e não consegue. Que leu em livros, viu em filmes, assistiu numa palestra, você tem plena consciência que precisa mudar. Você sabe que a calma e a serenidade são os melhores meios de resolver todos os problemas e, mesmo assim, continua nervoso e não muda. Temos a não consciência, a consciência e a vivência dessa consciência. O processo da terapia possibilita resolver isso, para ver a vida de uma forma diferente, sempre acreditando que as mudanças valem a pena. Todo erro é uma grande oportunidade de aprendizado que o universo oferece pra gente.

O que a regressão faz de bom para a pessoa?

Você fica vinculado ao universo por tudo aquilo que usou. Se não usou bem uma energia, isso vai ser cobrado depois numa vida futura. O que a regressão faz para a pessoa se conscientizar é a responsabilidade sobre os atos, atitudes, pensamentos, o que faz no trabalho, com a família e o esposo, por exemplo.

Como se explica pessoas sofrerem mais que outras nessa vida?

Deus não premia nem castiga ninguém. Ele faz as suas leis e entrega aos homens. Nós ficamos sujeitos a elas. Se são encaminhadas negativamente, tem-se que responder por elas depois.

Existe alguma contra-indicação para que um indivíduo faça regressão?

Sim. Pessoas psicóticas não devem se submeter a elas e as que tem problemas mentais sérios também. O psicótico já está mais em lá cima do que aqui. Se a terapia for feita com ele, os resultados não serão satisfatórios.

Como você hipnotiza o cliente que vai passar pela regressão?

Com um relaxamento profundo, é uma alfagenia. O nosso cérebro tem vários estados alterados de consciência. Em beta, estamos acordados e o cérebro pulsa de 13 a 25 ciclos por segundo. Quando relaxamos ele reduz de 9 a 12 ciclos. Isso pode ser medido por eletroencefalograma, é o estado alpha. Relaxando mais ainda, no estado teta, reduz de 4 a 8 ciclos por segundo. De 1 a 3 ciclos por segundo é delta, um sono profundo. Abaixo disso, é morte cerebral.

Em que estágio fica a pessoa na regressão?

Em alpha e teta. No sono por exemplo, atingimos o estágio alpha, só sonhamos nele. É um semi-transe, não ficamos acordados nem dormindo. E como acordar de manhã, no despertar. É possível captar imagens, sensações e emoções e é aí que a pessoa terá um diálogo comigo. Assim, eu conduzo a regressão para uma pessoa voltar ao útero. Sem o processo e os comandos, não é possível.

A REPÓRTER FABÍOLA GÓIS SE SUBMETE A SESSÃO DE REGRESSÃO.

REPÓRTER VOLTA AO PASSADO E REVIVE TRAUMAS E PAIXÕES

Não acredito que alguém continue sendo a mesma pessoa depois de viver uma regressão de memória. No último dia 27, tentei esclarecer o que há por trás de minha vida atual. Um pouco comedida comecei a técnica de relaxamento sugerida pelo terapeuta Paulo Cesar Miranda e, minutos depois, entrei em transe. Deixei-me levar pela sua voz, que me conduzia às mais estranhas sensações de minha vida. Comecei lembrando as tarefas diárias do dia anterior. Depois, passei as lembranças de minha adolescência – hoje estou com 27 anos - e da infância. Cenas marcantes ficaram na minha memória e revivi tudo novamente, como se estivesse voltando no tempo. Até que cheguei ao útero de minha mãe e descobri que o meu nascimento escondia traumas e mágoas que carrego até hoje.

Obedecendo aos comandos do terapeuta, vi-me numa vida passada. Tudo começou a girar, como se estivesse viajando por dentro de um espiral. Eu era Pedro, um navegador, comandante de um navio, eu transportava escravos. A sensação era tão

real que, no momento da minha morte, senti um aperto no peito e um mau estar característico de uma pessoa asmática.

Chorei por alguns minutos durante as três horas em que me submetia à regressão. revivendo o momento diversas vezes, percebi que Pedro guardava uma grande culpa pela morte de mais de 70 pessoas, sob sua responsabilidade no navio. Só assim pude descobrir a origem dos meus problemas respiratórios. Uma mágoa, angústia, que essa minha encarnação vem guardando por vários anos e que, infelizmente, ainda carrego.

Em outra vida fui Isabela, uma camponesa de origem muito humilde. Vi-me casando aos 20 anos, com um senhor feudal que tinha o dobro da minha idade. Estava sofrendo, pois tive de abdicar de um grande amor por um camponês em troca de sobrevivência. A comodidade de Isabela, em não ter lutado para viver essa grande paixão, tem tudo a ver com a minha realidade. Encontrei aí a minha falta de coragem para me desligar de relacionamentos amorosos.

Todos os meus problemas serão resolvidos com a regressão? Não sei. A única certeza é que poderei enfrentá-los com mais serenidade, compreensão e buscando fortalecer ainda mais o meu espírito. Agora, não sou mais a mesma. Conhecendo a origem dos problemas, sei exatamente quais os caminhos que irei traçar de agora em diante. Se a técnica me ajudou a descobrir isso, com certeza também terá o poder de me guiar para que eu consiga viver mais feliz. **Fabíola Góis – Repórter Jornal de Brasília.**