

TECNICAS DE RECUPERACIÓN DE LA MEMORIA ANTIGUA

Se usa para la recuperación de los recuerdos felices y la actualización del niño interno

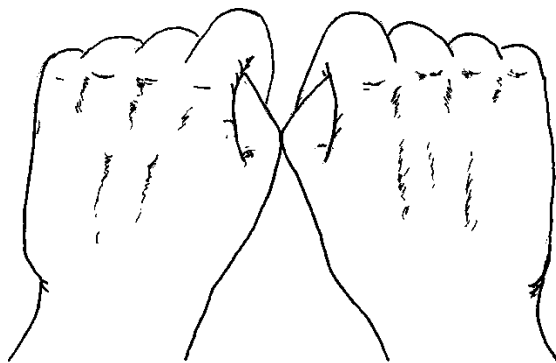
Es una información almacenada en la 2º articulación de los dedos pulgares, este banco de memoria guarda en forma de imágenes agradables las vivencias de la niñez y la adolescencia que sirvieron de plataforma a la supervivencia a la persona.

Al acceder a esta memoria feliz, se van eliminando las resistencias a los recuerdos dolorosos y a medida que el ser se nutre de sensaciones agradables hay una mejor respuesta ante el stress.

Esta sencilla técnica consiste en el frotado suave de las articulaciones, una con la otra, con los ojos cerrados, al cabo de algunos segundos o minutos, se comienzan a revivir las imágenes como fotos o películas de los lugares donde pasamos momentos agradables.

Ellos pueden ser, desde el mismo nacimiento hasta casi el momento actual según los años de vida.

Útil para casos de amnesia, depresión, intentos de suicidio, etc.



Creadora: Teresa Gonçalves