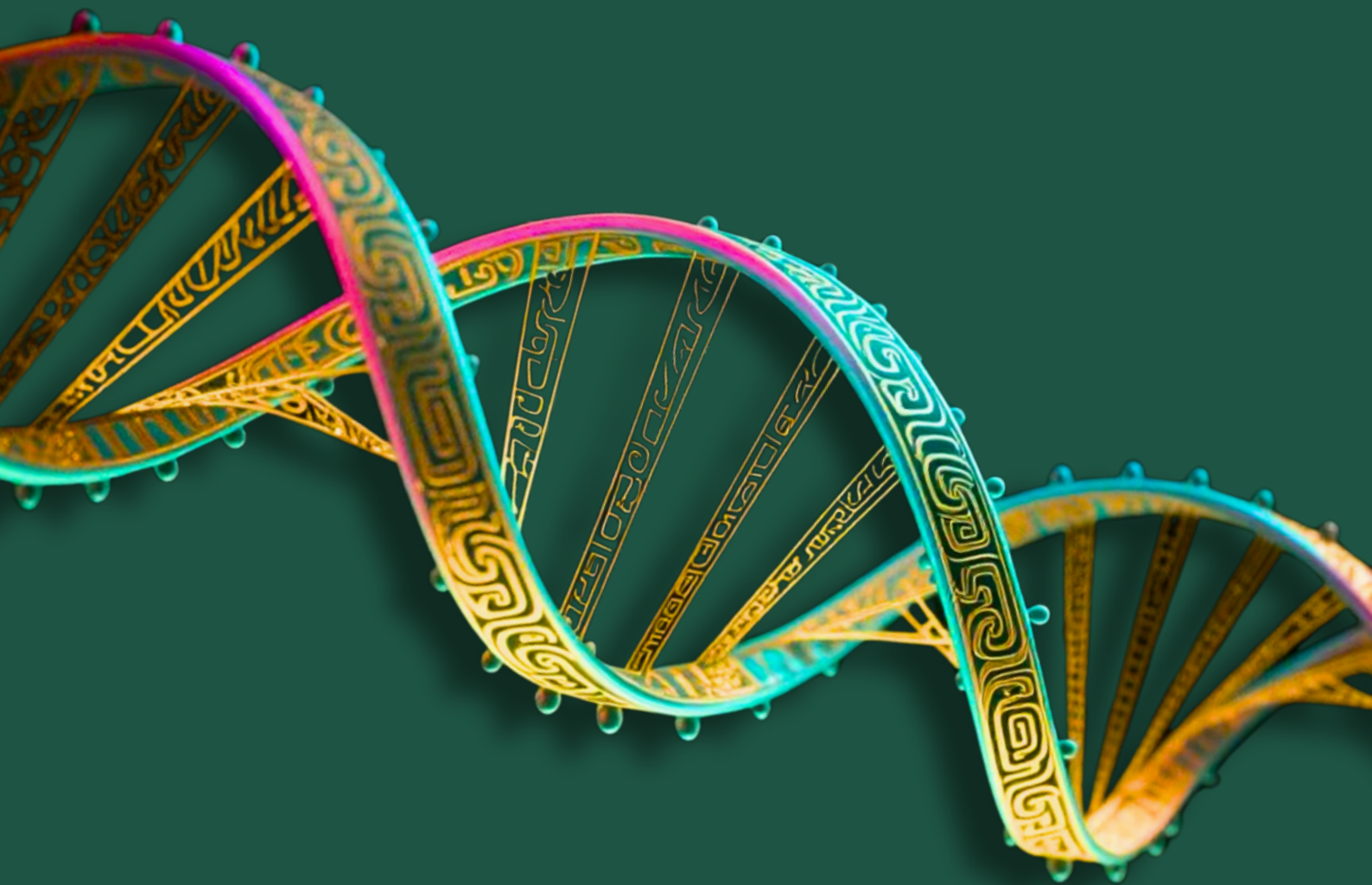


PSICOGENEALOGÍA



Cor&Ação

HELGA HEIDY DE JESUS



Movida pela paixão pela humanidade e pelo desejo de promover o bem-estar integral das pessoas, formei-me em Educação Social, um caminho que me permitiu compreender as complexidades das relações humanas e a importância da escuta, do acolhimento e do desenvolvimento pessoal.

A minha jornada meditativa começou em 2001, quando descobri o poder transformador do silêncio e da consciência plena. Após dez anos de prática dedicada, tornei-me terapeuta Peter Hess, especializando-me no uso dos sons e das vibrações como instrumento de equilíbrio e transformação interior.

Há mais de 15 anos, integro o equipo de serviço de Corazoncalli, liderado por Kelvara Theocal (do México), aprofundando minha prática xamânica e guiando grupos e indivíduos em processos de autoconhecimento, expansão da consciência e reconexão espiritual. Este trabalho fortaleceu minha habilidade de conduzir rituais e práticas de sanção energética, alinhando corpo, mente e espírito.

O tema da família sempre me tocou profundamente, reconhecendo a força que nossas origens exercem sobre nossa vida presente. Por isso, aprofundei-me em Constelação Familiar e Psicogenealogia, integrando técnicas que ajudam no nosso autoconhecimento, tal como a compreender e a transformar padrões pessoais e emocionais.

Complementando minha formação terapêutica, especializei-me em Advanced Integrative Therapy (AIT), incorporando técnicas avançadas, com foco no tratamento de traumas e na libertação somáticas destes. Sou também mestre de Reiki, habilitada a conduzir iniciações e transmitir esta poderosa energia de reconexão e equilíbrio.

Hoje, unindo meditação, som, rituais xamânicos, constelações familiares, psicogenealogia, AIT e Reiki, ofereço um atendimento holístico, sensível e personalizado. Meu objetivo é guiar cada pessoa a libertar bloqueios, despertar potenciais e reconectar-se com sua essência mais profunda, criando um espaço seguro, transformador e sagrado para o crescimento pessoal e espiritual.



A Origem

A Psicogenealogia surgiu no século XX como uma abordagem terapêutica que une a psicologia ao estudo da herança familiar e transgeracional, investigando como as vivências, emoções, traumas e segredos dos nossos antepassados influenciam inconscientemente a nossa vida atual.

Foi desenvolvida principalmente pela psicóloga francesa Anne Ancelin Schützenberger, que, a partir dos anos 1970, observou em seu trabalho clínico que certos acontecimentos dolorosos, doenças e padrões de comportamento se repetiam nas famílias de geração em geração.

Em 1993, ela reuniu suas pesquisas no livro “Aïe, mes aïeux!” (Ai, meus antepassados!), obra que se tornou uma referência essencial no campo da psicologia transgeracional.

A Psicogenealogia tem como base a ideia de que existe um inconsciente familiar coletivo, um campo de memória que atravessa o tempo e continua a atuar em nós, mesmo sem que tenhamos consciência. Assim, eventos não resolvidos, perdas, exclusões e lealdades invisíveis podem limitar o nosso crescimento, influenciar nossas escolhas e condicionar nossos relacionamentos.

O propósito deste trabalho é trazer à consciência as memórias e repetições inconscientes herdadas, permitindo compreender e transformar o que foi transmitido, e para assim restabelecer o fluxo de amor e vida entre as gerações.

Em essência, a Psicogenealogia nos ensina que ao honrar as nossas raízes, libertamos o presente e abrimos caminho para um futuro mais livre e consciente. É um processo de reconciliação com a história familiar - um retorno amoroso às origens, onde a dor se transforma em sabedoria e o passado encontra finalmente o seu descanso.



Intro

Libertar o Passado o Presente, Transformar o Futuro.

A Psicogenealogia é uma jornada de reconciliação e consciência.

Baseia-se na compreensão de que cada um de nós carrega, em seu inconsciente e em seu corpo, as marcas emocionais e energéticas da sua linhagem familiar. Memórias, crenças e lealdades invisíveis atravessam gerações, influenciando nossas escolhas, relacionamentos, padrões e até a forma como percebemos o mundo.

Através da Psicogenealogia, aprendemos a reconhecer, honrar e libertar essas heranças, para que a energia vital volte a fluir livremente.

Mais do que um método terapêutico, é um caminho de reconexão com as raízes, um processo de transmutação transgeracional que nos conduz ao centro do nosso próprio ser - o ponto onde o passado se transforma em sabedoria e o futuro se abre em liberdade.

O ponto inicial é sempre um tema central, pois toda a dinâmica de trabalho está em volta da sua questão, necessidade expressa para ser aberta no atendimento por cerca de 2 horas.



As Raízes da Alma

Dentro deste contexto, o nome próprio assume um papel simbólico de grande relevância. O nome não é apenas uma designação social, mas pode ser entendido como um marcador identitário, carregado de significados conscientes e inconscientes. Ele pode refletir expectativas familiares, homenagens a antepassados, repetições de destinos ou tentativas de reparação de histórias anteriores.

A descodificação do nome, quando apoiada na gematria e na Cabalá, oferece uma leitura simbólica e espiritual desse marcador identitário. A gematria é um método ancestral que atribui valores numéricos às letras, permitindo interpretar palavras e nomes a partir da vibração simbólica dos números resultantes. Na tradição cabalística, os números não são vistos apenas como quantidades, mas como arquétipos energéticos, cada um associado a qualidades, desafios e potenciais específicos.

Na Cabala, o nome é considerado uma expressão da essência da alma e do propósito de vida. Cada letra possui uma força própria, e a soma da gematria do nome pode revelar tendências profundas, caminhos de aprendizagem e temas recorrentes na vida da pessoa. Quando esta leitura é integrada à psicogenealogia, torna-se possível observar como determinados números ou letras podem ecoar padrões familiares, histórias não elaboradas ou missões transgeracionais.

Assim, a análise do nome através da gematria não pretende determinar o destino, mas trazer consciência. Ao reconhecer as influências simbólicas herdadas - tanto no plano familiar como no espiritual - o indivíduo ganha a oportunidade de se libertar de repetições inconscientes e de escolher, de forma mais livre, o seu próprio caminho.



As Raízes da Alma

A articulação entre psicogenealogia, gematria e Cabala convida, portanto, a uma abordagem integrativa do ser humano, onde história familiar, identidade simbólica e dimensão espiritual se encontram, ampliando a compreensão sobre quem somos, de onde vivemos e para onde podemos ir.

Por meio de reflexões, exercícios e escuta profunda, será guiado(a) a observar seu genossociograma - sua árvore genealógica enviada de antecipado do atendimento consulta - revelando os vínculos, repetições e segredos que moldaram sua história. O questionário é um instrumento fundamental e deve ser enviado 10 dias antes do atendimento, para apoiar da melhor forma, pois é através de toda a informação e dados que tudo é acionado.

É um momento de reconhecer com amor as origens, compreender os laços de pertencimento e iniciar o caminho de profunda consciência.

Aqui, o trabalho é feito com delicadeza e respeito, abrindo o coração para acolher tudo o que foi e tudo o que ainda vive dentro de nós.



Padrões Invisíveis e Lealdades Ocultas

A segunda etapa da jornada é dedicada a desvendar os fios invisíveis que nos ligam aos nossos antepassados.

Aqui, compreendemos que muitos comportamentos, medos e bloqueios não são apenas pessoais, mas expressões de fidelidades inconscientes à nossa linhagem.

Podemos carregar, sem perceber, dores que não nos pertencem - tentando compensar, redimir ou repetir histórias familiares não concluídas. Por meio de dinâmicas terapêuticas, meditações guiadas e exercícios de consciência corporal, o participante é conduzido a identificar esses padrões de repetição e a trazer à luz as emoções congeladas que os sustentam.

Trabalha-se o desapego e a libertação das expectativas que nos prendem a papéis herdados. Este momento é um portal de despertar, onde o indivíduo começa a recuperar o poder sobre a própria vida.

Ao reconhecer as lealdades ocultas, abre-se espaço para a autonomia emocional e para o florescimento da verdadeira identidade.



Honrar a ancestralidade, honrando sua vida

Aqui, a Psicogenealogia se transforma num ato de reconciliação profunda.

É o momento de restabelecer o fluxo do amor interrompido entre as gerações e identificar as feridas emocionais que ainda vivem no campo familiar.

Através de visualizações terapêuticas, práticas rituais e técnicas de liberação energética, o consulente é guiado a um encontro simbólico com seus ancestrais - pedindo bênçãos, e devolvendo com amor, o que já não lhe cabe carregar.

Neste processo, o passado deixa de ser um peso e passa a ser fonte de sabedoria e força.

Trabalha-se também o reconhecimento das linhagens feminina e masculina, honrando tanto o sagrado materno quanto o sagrado paterno dentro de nós. Quando o amor pode fluir livremente entre as gerações, o coração se abre e o sistema familiar se reorganiza em harmonia.

Esta fase é um ritual de transmutação transgeracional, onde o ser se reencontra com sua essência e sente o poder restaurador da pertença consciente.



O Presente Consciente

Após o reencontro com o passado, é hora de retornar ao presente com uma nova visão.

Este momento convida a viver com presença, responsabilidade e amor, reconhecendo-se como o ponto de equilíbrio entre o que foi e o que será.

São introduzidas práticas de autocuidado, respiração consciente, meditação e escrita terapêutica, para consolidar a integração das experiências anteriores. O foco é desenvolver uma nova postura diante da vida: mais centrada, livre de condicionamentos e capaz de responder com sabedoria aos desafios cotidianos.

Aprender a observar seus pensamentos e emoções com compaixão, sem se identificar com o sofrimento herdado. A alma, antes fragmentada, começa a reunir suas partes, recuperando vitalidade, criatividade e clareza. Neste espaço de quietude interior, o ser desperta para sua verdadeira presença - o poder de viver plenamente no agora.



O futuro como criação consciente

O último momento é celebração. Após libertar o passado e integrar o presente, o convite é festejar.

Com base em meditações guiadas, rituais simbólicos e práticas de visualização criativa, a pessoa aprende a definir intenções claras e alinhadas com sua alma.

Trabalha-se a co-criação consciente: a capacidade de direcionar energia e propósito para novas possibilidades, abrindo caminhos de prosperidade, amor e realização. Aqui, o futuro deixa de ser um destino imposto e se torna uma expressão viva da liberdade interior.

O interveniente compreende que é o autor de sua história e que ao transformar sua relação com o passado, transforma também o campo energético de toda a sua linhagem. É o momento de florescer com confiança, honrando as raízes e abrindo as asas para o infinito.



Encerramento

A Psicogenealogia é uma arte de reconexão — com a terra, com o sangue, com o espírito e com a alma.

Ao trilhar este caminho, a compreensão da transformação não está em apagar o passado, mas em oferecer-lhe um novo sentido, integrando luz na sombra, amor na dor no seu coração.

O trabalho é individual e ao harmonizar-se interiormente, os frutos contribuem para a libertação de padrões dos seus ancestrais e das gerações que ainda virão, beneficiando o todo.

Assim, a vida volta a fluir com suavidade e o amor pode finalmente ocupar o seu lugar.

*Cuidar da árvore é libertar o fruto.
Libertar o fruto é honrar a árvore.*

É nesse movimento que o espírito encontra paz, inteireza e liberdade.





Cor&Ação
HELGA HEIDY DE JESUS

CONTACTO

+351 916 537 536

helgaheidi@gmail.com

www.helgaheidi.com

Redes: @terapias_cor_acao

Branding: Ritual Productora

