

Se eu lhe disser: " imagine um fruto vermelho", consegue visualizá-lo?

Imagine / veja uma flor amarela.

Imagine / veja um carro azul.

Imagine / veja um cão e um gato.

Imagine / veja uma árvore verde, com muitas folhas e o vento a soprar por entre as folhas.

Esta é a parte da mente com que vamos trabalhar. Esta é a parte da mente que contém as imagens e as memórias. Esta é a parte da mente que fica activa durante a noite quando dormimos, porque esta é a parte onde estão as imagens e os símbolos que usamos nos nossos sonhos. Por isso, essa é a parte da mente com a qual trabalharemos hoje.

Assim, enquanto estivermos em sessão, durante estes momentos que temos aqui, hoje, vamos estar sem problemas e sem preocupações. Tudo isso pode ficar para mais tarde. Todas essas coisas podem ficar para mais tarde. Mas durante o intervalo de tempo em que vamos estar a trabalhar juntos(as) hoje, aqui, não vai haver nada com que se preocupar. Desfrute dessa sensação de relaxamento, sem preocupações. Apreciando a forma como se sente, com cada parte do corpo a começar a relaxar cada vez mais. Conforme cada parte do corpo vai relaxando cada vez mais, todas as tensões do corpo começam a dissolver-se, dissolvem-se e desaparecem. Dissolvem e desaparecem. Deixe-as dissolver e desaparecer. Não precisa delas. Elas não são necessárias. Usufrua da sensação de não ter nada em que pensar. E desfrute da sensação de relaxamento que vai atravessando todo o corpo.

Este é um momento de usufruto. Um intervalo no dia-a-dia ocupado, um bocadinho de tempo só para si, um momento em que apenas relaxa e não tem que pensar em nada. Aproveite e desfrute da experiência, lembrando-se de que quando acordar vai sentir-se maravilhosa(o), como se tivesse acordado depois de um sono deliciosamente regenerador. Um sono agradável. Sentindo-se realmente descansada(o) e revigorada(o). E sempre que repetir este tipo de experiência, será sempre uma experiência muito agradável. Se ainda ouvir alguns sons na sala, ou fora dela, eles são apenas barulhos naturais, em segundo plano. Eles não a(o) vão incomodar, nem distrair de qualquer forma. Se ouvir alguma coisa, esses sons irão desvanecer-se e tornar-se apenas algo muito no fundo, sem importância. Peço agora que imagine uma bela pirâmide, toda ela feita inteiramente de luz branca. Uma pirâmide muito bonita. Magnífica. Ela brilha, é luminosa e cintilante. Coloque-se mentalmente dentro dessa pirâmide branca de luz, de forma a que ela envolva completamente seu corpo, até por cima e por baixo do seu corpo. Completamente envolta(o) por essa bela pirâmide de luz branca. Esta é a sua protecção. A luz branca é uma força muito poderosa, protectora, e continuará em torno do seu corpo durante todo o tempo que estivermos em sessão. Nada a(o) pode incomodar ou prejudicar - nem mentalmente, nem fisicamente. Está protegida(o), segura(o), e sabe que assim é pois também o sente. E é muito, muito bom, sentir-se assim. Peço agora que imagine o lugar mais bonito do mundo. O lugar que considere ser o lugar mais bonito do mundo. Onde não existem preocupações, nem problemas. Pode ser uma floresta, pode ser à beira-mar, pode ser

um Prado. Tudo aquilo que considere ser bonito e pacífico. Consegue imaginar um lugar assim? Fale-me desse lugar.

(Levem-nos a descrevê-lo – paisagem, sons, cheiros, sentidos.)

Não existem preocupações num lugar assim, é pacífico, sem preocupações e sem problemas, apenas paz e tranquilidade. Consegue ver o céu de onde está? (Sim) Olhe para o céu e repare que consegue ver uma grande nuvem fofa, branca. Eu vou pedir para fazer algo que pode parecer um pouco estranho. Vou pedir que flutue até à nuvem e se sente nela. Conte-me qual é a sensação de estar sentada(o) na nuvem, sabendo que ela é forte e que suporta perfeitamente o seu peso, como se fosse uma nuvem mágica. O que é que sente, sentada(o) na nuvem?

Algumas pessoas sentem que é como se a nuvem fosse de algodão ou de penas. Mas cada pessoa tem a sua forma de sentir essa magia. Mas é muito confortável, não é? Deite-se nessa nuvem e deixe-a absorver a totalidade do seu peso, com uma sensação maravilhosa, como se ficasse leve, sem peso algum, fundindo-se e tornando-se um com essa belíssima nuvem. Deitada(o) nessa nuvem, deixando-a absorver o seu peso, como se fosse um edredão quente, confortável, aconchegante e envolvente. Sentindo-se tão bem, tão confortável. Uma sensação tão agradável. Quase como se não tivesse sequer corpo e se tornasse um com esta nuvem bonita, macia, confortável, segura. E essa nuvem vai flutuando pelo ar, consigo dentro. Protegida(o), num espaço macio, confortável e seguro. Livremente, flutuando. Flutuando, livremente. A nuvem flutua, sobre a terra e sobre vales, montanhas e oceano, para todo o lado que quiser. Transportando-a(o). Macia, protectora, confortável e segura. Livremente, flutuando. Flutuando, livremente. Sobre a terra, sobre os vales, protegida(o) e segura(o). E a nuvem é mágica porque, não só a(o) pode levar sobre a terra e sobre os vales, mas pode também levá-la(o) para trás, para trás e voltar no tempo e no espaço. Peço que a nuvem a(o) leve mais para trás no tempo e no espaço para outro tempo, outro lugar onde estão informações que gostaríamos de encontrar para podermos ajudá-la(o) o melhor. A nuvem vai flutuando, levando-a(o) para trás, para trás, para trás no tempo. Até ao momento no tempo e ao lugar mais apropriado onde parar, olhar e examinar. Ao tempo e ao lugar mais apropriado. A nuvem começa a abrandar e para no tempo e lugar mais apropriado.

Agora que a nuvem parou no tempo e lugar mais adequado, ela começa a descer, flutuando para baixo, para baixo, até a superfície. Devagar, como uma folha baloiçando suavemente consoante desce para longe da árvore em direcção à superfície. E agora que a nuvem desce, qual é a primeira coisa que vê lá em baixo? Quais as suas primeiras impressões do que vê, agora que já está perto da superfície. Peço então que saia da nuvem. Está a sair da nuvem? Qual é a primeira coisa que vê? Olhe em redor e veja o que é que se encontra ao seu redor. E o seu corpo? É masculino ou feminino? Jovem ou mais velho? É um corpo saudável? Vê os seus pés? O que é que tem calçado? O que tem vestido? Segura alguma coisa na mão? Agora, vá até ao lugar onde vive e olhe para a entrada. Fale-me desse lugar. Vamos entrar e ver o espaço por dentro dentro. Chegada a hora de comer uma refeição, toda a família está presente à refeição? O que é que está à mesa? Mais pessoas à mesa? Qual o seu "trabalho", "ocupação" ou o que é que faz com a maioria de seu tempo. Pode ver-se a fazê-lo? Deixamos agora essa cena e avançamos para um dia importante nessa

vida. Um dia que considera ser importante em que algo acontece. Avançamos agora para um dia importante. O que está a acontecer? O que é que vê? *(Deixá-los a contar a história, perguntando muita coisa para manter a pessoa em movimento – até três dias diferentes, dias importantes. Quando dizem que não vêem nada, que tudo é escuro, pode significar que morreram e não há nada mais a relatar. Uma vez que é de importância vital para tê-los a atravessar a experiência da morte, avança-se de seguida para a última cena que dessa vida e aí se fazem mais algumas perguntas, dizendo que podem observá-la como enquanto observadores, se quiserem.)*

Avançamos agora até o último dia da sua vida nessa vida que estamos a visitar. O que está a acontecer? O que é que vê? A partir dessa posição pode olhar para trás, para toda essa vida e vê-la de uma perspectiva diferente. Cada vida tem uma lição e um propósito. Como é que vê essa vida? O que aprendeu? O que acha ter sido o propósito dessa vida? *(Depois da morte, podemos levá-los para o lado do Espírito. Por vezes, vão espontaneamente e ele pode ser explorado, se desejarem, mas indo logo ao subconsciente, podemos avançar para a parte da terapia, da cura e as respostas às suas perguntas.)* Agora vamos deixar essa vida/cena, estamos a afastar-nos e a flutuar para longe dessa vida/cena, deixando essa a/o mulher/homem/ser nessa vida, feliz na sua própria viagem, em paz com o seu próprio progresso. Sabendo que essa pessoa / ser irá encontrar a paz, irá encontrar o seu propósito e a sua alegria. Nós aí a deixamos, no seu lugar e tempo, a progredir no seu próprio caminho. Agora, peço que toda a consciência e personalidade da/do_____ regresse ao seu corpo actual, integrando-se plenamente no corpo. Posso falar com o subconsciente da/do_____ por favor? Tenho permissão para falar com o subconsciente? Eu respeito o poder do subconsciente, porque sei que o subconsciente toma tão bem conta da/do_____, do seu corpo e de tudo na sua vida, e que tem um papel fundamental no seu bem-estar. Sei também que o subconsciente tem acesso a todos os registos de tudo o que já aconteceu à/ao_____ nesta vida, e em todas as outras vidas que já viveu. Assim, eu respeito o poder do subconsciente e peço sempre permissão para falar e fazer perguntas. Tenho permissão para fazer perguntas? Eu sei que o subconsciente poderia ter mostrado muitas vidas diferentes para vermos hoje. Porque escolheu apresentar esta(s) vida(s). Porque escolheu essa vida? ...

(Para trazer a pessoa de volta): Peço agora que o subconsciente retorne ao lugar a que pertence com muito amor, apreço e gratidão por todas as informações e pela ajuda que nos deu aqui, hoje. Eu sei que a/o_____ vai realmente apreciar a informação. E eu quero que a entidade/entidades de outra vida/vida com que estivemos a falar durante a sessão, que também elas voltem aos seus lugares no passado, no tempo a que pertencem. Com muito amor e gratidão pelas informações que nos deram. Lembrando-se de que as coisas que visitamos hoje são do passado, pertencem no passado, e vão ficar no passado. Nós visitamo-las apenas para aprender, para obter informações para ajudar e aplicar à vida presente. São informações valiosas e de importância. Mas consoante a/o_____ ouvir a gravação, vai integrar melhor toda a informação e tirar ainda mais proveito de toda a experiência, posicionando cada memória no seu devido lugar, sendo que nenhuma dessas informações a/o irão incomodar de forma alguma, quer seja mental ou fisicamente. Isso é muito importante. Não se vai preocupar nem incomodar-se de qualquer maneira com memória alguma. Agora, peço que a consciência e a

personalidade actual da/do_____ retorne aqui ao momento presente, e que se reintegre plenamente, de volta a este corpo completamente. Agora toda a consciência e a personalidade de_____ mais uma vez, totalmente integrada(o) neste corpo, substituindo todas as outras personalidades que visitamos hoje. E a/o_____ começa agora a voltar para o momento presente, avançando, avançando, avançando pelo tempo e espaço e orientando-se de volta ao tempo e espaço actual. Estamos em_____ e é dia _____ (Data). Está deitada(o) aqui na cama, em (localização) e acaba de ter uma experiência muito interessante. Lembra-se da vida actual, do presente, do está a viver agora, pois essa é a vida mais importante de todas, porque essa é aquela em que a consciência está focada, que tem o ênfase no momento presente. Qualquer informação que possamos ter encontrado desta forma é valiosa, mas não vai incomodar de forma alguma a vida actual, nem mental, nem fisicamente, pois vai saber compreender o contexto e colocar a experiência no seu lugar. Que é muito importante. Ele não vai incomodá-lo de qualquer maneira. Agora, vou contar até dez. E ao fim da contagem de dez, vai estar bem acordada(o), sentindo-se maravilhosamente bem. Como se tivesse acabado de acordar de um bom sono, de um sono agradável. Vai sentir-se verdadeiramente descansada(o) e revigorada(o). Sempre que fizer algo assim, será uma experiência agradável. Agora, siga-me enquanto conto até dez, e no fim dessa contagem estará já bem acordada(o), sentindo-se maravilhosa em todos os aspectos.

1, 2 Começa a respirar um pouco mais rápido, o sangue começa a circular um pouco mais rápido, porque começa a acordar agora.

3, 4 Está consciente do corpo físico, muito ciente do seu corpo físico. Pode mexer os seus braços e pernas e deixar que o movimento regresse aos músculos. O sangue circula mais rapidamente. Recuperando todo o movimento novamente, muito ciente do seu físico corpo, em que está focado agora, porque começa a despertar agora.

5, 6, Está consciente dos sons na sala e dos sons fora da sala. Muito consciente do sítio em que se encontra. De volta aqui, a este tempo e a este lugar, começando a acordar agora.

7, 8, Começa a acordar muito bem agora, muito bem.

9, 10 Bem desperta(o), bem acordada(o), sentindo-se maravilhosamente bem.

—

Para inserir a palavra-chave:

A palavra-chave é inserida antes que o cliente saia do transe. Nesse momento eles ainda estarão num estado altamente sugestível. Permitam que o cliente escolha a palavra (ou, de preferência, duas palavras), em vez de dar uma palavra sugerida pelo praticante.

Gostaria de fazer isso novamente? (Sim). Então dê-me uma palavra, ou duas palavras, que eu possa dizer-lhe, de forma a que possa tornar-se mais fácil o processo de entrar neste estado maravilhoso e tranquilo de relaxamento? As palavras podem ser qualquer coisa que escolher. Se o cliente não conseguir pensar em quaisquer palavras, podem então sugerir duas, como: rosa azul.

Essas são as palavras que quer eu use? (Sim). Então, com a sua permissão e somente com o seu consentimento, cada vez que eu disser as palavras "Rosa azul", você irá imediatamente para este bonito e tranquilo estado de relaxamento, indo até mesmo mais profundo do que aquele em que se encontra agora. Assim faremos uma nova viagem para encontrar as respostas para tantas coisas. Nada jamais será feito sem a sua permissão. Estará sempre sob controle de si próprio. E eu serei apenas um guia que irá levá-lo através dessas muitas coisas.

(Repetir as palavras várias vezes.)

Da próxima vez que trabalhar com o cliente, depois de estar deitado e pronto para começar, é só dizer: "Está disposto a fazer uma nova viagem?" (Sim) Então, com a sua permissão, e somente com sua permissão, vou dizer as palavras que me deu para ajudá-lo(a) a entrar num belo e pacífico estado de relaxamento. "Rosa azul". (Repetir as palavras várias vezes e verificar no corpo os sinais para ver quando atingem o estado apropriado.) Lembrem-se, as palavras são como que mágicas.