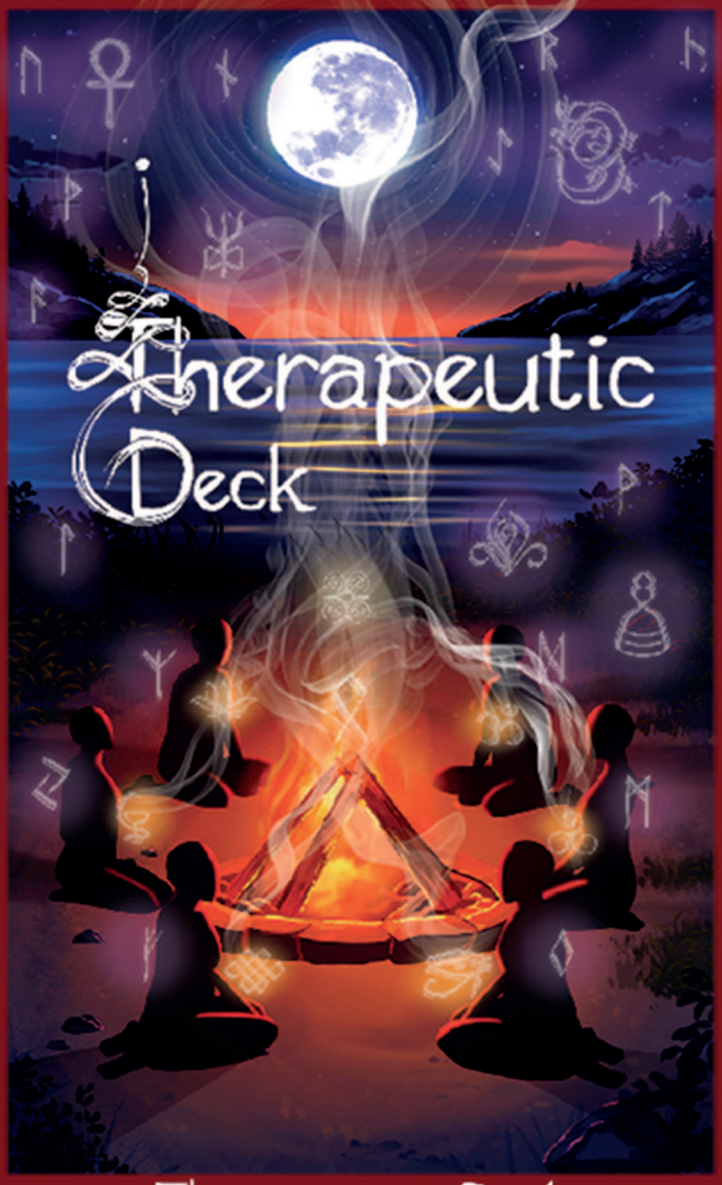


Therapeutic Deck

Manual Terapêutico para Profissionais e Alquimistas de Si

Guia Prático de Aplicação Terapêutica

Aline Fauvel • Elaine Poldermans

A. Fauvel • E. Poldermans

Therapeutic Deck

Manual Terapêutico para Profissionais e Alquimistas de Si

Guia Prático de Aplicação Terapêutica



Copyright © 2025 by A. Fauvel, E. Poldermans

Ilustração da Capa:
Isabel Febronio

Projeto Gráfico:
Cris Spezzaferro

Ilustrações internas:
Isabel Febrônio
Karina Beraldo
Kevin Poldermans
Mike (Zairos) Pifano
Rafael Antunes

Revisão:
Mariana Rocha

Todos os direitos reservados: proibida a reprodução total ou parcial, por qualquer meio ou processo eletrônico, especialmente por sistemas gráficos. A violação dos Direitos do Autor é crime, mediante a Lei dos Direitos Autorais 9.610/98.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Fauvel, A.
Therapeutic deck : manual terapêutico para profissionais e alquimistas de si : guia prático de aplicação terapêutica / A. Fauvel, E. Poldermans. -- 1. ed. -- São Carlos, SP : Ed. das Autoras, 2025.

ISBN 978-65-01-52290-6

1. Baralho - Uso terapêutico 2. Cartas - Uso terapêutico 3. Emoções - Aspectos psicológicos 4. Psicanálise 5. Terapêutica I. Poldermans, E. II. Título.

25-278380 CDD-150.195

Índices para catálogo sistemático:

1. Psicanálise 150.195

Eliane de Freitas Leite - Bibliotecária - CRB 8/8415



Você já sentiu que, em meio às sessões, faltava uma ferramenta que realmente conecta o paciente ao seu mundo interno de forma profunda e significativa? O *Therapeutic Deck* surge exatamente para preencher essa lacuna, oferecendo um caminho inovador para explorar o inconsciente através de imagens simbólicas e perguntas cuidadosamente elaboradas.

Isto porque existe um território ainda intocado dentro de você, é um espaço que faz fronteira entre o visível e invisível, o sabido e o não sabido; É o seu mundo interno e os mistérios de tudo o que te habita. Sim, você tem um mundo dentro de você! E ele é feito de imagens, sensações, emoções, pensamentos e possibilidades.

O *Therapeutic Deck* é um convite para entrar nesse mundo, cruzar essa fronteira invisível e adentrar os mistérios do seu mundo interno.

Cada carta é uma chave simbólica, um espelho delicado que reflete camadas escondidas, caminhos esquecidos, forças

adormecidas. Há um mapa secreto desenhado no silêncio da sua alma!

Mas como acessar esse espaço tão sagrado?

O *Therapeutic Deck* é o sopro que desperta esse caminho oculto. Cada carta é um convite para tocar o invisível em você — para sentir, revelar e transformar. Mais que cartas, são portais de escuta profunda.

Para terapeutas, é uma ferramenta potente de conexão — com o paciente e com os temas que surgem na clínica.

Para quem trilha o próprio processo de cura e expansão, é um espelho simbólico, cheio de possibilidades.

Não é só a imagem em si. É o que ela abre dentro da gente. Trata-se de se permitir ser tocado por elas, de se abrir àquilo que ainda pulsa no invisível do seu ser. É um chamado: para quem sente que é tempo de se escutar mais profundamente, de se enxergar além do que já sabe sobre si. Deixa-se atravessar. Permita-se transformar.

Essa experiência, é para se auto experienciar, não se trata de saber, mas de sentir. De colher o que brota na alma quando se ousa olhar para dentro. De abrir a porta secreta que sempre esteve à espera.

Deck Therapeutic: Cartas que sussurram o invisível, o seu invisível!

Com gratidão e entusiasmo lhe desejamos uma navegação alquímica transformadora!

Aline Fauvel e Elaine Poldermans

Sumário

INTRODUÇÃO 11
INSTRUÇÕES & SUGESTÕES DE USO 17
AS CARTAS & os PORTAiS DE PERCEPÇÃO E CONSCIÊNCIA ... 34
1° Portal - O Plano do Fundamento 36
ANCESTRALIDADE *37*
COLETIVIDADE *40*
COMPARTILHANDO NARRATIVAS *48*
DEPENDÊNCIA IMPOSTA *52*
DESEJO *55*
GANÂNCIA *59*
HESITAÇÃO X CONFIANÇA *62*
ILUSÃO *64*
IMPOTÊNCIA *67*
LEALDADE DE MANIPULAÇÃO *70*
LEALDADE DE VIOLÊNCIA *72*
MEDO *74*
PERCEPÇÃO LIMITADA *78*
PRESUNÇÃO *81*
PROTEÇÃO X SUFOCAMENTO *84*
RAIVA *87*
RESSENTIMENTO *90*
SEXUALIDADE, SENSUALIDADE & SEDUÇÃO *92*
SOBREVIVÊNCIA *97*
TERRA (elemento) *99*
TRANSITORIEDADE *101*
VERGONHA *105*
2° - PortalO Plano da Ondulação 108
ABERTURA X APRISIONAMENTO *109*
ÁGUA (elemento) *114*
ALEGRIA *116*
APEGO *121*
COMPAIXÃO *124*
CRIATIVIDADE *128*
DESVALORIZAÇÃO *132*

FANTASIA *135*
FERTILIDADE *138*
INVEJA *142*
PASSA TEMPO *146*
PRODUÇÃO CRIATIVA *150*
PURIFICAÇÃO *153*
3° Portal - O Plano do Sol Interno 158
ALTRUÍSMO *159*
DESENCONTRO *163*
FOGO (elemento) *166*
GENEROSIDADE *169*
INFLUÊNCIAS QUE ME CONECTAM COMIGO MESMA *173*
INFLUÊNCIAS QUE ME DESCONECTAM DE MIM MESMA *178*
KARMA X DHARMA *182*
LEGADO & FERRAMENTAS *184*
PODER PESSOAL *187*
REPRESENTAÇÃO *192*
TRISTEZA *197*
4° Portal - O Plano da Expansão 202
ALINHAMENTO DE SI *203*
AR (elemento) *205*
CONEXÃO *208*
CONTATO COM O OUTRO - ALINHAMENTO *210*
CONTATO COM O OUTRO - DESALINHAMENTO *215*
CURA *219*
DESALINHAMENTO DE SI *225*
ESPERANÇA *228*
HONRA & FORÇA *230*
INTENÇÃO *232*
PERCEPÇÃO CONSCIENTE DO CORPO *236*
RETIRANDO AS MÁSCARAS & TRABALHANDO AS SOMBRAS *239*
5° Portal - O Plano da Expressão 242
AUTENTICIDADE *243*
CICLICIDADE *245*
DESCONEXÃO COM A REALIDADE *247*
ENERGIA VITAL *249*
EPIFÂNIA *251*
ÉTER - QUINTESSÊNCIA (elemento) *254*

EXPURGO *257*
FLUXO *259*
IGNORÂNCIA *262*
SABEDORIA *266*
6° Portal - O Plano da Visão Interior 270
AUTOSSUPERAÇÃO *271*
DISCERNIMENTO *274*
LUA *276*
PERCEPÇÕES EXTRASSENSORIAIS *279*
SOL *281*
VIOLÊNCIA *283*
7° Portal - O Plano da Transcendência 286
ACOMODAÇÃO *287*
DÚVIDA *290*
NEGATIVIDADE *292*
8° Portal - O Plano Superior 296
A GRANDE OBRA ALQUÍMICA: Do Ego ao Eu *297*
ALÉM DO VÉU *298*
BLOQUEIO *300*
CONFLITO BIOLÓGICO *302*
CONSCIÊNCIA CÓSMICA *305*
PERDÃO *307*
PRINCÍPIO FEMININO *309*
O SER UNO - INDIVISÍVEL *311*
PRINCÍPIO MASCULINO *321*
TRANSMUTAÇÃO *323*
9° Portal - O Plano Metafísico 326
MENTALISMO *327*
CORRESPONDÊNCIA *328*
VIBRAÇÃO *329*
POLARIDADE *330*
RITMO *332*
CAUSA & EFEITO *333*
GÊNERO *334*
10° Portal - O Plano Imaginativo 338
A BARQUEIRA DAS BRUMAS *339*
A CABANA DE FOGO *340*
A MENINA QUE COLETAVA PEDRAS *341*

A MULHER DO SOL POENTE.....345
AS FACES DA IRMANDADE.....346
JAPUÍ.....348
LILA, LUZ & NOX.....350
MAPULU & SUMENDI.....353
O CONTAR DO TEMPO.....356
O JARDIM DAS ESCOLHAS.....358
OS NICHOS DAS ALMAS.....360
OLHOS DE CORÇA.....362
UM LUGAR AO SOL.....364
Anexo I.....367
Sobre as Autoras & Equipe de Colaboradores do Projeto.....372

INTRODUÇÃO

Falar com a mente objetiva e racional não é o mesmo que falar com a mente imagética, intuitiva, e abstrata, por isso, entendemos que a linguagem que trazemos aqui pode ser bem inovadora e um meio de acessar seu mundo interno.

A psique se comunica por imagens. Antes das palavras, antes da lógica linear, há símbolos, metáforas e vislumbres que emergem das profundezas do inconsciente. A imaginação, a abstração e a sublimação são os caminhos que a mente encontra para transformar experiências em sentido, emoções em compreensão, dores em cura.

A imaginação não é mera fantasia, mas uma faculdade essencial do psiquismo, nos permitindo criar, simbolizar e acessar dimensões mais sutis da existência. Ela dá forma ao indizível, possibilitando que percebamos nossos dilemas internos como paisagens, personagens, arquétipos e histórias. Os símbolos indicam que o psiquismo é o mestre da decodificação.

É dessa inteligência que estamos falando aqui para transformar chumbo em ouro, na Alquimia psíquica.

A chave psíquica para esse desvendar está dentro de nós, na mente, como um aparelho psíquico para realizar este processo. Porém, se faz necessário uma jornada terapêutica profunda do indivíduo para que deste emerja o Eu livre do personalismo e das atuações da mente automática.

Através dela, construímos pontes entre o consciente e o inconsciente, integrando o que antes estava fragmentado.

A abstração, por sua vez, nos ajuda a nos afastarmos do imediato, do concreto, do que é apenas dado, para acessar um nível mais profundo de reflexão e interpretação. É pelo pensamento simbólico que conseguimos captar os múltiplos significados de uma experiência e enxergar além do óbvio e o para além das aparências, pois nos permite ver na tempestade um rito de passagem, na sombra um convite à transformação e na luz um chamado para a expansão.

A sublimação é a arte de transformar nossas pulsões mais cruas e rudimentares em expressão criativa, espiritual e cósmica e, assim, é expressão criativa do ser, que passa a utilizar a energia psíquica de uma forma mais disponível e fluída para se expressar livremente, sem os bloqueios que a mente automática indisponibiliza por estar funcionando em níveis de consciência e estados de humores e padrões mentais de reatividade, fragmentado e em busca de dar respostas mais adaptativas do que criativas, ou seja, com o indivíduo funcionando em seu dia a dia, num turbilhão emocional, comportamental e, desse modo, totalmente atuado por seu psiquismo e sem conseguir gerenciá-lo de forma a discernir seus pontos subjetivos e a vida relativa e objetiva.

É um mecanismo de lapidação psíquica, no qual as dores e os desafios da vida são transmutados em arte, conhecimento, serviço e crescimento. A energia que poderia se tornar conflito ou estagnação é redirecionada para caminhos de beleza e evolução.

O *Therapeutic Deck* nasce dessa compreensão e em uma dessas expressões de criatividade e inspiração. Cada carta é um portal para o mundo interno, um convite para o diálogo com a alma, com a carta contando de você para você. Aqui, a imaginação se torna um veículo de autoconhecimento, a abstração abre espaço para novas leituras da própria jornada, e a sublimação possibilita a transformação das experiências em sabedoria.

Ao permitir-se mergulhar nas imagens e mensagens do *Therapeutic Deck*, você se abre para uma linguagem inspirativa e mais profunda do que as palavras – uma linguagem que fala diretamente ao coração e ao espírito. Que cada carta lhe revele um pedaço do seu próprio mistério e que, através delas, você possa acessar os caminhos mais íntimos da sua psique.

A alma fala por imagens. Escute-a.

O *Therapeutic Deck* está disponível tanto físico, quanto no formato digital, inserido na plataforma www.therapeuticdeck.com. Além disso, é composto por dez categorias/portais de percepção e consciência que tratam de questões, desafios e conflitos humanos, a saber:

1° Portal - o plano do fundamento possui vinte e duas ilustrações relacionadas aos estados de percepções e consciência mais denso e egóicos e voltados a questões de sobrevivência e bases da formação de personalidade;

2° Portal - o plano da ondulação conta com treze desenhos referentes aos estados de percepções e consciência, com ênfase em aspectos emocionais;

3° Portal - o plano do sol interno dispõe de onze imagens relativas aos estados de percepções e consciência acerca de como colocamos ação no mundo e poder pessoal;

4° Portal - o plano da expansão detém doze gravuras pertinentes aos estados de percepções e consciência ao amor, tolerância e gratidão;

5° Portal - o plano da expressão apresenta dez cenas associadas aos estados de percepções e consciência relativas a autoexpressão e autorresponsabilização;

6° Portal - o plano da visão interior contém seis ilustrações correlacionadas aos estados de percepções e consciência concernentes à autoaceitação e autoconsciência;

7° Portal - o plano da transcendência possui três ilustrações análogas aos estados de percepções e consciência, com potencial de facilitar a regressão de aspectos desafiadores já utilizados;

8° Portal - o plano superior de percepção e consciência superior conta com dez imagens e trata de questões de ordem sutil e espiritual;

9° Portal - o plano metafísico contém sete ilustrações herméticas referente às sete leis herméticas descritas no livro*: O caibalion.*

10° Portal - o plano imaginativo aglutina as quinze ilustrações relativas aos treze contos apresentados no livro *Alquimizando o Psiquismo:* Intervenções na Dinâmica Psico-Energética do Psiquismo.

Cada carta terapêutica atua como chave simbólica para um processo de transmutação. Elaboramos uma série de indagações a serem utilizadas como guias, como facilitadores de reflexões e tomada de consciência. Cada indagação é como uma chama acesa no escuro, guiando passos para dentro de si mesmo, onde os símbolos antigos e ancestrais se tornam espelhos vivos da alma. Pois estes, já nos habitam e as cartas com imagens e símbolos irão se mostrar, para nos lembrar e contar sobre o nosso mundo interno.

Elas irão se desdobrar em nossa frente, aos olhos vivos, pulsando no presente de quem ousar olhar para dentro de si mesmo. As cartas, são a embarcação que atravessam as águas do invisível e conduzem à margem de uma nova consciência. Em cada carta há um chamado, enunciado em uma pergunta, uma passagem secreta para transformar: silêncio em voz, fumaça em ponte entre mundos, sombras em presença e dor em sabedoria.

Tais questões estão disponíveis no Therapeutic Deck: manual terapêutico para profissionais e alquimistas de si - guia prático de aplicação terapêutica, que inaugura uma trilogia. O segundo livro da trilogia de cura, a próxima estação desta jornada metodológica inspirativa. O Therapeutic Deck é mais que um baralho terapêutico, é uma jornada de autoconhecimento e transformação.



Tal “Trilogia de cura” é fundamentada pelo esteio teórico-metodológico inspiracional apresentado neste livro Alquimizando o psiquismo e pelo uso prático-terapêutico do baralho Therapeutic Deck e seu manual, e do portal digital www.therapeuticdeck.com onde encontram-se outros decks que possibilitam a alquimização

interna para desbastar (traumas, conflitos, vícios, excessos e correntes que bloqueiam e turvam o distinguir e discernir os passos para o próximo degrau de percepção e consciência) camadas psíquicas de outras temáticas da experiência humana.

O significado dos símbolos pode ser pesquisado em dicionário de símbolos, como os elaborados por Chevalier & Gheerbrant, O'Connell, Ronnberg & Martin - Taschen, Mircea & Couliano, Lexikon, dentre outros. O *Therapeutic Deck* é mais do que um baralho, é uma jornada de autoconhecimento e transformação.

Ao acessar o site *Therapeutic Deck*[1], você encontrará todas as informações necessárias para embarcar nessa aventura interior. O material está disponível nos formatos digital e físico, e as cartas são um convite para explorar os recantos mais profundos da sua psique, promovendo cura, crescimento e transcendência. Não perca a oportunidade de se conectar com a linguagem da sua alma e descobrir os tesouros que residem dentro de você.



1 https://www.therapeuticdeck.com/

INSTRUÇÕES & SUGESTÕES DE USO

Explorando o mundo interno através das Cartas Terapêuticas.

Esta metodologia foi criada para transformar as cartas terapêuticas em um instrumento de exploração profunda do mundo interno, utilizando imagens e cenas simbólicas para acessar e ressignificar conteúdos psíquicos. A proposta é um processo dinâmico e interativo, que mescla imaginação ativa, projeção simbólica e técnicas de integração para expandir a percepção do paciente sobre si mesmo, de modo que isso possa ser instrumento terapêutico para a promoção de retificação subjetiva no paciente e, assim, se alquimizar material psíquico.

A partir deste momento, você tem em mãos uma poderosa ferramenta terapêutica e de autoconhecimento. Cada uma destas 110 ilustrações, foram idealizadas e construídas a 12 mãos, duas psicólogas e quatro artistas criteriosamente escolhidos para materializarem este projeto.

Cada ilustração é um universo inteiro em si mesmo e traz consigo, para além dos elementos simbólicos especificamente

selecionados para ampliar o espectro e a profundidade de cada conceito, aspecto da existência humana e estado de percepção e consciência, a fim de promover um espaço de profunda análise sobre este, uma história, uma bela trajetória de crescimento e desenvolvimento individual e coletivo de todos envolvidos no processo de produção e concepção.

Nosso intuito é que cada pessoa que utilizá-lo possa sentir, compreender e construir sua própria jornada de autoconhecimento e desenvolvimento pessoal a partir da energia emanada por este deck.

Existem inúmeras formas de se conduzir uma sessão com cartas associativas e metafóricas. Como sugestão de intervenção terapêutica, propomos duas estruturas de trabalho, que deverão ser adequadas de acordo com o objetivo terapêutico e perfil do paciente.

Observe que as cartas-imagens estão distribuídas por cores de verso distintos e você pode optar por trabalhar com todas elas em conjunto ou por plano de consciência e percepção, a saber: **1° portal -** verso de cor: vermelha; **2° portal** - verso de cor: laranja; **3° portal** verso de cor: amarela; **4° portal -** verso de cor: verde; **5° portal** - verso de cor: azul; **6° portal** - verso de cor: anil; **7° portal** - verso de cor: lilás; **8° portal** - verso de cor: cinza; **9° portal** - verso de cor: oliva, e o **10° portal** - verso de cor: magenta.

Independentemente do formato de trabalho que optar adotar, leve sempre em consideração[2]os símbolos que saltaram aos olhos e que foram impactantes do ponto de vista do paciente. Outro detalhe importante se refere à forma de condu-

2 Para psicólogos clínicos com knowhow em avaliação psicológica, principalmente com testes projetivos, parâmetros como o tempo de reação do paciente frente ao estímulo imagético; os detalhes da imagem; a formação de uma tendência de padrão cromático no set das cenas/ilustrações escolhidas e sua permanência ao longo das sessões, bem como se há uma padronização nos títulos, das cartas, nomeadas pelo paciente, assim como a postura dos personagens nas cenas, podem fornecer dados adicionais preciosos, com o potencial de serem amplificadores simbólicos.

ção das perguntas, que pode ser diretamente ou indiretamente dirigida ao paciente. Ou seja, o paciente é conduzido a falar sobre si e sua própria experiência, ou sobre sua percepção em relação à vivência e experiência da personagem, elemento ou símbolo da ilustração. A despeito do formato de condução, o conteúdo emergido é do paciente.

No caso de optar por trabalhar uma cena/carta específica com o paciente, antes da realização da sessão, o terapeuta deverá buscar, no dicionário de símbolos, o significado de cada símbolo existente na ilustração da carta terapêutica, a fim de ampliar o seu conhecimento a este respeito e, por meio deste, estar apto a criar uma série de perguntas que auxiliem o aprofundamento simbólico e reflexivo do paciente.

Relativo ao inquérito frente às imagens, recomendamos que você, terapeuta/psicólogo, crie o seu próprio roteiro de perguntas, considerando os aspectos e os elementos que gostaria de ressaltar durante as sessões. Para tanto, sugerimos o seguinte roteiro de lógica de trabalho:

- perguntas iniciais de conexão com a imagem;
- perguntas para explorar o conceito da carta;
- perguntas para explorar emoções e padrões emocionais, relacionais consigo e com os outros; perguntas para refletir sobre os padrões atuais;
- perguntas para um mergulho profundo no inconsciente;
- perguntas para explorar possibilidades de resolução da questão/tema da sessão, e
- perguntas para propiciar integração e transformação.

Lapidar a arte de fazer perguntas é essencial para o trabalho com as cartas simbólicas, projetivas, associativas e metafóricas. As questões elaboradas podem e devem explorar a ilustração de

forma global e específicas. O terapeuta naturalmente poderá propor questões de aprofundamento por meio da amarração do significado simbólico de determinado elemento da imagem sobre a temática de trabalho daquela sessão. Em outras palavras, o terapeuta deverá tomar a queixa/conflito/desafio do paciente como base para elaboração das perguntas de aprofundamento e associando-as às referências simbólicas existentes na imagem.

Por exemplo, na gravura apresentada ao paciente, há a ampulheta, e o terapeuta deve se perguntar qual o significado simbólico deste elemento? Qual a correlação deste elemento com a queixa do paciente? Como este símbolo pode dar uma dimensão de compreensão mais profunda dos mecanismos de ação desta queixa? Que questões seriam facilitadoras para a compreensão desta queixa sob uma perspectiva diferente?

Sugerimos que o fio condutor norteador da arte de fazer perguntas no trabalho com imagem seja o de trabalhar, em primeira camada, os aspectos literais da ilustração, seguido das associações e projeções do paciente, aprofundando os aspectos metafóricos e alegóricos da gravura e, posteriormente, o nível simbólico, místico e metafísico da figura, garantindo, dessa forma, o desvelar dos quatro níveis de profundidade e complexidade que as representações imagéticas podem oferecer.

Todas essas perguntas são base da metodologia e inspirações para você, terapeuta, se organizar para entender a base do conteúdo que a carta contempla. Logo, é muito válido que haja um estudo profundo de cada carta por você, antecipadamente, aos atendimentos, de modo que você construa um cálculo clínico do manejo que pode realizar a partir de cada carta, pois elas são planos de consciência, ou seja, são temáticas que estão organizadas e compiladas em um sistema de entendimento do processo de individuação, do processo inicial da personalidade, até que se consolide certa maturidade emocional, relacional e, também, espiritual. Pois, com estas cartas,

tem-se a possibilidade de transcender do ego (personalidade) e trabalhar a transcendência do ser.

Por isso, todas essas perguntas são inspiracionais para você, terapeuta, se alicercar e deixar fluir essas e tantas outras, que te cheguem para manejar e auxiliar seu paciente-cliente no processo de caminhar para si mesmo. Com as questões sugeridas, você tem a possibilidade de vasculhar o mundo interno do outro com todo o respeito e discernimento que a metodologia se propõe por ser inspiracional, uma vez que são perguntas e exercícios reflexivos que fomentam o material e conteúdo interno do psiquismo.

Logo, a proposta que está lá no livro: *Alquimizando o psiquismo de escrita terapêutica*[3], dentro do *Laboratório de Expressão de si,* é tão alquimizante.

Ou seja, todo o material que emergir pode ser escrito no caderno do Eu, de forma que fique registrado todo o processo que está sendo percorrido, de modo que, ao olhar para esse caderno, a pessoa vá perceber seu próprio percurso terapêutico, e isso vai lhe dando uma forma de mensurar e ver seu próprio progresso, inclusive em poder ler depois como foi que tudo começou, como eram as dinâmicas emocionais no início e como estão se transmutando. A pessoa tem, assim, um olhar através do qual pode, por si, se ver em transformação. No livro[4], você encontrará as bases para ajudar a pessoa com essa escrita que poderá levar para a vida.

Diferenciais e Potenciais do Therapeutic Deck

Exploração profunda: permite acessar camadas do psiquismo de forma espontânea e simbólica. Proporciona uma

3 Disponível na Amazon em versão física e e-book.
4 Idem.

vivência ativa: o paciente não apenas interpreta a imagem, mas entra nela, sentindo no corpo e na emoção.

Alquimização e desconstrução de padrões: ao modificar mentalmente a cena, o paciente aprende a flexibilizar narrativas psíquicas. Contar-se e criar, isso libera sua criatividade espontaneamente. Integração transformadora: ritualiza e concretiza a experiência, tornando-a um catalisador para mudanças na vida real.

O terapeuta pode aplicar suas próprias inspirações aqui e ser também um agente ativo de seu próprio processo imaginativo, sendo criativo ao manejar o mundo interno do paciente.

Possíveis contextos de aplicação



- Terapia individual de forma presencial ou on-line (adolescentes, jovens, adultos e idosos)
- Terapia de casais ou grupos
- Práticas de autoconhecimento
- Práticas de meditação e visualização ativa
- Processos de *coaching* criativo
- Oficinas para mulheres e jornadas de autodescoberta

Pode ser utilizado em rodas temáticas e com grupo de alunos.

Esta abordagem transforma as cartas em portais para o psiquismo, permitindo um mergulho imersivo, expressivo e transformador no mundo interno do paciente.

Tecendo Uma História

Solicite a seu paciente que ele selecione um determinado número de cartas que representem a queixa, temática ou situação a ser trabalhada naquela sessão. Considerando o manejo do tempo da sessão, sugerimos o número de três gravuras para pacientes que tendem a ser verborrágicos, e seis imagens para pacientes que possuem uma dificuldade de se articular verbalmente, fornecendo a estes uma maior gama de estímulos visuais.

Antes de iniciar o trabalho de imersão nas imagens, atenta-se ao fato de que o objetivo do trabalho não é realizar uma descrição dos elementos da imagem com a qual ele irá interagir, mas, sim, observar e considerar o seu próprio sentir frente ao estímulo, permitindo-se imaginar e ser levado pelos pensamentos, lembranças e memórias que podem emergir deste contato. Que ele se permita falar sobre isso e fazer associações livremente.

Uma vez que o paciente foi orientado e que as imagens foram selecionadas, reserve as demais fora do campo de visão dele e solicite que relate o que sente ao observar a imagem escolhida: o que foi suscitado, o que a imagem desperta nele e para onde é remetido ao contemplá-la, de forma que explique por que escolheu aquela carta.

Nesse momento, o terapeuta precisa estar atento e com uma escuta ativa, para captar atos falhos, palavras com conteúdos ambíguos ou dúbios. Para isso, é interessante ter lido o livro *Alquimizando o Psiquismo*, que acompanha o encarte, a fim de compreender o lugar do terapeuta, bem como a relação entre significante e significado.

É também de fundamental importância que o terapeuta conheça bem o *deck* com o qual decidiu trabalhar, principalmente no que tange aos simbolos nele contido, bem como nas temáticas as quais foram construídas. Realize uma escuta atenta e registre as informações relevantes. Solicite ao paciente que dê um título à carta analisada. A partir do conteúdo interno trazido, formule perguntas específicas sobre o material psíquico coletado.

Perguntas adicionais, como as elencadas a seguir, podem ser úteis para fazer emergir material relevante ao trabalho terapêutico. Elas podem ser utilizadas para todas as cartas e adaptadas conforme a necessidade do paciente e o contexto da sessão:

- O que você vê nesta imagem? Descreva com suas próprias palavras.
- Que sentimentos ou sensações surgem em você ao observar esta imagem?
- Se você pudesse entrar nesta cena, onde estaria? O que estaria fazendo?
- Há algo nesta imagem que chama sua atenção de forma especial? O que é e por quê?
- O que esta imagem tem a ver com você?
- Se esta imagem fosse um espelho da sua vida atual, o que ela estaria refletindo?
- Que memórias ou experiências passadas esta imagem traz à tona?
- Qual a relação desta imagem com o seu momento presente?
- Para quais situações de sua vida esta imagem lhe remete?
- Se você pudesse dar um título a esta imagem, qual seria? Por quê?

- Há algum personagem, objeto ou elemento na imagem com o qual você se identifica? Por quê?
- Quais os aspectos/elementos atrativos nesta imagem?
- Qual destes aspectos/elementos lhe traz maior fascinação?
- Quais os aspectos/elementos aversivos nesta imagem?
- Qual destes aspectos/elementos lhe traz maior incômodo?
- Se esta imagem fosse um sonho, o que você acha que ele estaria tentando lhe dizer?
- Se você pudesse conversar com alguém ou algo nessa imagem, o que perguntaria? O que acha que responderia?
- O que esta imagem revela sobre seus medos, desejos ou conflitos internos?
- Se esta imagem fosse uma mensagem do seu inconsciente, o que ela estaria tentando comunicar?
- Há algo nesta imagem que você sente que está oculto ou que não consegue entender completamente? O que pode ser?
- O que você gostaria de mudar ou transformar nesta imagem? Por quê?
- Se esta imagem representasse um desafio, como você poderia enfrentá-lo?
- O que esta imagem pode estar lhe ensinando sobre você mesmo ou sobre sua vida?
- Se você pudesse levar uma lição ou insight desta imagem para o seu dia a dia, qual seria?

Repita a mesma operação com todas as imagens, isoladamente. Após concluir este processo, solicite que o paciente conte uma história com todas as imagens por ele selecionadas.

Após a contação, peça ao paciente que nomeie essa "história". Posteriormente, reconte ao paciente a história por ele criada e questione-o:

- *Com base nesta história, que interpretações você faz acerca da queixa, temática ou situação a ser trabalhada nesta sessão?*
- *Com base no conteúdo trazido, onde você identifica o problema, mal-estar, conflito, desafio, desconforto ou perturbação presente na narrativa?*
- *O que seria necessário para que esse problema, mal-estar ou conflito fosse resolvido?*
- *Que habilidades, competências ou conhecimentos precisam ser lapidados e/ou adquiridos para que a questão seja solucionada ou a necessidade, suprida?*
- *Qual é a solução, resolução ou saída dessa história?*
- *Existe a possibilidade de contar essa mesma história por outra perspectiva — a partir de um outro lugar subjetivo?*

Para fechar a sessão de trabalho, pergunte ao paciente como ele se sente após explorar as imagens e o que mudou em sua percepção. Durante todo este processo, registre o material psíquico relevante e faça uso dele nas sessões seguintes, até que este conteúdo seja esgotado e dê lugar às suas derivações. Fique atento ao conflito, desafio ou mal-estar; aos padrões de repetição; às dinâmicas; à relação e aos posicionamentos das personagens em relação ao conflito apresentado. Questione-se: que tipo de conflito é este? Biográfico? Comportamental? Sistêmico? Observe também se há uma solução, resolução ou saída no fim da história e qual o grau de autonomia do paciente nesse contexto.

Lembre-se: o paciente está representado nessa história. Na verdade, ele é todos os personagens e elementos ali presen-

tes. Tenha sempre em mente que, mesmo que outras pessoas estejam representadas, elas são projeções do paciente em relação a essas figuras. Dê atenção especial aos personagens que remetem a sentimentos de desconforto e peça que o paciente explore esse conteúdo, de forma que possa buscar em si características análogas e/ou contrárias, revelando seus próprios padrões mentais e relacionais.

Ao terapeuta, cabe ajudar o paciente a construir entendimento sobre seus padrões mentais, de modo que ele vá entrando em contato com seu mundo interno, tal como o livro mensura, sendo esse o fundamento principal deste trabalho.

CARTOGRAFIA DO PSIQUISMO – explorando o mundo interno através das cartas terapêuticas



Esta metodologia foi criada para transformar as cartas terapêuticas em um instrumento de exploração profunda do mundo interno, utilizando imagens simbólicas para acessar e ressignificar conteúdos psíquicos. A proposta é um processo dinâmico e interativo, que mescla imaginação ativa, projeção simbólica e técnicas de integração para expandir a percepção do paciente sobre si mesmo.

Estrutura da Metodologia

A prática é dividida em cinco fases:

Imersão sensorial – "atravessando o portal"

Antes de escolher uma carta, o paciente é guiado a um estado de maior sensibilidade psíquica através de um pequeno ritual:

- Respiração/ foco/ aterramento: três respirações profundas, focando na conexão com o corpo. Coloque as

duas mãos no peito de forma que a mão direita fique embaixo da esquerda, respire profundamente três vezes pelas narinas e, em seguida, movimente os braços do peito para fora. Nesse momento, ao abrir os braços, deverá inspirar devagar e profundamente e, ao trazer e retornar as mãos no peito, deverá expirar, tudo pelas narinas. Mantenha o foco no corpo com a respiração e traga a atenção para o sentir ao realizar essa integração corpo-movimento.

- Ativação sensorial: uso de sons, aroma ou toque (exemplo: sinos tibetanos, óleos essenciais, um toque suave no pulso) para ativar os sentidos. Busque na parte do livro *Alquimizando o Psiquismo* acerca da aromaterapia e as indicações de uso.
- Engajamento emocional e imaginativo: criando um portal, com uma pergunta de entrada: "se houvesse um portal para seu mundo interno agora, como ele se abriria?" Dessa forma, você já busca, no material psíquico do paciente, fomentos de seu próprio conteúdo interno. Este é o início para um engajamento psíquico.
- O Ritual do Portal: antes de escolher a carta terapêutica, o paciente será guiado por uma experiência sensorial e imagética, permitindo que sua mente acesse um estado receptivo e simbólico. O portal é a ponte entre o consciente e o inconsciente, funcionando como um convite para adentrar territórios psíquicos ocultos.

O processo do portal – a jornada inicial

- Ancoragem no corpo – o presente momento: antes de visualizar o portal, é essencial que o paciente se conecte ao seu corpo e ao momento presente. O terapeuta pode guiar esse processo com respiração profunda (três

ciclos de inspiração pelo nariz e expiração pela boca); sensação do corpo na cadeira ou no chão – perceber o peso, o toque, a postura, e fechar os olhos e direcionar a atenção para a imaginação.

Perguntas disparadoras para evocar o portal único do paciente

"Imagine que há um portal invisível à sua frente. Ele se revela apenas para você. Como ele aparece?"

Convide o paciente a descrevê-lo mentalmente ou em voz alta, explorando os seguintes aspectos:

- **Forma**: É uma porta? Um arco? Um espelho? Um círculo de luz?
- **Textura e material**: Ele parece feito de pedra, madeira, água, energia pura, fogo?
- **Cor e brilho**: As cores são vibrantes ou neutras? O portal brilha ou é escuro?
- **Som**: Existe algum som ao redor? Um silêncio profundo, o sopro do vento, um chamado distante?
- **Movimento**: O portal pulsa? Gira? Se expande? Flutua? Permanece estático?

Guardião do portal – o encontro com o símbolo-chave

O terapeuta conduz a próxima etapa:

"Diante desse portal, há algo ou alguém que o guarda. O que você vê?" Pode ser um ser mítico, um animal, um símbolo abstrato, uma figura ancestral.

O paciente pode interagir mentalmente com esse guardião com algumas perguntas para aprofundar:

"O que esse guardião quer lhe dizer antes que você atravesse?"

"Existe algo que ele pede que você deixe para trás antes de entrar?"

"Ele lhe entrega um objeto ou uma palavra para a jornada?"

Este momento ancora a experiência e adiciona uma dimensão arquetípica, trazendo figuras do inconsciente pessoal ou coletivo.

O Caminho para o Mundo Interno. A chave para o psiquismo está com você!

"Agora, você dá um passo à frente e atravessa o portal. Como é a sensação?"



O paciente pode relatar mudanças no corpo — frio, calor, leveza.

O espaço interno pode então se revelar: um deserto, uma floresta, um templo, um oceano...

Ele pode ouvir sons, sentir cheiros, ver luzes ou apenas perceber um silêncio profundo.

"O que há do outro lado? O que chama sua atenção?"

"O que o portal te mostrou sobre você?"

Esta imagem inicial já pode ser um reflexo simbólico do estado psíquico do paciente no momento.

Chamado da carta – a escolha intuitiva

Agora, com a mente mergulhada no campo simbólico, o paciente abre os olhos e escolhe a carta terapêutica sem racionalizar, permitindo que a sincronicidade e o inconsciente guiem sua seleção.

"A carta que você escolheu já estava esperando por você desse lado do portal. O que será que ela quer lhe revelar?"

Este processo torna a escolha mais do que aleatória, pois ela passa a ser uma resposta direta ao que emergiu no psiquismo do paciente.

Diferenciais do ritual do portal

Amplifica o acesso ao inconsciente, tornando a escolha da carta um ato simbólico significativo, no qual o próprio paciente atua com o material que vai emergindo, e o terapeuta apenas maneja, ou então o próprio material psíquico do paciente atua sobre ele. Aqui estamos no território da guiança criativa e imaginal, permitindo-se ser guiado pela inteligência imaginal. Uau, que baita processo já ter podido chegar até aqui!

Personaliza a experiência, pois cada paciente criará um portal único, revelando aspectos psíquicos ocultos, e poderá se ver criando. *Esta é "a experiência":* quando ele se der conta do que já está ocorrendo, perceberá que está diante de seus conteúdos internos, a saber: material que ele/ela nem sabia que carregava. Sinta... se isso não é magia pura?

Torna a terapia mais imersiva e disruptiva, ao utilizar técnicas de imaginação ativa, estados alterados e expandidos de percepção, e ao evocar da mente sua própria energia psíquica elementar: CRIAR.

Facilita a expressão do paciente, permitindo que ele compartilhe sua experiência antes mesmo de interpretar a carta.

Este ritual transforma a simples escolha de uma carta em uma jornada psíquica profunda, criando um campo fértil de exploração para o autoconhecimento. O material já está sendo trazido de seus confins mais remotos.

Escolha intuitiva da carta: o paciente seleciona uma carta sem olhar, ou de maneira espontânea.

Projeção simbólica – "adentrando a cena"

O paciente descreve a cena da carta sem pressa, atentando-se a cada detalhe. Para tanto, pode-se utilizar algumas perguntas disparadoras para aprofundar:

- "O que essa cena parece contar sobre você?"
- "Se você fosse um personagem dentro dessa imagem, quem ou o que seria?"
- "Se essa cena fosse uma lembrança, qual seria?"
- "Se essa cena falasse com você, o que diria?"

Disruptivo: esta fase convida o paciente a se tornar parte da cena, abrindo caminhos para conteúdos inconscientes emergirem de forma espontânea.



Imaginação ativa – "a narrativa oculta"

O terapeuta propõe um diálogo imaginativo entre o paciente e os elementos da cena, lançando mão de algumas técnicas:

- **Teatro Psíquico**: o paciente representa gestualmente algo da cena, sentindo no corpo o que a imagem provoca.
- **Interação com Personagens**: "se um dos elementos da cena pudesse lhe dar um conselho, qual seria?"
- **Transformação Criativa**: o paciente pode "modificar" mentalmente a cena: adicionar elementos, retirar algo, mudar a luz, o clima etc.

Este exercício permite ao paciente reescrever aspectos inconscientes de sua história psíquica.

Conexão com a vida – "o mapa simbólico"

O paciente é convidado a relacionar a cena com sua jornada atual:

- "O que essa cena reflete sobre sua vida hoje?"
- "Existe algo nessa imagem que ressoa com uma fase da sua história?"
- "Se essa cena fosse um presságio ou um aviso, qual seria?"

Neste momento, a carta se torna um mapa psíquico, revelando padrões, desafios e potenciais caminhos de transformação.

Ritual de Integração – "Materializando o Inconsciente"

Para consolidar os *insights*, o paciente escolhe um ato simbólico para integrar a experiência:

- Escrita terapêutica e espontânea inspirada na cena.
- Escrita intuitiva: um bilhete, um poema ou uma frase síntese/antídoto.
- Ato corporal: uma dança, um movimento ou uma respiração conectada à experiência.
- Objeto de ancoragem: escolher um objeto físico que represente a energia da carta e carregá-lo por um período.

Esta etapa sela a experiência no mundo concreto, facilitando mudanças internas reais e evidenciando para o paciente o movimento e a criatividade presentes em seu mundo interno. Ele tem a oportunidade de se ver atuando em seu próprio universo subjetivo por meio dessa ferramenta profundamente inspiradora.

AS CARTAS & OS PORTAIS DE PERCEPÇÃO E CONSCIÊNCIA

Cada carta apresenta uma ilustração rica em simbolismo, por isso, cada uma delas será apresentada vinculada ao plano de consciência e percepção correspondente, juntamente com as chaves & elementos simbólicos, seguidas das palavras e ideias-chaves nelas contidas e acompanhada de uma série de questões reflexivas e projetivas, as quais foram nomeados de enigmas & indagações reflexivas, que incentivam a introspecção e a associação livre.

Pronto para incorporar essa poderosa ferramenta em sua prática terapêutica?



1º Portal

O Plano do Fundamento

ANCESTRALIDADE

Arte: Isabel Febrônio



Chaves & Elementos Simbólicos: *othila* (runa nórdica), árvore genealógica, elemento terra.

Palavras & Ideias-Chaves: raízes, sustentação, base, sistema familiar, legado, linhagem, padrões herdados e ao fluxo da energia ancestral que nos acompanha.

Enigmas & Indagações Reflexivas:

Você conhece a história de seus ancestrais?

Se sente conectado a eles?

Em quais você sente mais afinidade e ou identificação?

Como essa carta te chega, quando você pensa nos seus ancestrais?

Como é a sua relação com a sua ancestralidade?

Quais são os aspectos mais valorosos de sua linhagem?

Quais são os aspectos mais desafiadores de sua linhagem?

Você nota um padrão de repetição em sua linhagem?

Você nota, em seu comportamento, um padrão de repetição de sua linhagem?

Se a sua ancestralidade pudesse ser representada por uma árvore, como seriam suas raízes?

Profundas, entrelaçadas, frágeis ou robustas?

O que as raízes da sua história sustentam em você hoje? O que precisa ser fortalecido ou transformado?

Se você pudesse perguntar algo aos seus ancestrais mais distantes, o que gostaria de saber?

Há vozes de sua ancestralidade que ainda falam através de você? Que mensagens elas trazem?

Se você pudesse silenciar as vozes que não lhe servem mais e amplificar as que fortalecem sua jornada, quais seriam?

O que o seu corpo carrega de sua linhagem? Como sua ancestralidade se expressa através da sua biologia, traços físicos e sensações?

Há dores, medos ou resistências que podem ter sido herdados? Como você percebe isso?

Se sua linhagem deixasse um símbolo tatuado em sua pele invisível, que símbolo seria esse?



Imagine que sua alma carrega um fio energético que se conecta ao passado, de que cor é esse fio?

Ele está firme, emaranhado ou fluindo livremente?

Que qualidades ou talentos você sente que foram passados a você por sua ancestralidade?

Se você pudesse escolher um ancestral para encontrar em um sonho, quem seria? Como imagina esse encontro?

O que esse ancestral lhe diria sobre a jornada que você está trilhando agora?

Se pudesse se libertar de um padrão ou crença herdada do passado, qual seria?

Você sente que aprendeu com suas experiências passadas ou percebe padrões repetitivos que se manifestam no presente?

Quais mudanças concretas você pode fazer hoje para construir um futuro mais autêntico e livre de condicionamentos antigos?