

AS CRIANÇAS ÍNDIGO

Chegaram as Novas Crianças

PAIS: SE TÊM FILHOS PEQUENOS, ESTE LIVRO É PARA VÓS

Autores

Lee Carroll e Jan Tober

O trabalho de tradução e revisão deste texto foi realizado por:
Ana de Castro, Ana Prado, Genicy Bortagaray, Helena Abecassis, Isabel Moreno, Madalena Peres,
Neia Cunegatto, Patrícia Bastos, Rita Estima e Vitorino de Sousa
entre Maio e Outubro de 2003.

Está disponível em www.velatropa.com.

Teus filhos não são teus filhos.
São filhos e filhas da vida adorando-se a si mesma.
Vêm através de vós, mas não de vós.
Podem dar-lhes amor, mas não os pensamentos,
Porque eles têm os seus próprios pensamentos.
Podem trazer os seus corpos, mas não as suas almas.
Porque as suas almas moram na casa do amanhã,
Que vocês não podem visitar, nem sequer em sonhos.
Podem tentar ser como eles,
Mas não queiram que eles sejam como vós.
Vós sois os arcos dos quais partem os vossos filhos, quais flechas vivas.
Que a flexibilidade nas mãos do archeiro seja de prazer.

Kahlil Gibran
O Profeta

INTRODUÇÃO

À medida que forem lendo talvez pensem: Mais outro livro sobre condenação e sofrimento, e sobre a forma como a sociedade está a mudar as nossas crianças? Não: esta é talvez a mudança mais emocionante e, no entanto, a mais estranha em matéria fundamental humana, nunca antes vista e documentada em qualquer sociedade que disponha de ferramentas para o fazer. Pedimos que utilizem o vosso discernimento à medida que forem prosseguindo a leitura.

Jan e eu somos conferencistas nacionais especializados em auto-ajuda e, também, escritores. Nos últimos seis anos, viajámos pelo mundo e temos falado para grupos grandes e pequenos. Temos lidado com pessoas de todas as idades e muitas culturas com os idiomas mais diversas. Os meus filhos cresceram e deixaram o ninho há já algum tempo; Jan nunca teve filhos mas, no entanto, sentia que, de algum modo, estava a trabalhar com eles. Dos seis livros que publicámos nenhum trata de crianças, porque o nosso trabalho não focalizava esse assunto. Então, como é que estamos a escrever agora um livro sobre esse mesmo tema?

Quando se é terapeuta de aconselhamento e se passa o tempo em contacto pessoal com as pessoas, não é possível deixar de notar certos padrões que surgem no comportamento humano e que se convertem no tema principal do trabalho que se faz. O nosso trabalho, trata do aumento do próprio poder e da auto-estima. Permite que as pessoas tenham mais esperança dando-lhes o poder para se elevarem a si próprias acima do nível em que “pensavam” estar. Também envolve a autocura (não religiosa) e promove o auto-exame com o objectivo de encontrar “Deus no nosso interior” em vez de o procurar em qualquer fonte exterior. Falar de autocura, bem como de libertação de preocupações num mundo em mudança. É um trabalho muito gratificante - mas faz com que prestemos atenção às coisas.

Há alguns anos as pessoas começaram a falar sobre determinados problemas com os seus filhos. O que é que há de novo? Muitas vezes os filhos são a maior bênção de uma vida e, também, o maior desafio. Escreveram-se muitos livros sobre como ser bons pais e sobre psicologia infantil, mas o que chamou a nossa atenção foi diferente. Começámos a ouvir falar, cada vez mais, de um novo tipo de criança ou, no mínimo, de um novo tipo de problemas para os pais. As dificuldades eram de natureza estranha porque representavam um intercâmbio inesperado entre o adulto e a criança, que aparentemente não era o típico que tinha vivido a nossa geração. Ignorámo-lo até começarmos a ouvir os profissionais que trabalhavam com crianças. Também eles relatavam desafios semelhantes. Muitos sentiam-se desesperados e a ponto de perder as estribeiras. Os profissionais de cuidado diário, em todo o país, alguns com mais de 30 anos de experiência profissional, contavam o mesmo tipo de histórias e de como eram diferentes as coisas com estas crianças. Vimos, então algo de horrível: quando estes “novos” problemas se agudizaram, começou a haver uma tendência esmagadora para resolver o assunto através de drogas legais (medicamentos)!

Ao princípio assumimos que seria uma característica cultural que reflectia uma América do Norte em mudança. Parte do nosso temperamento norte-americano é ser flexível e capaz de passar por mudanças extraordinárias como nenhum outro país pode fazê-lo, mantendo uma base governamental estável. Pergunte-se a qualquer professor de hoje e ele dir-vos-á que o sistema educativo precisa de uma remodelação geral. Provavelmente já é tempo, mas isso não é novidade, e não é isso que nos inspirou a escrever este livro.

Jan e eu trabalhamos a nível independente e individual e mantemo-nos afastados da política inclusive das “causas” relativas ao meio ambiente. Não é por não estarmos interessados nisso, mas o nosso empe-

nho como assessores e conferencistas recai sobre a ajuda a homens e mulheres a nível pessoal (apesar de, com frequência, falarmos em grupos alargados). A nossa premissa tem sido sempre de que um humano equilibrado, com uma visão positiva e que transmita bem-estar, é capaz de fazer as mudanças necessárias de uma forma poderosa. Por outras palavras, até a mudança social mais drástica deve começar no interior da mente e do coração de cada pessoa.

Adicionalmente assumimos que, quando ocorreram grandes mudanças nas crianças, os profissionais e os investigadores informavam a sua área respectiva - que os profissionais também estariam a detectar este facto. Há anos atrás, esperávamos ver relatórios e artigos sobre as características das novas crianças nos boletins das escolas primárias e de maternais. Não foi isto o que aconteceu - pelo menos numa escala que chamasse a atenção e muito menos de uma forma que ajudasse ou informasse os pais. Como isto não sucedeu, reforçámos a ideia inicial de que as nossas observações, possivelmente, não eram tão generalizadas como tínhamos pensado, e, repito, as crianças não eram o nosso assunto. Demoramos vários anos a mudar a nossa mentalidade e a decidir que alguém teria de, pelo menos, reunir informação e relatá-la, não importando quão estranha ela era. Estava ali!

Como podem ver, um número de factores tornou este livro uma realidade, e vocês devem conhecê-los antes de interpretarem as nossas palavras cegamente, como algo que cairia na categoria do "está a acontecer à nossa volta - mas é inexplicável".

Agora percebemos o seguinte:

1. Não se trata de um fenómeno norte-americano. Vimo-lo pessoalmente em três continentes.
2. Parece que ultrapassa as barreiras culturais (e abrange muitas línguas).
3. Escapou à atenção porque é demasiado "estranho" para ser considerado no paradigma da psicologia humana, que considera que a humanidade é estática, um modelo que não muda. Regra geral, a sociedade tende a crer na evolução, mas somente quando referida ao passado. O pensamento de que podemos estar a ver uma nova consciência humana, que chega lentamente ao planeta agora - manifestada nas nossas crianças - ultrapassa o pensamento conservador estabelecido.
4. O fenómeno está a aumentar - continuam a surgir mais relatos.
5. Está a acontecer há tempo suficiente para que os profissionais comecem a estudá-lo.
6. Surgem algumas respostas aos desafios.

Por todas estas razões estamos a aflorar a questão e a dar a melhor informação que podemos sobre o que observámos sobre um tema que, sem dúvida alguma, é controverso por várias razões. Até onde sabemos este é o primeiro livro dedicado inteiramente à Criança Índigo. à medida que o lerem, muitos reconhecerão o que se apresenta. Esperamos sinceramente que este tema seja explorado mais extensamente no futuro por quem esteja mais preparado para o fazer.

A META DESTE LIVRO

Este livro foi escrito para os pais. Trata-se de uma informação inicial, e não é "o ponto final" do tema sobre as Crianças Índigo. É apresentado para ajudar a si e à família, e para informar sobre soluções práticas, no caso de se identificar com o tema tratado. Pedimos-lhe que discrimine tudo o que lhe apresentamos. Não estaríamos a publicar esta recompilação se não estivéssemos seguros de que muitos a acharão reveladora e útil. Este livro foi, acima de tudo, preparado com um estímulo e, também, a pedido de centenas de pais e professores com quem temos falado em todo o mundo.

CAPÍTULO 1

O que é uma criança Índigo?

O que é uma criança Índigo e porque designamos assim?

Primeiramente a definição. É uma criança que demonstra uma série de atributos psicológicos novos e pouco usuais com um padrão de comportamento nunca documentado até agora. Este padrão de comportamento tem factores comuns únicos que sugerem a quem se relaciona com as crianças (os pais em especial), que devem mudar a forma como os tratam e criá-los para poderem ter um equilíbrio adequado. Ignorar estes novos padrões de comportamento é criar um desequilíbrio potencial e uma grande frustração na cabeça destas preciosas vidas. O tema deste capítulo é identificar, qualificar e validar os atributos de uma Criança Índigo.

Parece haver diversas categorias de Crianças Índigo, que vamos descrever adiante, mas vamos dar um dos padrões de comportamento mais importantes para poder ver se alguém do seu conhecimento encaixa nestes padrões?

Apresentamos de seguida 10 das características mais comuns da Criança Índigo:

1. Vêm ao mundo com um sentimento de realeza (e frequentemente comportam-se como tal).
2. Têm a sensação de “merecer estar aqui” e surpreendem-se quando outros não compartilham esta mesma sensação.
3. A auto-estima não é, para elas, um grande tema de preocupação; com frequência dizem aos pais quem elas são).
4. Têm dificuldade em aceitar uma autoridade absoluta (sem explicação ou sem alternativas).
5. Pura e simplesmente não farão certas coisas, por exemplo: custa-lhes esperar numa fila.
6. Frustram-se com sistemas que são apenas rituais e que não requerem criatividade.
7. Muitas vezes têm formas melhores de fazer as coisas tanto em casa como na escola, o que os torna rebeldes e desintegrados de qualquer sistema.
8. Parecem muito anti-sociais, a menos que se encontrem entre crianças semelhantes. Se não houver outros com o mesmo nível de consciência tornam-se retraídos, sentindo que não há seres humanos que os entendam. A escola é o local onde lhes é muito difícil socializar.
9. Não respondem à disciplina de “culpa” (Espera que o teu pai chegue a casa e veja o que fizeste).
10. São tímidos em expressar o que precisam.

Mais adiante examinaremos estas características de forma mais detalhada. Agora queremos que saibam porque é que estas crianças se chamam Índigo.

Ao longo da história da psicologia criaram-se sistemas para agrupar os seres humanos pelo seu comportamento. Estes grupos tratam de identificar e correlacionar as acções humanas de diversas maneiras. Trata-se, sem dúvida alguma, de encontrar alguma fórmula que permita encaixar cada ser dentro de uma categoria, que ajude os estudiosos da mente humana. Alguns destes sistemas são muito antigos, outros são muito recentes.

Para validar isto, temos Richard Seigle que, não só é um médico que praticou o ofício, mas que também é um perito em estudos humanos e espirituais.

* * * * *

Sistemas de classificação humana

Por Richard Seigle, M.D.

Na história da civilização ocidental temos vindo a ter uma forte necessidade de explorar, definir e julgar. À medida que fomos descobrindo novas terras e outras pessoas, os nossos primeiros pensamentos foram: Quem é como nós e quem não é? E o que é que podemos tomar? Estas pessoas, que não são como nós em termos de cor, crenças, cultura e linguagem, foram consideradas inferiores durante muito tempo, ao longo da História. Em termos científicos, tratamos de categorizar as pessoas pela forma da cabeça, cor da pele, coeficiente intelectual (Q.I.), etc. Antropólogos e sociólogos levaram anos a considerar como pensamos, sentimos e actuamos.

Alguns exemplos de vários sistemas de categorização dos seres humanos:

Testes de inteligência
Testes de personalidade
Testes de memória, etc.
Factores sociológicos específicos
Teorias psiquiátricas reconhecidas

Gandhi disse: " A nossa habilidade para alcançar a unidade dentro da diversidade será a beleza e o teste da nossa civilização."

O final deste milénio assinala um nível mais elevado de consciência de amor e aceitação entre as pessoas - algo que poderíamos ter aprendido há séculos atrás através das culturas nativas, se não as tivéssemos considerado como culturas inferiores.

Para além dos sistemas tradicionais de classificação, existem os sistemas de classificação espirituais e metafísicos, que tratam de classificar os seres humanos com base, por exemplo, nos atributos astrológicos de nascimento, na sua energia vital ou a sua associação com um Animal Sagrado (na tradição chinesa e dos índios norte-americanos).

Seja qual for a sua opinião sobre as Astrologia ou qualquer outro sistema similar não científico, eles foram reconhecidos e identificados institucionalmente como algumas das crenças ancestrais que foram encontradas em muitos textos antigos relacionados com os estudos humanos. Todos estes sistemas, antigos e modernos, existem para ajudar os Humanos a entender melhor outros Humanos.

Nancy Ann Tappe identificou, pela primeira vez, o padrão de comportamento das Crianças Índigo no seu livro publicado em 1982 "Compreendendo a sua vida através da cor" (*Understanding Your Life Through Color*). Trata-se do primeiro livro conhecido no qual se identificam os padrões de comportamento destas novas crianças.

Nancy classificou determinados tipos de comportamento humano em grupos de cor e, intuitivamente, criou um surpreendentemente exacto e revelador sistema de natureza metafísica. O livro é divertido de ler, e não evita que você identifique algumas das suas características em alguma parte do sistema, rindo-se de si mesmo e maravilhando-se por parecer tão acertado. Nancy continua a facilitar conferências e seminários sobre comportamento humano em todo o mundo.

Aqueles que pensam que é estranho classificar os humanos com base na cor, gostaria de dar a conhecer - principalmente aos interessados em metafísica - um novo livro intitulado "O Código da Cor: Um a nova forma de ver-se a si mesmo, às suas relações e à Vida" (*The Color Code: A new Way to See Yourself, Your Relationships, and Life*), de Hartman Taylor, Ph.D. Este livro não tem nada que ver com as Crianças Índigo. Mencionamo-lo somente para demonstrar que a associação da cor com os atributos humanos não vale somente para o grupo dos fantasmas! O livro aborda o modelo medieval de tipificar as personalidades - sanguíneo, melancólico, fleumático e colérico, e associa-lhes as cores vermelho, azul, branco e amarelo.

Como dissemos, o agrupamento de cor de Nancy Ann Tappe é intuitiva, mas também muito exacta, baseada na observação prática. No seu livro, um dos grupos de cor é, adivinhem, o Índigo. Esta classificação pela cor revela, muito claramente, um novo tipo de criança, algo que foi feito há 17 anos.

* * * * *

Introdução aos Índigo

Nancy Ann Tappe

Entrevista de Jan Tober (Primeira Parte)

Estas foram as suas palavras e observações de Nancy sobre as Crianças Índigo:

Nancy, você foi a primeira a identificar e a escrever, no seu livro, sobre o fenómeno Índigo. O que é uma Criança Índigo e por que lhes chamamos assim?

- Chamo-lhes assim porque essa é a cor que "vejo".

O que significa isso?

- Significa a cor da vida. Eu olho para a cor da vida das pessoas para conhecer qual é a sua missão aqui, no plano da Terra - o que é que vieram aprender, qual o seu programa de estudos. Por volta dos anos 80, senti que outras duas cores tinham sido acrescentadas ao sistema, outras duas tinham desaparecido. Vimos desaparecer o fúscia e a magenta tornou-se obsoleto. Assim, pensei que essas duas cores de vida seriam substituídas. Surpreendeu-me encontrar uma pessoa fúscia em Palm Springs, porque é uma cor que

desapareceu no início de 1990, foi o que disseram. Dizia a toda a gente que iríamos ter mais duas cores, mas não sabia quais seriam. Enquanto procurava, “vi” o índigo. Estava a investigar na Universidade Estatal de San Diego, tratando de construir um perfil psicológico coerente, que pudesse resistir à crítica académica. Nessa altura trabalhava comigo um psiquiatra chamado Dr. McGreggor. Estou a ver se me lembro do nome do outro doutor, mas agora não me recordo. Também ele trabalhava no hospital infantil, mas ele foi o primeiro que me chamou a atenção porque a sua esposa teve um bebé, e não era previsível que viesse a ter filhos. O bebé nasceria com um forte sopro no coração, e ele chamou-me para eu ver do que se tratava. Fui e, quando olhei para a criança, dei-me conta que essa era uma nova cor, que não constava do meu sistema. O bebé morreu cerca de seis semanas mas tarde - foi muito rápido. Essa foi a minha primeira experiência física que me mostrou que as crianças eram diferentes. A partir daí comecei a procurá-los.

Deixei de ensinar naquela Universidade em 1975, e sei que este episódio foi anterior a isso. De facto, não lhe prestei muita atenção até 1980, quando comecei a escrever o meu livro. A impressão do livro demorou dois anos - 1982 para a primeira edição e 1986 para a actual. Portanto, foi durante os anos 70 que me apercebi dos Índigos.

Em 1980 registei-o e comecei o processo de personalização, porque, nessa altura, tínhamos algumas crianças com cinco, seis e sete, que podíamos observar, “ler” a sua personalidade e ver do que se tratava. O que aprendi de mais importante é que eles não tinham um plano de estudos tal como nós - ainda não o tinham. E continuam a não ter durante muitos mais anos. Aos 26, 27 anos, poderemos observar uma notável mudança nas Crianças Índigo. Essa mudança é que o seu propósito irá manifestar-se. Os mais velhos ficarão seguros do que estão a fazer, e os mais jovens virão com uma clareza do que irão fazer ao longo da sua vida. No entanto, o que se passará só depende de nós. Continuamos a investigar, tendo sido por isso que protelei várias vezes a publicação. Fico contente que estejam a fazer este trabalho.

Parece existir um grande interesse, uma tremenda necessidade de saber.

- Sim. Existe, porque as pessoas não compreendem as Crianças Índigo. São Crianças computorizadas que vêm a este mundo com uma capacidade de visualização mental do que é bom. São crianças orientadas para a tecnologia, o que significa que vamos estar a adquirir mais técnica do que a que temos agora. Estas crianças, com três ou quatro anos, lidam com os computadores de uma forma que um adulto de 65 anos não poderá fazê-lo. São crianças tecnológicas - nascidas para uma tecnologia que nem somos capazes de imaginar. Creio que estas crianças estão a abrir um portal. Chegaremos a um ponto em que nada terá de ser feito, excepto nas nossas cabeças. Esse é o seu propósito. O que vejo agora é que, em alguns casos, o meio ambiente em que estas crianças se desenvolvem os bloqueou de tal maneira que, por vezes, estas crianças chegam a matar. Porém, eu crio na seguinte paradoxo: Precisamos da escuridão e precisamos da luz para escolher. Sem a possibilidade de escolher não há crescimento. Se fôssemos robots não teríamos livre-arbitrio, não teríamos poder de escolha, não haveria nada. Estou a divagar, mas estou a fazê-lo por uma razão.

O que, ultimamente, tenho dito aos meus estudantes é que, para crer nas nossas origens, temos de crer na nossa Bíblia que diz: “No início era o vazio e a escuridão profunda, e Deus disse: Faça-se luz, e houve luz.” Deus não criou a escuridão; ela sempre esteve aí. Toda a criação foi um processo de separação. Deus separou a noite do dia, a luz da escuridão, a terra do céu, o firmamento do ar, a terra das águas. Deus separou a mulher do homem e criou o feminino e o masculino. A norma da criação é a separação por escolha. Sem escolha não podemos crescer. Assim, o que vejo é que nos movemos entre extremos, especialmente na presente dimensão. Temos tido o mais santo dos santos e o mais mau dos maus. A maioria de nós encaixa-se a meio termo, esperando ser santa enquanto comete erros. O que vejo agora é que os extremos se integram mais. Quer o mais santo dos santos, quer o mais mau dos maus está entre gente mediana, e este equilíbrio está a alcançar um nível cada vez mais refinado.

Quando estas crianças chegam a estes extremos é porque conhecem muito bem o seu caminho, e, quando sentem que a sua missão está a ser bloqueada, tratam de se desfazer daquilo que eles acham que está a bloqueá-los. Quando você e eu éramos crianças, tivemos pensamentos horríveis de escapar, mas tivemos medo de fazê-lo. As Crianças Índigo, porém, não têm medo porque sabem quem são. Eles acreditam em si mesmos. Cerca de 90% das crianças com 10 anos de idade (em 1998) são Índigos.

Basicamente, existem quatro tipos de Crianças Índigo, cada um deles com o seu propósito.

1. O HUMANISTA

O primeiro é o Índigo Humanista, aquele que está destinado a trabalhar com as massas. São os médicos, os advogados, professores, comerciantes e políticos de amanhã. Eles servirão as massas, são muito hiperactivos e extremamente sociáveis. Eles falarão com toda a gente, sempre de forma muito, muito amigável. Têm pontos de vista muito definidos, com um corpo um pouco desajeitado e muito hiperactivos. Uma ou outra vez irão embater numa parede porque se esqueceram de travar. Não sabem como brincar com um brinquedo, mas irão desmontá-lo e, depois, provavelmente, não voltarão a mexer naquilo. Se você quiser que eles limpem o quarto, vai ter que os lembrar disso muitas vezes, porque são muito distraídos. Irão para o quarto e começarão a limpar até encontrarem um livro. Então, sentam-se a ler, porque são leitores incorrigíveis. Um dia, durante um voo de avião, uma criança de três anos estava a gerar

algum bulício. A mãe optou por entretê-la com o panfleto de instruções de segurança. Então, a criança sentou-se com uma expressão de grande serenidade, e passou os olhos por ele como se estivesse a ler. Estudou-o durante cinco minutos e, embora não soubesse ler, acreditava que sabia. Creio que este é um exemplo de Índigo Humanista.

2. O CONCEITUAL

O Índigo Conceitual está mais interessado em projectos do que em pessoas. Estes serão os engenheiros, projectistas, astronautas, pilotos e militares de amanhã. São crianças muito atléticas. São controladores e a pessoa que mais tentam controlar é o pai se de são meninas, ou a mãe se são meninos. Este tipo de Índigo tem tendência para a dependência, especialmente, drogas, durante a adolescência. Os seus pais devem vigiar apertadamente os seus padrões de comportamento. Quando eles começam a esconder coisas e a dizer algo como: “não vás ao meu quarto”, chegou o momento de a mãe começar a revistar toda a casa.

3. O ARTISTA

O Índigo Artista é muito sensível e o seu corpo é pequeno, embora nem sempre. Estão mais inclinados para a arte, são muito criativos, e serão os professores e os artistas de amanhã. A qualquer coisa que se dediquem, sempre estarão orientados para o lado criativo. Dentro do campo da medicina, serão cirurgiões ou investigadores; nas artes, serão actores. Entre as idades de 4 a 10 anos, envolver-se-ão, pelo menos, em 15 actividades criativas. Dedicarão 5 minutos a cada uma delas e logo a abandonarão. Assim sempre digo às mães de músicos e artistas: “não comprem os instrumentos, aluguem-nos”. O Índigo Artista poderá trabalhar com 5 ou 6 instrumentos diferentes, e só na adolescência escolherá um deles, convertendo-se então num verdadeiro artista.

4. O INTERDIMENSIONAL

O quarto tipo de Índigo é o Interdimensional. São mais altos do que os outros tipos. Quando têm um ou dois anos de idade, já você poderá dizer-lhes qualquer coisa, e eles responderão: “Sim, já sabia” ou “sim, sou capaz de fazer” Ou “ não me aborreças”. São eles que trarão novas filosofias e novas religiões a este mundo. Poderão tornar-se gabarolas e vaidosos porque são muito maiores e porque não encaixam em nenhum dos três tipos anteriores.

As crianças destes quatro tipos acreditam nelas mesmas. Não têm medo. Assim, quando vocês lhes diz que eles estão a fazer algo incorrecto mas eles acham que não, dar-lhe-ão a entender que você não sabe o que está a dizer. Desta forma, sugere-se aos pais que estabeleçam limites, mas sem lhes dizerem: “ Não façam isso!” Em vez disso, digam: “Olha, porque não me explicas por que queres fazer isso? Sentemo-nos e conversemos sobre o assunto. O que te parece que pode acontecer se fizeres isso?” Quando a criança responder com o que ela pensa que poderá passar-se, pergunte: “Está bem. E como julgas tu que vais controlar a situação?” Então, você ouvirá a forma como eles pensam que podem enfrentar a situação. Você terá que deixar que o jovem Índigo faça o que pretende fazer; de outra forma não participará, irá retrair-se, a menos que se seja um Humanista, e não voltará a falar consigo acerca daquele assunto.

Desde o momento que uma Criança Índigo começa a falar, os pais devem falar com eles abertamente. Podem falar com eles desde bebés. Falem com eles, faça-se ouvir. Se for mudar a fralda, diga: “Vou mudar-te a fralda agora; tem de ser para que fiques com o rabinho assado. Ficarás confortável e eu também ficarei contente. Não chorarás e eu não terei de me preocupar. Ficaremos os dois felizes, não é verdade. Então, vamos lá a mudar essa fraldinha!”

As Crianças Índigo devem ser tratados como adultos desde a mais tenra idade. Jamais os impeça de falar. Se o fizer, eles irão cuspir as palavras na sua cara. Eles não respeitam as pessoas por causa do seu cabelo cinzento ou rugas; você terá que ganhar o respeito delas.

Devemos aprender a ouvir as Crianças Índigo e a jamais mostrar autoridade. Permita que elas digam do que necessitam. Só então lhes explique as razões por que não poderá dar-lhes o que pedem ou porque é correcto que obtenham o que estão a pedir. Tudo o que elas precisam é de serem ouvidas; todas elas são muito abertas. Se você se exceder com um Índigo, ele irá denunciá-la perante os seus professores ou chamarão a Polícia. Estou convencida que, nos últimos tempos, você terá ouvido dizer que crianças de dois ou três anos salvaram os pais por terem chamado oportunamente a Polícia, ou algo parecido. Se estas crianças forem maltratadas, automaticamente denunciarão o facto às autoridades. E nós iremos sentir-nos contrariados.

As Crianças Índigo são a ponte entre a terceira dimensão e a quarta. A terceira dimensão é a dimensão da razão, a dimensão do pensamento. A quarta dimensão é a dimensão do Ser. Passamos a vida a falar acerca do amor, da paz, do respeito, da felicidade, mas raras vezes os praticamos. Estamos melhorando aos poucos mas, na quarta dimensão, praticaremos. Estamos a começar a reconhecer que a guerra é estéril, inútil, e que oprimir alguém é somente outra forma de matarmos a nós mesmos. Estas crianças já conhecem estes princípios.

* * * * *

O único que elas pedem é respeito e que as tratem como seres humanos, sem que haja diferença entre crianças e adultos.

Nancy Ann Tape conta uma anedota relacionada com o seu neto de oito anos: a mãe dele não queria que ele brincasse com armas de brincar e, muito menos com brinquedos eletrônicos. A avó, porém, ofereceu-lhe um Nintendo como presente de Natal. Dois meses mais tarde, a filha telefonou à sua mãe para lhe agradecer a presente que dera ao neto, pois apercebera-se que tal era algo que não poderia evitar e optou por assumir a responsabilidade negociando com o seu filho “tempo para brincar com o Nintendo”. A criança não só terminava a tempo e horas, mas também perguntava: “Tens mais alguma coisa para eu fazer? E se fizer isso, quanto tempo extra vou ter com o Nintendo?” As suas notas passaram de D para A. Duas semanas depois, a professora telefonou para casa a perguntar: “ O que se passa com Colin? Ele passou a ser um estudante diferente.” Então, a mãe contou à professora o que estava a acontecer, e esta respondeu que o filho tinha-se convertido no seu melhor aluno. Também na escola a criança se aproximava da professora e perguntava se havia algo em que pudesse ajudar. Se a professora se atribuía alguma tarefa, Colin contava à mãe o que tinha feito... e perguntava quanto tempo extra ganharia para brincar com o Nintendo. A mãe dava-lhe esse tempo extra e, desta forma, a criança chegou a ser um aluno excelente com qualificações A!

A maioria das pessoas fala da má influência que a Internet pode exercer nas crianças, por causa de todas as coisas perigosas que se encontram nela. Mas se todos os pais falarem abertamente com as crianças, ensinando-lhes a escolher adequadamente, estas crianças não se deixarão enganar, pois são inteligentes. Mas também são como nós que, por vezes, fazemos coisas estúpidas sem necessidade. No entanto, se as orientarmos convenientemente, elas podem fazer escolhas muito sábias. Elas são crianças extraordinárias.

* * * * *

Tudo é real?

Possivelmente, você não está interessado em pessoas que “vêem” cores. Na sequência, apresentamos relatórios e discussões de quatro académicos, Ph.D., relacionados com as Crianças Índigo.

A classificação dos tipos de Índigo que Nancy faz confirma o que os profissionais estão a ver?
A Dra. Barbra Dillenger crê que sim.

Barbra Dillenger, Ph.D. - Conselheira, especialista na natureza humana, dedica-se a proporcionar ajuda sob a perspectiva da vida, as razões para viver e as lições da vida. Ela “vê” e está perfeitamente consciente dos muitos “tipos” de seres humanos e de como esta tipologia ajuda profundamente as pessoas a compreenderem quem realmente são. Ela já viu todos os tipos de Índigo e não vacilou em dar-nos esta informação. Aplaudimos a sua excelente contribuição para este livro.

* * * * *

Algo mais em relação à criança índigo

Por Barbra Dillenger, Ph. D.

Barbra, como Nancy Tappe, descobriu as Crianças Índigo nas suas observações. Existem 4 tipos: o humanista, o conceitual, o artista e, o mais raro de todos, o interdimensional. Todos eles têm comportamentos similares, mas também há notáveis diferenças entre si. De seguida, relataremos três experiências reais relacionadas com as Crianças Índigo. Uma com um artista, outra com um humanista e a última com uma criança conceitual.

O artista - história de uma missão

Travis é uma Criança Índigo do tipo “artista”, com um extraordinário talento musical. Aos 4 anos, fez a sua primeira apresentação em público com a peça *La Mandolina*. Aos 5 anos organizou uma banda infantil e, depois de ganhar um concurso nacional de música aos nove anos, a banda gravou o seu primeiro CD. Com 14 anos, produziu o seu primeiro álbum como artista solo, que se manteve dentro dos 10 primeiros *hits*. Os críticos de música consideravam Travis como o Mozart da *Mandolina*. O sucesso seguinte aconteceu durante um dos seus concertos:

O meu esposo e eu fomos assistir ao concerto especificamente para ouvirmos Travis perante uma audiência de aproximadamente 3.000 pessoas. Quando entrei nos lavabos, escutei uma conversa entre duas mulheres. Uma dizia à outra: "Vim porque o meu esposo insistiu, dizendo-me que me faria sentir melhor". Enquanto as escutava, percebi que a mulher acabara de ter um bebé. Tinha-o perdido duas semanas depois de nascido, e ainda continuava usando roupa de maternidade. O meu coração sentiu uma pontada de pesar. Quando Travis voltou ao palco, tocou uma peça que havia escrito aos 9 anos. "Seguir Adiante" falava sobre a morte do seu avô, das muitas experiências de vida e da forma como, com a ajuda de Deus, nós devemos seguir adiante. O concerto terminou com uma grande ovação - o meu olhar dirigiu-se para a jovem mulher que eu tinha visto nos lavabos. Ela estava junto de Travis e dizia-lhe com lágrimas nos olhos: "Essa sua canção ajudou-me a curar-me. Obrigada, estou muito grata por ter vindo". Travis agradeceu-lhe e, quando partiu, virou-se para a sua violonista e disse jovialmente: "Está bom, é disso que se trata". O meu coração inflamou-se de novo - enviando vida para todo o meu corpo. Travis continua a tocar e compoendo aos 17 anos. Verdadeiramente, uma pequena estrela índigo cumprindo a sua missão.

O humanista - uma história de disciplina familiar

Todd é uma Criança Índigo do tipo "humanista". Enquanto visitava a sua avó ocorreu um desagradável incidente, pois ela tinha sobre a cama uma boneca com feições chinesas, que tocava música, um presente do seu esposo. Como o semblante da boneca recordava a Todd algo do seu passado, ele pegou na boneca e - com grande fúria - bateu com ela até fazê-la em pedaços. A avó estava assustada - Todd tinha somente 4 anos e não parecia sentir-se culpado. Tentando manter a compostura, a avó perguntou ao menino:

"Qual é seu brinquedo favorito?" O meu carro de polícia, respondeu o menino.

A avó replicou: Posso ir à sua casa agora e destruir o seu carro de polícia?

"Não", respondeu Todd, com olhos cheios de assombro.

Bem, esta é a casa do seu avô e minha, e nós não estragamos as coisas de propósito, cá em casa. Queremos que a nossa casa seja uma casa feliz, portanto, se você fosse a avó, o que diria a Todd neste momento?

Depois de pensar um pouco Todd respondeu: "Preciso de tempo para pensar".

O menino fechou-se num quarto, longe da festa que já começava. Em pouco tempo, a avó entrou nesse quarto e falou com ele sobre a raiva, o medo e as expressões positivas, (tudo isto numa linguagem para uma criança de 4 anos, claro).

O que aqui vemos é um Índigo humanista (que ama as pessoas e a liberdade), que elege um tempo para ficar só, ainda muito jovem. O retiro voluntário que Todd escolheu era a compensação justa pelo seu comportamento incorrecto. A avó tem agora uma linda boneca com rosto de anjo, um presente de uma amiga... e o rosto da boneca é de pano!

O conceitual - uma história sobre a escola e a necessidade de troca

Tim é um jovem de 12 anos, que veio ao meu consultório com a sua frustrada mãe. O pequeno não queria ir à escola, pois não considerava importantes as horas que passava ali e, particularmente, não gostava das aulas de inglês (creio que a intenção da mãe era que eu o convencesse a voltar à escola). Tim é uma Criança Índigo do tipo "conceitual", e muito enfiado no mundo dos computadores. Quando lhe perguntei: "Por que não quer voltar à escola?", ele respondeu: "A professora é muito estúpida. Quer que eu leia *Huckleberry Finn*"¹. Respondi que ele talvez fosse ser mais inteligente que alguns professores, mas que, ainda assim, poderia aprender algo com eles. Disse-lhe também que o inglês é uma matéria básica na escola, e que havia muitos outros meios para aprender inglês. Perguntei-lhe, então, como ia ele resolver a situação. "Imediatamente", respondeu Tim. E contou-me que ele e outros amigos que estavam na mesma situação tinham criado um grupo para estudar inglês, depois de sair do colégio. Não estavam interessados em *Huckleberry Finn*; usavam a Internet e estavam à procura de alguém que os supervisionasse durante esse tempo, enquanto outros continuassem a assistir às aulas.

Comentei que era uma ideia excelente, enquanto a mãe me olhava com a boca aberta, quando lhe sugeri que apoiasse essa solução, ajudando o filho a encontrar um professor voluntário. Tim sentiu que, finalmente, alguém o entendia, e seu corpo relaxou-se. Ainda que isto não tenha resolvido por completo os problemas académicos de Tim, ele conseguiu substituir as aulas de inglês do colégio pelas supervisionadas na Internet, e está a assistir às aulas. Tim é um garoto brilhante.

As ideias conceituais sinalizam o começo de uma mudança na nossa estrutura académica rígida e muitas vezes autoritária, a qual não ajuda o pensamento iluminado de um Índigo.

A mãe de Tim converteu-se numa grande activista da reforma educacional.

¹ - Livro do escrito norte-americano Mark Twain.

Mais inteligentes do que nós?

Dentro da discussão sobre os Índigo, outros fenómenos estão a ocorrer. Todos os pais querem pensar que o seu filho é mais inteligente do que o normal. Os relatórios actuais confirmam que assim é. Que as mães não fiquem loucas! A norma parece ter mudado, apresentando um novo paradigma na avaliação das crianças.

Você sente que o seu filho ou filha é, realmente, mais inteligente do que você foi ou do que foram outras crianças que você criou? Talvez a condição de "inteligente" tenha sido diagnosticada no passado como um problema, quando na realidade é uma vantagem. Poderiam os "inteligentes" estar a causar uma disfunção? Como se pode saber? Estarão as escolas preparadas para crianças inteligentes? (posso pensar que instintivamente, você acredita que sim).

Serão as Crianças Índigo mais inteligentes do que a maioria de nós, seus pais, fomos na mesma idade? É por isso que as Crianças Índigo, ou como queiram chamá-los, vêm com uma nova inteligência e sabedoria?

Existe evidência de que as crianças de hoje estão melhor equipadas mentalmente e que as escolas não estão preparadas para as receber.

É muito comum escutar os lamentos de que as capacidades educativas das crianças estão a decair e que as escolas estão a fracassar na preparação destas crianças para afrontar as situações críticas da vida. Por outro lado, estudiosos de psicoterapia descobriram uma curiosa tendência que contradiz as reclamações: As pontuações de Q.I. (coeficiente de inteligência) mostraram uma elevação surpreendente nos últimos 50 anos, e as pontuações entre estudantes brancos e estudantes das minorias raciais estão a convergir.

Para discutir os atributos do Q.I. em relação à inteligência da Criança Índigo, temos a Dra. Virtue - que, além do seu grande interesse pelas crianças, é uma famosa escritora, autora do livro *The Lightworker's way and Divine Guidance*. Os seus profundos estudos científicos combinados com um pensamento metafísico, renderam-lhe o reconhecimento de várias revistas nacionais.

* * * * *

Uma dádiva ou um problema?

Por: Doreen Virtue, Ph.D.

Sabemos que as Crianças Índigo nascem trazendo dons divinos sob a manga. A maioria delas é filósofa por natureza, que reflecte sobre o significado da vida e em como salvar o planeta. Elas são inerentemente científicas, inventoras e artistas, mas a nossa sociedade construída com a velha energia, está a reprimir os dons naturais das Crianças Índigo.

A "Fundação Nacional para Crianças Dotadas e Criativas" é uma organização sem fins lucrativos, não sectária, cuja missão é ajudar estas preciosas crianças. De acordo com líderes desta organização, eles crêem que **muitas crianças dotadas são diagnosticadas erroneamente como crianças com "dificuldade de aprendizagem"** e estão a ser destruídas pelo sistema educacional público convencional.

Muitas destas crianças dotadas estão a ser classificadas como sofrendo de Desordem de Deficiência de Atenção (ADD) e muitos pais não se dão conta de que o seu filho pode ser uma criança superdotada.

As seguintes características podem ajudar a identificar uma criança dotada:

Tem grande sensibilidade.

Tem energia em excesso.

Aborrece-se facilmente - mostrando períodos curtos de atenção.

Precisa de adultos emocionalmente estáveis e seguros ao seu redor.

Podem resistir à autoridade, se esta não está democraticamente orientada.

Prefere outras formas de aprender - a leitura e a matemática particularmente.

Pode frustrar-se facilmente porque tem grandes ideias, mas poucos recursos ou pessoas dispostas a ajudar na sua realização.

Aprende facilmente num nível exploratório e resiste a aprender de memória ou somente escutando.

Não fica muito tempo sentada, a menos que esteja absorva com um tema do seu interesse.

É muito compassivo e tem muitos temores, como a morte ou a perda dos seus seres queridos.

Se experimentar fracassos em tenra idade, pode desenvolver bloqueios de aprendizagem permanentes.

* * * * *

Kathy McCloskey Ph.D., é outra dos 4 cientistas conselheiros neste livro sobre as Crianças Índigo, com uma grande experiência e com estudos de casos, a sua contribuição é altamente apreciada.

* * * * *

As poderosas Novas Crianças

Por Kathy McCloskey, Ph.D.

Durante o último ano realizei provas sociológicas no centro de atenção mental de minha comunidade, com três crianças, que claramente são Crianças Índigo. Os três foram-me remetidos por uma psicóloga infantil, confusa com as informações dos seus pais e professores sobre a conduta e problemas de atenção das crianças, embora no seu consultório não os demonstrassem. Os adultos afirmavam que estavam “fora de controlo”, em casa, como na escola, ou em ambas. Ainda que a psicóloga tratasse os seus pequenos clientes com amor e respeito, recusou-se a levar em conta estas informações e preferiu solicitar uma prova formal.

A primeira paciente que remeteu para mim foi uma adolescente de 14 anos - que tinha utilizado o carro dos pais sem permissão e, sem ter carta de condução, dirigiu-se a um centro comercial “24 horas”. Esta menina tinha repetido um ano escolar devido ao seu baixo desempenho académico. Ademais, os seus professores e companheiros de turma tinham-na posto de lado, devido ao seu acelerado desenvolvimento físico e ao peculiar estilo de fazer confrontos permanentemente. A menina não deixava os seus pais ganharem uma discussão, e eles estavam para ficar loucos.

Nos testes de Q.I. (coeficiente de inteligência), a menina obteve 129 pontos em capacidades verbais e 112 em capacidades visuais - especiais (abaixo de 69 é deficiente; 70-79 é o limite de deficiência; 80-89 é um médio baixo; 90-109 é a média normal; 110-119 é a média alta; 120-129 é superior; de 130 em diante é muito superior). A menina obteve uma pontuação superior em capacidades verbais para o nível de conhecimento baseado na aprendizagem escolar, e os resultados médios que obteve foram baseados na sua idade e nível escolar. Por outras palavras, a menina não mostrava áreas de deficiência, pelo contrário, a sua média era superior à das outras crianças da mesma idade em capacidades cognitivas baseadas no conhecimento escolar. Mas se, mesmo assim, tinha perdido um ano escolar - o que acontecera? Esta jovencinha estava a ser tratada com Retalina e Cylert, sem qualquer êxito (estas drogas são as mais prescritas em casos de deficiência de atenção). Os seus pais diziam que ela sempre tinha “sido assim” e que tudo o que lhe tinham receitado “não funcionava”. Mesmo assim, quando falei com ela, era evidente que estava a agir como um adulto inteligente, o seu rosto e os seus olhos revelavam-no. Ela parecia, para me expressar numa forma mais familiar, uma alma velha e sábia. O problema era que mais ninguém era capaz de reconhecer isso.

Amanda, a sua nova psicóloga conselheira e eu, através de muitos testes e entrevistas clínicas, pudemos vê-lo claramente. Assim, a jovem, graças a uma adequada intervenção dos pais, está agora numa escola especial de aprendizagem individual, o que não foi fácil. Os pais tiveram de solicitar uma bolsa para esta dispendiosa, mas muito eficiente, instituição. A menina conseguiu entrar e está a ir excepcionalmente bem. Os pais compreenderam quão especial ela era, levaram isso a sério e, agora, tratam a filha como alguém muito especial, como a menina Índigo que é.

O segundo menino que me foi enviado era um afro-americano de 9 anos, que tinha sido adoptado 3 anos antes por um casal afro-americano. Ambos os pais informaram que o filho era “hiperactivo”, porque nunca ficava sentado - movia-se continuamente e recentemente os seus professores tinham falado de um comportamento indisciplinado na escola, tal como responder coisas sem sentido, atrapalhar os companheiros, ficar em pé sem permissão, etc., etc. Os pais estavam preocupados que esse comportamento pudesse ser o começo de um desequilíbrio físico devido ao uso de drogas por seu pai biológico.

Também se questionavam se o comportamento do menino poderia ser o resultado da instabilidade doméstica que enfrentara nos seus primeiros anos, já que tinha entrado e saído de orfanatos e escolas durante quase toda a sua vida. Os professores recomendaram tratá-lo com os medicamentos para a hiperactividade, mas os pais quiseram primeiro saber, à luz da ciência, o que estava a acontecer, antes de submeter o menino a um tratamento tão drástico.

Não obstante, os resultados dos testes de Q.I. deste pequeno jovem mostraram níveis altos (116 e 110) nas suas capacidades verbais e de desenvolvimento, resultados que chegaram aos níveis de classificação dos dotados, além do facto de que, em duas provas de conhecimento das normas sociais e capacidades cognitivas abstractas, o menino tenha obtido uma pontuação considerada de níveis superiores.

A avaliação do seu desempenho escolar básico mostrava um nível bem alto em todas as matérias, o que sugeria que realmente ele era um menino prometedora. Supôs-se, então, que os resultados do seu desempenho escolar derivavam das suas capacidades presentes, muito mais do que o resultado do seu Q.I.. Isto acontece, por vezes, com crianças verdadeiramente dotadas que viveram em ambientes caóticos e cheios

de carências, como era caso deste pequeno jovem. É muito provável que as duas provas do Q.I. tenham sido mais representativas das suas capacidades e potenciais actuais.

Novamente, marcava-se uma criança com o selo de “Desordem de Atenção” (ADHD) quando, na realidade, neste caso em concreto, a pontuação do desempenho estava acima da média. E o novo problema real era que ninguém da escola o tinha notado; era óbvio que o menino interagira num nível de adulto muito inteligente, e o seu rosto e os seus olhos projectavam isso mesmo. Ele parecia uma “alma velha e sabia”.

Neste caso, o que se poderia fazer com o excesso de energia que o menino possuía? Os seus pais estavam a protegê-lo de uma estrutura familiar, com normas e expectativas (que o próprio menino estava a contribuir para criar). Permitiam ao garoto eliminar esta energia física (expressando-se fisicamente, repetindo coisas em voz alta, dando piruetas e saltando sobre um pé só, enquanto memorizava, contando histórias, etc.). Os pais concordaram em transmitir estes conselhos aos professores, mas passámos algum tempo a pensar a forma de lhes comunicar isso, não fossem eles julgar que os pais estavam a dizer-lhes como se deve ensinar.

O terceiro e último caso que me remetera foi um menino afro-americano de 8 anos que parecia mais maduro que a sua idade. O menino vivia com a sua mãe biológica, o seu padrasto e um irmãozinho de 18 meses. O menino foi trazido à consulta pela sua mãe, depois de ter sido levado para casa pela polícia, por duas vezes, ao escapar do colégio, querendo chegar por conta própria à sua mãe. Também tinha dito à mãe que queria morrer e que em breve se suicidaria. Quando alguém lhe perguntava o que pensava fazer, limitava-se a olhar para o chão fixamente.

Este pequeno homem, juntamente com o seu irmãozinho, realmente comoveu-me. De alguma maneira sentia que as minhas duas experiências anteriores, com as Crianças Índigo superdotadas, tinham-me preparado para atender estes dois meninos, sentados no meu consultório.

O menino de 8 anos olhou-me calmamente nos olhos dizendo-me que a vida não valia a pena ser vivida se a mãe não pudesse demonstrar-lhe o quanto o amava. Disse-me que era uma pena que tivesse de estar aqui. O seu pequeno irmão tinha a mesma expressão de adulto no rosto e olhos, e, ainda que relativamente precoce na sua linguagem, só virou a cabeça, olhando-me fixamente. Podia jurar sob uma estante cheia de bíblias que aquele menino, através da sua atitude, estava a dizer-me que não ia revelar os seus segredos!

De acordo com a sua mãe, o menino mais velho cuidava com frequência do seu irmãozinho sem que ninguém lhe pedisse, e parecia saber o que fazer sem que ninguém o houvesse ensinado. Mesmo assim, excluindo esta atitude amável, esta criança era “o terror”. Dizia a sua mãe que, desde a pré-primária, era fisicamente “hiperactivo”, sempre a responder mal-educadamente e a querer fazer as coisas à sua maneira. Também era manipulador, como se soubesse como as pessoas querem ser percebidas e, então, começava o jogo. Dois anos antes, a mãe tinha-o levado a um terapeuta, mas não continuou quando viu que o menino tinha melhorado. Agora, nada o fazia comportar-se bem, pelo que, definitivamente, queria iniciar o tratamento com Retalina. Informou, ainda que esse filho mais velho acreditava que ninguém o amava, ainda que ela o amasse profundamente. Confessou que cuidar do seu filho menor tomava todo o seu tempo, e que o seu esposo não colaborava muito com o cuidado do bebé. Retirando isso, eles tinham mudado de escola pelo menos uma vez por ano, nos últimos 4 anos, por questões de trabalho do seu esposo. A mãe não ficava em casa, já que por necessidades económicas tinha de trabalhar. Ela queria que o marido tomasse parte activa na criação dos filhos, sobretudo porque o mais velho sentia falta do pai verdadeiro, que, durante os últimos anos, tinha entrado e saído da prisão sem ter contacto algum com o filho.

Este pequeno de 8 anos obteve um resultado de criança dotada de 130 na avaliação do seu Q.I. em todas as provas de capacidade e somente tirou uma percentagem média nas provas de escolaridade na área de escrita (as outras provas estiveram acima dos resultados superiores). A sua aprendizagem escolar tinha sido muito problemática nos últimos anos, os professores e a mãe notavam que ele não prestava qualquer atenção nem na escola, nem em casa, e, é claro, certamente não era o filho/estudante ideal. No entanto, os resultados das provas de Q.I. mostravam resultados que somente apareciam uma vez em 10.000 crianças da mesma idade.

A primeira vez em que entrevistei o menino, pude sentir o que, tanto os professores como os pais, sentiam quanto tinham de se relacionar com ele. Ele entrou no consultório e começou a abrir todas as caixas, olhando e examinando tudo o que via, apesar dos meus repetidos pedidos para que se sentasse. Contendo-me, dirigi-me a ele calmamente e, tratando-o como um adulto, disse-lhe que me sentia muito ferida em ter alguém no meu consultório a bisbilhotar as minhas coisas sem a minha permissão. Disse-lhe que me sentia como se não gostasse dele e como se ele não me respeitasse. Perguntei-lhe se alguém já tinha mexido nas suas coisas sem a sua permissão, e ele relatou duas situações, uma vez na escola e outra em casa. Então, desculpou-se, eu aceitei as suas desculpas e demos as mãos como bons amigos.

A partir deste momento e durante minha interação com ele, nunca mais se comportou de maneira incorrecta. Sempre esteve atento, amável, e trabalhou duro durante as provas. A palavra-chave com este jovem cavalheiro era **respeito**. No entanto, ninguém parecia reconhecer quem ele realmente era.

No momento em que escrevemos estas linhas, (a terapeuta e eu), estamos tratando de encontrar a maneira mais adequada de apresentar os resultados das provas aos seus pais, pois não queremos que eles se sintam culpados pelos problemas do filho, e sabemos a grande pressão pela qual a sua mãe está a passar. Mas são os pais que devem mudar o meio ambiente para poder ajudá-lo a superar as limitações diárias das suas expectativas.

Resumindo, existem duas maneiras de identificar as Crianças Índigo:

1) se a Criança Índigo foi identificada como “criança problema”, é importante fazer um teste de Q.I. (coeficiente intelectual). Ainda que os resultados das provas em todas as Crianças Índigo não mostrem necessariamente os resultados de “dotados”, a maioria delas exibe pelo menos uma área do seu Q.I. superior à média. O desempenho escolar básico frequentemente está dentro da média.

2) se uma criança foi diagnosticada com o síndrome de desordem de atenção (ADHD), existe uma grande probabilidade de que se trate de uma Criança Índigo.

Procure os comportamentos desorganizados que os outros confundem com desordens de atenção (DHD).

As Crianças Índigo sempre são consideradas como hiperactivas, problemáticas, que não gostam de escutar, **porque os sistemas tradicionais, como as ordens directas, não funcionam com elas.**

Trabalhar com Crianças Índigo é como trabalhar com nós mesmos – as lições que eles ensinam são óbvias; eu não fui uma psicóloga “oficial” interagindo com estas crianças e me senti gratificada por poder usar a força da minha “experiência” para fazer as trocas adequadas. Ademais, precisamos de mais pessoas como Amanda, que reconhece que as coisas não são como parecem com estas crianças. Sinto-me privilegiada em ter ajudado Amanda com estas 3 crianças e sinto grande respeito por serem tão poderosas.

Comentários dos professores e autores:

A maioria das pessoas que conhecemos que estão a trabalhar com crianças, fazem-no na retaguarda – eles são professores, com décadas de experiência, que trabalham com crianças e nos contam o assombro que é ver, dia a dia, as mudanças que estão a fomentar

Aos pais queremos dizer que há esperança. Muitos professores que ensinam os seus filhos, estão conscientes das mudanças. A parede que você tem de ajudar a romper no sistema educativo é o sistema em si, não necessariamente as pessoas que estão dentro dele. Estes profissionais não podem dizer-lhe isto directamente, mas quando saem dos seus escritórios, a frustração é visível nos seus rostos. Eles sabem o que você está a dizer, mas não têm um modelo sobre o qual possam trabalhar e não podem fazer nada sobre isso.

No Capítulo 2 daremos mais informação acerca do que você pode fazer pela educação, na sua própria casa. Mas, agora, queremos apresentar-lhes Debra Hegerle, uma professora assistente da Califórnia. Ela é uma daquelas que está a trabalhar na retaguarda. Escutem as sábias palavras desta professora – ela não estuda os Índigo, ela vive com eles diariamente. Como muitos de vocês, ela também tem um Índigo em casa.

* * * * *

Crianças Índigo

Por Debra Hegerle

Tenho um filho Índigo de sete anos. Trabalhei como assistente da professora da sua classe durante a pré-escola, no jardim da infância e agora no primeiro grau, e observei suas interações com Índigos e não Índigos de todas as idades. Tem sido interessante! Com efeito, pôr tudo por escrito foi um desafio, porque as crianças têm muitas subtilidades.

Os Índigo processam as suas emoções de forma diferente dos não-Índigo, porque têm uma elevada auto-estima e forte integridade. Podem ler você como a um livro aberto e, rapidamente, notar e neutralizar qualquer intenção oculta de os manipular, ainda que você o façam subtilmente. Com efeito, podem ver as suas intenções ocultas, inclusive quando você mesmo não as vê!

Inerentemente, têm uma forte determinação de trabalhar as coisas por si mesmo, e somente pretendem uma baliza exterior, se ela lhes for apresentada com respeito e num formato democrático. Preferem resolver as situações por eles mesmos. Vêm a este mundo com as suas intenções e dons facilmente identificáveis desde o nascimento.

Podem absorver conhecimento como se fossem uma esponja, especialmente se gostam ou se sentem atraídos por um tema, o que faz com que se adiantem muito nas suas áreas de interesse. Experimentar a vida ajuda-os a aprender melhor, sendo assim que criam as experiências que os ajudam com o problema actual ou com a área em que precisam crescer. Respondem melhor quando são tratados com o mesmo respeito com que se tratam os adultos.

Não somente são mestres em captar intuitivamente as intenções ocultas ou motivos, mas também são mestres em fazer com que estas intenções regressem às pessoas que as usam, especialmente os seus pais. "Apertar o Botão" psicologicamente faz com que, com frequência, sejam tidos como inconformistas. Se notam que existe um motivo oculto atrás do seu intento para que eles façam algo, resistirão com força e sentirão que é perfeitamente justificado fazê-lo assim. Do seu ponto de vista, se vocês não cumprem com a vossa parte na relação, eles podem desafiá-los em relação a isso.

Quando os chamo de bons "Pressionadores de Botões", o que realmente queria dizer é que eles trabalham connosco, os adultos, para nos ajudar a reconhecer os nossos apegos e os padrões antigos e subtis de que nos servimos para os manipular. Assim, se você recebe, constantemente, a resistência de um Índigo, reveja-se primeiro. É possível que ele esteja a segurar um espelho diante si e a pedir, de forma inconformista, a sua ajuda para encontrar novas fronteiras, sintonizando as suas próprias atitudes ou talentos, ou passando ao nível seguinte de crescimento.

Os Índigo têm capacidades inatas de cura que, normalmente, estão activas; no entanto, pode ser que não saibam que estão a utilizá-las. O mais espectacular que observei foi como formam grupos, ajustando-se e acomodando-se, especialmente em torno de outra criança que poderia estar doente ou mal-humorada - sentando-se e misturando o seu campo de energia com o dessa criança. Com frequência, faziam isso aos pares, mas, por vezes, formavam grupos e sentavam-se em padrões triangulares formando um diamante. Não faziam isso de maneira óbvia, mas subtilmente. Quando terminavam, iam fazer outra coisa.

Era surpreendente. Agiam delicadamente mas não queriam discutir: em alguns casos, nem sequer eram conscientes do que estavam a fazer, ou por quê. Era tão natural para eles que, se uma criança precisava de algo dos Índigo, eles simplesmente iam, sentavam-se perto deles por um instante, sem necessidade de dizer nada, e logo se distanciavam.

Outra coisa interessante era que, durante o ano, os Índigo passavam por períodos de atracção e repulção entre si, ou por períodos nos quais realmente precisavam da companhia dos outros, e depois não precisavam mais. Não possuía uma clareza total sobre isso, mas parece coincidir com o seu desenvolvimento individual. A proximidade ou preocupação que eles tinham uns pelos outros, não se perdia durante os períodos de separação, embora não voltassem a estar juntos, até que tudo estivesse bem entre eles.

Agora, contarei uma pequena história relacionada com meu filho Índigo. Permitam-me alguns antecedentes: o meu marido e a sua família são sino-americanos do norte e eu sou de ascendência alemã/finlandesa. A família dele dá grande importância à educação e as crianças crescem com uma forte necessidade de êxito nesse campo. Isto, por vezes, aparece nos filhos sob a forma de quem é o melhor, mais inteligente e mais rápido. O meu esposo e eu estamos de acordo em não participar nestas competições, mas tal não evita que elas aconteçam ao nosso redor. Para piorar, considerem que, dos cinco netos, o meu filho é o único menino, o que significa que é o herdeiro. Assim, creio que já têm um quadro bastante claro das correntes subterrâneas.

Estava com meus "sogros" no dia de Natal, e o meu filho, que tinha quase 4 anos na época, estava a mostrar o seu Falcão Milénio (um jogo de "Guerra nas Estrelas" para crianças de 6 anos) que nós lhe demos, naquela manhã. Era o modelo gigante, que se abria e, por dentro, tinha todo tipo de pequenos compartimentos, parecidos, mas não de formas iguais. Ele não estava interessado nesta parte do jogo naquele momento; somente estava interessado em fingir que voava e disparava os foguetes - vivendo as suas fantasias. Um dos seus tios pediu-lhe o jogo para brincar com ele, e começou a tirar todas as portas dos pequenos compartimentos. Entregou-as empilhadas ao meu filho e o perguntou: Você consegue colocá-las outra vez?

Era uma partidinha! Todas as portas tinham a mesma cor, e as diferenças de forma e tamanho eram muito subtis. Ah, e o tom da voz que usou - como se a manteiga não fosse derreter na sua boca. Esse tio tem três filhas e uma enorme montanha de programações pessoais, por isso a sua acção não foi uma surpresa total. Mas... adoro completamente o que aconteceu em seguida.

Comecei a intervir. O meu filho virou a cabeça e olhou-me com a morte nos olhos, com uma expressão que nunca esquecerei. Olhou-me para ver o que eu ia fazer, e no instante em que leu as minhas intenções, que eram de uma Mãe Leoa - não deixarei que isso aconteça a meu filho - respondeu com a mesma rapidez. Dirigiu-me um olhar que dizia: "Deixe, mãe, eu encarrego-me disso", e senti como a energia se elevava quando pegou em toda a habitação. Todos deixaram de falar e voltaram-se para vê-lo. Ele, com

calma, disse ao tio: “Eu não sei, nunca o fiz antes, deixe-me ver.” E começou a colocar as coisas em seu lugar, com rapidez e precisão!

Quando terminou, a energia voltou a elevar-se. Olhou como se fosse perguntar, “Que tal?”. Simplesmente sorri e disse: “Bom trabalho”. Todos os que estavam ali captaram o significado duplo, incluindo o tio, que desde então, nunca mais voltou a fazer algo assim ao meu filho ou a qualquer outra criança na minha presença.

Naquela noite não se fizeram comentários directos sobre a situação. Cada um sabia o que precisava, individual e privadamente, cada um recebendo a sua própria lição - tudo porque este pequeno resolveu aprender por si mesmo.

Os Índigo nascem mestres - todos e cada um! Temos de compreender que eles esperam que todos façamos o que eles fazem naturalmente, e se não é assim, continuam a pressionar os nossos botões, até o fazermos bem - ou seja, até que nos tornemos mestres das nossas próprias vidas. Assim que, quando o meu filho fez a sua parte, ensinou a todos os que estavam ali uma lição silenciosa, incluindo a ele mesmo.

Para mim a lição foi: “Deixá-lo ir; apesar da sua idade, ele é capaz. Permaneça atenta e observe o processo.” O processo, neste caso, foi muito interessante. Ele mediu a situação com rapidez e precisão, e decidiu a sua resposta baseando-se no que desejava vivenciar. Depois de se assegurar que tinha apoio, escolheu confrontar directamente a pessoa e, nesse ponto, imediatamente chamou todas as energias de que precisava para completar a tarefa. Depois, deixou-as ir com a mesma rapidez e voltou aos seus afazeres.

Fui testemunha de muitas situações similares, que ele ou outros Índigo manejaram da mesma forma. Mediram a situação e logo escolheram a acção baseados no que desejam experimentar no momento. Os únicos ajustes neste padrão que observei, devem-se ao tipo de apoio que obtiveram. Num meio ambiente seguro, eles empregaram este padrão consistentemente.

A segurança é muito importante, porque todas as crianças precisam sentir-se seguras para explorar plenamente o seu universo. Para os Índigo, a segurança significa que está certo fazer as coisas de maneira diferente. Dar-lhes este tipo de espaço é a melhor coisa que podemos fazer pelas crianças e por nós mesmos.

* * * * *

Robert Gerard, Ph.D., é um conferencista, visionário e curador. Como editor, foi proprietário da *Ough-ten House Publications* durante muitos anos. É autor de *A Senhora da Atlântida (Lady of Atlantis)*, *The Corporate Mule*, e *Handling Verbal Confrontation: take the fear out of facing others*.

Actualmente está a viajar promovendo o seu último livro, *DNA Healing Techniques: The How-To Book on DNA Expansion and Rejuvenation*.

Robert oferece seminários práticos sobre as técnicas de cura do DNA e encontra-se disponível para conferências ou *workshops* em qualquer parte do mundo.

Cansado de escutar que as novas crianças são um problema, Robert soube intuitivamente que tipo de filho tinha, e teve a sabedoria de enfrentar o seu desafio. Portanto, a sua Criança Índigo não foi um problema, mas uma bênção! Jan e eu descobrimos que isto é uma constante: as crianças ou atacam as paredes que ameaçam ruir, ou são a alegria central da família! Não seria justo se o nosso trabalho neste livro não reflectisse isso.

Emissários do céu

Por Robert Gerard

Para mim, ser pai da minha filhota de sete anos e meio foi uma bênção, porque ela ofereceu-me uma grande quantidade de experiências extraordinárias que eu considero como uma prenda da vida, como um despertar. Disseram-me muitas vezes que ela é uma das muitas Crianças Índigo enviadas a este planeta. Falando como profissional e, também, como pai, posso dizer que as Crianças Índigo são reais e especiais, e precisam que as entendamos.

Um pai carinhoso, de olhar meigo e coração aberto, sabe que estas crianças nos trazem uma prenda de iluminação e recordações. Estes pequenos fazem-nos manter centrados no momento presente e recordam-nos que devemos brincar, rir e ser livres. Eles olham-nos nos olhos para podermos ver, de novo, como éramos na nossa infância. Eles parecem saber o que se passa nas nossas vidas e, subtilmente recordam-nos o nosso destino espiritual.

À medida que as Crianças Índigo estiverem livres das pressões de poder dos seus pais e das distrações sociais, poderão avançar sem impedimentos, e fazer a sua parte.

Samaria Rosa, minha filha, tem o hábito de nos confrontar, a mim e à minha mulher, cada vez que discutimos e não estamos em harmonia. Como outras crianças nascidas em finais de década de 80, Samaria

(que significa “de Deus”), veio a este planeta com um propósito bem definido, trazendo intrincadas mensagens todos os dias - Os Índigo vieram para servir o planeta, os seus pais e os seus amigos, como emissários do céu e portadores de sabedoria - se os escutarmos.

O que significa o termo Índigo, para mim? A resposta mais simples poderia ser a de que a minha filha é uma pessoa com quem se convive facilmente. Depois de criar outros três filhos, hoje já adultos, posso dizer honestamente, que Samaria veio com um nível diferente de conhecimento. As Crianças Índigo podem ser adoráveis e fáceis de manobrar. Muitas delas brilham como sábios com olhos poderosos. Vivem profundamente o Agora, parecem estar sempre felizes, são muito espirituais e têm a sua própria agenda.

Para mim o termo “Crianças Índigo”, refere-se a emissários especiais enviados do céu pelo criador (pai - mãe) com uma profunda intenção. As Crianças Índigo trazem-nos mensagens subtis, que estão para lá da nossa compreensão.

Olha bem para estas crianças, escuta a sua mensagem e segue-as. Esta é a forma como elas nos ajudam a encontrar a nossa verdade, o nosso propósito e a nossa paz. Olha-os nos olhos. Abençoadas sejam as nossas Crianças Índigo. Elas sabem exactamente o que vieram obter neste planeta.

Eu apoio este fenómeno - não só como pai, mas também como conselheiro. A maioria das Crianças Índigo vê anjos e outros seres etéricos. Algumas vezes eles descrevem detalhadamente o que vêem - isto não é imaginação - é explicação. Entre elas, as Crianças Índigo falam abertamente sobre o que vêem, até que alguém as desanima. Felizmente que, cada vez mais gente está mais aberta a ouvir estes emissários. As nossas fantasias sobre as crianças estão a ser substituídas por curiosidade e confiança.

As Crianças Índigo ficam fascinadas com a precisão e a forma como as pessoas interagem. Perturbam-se facilmente quando as coisas, especialmente a conversação, estão fora de sincronia. Muitas pessoas têm dificuldade em relacionar-se com estes emissários porque se aproximam deles com crenças e regras que as crianças não partilham.

Quando você era criança, quantas vezes ouviu a pergunta vergonhosa: “O que queres ser quando fores grande?”; instantaneamente você projectava-se numa ocupação ou actividade futura. Perguntar: “O que queres ser?” é uma violação, uma interferência de ser e estar no momento presente. As crianças são o que precisam ser. São eles mesmos. Deixemo-los ser para que possam ser exactamente o que são.

Os problemas que as Crianças Índigo podem experimentar

Explorei alguns dos atributos positivos das Crianças Índigo, mas, de seguida, mostrar-lhes-ei três complicações destas crianças, das quais fui testemunha, tanto profissional como particularmente.

Elas solicitam muita atenção e sentem que a vida é demasiado valiosa para a deixar passar. Querem que as coisas aconteçam, e frequentemente forçam uma situação a fim de alcançar as suas expectativas. Os pais caem facilmente na armadilha de “fazer coisas” pelo seu filho, em vez de desempenhar o papel de exemplo e de partilhar com a criança. Uma vez que isto aconteça, pode apostar que terá sempre a criança perto de si, como se estivessem unidos por uma corda.

Estes emissários podem chegar a perturbar-se emocionalmente por quem não entenda o fenómeno Índigo. Eles não conseguem entender como é que outros operam em tantas áreas menos no amor. São extremamente vivos e querem ajudar outras crianças precisadas, mesmo que a sua ajuda seja repetidamente rejeitada. Na juventude têm dificuldades para se adaptarem a estas outras crianças.

Frequentemente, as Crianças Índigo são diagnosticadas como crianças com desordens de atenção ou alguma forma de hiperactividade. Certamente, em muitos casos o diagnóstico é válido, baseado em causas químicas e genéticas, mas que dizer daqueles casos que são mal interpretados só porque a ciência não aceita como sendo terapêuticamente importante focar a atenção no espírito e no reino etérico destas crianças? Conversei com crianças e adultos que parecem ter desordens de atenção ou serem hiperactivos, nos quais observei padrões de pensamento focados no reino espiritual e etérico. Estes Índigos, classificados como possuidores de desordens da atenção, não podem relacionar-se consistentemente com a mente linear ou objectivos lineares. Isto não é um défice, mas sim uma característica muito valiosa. Se lhes proporcionarmos um diálogo criativo, no qual eles possam expressar as suas actividades de modo seguro, e se lhe oferecermos orientação espiritual ao seu reino criativo, teremos a chave para tratar as desordens da atenção (hiperactividade).

A denominação de hiperactivo ou possuidor de desordens da atenção pode chegar a ser mais traumática para uma pessoa, do que o sintoma em si. Isto pode fazer com que a pessoa negue as suas próprias capacidades internas e as subestime. Deve-se ter um especial cuidado antes de classificar alguém nesta categoria, e evidentemente que não se deve iniciar nenhum tratamento sem que o paciente tenha sido investigado exhaustivamente.

Virá ao nosso planeta uma geração posterior de Crianças Índigo?

Como pais e como adultos, valorizamos os emissários que o criador Pai/Mãe nos enviou?

Estamos preparados para ouvir?

Não podemos negar que eles chegaram a este mundo com uma consciência mais bem equipada para enfrentar a realidade que partilhamos. Permaneçamos, todos nós, puros de coração e abertos de espírito, e aceitemos os presentes que nos trazem estes emissários do céu.

Capítulo 2

O que é que você pode fazer?

À medida que lê as opiniões expressas neste capítulo, queremos que tenha presente que os autores (colaboradores) não se conhecem. Contudo, notará que há um consenso de opinião entre eles, como se eles se conhecessem realmente. Sabemos que, quando se reúnem respostas vindas de várias origens, isso normalmente reflecte uma experiência humana comum, que produz soluções válidas.

Vamos discutir agora, o que pode fazer com as Crianças Índigo, sob uma perspectiva de comportamento e sob o ponto de vista dos pais. Embora as experiências e os conselhos variem um pouco entre si, você irá encontrar grandes semelhanças. Antes, porém, quero partilhar consigo algo que deve saber.

Este capítulo está cheio de bons conselhos e experiências práticas, de peritos, professores e pais, os quais dão soluções para o que é actualmente chamado “o novo quebra-cabeças de como criar os nossos filhos”. No entanto, apesar disto, há pessoas que nos dizem que deveríamos saltar este capítulo ou, quem sabe, o livro todo; dizem-nos que, actualmente, não há nada que nós, os pais, possamos fazer para mudar as nossas crianças.

Por exemplo, a escritora Judith Harris, no seu livro *The Nurture Assumption*, argumenta que ... “os pais não têm um efeito a longo prazo no desenvolvimento da personalidade dos seus filhos”. Judith Harris acredita que o meio ambiente fora do lar, juntamente com uma predisposição genética, tem mais influência na vida da criança. As crianças absorvem os valores do exterior e combinam-nos com a predisposição de personalidade herdada. Estes dois elementos são os que, eventualmente estruturam a sua vida, enquanto que os pais são apenas simples espectadores neste desenvolvimento.

Naturalmente, nós rejeitamos esta teoria, contudo, publicamo-la para que você possa julgar por si mesmo. Por favor, leia o livro da senhora Harris, e analise se essa informação faz eco nos seus instintos de pai (e mãe).

Aqueles que contribuíram para este capítulo têm uma grande experiência, e encontraram as seguintes sugestões, como parte das soluções.

A seguir tem uma lista de 10 pontos básicos que aprendemos e experimentámos ao longo das nossas viagens.

1. Trate os Índigo com respeito. Honre a sua existência na família.
2. Ajude-os para que sejam eles mesmos a criar as suas próprias soluções disciplinares.
3. Dê-lhes oportunidade em tudo.
4. Nunca os despreze nem os façam sentir diminuídos.
5. Explique-lhes sempre o porquê de lhes dar ordens, não use a frase estúpida: “porque sou eu que digo”; se a usar, mas corrigir imediatamente, eles respeitá-lo-ão. Mas, se lhes der ordens sem razões válidas e de forma ditatorial, eles farão ao contrário e não lhe obedecerão. Mais: dar-lhe-ão uma longa lista de razões por que as suas ordens não são boas. Algumas vezes as razões que você tem podem ser tão simples como “porque isto me ajudará hoje. A verdade é que estou muito cansado(a)”. Honestamente, você ganhará mais do que nunca - as crianças pensarão nisso e o farão.
6. Converta-os em sócios da sua própria criação - pense bastante neste ponto.
7. Desde a mais tenra infância explique-lhes tudo o que está a fazer - eles não o entenderão, mas a sua consciência e o acto com o qual os honra, far-se-á sentir. Isto é uma ajuda muito eficaz para quando eles começarem a falar.
8. Se surgirem problemas sérios como hiperactividade e desordens da atenção, examine-os antes de lhes começar a administrar qualquer droga.
9. Proporcione-lhes segurança quando lhes oferecer apoio. Evite críticas negativas. Faça-os saber que você apoia sempre os esforços deles.
10. Não lhes diga quem eles são agora, ou quem virão a ser mais tarde - eles sabem-no melhor do que você. Deixe que eles mesmo decidam o que mais lhes interessar, não os force a fazer o que a família fez

durante gerações, seja uma profissão ou negócio. Estas crianças não irão ser absolutamente seguidoras de ninguém.

* * * * *

Actuando como guias

Nancy Ann Tappe

Entrevistada por Jan Tober (parte II)

P - Nancy, qual é o teu conselho para os pais de uma Criança Índigo ?

R - Conversem com eles. Trabalhem com eles nos seus acontecimentos em vez de lhes dizerem: "A resposta é não!". Estas crianças não aceitarão isto como resposta. Se lhes disserem: "Não, não podes fazer perguntas, essa criança sairá para a rua e descobrirá por ela mesma. Sentirão que vocês não têm a resposta.

P - O que aconteceria se lhes déssemos opções neste ponto ?

R - Têm de lhes dar opções. No entanto, primeiro devem dar-lhes uma explicação. Digam: "Quando tinha a tua idade, fiz tal e tal, e a coisa passou. Como lidarias com isso?" O que eles fazem frequentemente é que compreendem perfeitamente o processo. A minha filha fez isto dezenas de vezes com o seu filho, Colin. Podes sentar-te com eles e dizer-lhes: "Sabes, hoje tive um dia pesado, e na verdade, preciso da tua cooperação porque estou um bocadinho cansada. Se começares a pressionar-me, vou gritar. Não gostas que eu grite e eu não gosto de gritar. Sendo assim, aqui está o acordo: tu cooperas - ajudas-me - e quando terminarmos, saímos para comer um gelado." Depois, é melhor que se lembrem do que prometeram.

P - Sabe que o que está a dizer-me é muito interessante, porque soa realmente como um bom conselho, inclusivamente para os maridos, esposas ou amigos.

R - Claro que sim. Mas, para agir assim, implica que já refinámos as nossas capacidades de comunicação; já aprendemos. Estas crianças nascem com isso aprendido.

P- Então, eles ajudar-nos-ão a refinar a nossa forma de agir?

R - Pode apostar que sim, e farão com que sejamos honestos com nelas. Eles verdadeiramente têm um poder pessoal sólido - assim são os Índigo. Por vezes, é melhor dar-lhes o controlo. Se os isolares, pintarão as paredes; arrancarão o tapete do chão. Farão coisas destrutivas se os isolares do grupo. Se tens uma festa e os deitares cedo, não conseguirás ter uma festa tranquila - eles assegurar-se-ão que todos saibam que estão em casa. Não podes isolar o Índigo e obter a sua colaboração. Estas crianças exigem que pratiquemos verdadeiramente a vida familiar, e que não a idealizemos simplesmente. Eles dizem: "Eu sou um membro da família, e quero ter voto ". Fazem com que as nossas palavras sejam acompanhadas com actos.

Dar ordens não é eficaz. É neste ponto que falham os sistemas escolares, porque o sistema escolar tem regras absolutas, que não admitem desvios - "não perguntes, não digas". Estas crianças perguntam e dizem. Eles perguntam: "Porquê? Porque tenho de fazer isto?", ou "Se tenho de fazer, fá-lo-ei à minha maneira". Estas crianças têm as regras do nosso mundo ideal, não do nosso mundo real, e esperam realmente que nós sejamos pais. Esperam que nos sentemos e partilhemos um tempo de qualidade com eles. Pensamos que qualquer coisa que possamos dar é qualidade, mas eles têm outra opinião. Eles querem que estejamos presentes, e não esperam fazer as coisas só por as fazer. Desejam algum tipo de reconhecimento tangível. Igual ao dos adultos.

Os pais também deveriam recordar isto: Se vão estar com eles, estejam com eles. Estejam presentes com o corpo, porque eles sabem a diferença, ou então, digam-lhes: "Vou sair por um bocado", ao que a criança responderá: "Está bem. Comerei um gelado enquanto estás fora". As crianças não se importam, desde que os pais sejam honestos. É tudo o que pedem. A maior parte do tempo, os Índigo são muito colaboradores a esse nível, a menos que sejam pressionados - e aí, mantêm-se firmes. Eles acreditam em si próprios.

P - Que conselho dá aos professores que têm de trabalhar em conjunto com as Crianças Índigo e com as que não o são ?

R - Essa foi uma grande preocupação. Contudo, hoje em dia cada vez há mais Índigos, e o problema está a desaparecer.

P - Conhece alguns sistemas escolares que trabalhem verdadeiramente com Crianças?

R - O que mais se aproxima, especialmente aqui, nos Estados Unidos, é o Sistema Waldorf, que é uma versão da Escola de Rudolf Steiner. Durante a segunda Guerra Mundial, Steiner transferiu o seu trabalho da Alemanha para a Suíça, onde estabeleceu o seu sistema. (Ver mais à frente, neste mesmo capítulo, os sistemas escolares alternativos).

P - Que tipo de terapia aconselharia a uma Criança Índigo com transtornos?

R - Um bom psicólogo infantil. Infelizmente, muitos psicólogos não estão capacitados para lidar com os Índigo, porque a sua formação é a da psicologia infantil básica, tal como foi definida por Spock, Freud e Jung. Nada disso funciona com estas crianças - bem, uma parte funciona, mas não tão bem, porque estas crianças são diferentes, completamente diferentes. Penso que o melhor psicólogo para um Conceitual (ver capítulo 1), é um psicólogo desportivo, especialmente para os rapazes; para um Humanista ou um Artista, é um psicólogo comum. Um Interdimensional precisa de regras mais firmes, porque são muito abstractos, precisam mais de aconselhamento sacerdotal. Isto não é interessante?

Os nossos conselheiros têm de se submeter a grandes mudanças para conseguirem ajudar estas crianças, que é o que se está a passar. No passado, de muitas maneiras, um psicólogo esotérico era melhor porque empregava a seu sistema sensorial, a sua psique ou outra alternativa que os psicólogos comuns não usavam. Contudo isso está a mudar rapidamente e hoje em dia os psicólogos capacitados utilizam todas as ferramentas metafísicas existentes. Isto é realmente bom, e temos um montão de doutores que adopta estes meios alternativos.

* * * * *

Ser pais de uma criança índigo

Doreen Virtue, Ph.D.

Nos meus seminários e na minha prática diária, pais amorosos que se sentem frustrados com os seus filhos, pedem-me ajuda frequentemente. "Ele, simplesmente, não quer fazer os trabalhos de casa!" e "A minha filha não ouve uma palavra do que lhe digo!" são alguns dos comentários exasperados que oiço. Sou a primeira a admitir, como mãe e como psicoterapeuta, que criar uma Criança Índigo, não é a tarefa mais fácil - a menos que vocês elevem toda a estrutura do vosso pensamento relativamente à situação.

Não é necessário sermos psicólogos ou psíquicos para vermos o óbvio: herdámos o nosso comportamento de pais com os nossos próprios pais, os meios, e, inclusivamente, frequentámos aulas para pais. Infelizmente, todas estas fontes são produto da Velha Energia. Não funcionam em situações que envolvam a Nova Energia. E, lembrem-se: As Crianças Índigo são 100% Nova Energia.

O nosso trabalho como pais é proteger as nossas Crianças Índigo dos remanescentes da velha energia, e ajudá-las para que recordem sempre a sua origem Divina e a sua missão. Não nos podemos dar ao luxo de permitir que essas Crianças Índigo caiam na amnésia colectiva relativamente ao seu propósito - o mundo depende deles!

Assim sendo, o primeiro passo consiste em sermos flexíveis nos nossos pontos de vista e nas expectativas que temos em relação às nossas crianças. Afinal, por que é tão importante para nós que os nossos filhos tirem boas notas na escola? Não estou a insinuar, de forma alguma, que a educação não seja importante, no entanto, sejamos honestos: "Porque é que tens um desgosto quando o professor dos teus filhos te telefona a dar uma notícia negativa? Será que te faz recordar o tempo da tua própria infância, quando estavas com problemas?" Se for assim, na realidade não estás realmente desgostoso com o teu filho: Estás preocupado com o teu filho.

Por outro lado, talvez acredites que o teu filho precisa de uma "boa educação" para "ter sucesso" no mundo. Eu questionaria esta premissa, porque o mundo novo baseia-se em ideais completamente diferentes. No mundo novo, a integridade de uma pessoa (que se pode determinar telepaticamente, porque, dentro de poucos anos, todos nós recuperaremos as nossas capacidades psíquicas naturais) será o recurso mais importante na nossa folha de vida. A educação sem integridade será considerada sem valor pelos empregadores do futuro.

Ao ampliar os nossos pontos de vista e expectativas em relação ao comportamento dos nossos filhos, podemos enfrentar serenamente o facto de sermos pais. Admitamos, isto pode fazer-nos sentir um pouco inseguros e ameaçados. Como pais, o nosso instinto diz-nos que devemos proteger os nossos filhos; e, por

isso, automaticamente defendemos o direito deles a terem sucesso, embora, frequentemente isto possa significar lutas com eles, porque os pressionamos a fazerem os trabalhos de casa.

Esta é uma das primeiras gerações de pais de Crianças Índigo, como tal, estamos sujeitos a cometer erros. No entanto, a sua alma e a alma do seu filho acordaram encarnar juntas neste grande momento de mudança de milénio. Assim, a nível da alma, sabiam no que se estavam a envolver quando assinaram o contrato espiritual de serem pais de uma Criança Índigo. Perdoem-se a vós mesmos por assumirem esta difícil tarefa, e saibam que Deus nunca nos dá missões para as quais não estamos preparados para ter êxito.

* * * * *

Coisas a lembrar quando criamos Crianças Índigo

Kathy McCloskey, Ph.D.

1. Seja criativo ao estabelecer limites.

- Dê espaço para energia física adicional. Incorpore isto na maioria das situações (tais como ensinar, estabelecer limites e conseguir que se façam as tarefas caseiras).
- Permita que a resistência da criança estabeleça os limites, e não o contrário. Poderiam surpreender-se com o que um Índigo consegue fazer. Experimentem os limites de uma forma segura!
- Acima de tudo, peça à criança que o ajude a estabelecer os limites. De facto, muitos Índigos ficarão satisfeitos por serem eles a estabelecer os limites, com a ajuda do adulto.

2. Sem dar a estas crianças as responsabilidades do adulto, tratem-nas como adultos e companheiros.

- Dêem-lhes explicações de adultos, dêem uma palavra em todo o tipo de decisões e, sobretudo, muitas opções.
- Não lhes falem com superioridade. Escutem-nos! São sábios e saberão coisas que vocês não sabem.
- Respeitem-nos de todas as maneiras, tal como fariam com os vossos próprios pais ou alguém muito próximo, um querido amigo.

3 - Se dizem que as amam, mas tratam-nas com desrespeito, elas não confiarão em vocês.

- Elas não acreditarão que as amam se não as tratarem de forma amorosa. Todas as palavras do mundo irão cair em ouvidos moucos.
- A forma como conduzem a vossa própria vida e "administram" a vossa família, é uma evidência directa para a Criança Índigo saber se é amada ou não.

4 - Interagir com as Crianças Índigo é um trabalho e um privilégio.

- Eles descobrirão se os enganarem. Nem tentem sequer!
- Quando tiverem dúvidas, não questionem só as crianças, mas dirijam-se também a outros adultos que tenham experiências com Crianças Índigo.
- Não se esqueçam de tomar algum tempo para observar as Crianças Índigo a interagir entre si - aí há muito que aprender.

Não esqueçam: Elas não só sabem quem são, como também sabem quem vocês são. O rosto e o olhar das Crianças Índigo não enganam; são olhares muito velhos, profundos e sábios. Os seus olhos são as janelas dos seus sentimentos e da sua alma. Parece que não conseguem "fingir" como outros. Quando os lamentam, ficarão desiludidos convosco, e inclusivamente poderão questionar a "sabedoria" de vos haverem escolhido! Contudo, quando são amados e reconhecidos como tal, abrir-se-ão a vocês como ninguém!

* * * * *

Aborrecimento e honestidade

Debra Hegerie

Os Índigo são abertos e honestos - isto não é uma fraqueza, mas a sua maior fortaleza. Se não forem honestos e abertos com eles, eles continuarão sendo eles mesmos convosco, mas não vos respeitarão. Isto é algo sério com os Índigo, porque se alimentarão da sua integridade convosco, aumentando a vossa pressão com pressão, até que despertem para a realidade, recuem ou renunciem. Das três respostas, a de renunciar é a pior. Eles não respeitam aqueles que não trabalham no processo; abandonar significa que

não estão cumprindo com a vossa responsabilidade. Recuar está bem, porque demonstra que ainda estão a trabalhar no assunto, e eles respeitam isso. Se reconhecem o verdadeiro valor deste maravilhoso dom, as coisas terão um bom resultado, porque eles não esperam a perfeição em vocês; esperam que sejam honestos!

O aborrecimento pode provocar arrogância no Índigo, portanto, não deixem que se aborream. Se eles agem com arrogância, significa que precisam de um novo desafio e de novas fronteiras. Alimentar os seus cérebros e mantê-los ocupados, é a melhor forma de os ter afastados das travessuras. No entanto, se fizerem tudo isto, e ainda houver travessuras ocasionais, é porque estão a criar uma experiência de vida para eles próprios, a qual, se observar com mais atenção, poderá ser muito reveladora. Nesses momentos, fluir com eles, é o melhor para todos.

Poderão distinguir esta situação de aborrecimento porque, ou não os poderão deter, ou descobrirão depois de ter passado!

Os Índigo sobressaem num meio ambiente no qual os limites do aceitável e do não aceitável, estão bem definidos, mas promove-se a exploração aberta dentro desses limites. Isto significa que os pais, professores e auxiliares têm de ser capazes de estabelecer e manter limites claros, e serem suficientemente flexíveis para fazer ajustes e mudanças quando tal for necessário, baseados no crescimento emocional/mental - e os Índigo crescem depressa!

Serem firmes, mas justos, é necessário para o bem deles e para o nosso.

* * * * *

Enviando mensagens potentes e positivas às crianças

Por Judith Spitler McKee, Ed. I

Todas as crianças precisam de um cuidado pessoal, atenção, tempo, ânimo e de serem guiadas pelos pais. Em geral, a interação adulto/criança tem de ser emocionalmente carinhosa, amorosa, calma, intelectualmente clara e estimulante. As mensagens verbais e não verbais que lhes são enviadas, devem expressar alegria e boas-vindas, como se eles fossem os alegres convidados nas nossas vidas.

Muitas vezes, os adultos sentem, agem e falam de uma forma que fazem sentir às crianças que elas não são bem-vindas; como se elas fossem más, ou uma carga ou um estorvo. Este tipo de mensagens negativas são extremamente daninhas para o crescimento, aprendizagem, luta e criatividade das crianças, as quais vêem os adultos como modelos e como o seu suporte. Elas interpretam estas mensagens como: "Sou uma criança má" ou "Aqui não me querem". Estas mensagens dolorosas de medo diminuem a sua capacidade de resposta e podem atrofiar seriamente o seu desenvolvimento. Ao contrário, as mensagens de alegria e boas-vindas são interpretadas como: "Sou uma criança boa; o meu mundo é positivo e carinhoso". Esta atitude aumenta-lhes a confiança e conduz a motivações internas para crescer, aprender, lutar e criar.

Desenvolvendo a Confiança e a Desconfiança nas Crianças

Nas crianças, a confiança desenvolve-se quando sentem nos seus corpos e nos seus espíritos, que as suas necessidades básicas físicas, emocionais, intelectuais e criativas, estão cobertas pelas pessoas que cuidam delas, e principalmente, pelos adultos responsáveis pelas suas jovens vidas. As mensagens que os adultos lhes enviam devem ser mais agradáveis que dolorosas, e devem basear-se no amor e não no medo. Através da confiança vai-se tecendo a conexão mútua e o respeito entre crianças e adultos.

A seguir apresentamos alguns exemplos de mensagens de tons agradáveis ou desagradáveis. Os pormenores podem mudar consoante as diferentes idades e situações, mas o mais importante é a interacção. Os seguintes exemplos são momentos onde você pode fazer a diferença:

A sua filha, coberta de lama, entra em casa a soluçar. Ela quer ser abraçada, procura refúgio de um mundo que a perturba.

Uma atitude adulta pouco agradável negativa: "Não me toques com as tuas mãos sujas. És um desastre. Afasta-te de mim".

Uma atitude agradável, positiva: "Quando tu querias que eu te abraçasse, eu estava a pensar que ia esmagar a minha roupa, mas tu és mais importante para mim. Vamos lavar-nos. Que tal ires buscar o teu livro favorito e sentarmo-nos os dois no sofá, a lê-lo ?

O seu filho aproxima-se de si, justamente quando você está num momento crítico do seu dia.

Atitude negativa: levanta os olhos ao céu à medida que a criança se aproxima e pensa; "Aqui vem outro problema", ou "Aqui está ele(a) de novo. Oh, não! Mais trabalho para mim, não!" O seu corpo adopta uma atitude defensiva, os seus ombros erguem-se e cerra os lábios como se fosse para um combate.

Uma atitude agradável: você coloca gentilmente a mão sobre o seu coração e pensa no amor que vocês precisam um do outro e que podem partilhar. Deixe que o seu corpo relaxe e que os olhos se suavizem para assim poder enviar claramente uma mensagem de amor: «Tu és bem-vindo à minha vida.»

O seu filho faz perguntas constantemente ou precisa que lhe repitam as instruções mais vezes do que era desejado.

Uma atitude negativa: Com voz abrupta, desinteressada e desgostosa, você envia mensagens como: “Tu aborreces-me realmente! Vai-te embora”, ou “não te quero aqui”. Essas frases usadas constantemente podem fazer sentir que a criança não é amada.

Uma atitude agradável, positiva: Pense que a sua voz é um instrumento para ensinar, e pratique para modular o seu tom e a sua forma de falar. Quando você está aborrecido e estressado, inspire profundamente duas vezes, para revitalizar o fornecimento de oxigénio ao seu corpo, e assim poderá pensar com mais clareza. Então, tente falar mais suavemente, diminuindo a velocidade como o faz.

Os seus filhos estão soltos no mundo, fora do seu controlo.

Uma atitude desagradável, negativa: “Não te ponhas nessa trotineta! Podes partir o pescoço, como a rapariga da TV. Sai daí, antes que vás parar ao hospital!” Ou, então: “Não fales com desconhecidos. Há gente perigosa por toda a parte. Telefona-me assim que chegares!” A sua atitude de estar continuamente à espera que aconteça o “pior”, enche os seus filhos de medo, de inquietação generalizada ou de constante resposta física ao perigo. Estas emoções negativas enchem o corpo de hormonas especializadas para o medo e para a luta, e podem diminuir o sistema imunitário, provocando doenças como dores de ouvidos e problemas digestivos.

Uma atitude agradável, positiva: “Sei que já falámos de segurança e de sermos cuidadosos com desconhecidos. Queres fazer-me alguma pergunta antes de ires ao concerto com os teus amigos? Sei que estarás bem porque és cauteloso e sabes cuidar de ti mesmo. Sei que ages com a cabeça e o coração. Lembra-te sempre que poderás telefonar para casa se precisares de algo ou, se quiseres falar, simplesmente. Está bem?” Se você afirmar positivamente as acções que quer enfatizar, estará a reforçá-las como hábitos no seu filho.

Você quebrou uma promessa que havia feito ao seu filho.

Uma atitude desagradável, negativa: “Deixa de choramingar por não termos ido à feira com os teus primos. Já chega. A mim ninguém me levou a lado nenhum quando tinha a tua idade!”. Aqui você recusou discutir as razões - não importa quais possam ter sido - que o fizeram faltar à sua promessa. Isto faz com que as crianças pensem que não têm importância para os adultos, ou que não se deve confiar nos adultos, e, como tal, não devem ser tomados como modelos.

Uma atitude agradável, positiva: “Estive tão ocupado(a) com outro assunto, que me esqueci completamente de te levar à feira com os teus primos. Lamento muito. Anda cá, vamos falar dos nossos sentimentos em relação a esta situação”.

Usando os sentimentos de culpa e vergonha das crianças

Muitas vezes, os adultos usam a técnica de envergonhar e fazer as crianças sentirem-se culpadas, porque essa foi a maneira como eles se lembram de terem sido tratados na infância. Além disto, esta técnica altamente insultuosa parece funcionar muito bem, porque as crianças reagem de forma diferente quando são envergonhadas, especialmente em público. Na realidade, esta técnica funciona com um preço muito elevado para a personalidade da criança! A vergonha e os sentimentos de culpa afectam a procura de uma expressão individual, na criança. A culpa e a vergonha são emoções altamente dolorosas que, frequentemente na criança bloqueiam a curiosidade, a brincadeira e a criatividade. Rapidamente as crianças aprendem a não serem abertas ou honestas com os outros. Em vez de usar a culpa e a vergonha, pense e molde você mesmo, o comportamento que deseja no seu filho. Dê-lhe ânimo para tentar outra vez, explique-lhe as consequências do seu comportamento, e ofereça-lhe alternativas razoáveis.

As situações a seguir relatadas, mostrar-lhe-ão como superar a culpa:

O seu jovem ou incapacitado filho molha as calças.

Atitude desagradável, negativa: “És uma menina má, má, má! Sabes muito bem que não deves molhar as calças (nem o carro da avó). Fizeste de propósito. Bem, agora tens de te secar sozinha e limpar esse cheiro horrível sem a minha ajuda. Não repitas nunca mais. Não me voltes a envergonhar!”

Uma atitude agradável, positiva: “Ops! Parece que tiveste um acidente e molhaste as calças. Está bem, não te preocupes. Eu ajudo-te a mudar de roupa para que te sintas melhor!” Você pode aproveitar esta situação para rir e lerem juntos o livro de Taro Gomo *Everyone Poops*.

O seu filho parece triste, come devagar ou recusa comer certas comidas.

Uma atitude desagradável, negativa: “Mais depressa! Estás a teimar novamente e estás a fazer-me esperar. Come as ervilhas todas, imediatamente! Se não comeres as almôndegas, ficarás na cadeira até ter-

minares. Eu vou sair e, quando voltar, é melhor que essas almôndegas já não estejam no prato. Deixa-te de fitas, pois se não comeres, vais adoecer”.

Uma atitude agradável, positiva: “Quero que faças o mesmo que eu. Vou provar uma colherada de feijão e arroz”. Esta comida é um pouco diferente da que habitualmente comemos, mas tem um sabor interessante. Bem, agora, prova também uma colherada. Não achas que o teu ursinho gostaria de comer conosco? “. Esta atitude pode ser complementada com a leitura de um livro infantil sobre comida.

O seu filho tem um medo obsessivo, exagerado e irracional em relação a uma situação, pessoa ou animal.

Uma atitude desagradável, negativa: “Santo Deus! Mas é só um verso de seis linhas que tens de declamar na apresentação da escola. Outros meninos têm papéis muito maiores que o teu. Estás a comportar-te como um bebé. Vai para o teu quarto e ensaia. Faz-me sentir orgulhoso(a) de ti.”

Uma atitude agradável, positiva: Gostava de voltar a ouvir o verso que tens de declamar durante a apresentação da escola, na próxima semana? Interrogo-me se o professor te escolheu a ti porque sabia que tu o farias muito bem. Queres ensaiar o verso sozinho ou queres que te ajude?»

O seu filho parece desafiar as normas e autoridade dos adultos, e, na escola, disse mentiras ou falsificou as notas, ou outras actividades.

Uma atitude desagradável, negativa: “És um mentiroso miserável! Propositadamente envergonhaste-me perante o teu professor com essa horrível mentira que lhe contaste (ou falsificando uma nota, ou faltando à aula de dança, ou ao futebol). Bem, se um dia precisares de ajuda, não estejas à espera que eu ou o teu professor te ajudemos. Ficas castigado durante três semanas. Nem sequer merece que te seja dada a oportunidade de te ouvir, depois desta horrível mentira! Fora da minha vista!”

Uma atitude agradável, positiva: “Lamento muito que tivesses tido que mentir. Depois de ter falado com o teu professor, entendo a situação, mas quero que tu me contes tudo. É necessário que falemos sobre o que se passou e sobre os teus sentimentos. A seguir falaremos sobre a forma como poderemos solucionar este problema. Eu preciso de estar certo que posso confiar em ti, de que farás o correcto e actuarás com honestidade noutras situações. Agora preciso da tua colaboração.»

Rotular e pôr alcunhas

Os adultos têm o hábito de pôr sobrenomes ou alcunhas às crianças, para as diferenciar e qualificar. Frequentemente, os adjectivos e alcunhas são estereótipos culturais e afectam as crianças nas suas crenças e na sua independência. Além disto, estes adjectivos são unidimensionais, o que vai contra o facto de todos nós termos múltiplos talentos que devemos cultivar.

Tendo em conta que as crianças não sabem fazer distinção entre elas e o seu comportamento ou os adjectivos que lhes põem pelo seu comportamento, os sobrenomes ou alcunhas podem tornar-se numa profecia. **Mesmo alcunhas amigáveis ou adjectivos aparentemente positivos podem ser muito restritivos na aprendizagem e crescimento da criança.** Muitas capacidades e interesses podem chegar a não ser detectados ao longo do desenvolvimento da criança, e certos talentos naturais podem murchar se não forem cultivados ou não lhes for dado o espaço necessário.

Observe com atenção as acções entusiastas e os interesses das crianças e exponha-os a uma vasta variedade de oportunidades, lugares, pessoas e ideias. Tais esforços ajudarão os adultos e as crianças a viverem juntos, com um sentido de igualdade e aceitação mútua. A seguir damos algumas sugestões que servirão para evitar os adjectivos.

Algumas vezes o seu filho recorda-lhe, inconscientemente, os seus próprios defeitos, pouco agradáveis, certamente.

Uma atitude desagradável, negativa: “Ela é muito desorganizada. O seu quarto é uma pocilga. Eu supinho que também seja assim quando tenho muito que fazer, mas tenho de lhe dar um açoite para fazer com que ele se torne arrumada. Ela odeia isto, mas acaba quando eu ando em cima dela”, ou “Que lindo, a agir como uma *prima donna*. Nós não te suportamos quando te comportas como se fosses o centro das atenções. Deverias respeitar-me quando estamos em público”.

Uma atitude agradável, positiva: “Embora sejamos diferentes, em certas coisas somos muito parecidos. Ela é muito criativa e está sempre a trabalhar em muitos projectos. Temos de trabalhar duramente para tolerarmos a nossa mútua desordem, visto que nenhuma de nós gosta de organizar e limpar, ou desfazer-mo-nos de coisas que acreditamos sempre voltar a precisar”.

Evite fazer o seu filho sentir-se unidimensional quando você espera que ele obtenha sucesso numa só área, ou quando julga que o seu filho tem um potencial muito limitado ou um traço de personalidade difícil. Evite também fazer comparações com membros da família na expectativa do seu filho seguir os mesmos passos.

Uma atitude desagradável, negativa: “ Eu sempre quis um filho que se desse bem com toda a gente, e aqui está, a menina Popularidade. Ele faz o impossível para ser a criança mais simpática em qualquer si-

tuação.” Ou: “Todos os meus filhos são desportistas. Com o tempo que passam no ginásio, certamente conseguirão uma bolsa de estudo na Universidade. No entanto, o meu enteado é o Senhor Matemático - sempre sereno e lógico. Ele irá longe, porque enfrenta sempre as dificuldades. Nunca arrisca”.

No exemplo seguinte, um adulto partilha episódios da sua biografia de quando era criança, dando um crédito especial àqueles que continuamente o ajudaram no seu crescimento e na busca do seu próprio caminho. Esta técnica pode contribuir para que as crianças libertem os seus talentos naturais e explorem as múltiplas possibilidades num mundo sempre em mudança. Saberem, no mais profundo delas mesmas, que alguém acredita nelas e que continuarão a ser amadas, envia-lhes mensagens poderosas de que a vida é uma viagem, e um processo para ser explorado pessoalmente e partilhado com outros:

“Sei que lutas nessa família (ou na escola) para saber quem és. Eu passei por um período semelhante quando tinha a tua idade e vejo-te a ti perguntando-me em que és diferente dos outros. Bem, quero que saibas que acredito em ti e que te apoiarei na tua luta para alcançares o que te apaixona. Estou muito grato pela minha mãe ter confiado em mim e me ter dado amor e liberdade para ser a pessoa que sou para explorar diferentes áreas. Ela não me classificou, nem a mim nem a nenhum membro da minha família. Eu sabia que ela sempre acreditaria em mim, independentemente do que eu decidisse fazer com a minha vida. Sempre senti o seu amor e a sua luz na minha vida, e sempre sentirei.

Brincando juntos para construir, reconstruir e melhorar as relações.

A confiança em nós mesmos e nos outros, é essencial em todas as relações saudáveis. As crianças que se desenvolvem sobre bases sólidas e seguras de confiança podem relacionar-se e ligar-se facilmente a outros. Elas querem comunicar, colaborar e ser co-criadoras, juntamente com os adultos e com os seus próprios companheiros. Isto traduz-se em esperança por um futuro imediato e uma confiança generalizada de que, de alguma maneira e ordenadamente, as coisas serão fáceis para eles.

Quando a confiança desaparece, nós temos de saber reconstruir honesta e sistematicamente a relação com as crianças. Aos pequenos que foram envergonhados e a quem fazem sentir culpados por serem eles mesmos, deve-se estancar essas feridas para que possam confiar na vida. Adicionalmente, se as crianças foram encapsuladas em sobrenomes e adjectivos negativos, deve-se fazer um processo de perdão mútuo entre adultos e crianças a fim de equilibrar a relação.

Felizmente que existem curadores naturais das relações tais como desfrutar da natureza, as artes, a literatura, a brincadeira, o riso. A brincadeira é o companheiro de crescimento e o contexto interactivo menos ameaçador em todas as idades. A diversão e o riso que resultam da brincadeira criam um ambiente alegre que permite oportunidades únicas de conexão e significados de co-criação e propósito. Brincarem juntos permite celebrar o fluxo da vida e da existência.

A Graça de uma Criança Índigo

Durante uma conferência, o Dalai Lama foi informado da presença de uma criança com cancro, entre a audiência, que o queria ver. Com o seu transbordante e característico sorriso, o Dalai Lama respeitosa-mente convidou a criança a subir ao palco e a dizer à audiência o que tivesse em mente nesse momento e quisesse dizer. Sem hesitar, a criança virou-se para a multidão e disse: “Eu sou uma criança com cancro, mas antes de tudo, sou uma criança. Preciso de brincar e de rir. Preciso que vocês vejam primeiro a alegria do meu coração e então, depois, poderão ver que o meu corpo tem cancro”.

Esta simples história tem um profundo significado para todas as crianças Índigo. Sim, eles são diferentes. Sim, eles têm almas muito antigas. Sim, eles vêm com propósitos especiais. Sim, eles são seres inspirados. Sim, eles têm talentos e capacidades especiais. Sim, sim, sim mas, antes de tudo, são crianças. Lembremo-nos disto para podermos alimentar apropriadamente a sua natureza especial.

* * * * *

Esta natureza especial das Crianças Índigo requer uma técnica disciplinar especial. A seguir, Robert Gerard partilha connosco os seus pensamentos e um guia de conduta em relação às Crianças Índigo.

Disciplinando a Criança Índigo

Por Robert Gerard, Ph.D.

Para uma Criança Índigo a disciplina é vital. Como eles são muito criativos e atléticos, sempre estão a fazer coisas e a explorar além dos seus limites. Ao mesmo tempo que querem sentir-se seguros, também estão constantemente a explorar os limites, querendo saber sobre as experiências da vida que não irão servir aos seus altos propósitos. Frequentemente escuto os pais dizerem às crianças o que podem ou não

fazer. Esta atitude sufoca a sua criatividade e reprime a sua natural expressão. Eles respondem, então, tornando-se defensivos e raivosos.

Uso o termo “disciplina amorosa” para significar o processo disciplinar que tenta servir os interesses espirituais das crianças. A disciplina amorosa está baseada nas seguintes normas:

Mantenha a criança informada e envolvida nos assuntos.

Previna mal-entendidos simplesmente dando explicações.

Não reaja diante da sua criança.

Evite dar ordens.

Mantenha a sua palavra.

Enfrente toda e qualquer situação no exacto momento em que acontece.

Não lhes bata ou use linguagem ofensiva.

Deixe que as suas emoções demonstrem amor.

Se for necessário repreendê-la, faça com que esta situação seja um “tempo de interrupção”. Converse com ela antes e depois da repreensão. Aproxime-se sempre, depois de uma repreensão, e garanta-lhe que a situação já passou e que tudo volta a ser como antes.

A grande surpresa de agir conforme estas regras é que o seu filho o respeitará pela sua sabedoria e prudência permitindo, por sua vez, que a sua energia índigo floresça entre vocês. Eu concedo à minha filha Samaria abundante liberdade e criatividade, mas ela raramente escapa à minha estrita observação sobre o seu comportamento e atitudes.

Ela conhece muito bem os limites, e quando tenho de a disciplinar, chega a agradecer-me.

Um não muito grande aos pais hiperprotectores. No fundo de si próprios, muitos pais temem o abandono e a perda do amor dos seus filhos e tentam ganhar o favor deles sendo excessivamente indulgentes. Uma vez que a criança se dá conta de que pode controlar o comportamento dos adultos, eles a controlaram, sem dúvida nenhuma. Caso se permita, a Criança Índigo pode adoptar o lugar dos pais. Isto complica as relações e induz a criança a adquirir os defeitos dos pais e a não viver o seu próprio presente.

Os pais devem estar muito conscientes do seu relacionamento com um filho Índigo. Quiçá o conselho que recebi de uma clarividente deva ser compartilhado aqui: “Roberto, a sua filha não precisa de uns pais; precisa é de orientação, amor e disciplina. Ela conhece o seu propósito e missão... Seja o seu guia.” Este conselho tem-me ajudado enormemente.

A educação e a Criança Índigo

Tinha de “entulhar” a minha mente com todas aquelas coisas, gostasse ou não. Esta coerção tinha um efeito degradante tão grande que, depois de ter passado o exame final, descobri que me era desagradável pensar num problema científico, durante todo o ano. É um milagre que os métodos modernos de instrução não tenham estrangulado totalmente o sagrado espírito da investigação, porque esta delicada planta, além do estímulo, precisa de liberdade para sobreviver. Sem ela, naufragará e arruinar-se-á, sem dúvida. É um grande erro pensar que o prazer de observar e investigar se pode promover por meio da coerção e do sentido de dever.

Albert Einstein

O que podemos dizer sobre a educação? Em poucas palavras, esta deve mudar para adequar-se à Criança Índigo. E esta mudança será devida, em grande parte, à incrível frustração dos professores e mestres que clamam, aos gritos, para que o sistema educativo preste atenção e faça as mudanças necessárias. Algumas das mudanças dar-se-ão pelas baixas notas dos exames, porque as crianças estão reagindo a eles e não porque tenham um baixo nível de inteligência e capacidades. Isto fará com que os que planeiam a educação, os orientadores e os sociólogos perguntem se o conceito do ensino e a capacitação estão a ser bem avaliados pelos exames.

As discussões que se apresentam a seguir vêm de educadores seriamente concentrados no problema. De seguida, damos informações sobre escolas alternativas para Crianças Índigo. Finalmente, ofereceremos alguns métodos para ajudar as crianças.

Métodos novos que estão a ser aplicados em crianças difíceis.

Queremos apresentar-lhes a Robert P. Ocker, um conselheiro de uma escola de ensino médio no distrito de Mondovi, Wisconsin. É um agente da esperança e da mudança. A sua paixão e propósito, durante a maior parte da sua vida, tem sido orientar a juventude.

Uma viagem ao coração

Uma visão educativa para os pioneiros do novo paradigma

Por Robert P. Ocker

Estamos a atravessar um momento crucial na educação e na forma de criar as crianças. Um momento de mudança de paradigma. Há um sentir geral de que a pergunta de como criar e educar aos nossos filhos é a pergunta mais profunda com que nos enfrentamos hoje. A educação requer uma nova visão para as crianças do séc. XXI, oferecendo esperança e inspiração a todas as crianças do mundo. Esta visão pode ser encontrada nos sonhos das crianças. Precisamos de um entendimento profundo da vida humana para pôr em prática uma pedagogia compreensiva que sirva a Humanidade do novo milénio, esta Humanidade que, evidentemente, são as crianças de hoje. As crianças são o mais valioso tesouro, e nosso futuro depende do quão profundamente poderemos compreender esta vida humana.

Os educadores devem admitir que, assim como se exige uma transformação da actual estrutura social, também devemos exigir a transformação da arte da educação, a qual deve passar a brotar de uma fonte diferente. Decerto podemos fazer esta transformação uma vez que a arte da educação depende dos educadores.

Os educadores devem desenvolver um novo entendimento da natureza humana e oferecer orientação com base nele. Devemos dar às nossas crianças e estudantes a dádiva da nossa orientação, através de uma disciplina interna e de paz. Devemos perceber a verdadeira natureza das crianças, à medida que elas se desenvolvem e permitir-lhes o seu desenvolvimento como seres humanos. São eles quem deve escolher como a sua natureza e essência mudará na idade adulta. Os educadores do século XXI guiarão o desenvolvimento dos seres humanos oferecendo a dádiva da disciplina interior. Com sabedoria e conhecimento guiaremos as crianças de carácter para que se convertam em indivíduos responsáveis, engenhosos e amáveis.

Portanto, como educadores, devemos converter-nos nos pioneiros do paradigma - devemos rever os nossos conceitos sobre o significado, propósito e função da educação e apresentar uma nova forma de pensamento. Devemos ensinar as nossas crianças a **como** pensar e **no que** devem pensar. **O nosso papel não é transmitir conhecimento, mas transmitir sabedoria.** A sabedoria é o conhecimento aplicado. Quando damos às crianças somente conhecimento, estamos a dizer-lhes o que devem pensar, o que supostamente devem conhecer e o que queremos que acreditem como verdade. Quando, porém, transmitimos sabedoria, não estamos a dizer o que elas devem saber ou o que é certo; estamos a guiá-las para que sejam elas próprias a procurar a sua verdade.

Certamente não podemos ignorar o conhecimento quando ensinamos sabedoria, pois sem conhecimento não há sabedoria. Certa quantidade de conhecimento deve passar de uma geração a outra, mas devemos permitir que as crianças o descubram por si próprias. O conhecimento, com frequência, perde-se, mas a sabedoria nunca se esquece.

Eu imagino um sistema de educação baseado no desenvolvimento das capacidades e capacidades da criança, em lugar de desenvolver apenas a sua memória. As crianças são nossos guias; devemos dar-lhes a oportunidade de descobrir e criar as suas próprias verdades. O pensamento crítico, a solução de problemas, a imaginação, a honestidade e a responsabilidade deverão ser o ponto de partida da educação das crianças do século XXI.

A minha visão do futuro da educação esta baseada no amor incondicional. Esta é a essência do **novo ser humano.** Nós, os educadores, devemos ter o cuidado de nos cercarmos de colegas que tenham o coração e a alma para educar as crianças de hoje, que serão os adultos de amanhã. Uma educação real preocupa-se com o corpo, alma e espírito, que deve ser intrinsecamente livre e independente. A verdadeira educação deve preocupar-se com dar vida às pessoas. Nós, os educadores, prestaremos um extraordinário serviço à Humanidade se formos os pioneiros desta mudança. Devemos renovar o sistema educativo para o melhoramento da Humanidade. Se você, como educador, toma parte desta viagem ao coração, as crianças serão abençoadas e, com elas, o futuro de toda a Humanidade.

* * * * *

Estratégias para guiar uma Criança Índigo

Por Cathy Patterson

Sou professora de educação, e trabalho num programa especial para ajudar estudantes com severos problemas de comportamento. Nestes anos de trabalho com estudantes com problemas de atenção e perturbações emocionais, tenho dado apoio tanto aos professores como aos pais. Também encontrei um gran-

de número de crianças catalogadas como crianças com desordem de atenção, as quais, uma vez supridas as suas necessidades emocionais, tanto em casa como na escola, deixaram os medicamentos... o que indica um diagnóstico errado. Existem, é claro, crianças com verdadeiras desordens de atenção devido, possivelmente, a desequilíbrios neurológicos ou a danos cerebrais, que não podem funcionar adequadamente sem os medicamentos apropriados. Trata-se de crianças com verdadeiros problemas, e não são necessariamente Crianças Índigo.

Na secção seguinte, gostaria de discutir algumas das novas mudanças de energia que testemunhei dentro do sistema educativo, assim como alguns dos problemas e velhos padrões de energia relacionados com a disciplina que está a afectar as crianças emocionalmente perturbadas. Muitas delas serão, provavelmente Crianças Índigo.

Os velhos padrões de energia nas escolas estão baseados na crença de que as crianças são simples vezeiros que devem ser carregadas de conhecimento por um perito: o professor. No sistema tradicional, os estudantes estudam para serem membros contribuintes na sociedade, aprendendo tudo o que se precisa para conseguir um emprego. O professor envergonha-os e os compara-os uns com os outros, pois supõe-se que isto os motiva a produzir e a escrever mais. Nesta atmosfera, qualquer criança que não mostra conformidade com o sistema é considerado como uma «criança problema».

Por sorte, muitos educadores contemporâneos desenvolveram numerosas técnicas e estratégias mais centradas no estudante como a auto-avaliação, a autodirecção de planos educativos, currículo, etc. Por exemplo, os professores das escolas básicas na Colúmbia Britânica não usam a letra "F" para indicar fracasso mas sim "EP" que significa "em progresso", ou seja o estudante está a levar um pouco mais de tempo para alcançar os objectivos do curso.

Da mesma forma, alguns educadores introduziram programas que promovem as capacidades de liderança nas crianças. Os progenitores estão a adoptar um papel mais activo nas escolas participando nas Reuniões de Pais.

Um dos últimos vestígios da velha energia nas escolas tem a ver com os métodos de disciplina que se usam. Infelizmente, muitas crianças ainda são tiradas da sala de aula como castigo, ou enviadas ao gabinete do director aonde recebem um sermão sobre bom comportamento. O último recurso, se reincidem, é mandá-las para casa. O problema com este sistema é que as crianças aprendem a suprir as suas necessidades de atenção e reconhecimento de forma negativa. Aprendem a chamar a atenção quando são postos da fora da sala de aula - todas as outras crianças sabem os seus nomes, especialmente se isto acontece com frequência.

Desde o seu nascimento as Crianças Índigo precisam de reconhecimento e estatuto. Se não são adequadamente orientadas, aprendem a suprir as suas necessidades de forma negativa e à custa da sua educação. Mandá-las de volta para casa será o melhor prémio que poderão receber, uma vez que não terão de fazer os trabalhos, ver televisão ou entreter-se com jogos de vídeo. Os pais ficariam horrorizados se soubessem do tempo que muitas crianças ficam de castigo nos corredores das escolas. Estas velhas técnicas disciplinares estão a alterar-se. Acredito firmemente que os pais fazem parte desta mudança. Os pais precisam de começar a perguntar, nas escolas, sobre práticas disciplinares e se as necessidades dos seus filhos estão a ser supridas.

As necessidades dos seus filhos estão a ser satisfeitas na escola?

As crianças precisam de segurança, atenção, respeito, dignidade e um lugar seguro ao qual sentem que pertencem. As seguintes perguntas podem ajudar os pais a decidir se estas necessidades estão a ser atendidas na escola:

- A escola do seu filho tem um plano de disciplina?
- É costume pôr as crianças no corredor ou suspendê-las, como solução para problemas de mau comportamento? Se isto acontece, sugira alternativas.
- Qual é o ambiente na sala de aula do seu filho?
- Os trabalhos dele são exibidos nas paredes da sala?
- O professor cumprimenta as crianças com respeito?
- Elas são elogiadas numa perspectiva positiva?
- De uma maneira positiva, o professor permite que os estudantes desempenhem cargos de poder e responsabilidade, tais como designá-los como seus colaboradores, terem tarefas especiais, etc.?
- O professor divide as tarefas para não sobrecarregar os estudantes? Os estudantes com problemas de atenção precisam de ir passo a passo, de uma tarefa para outra, e podem requerer recursos visuais como uma tabela de «estrelas» onde se mostre em quanto tempo terminaram uma tarefa. Assim, se eles tiverem muitas «estrelas» significa que têm tempo livre para se dedicarem a outro projecto.
- As crianças conhecem o propósito das tarefas? Se perguntam por que têm de fazer determinada coisa, o professor proporciona uma explicação amigável, ou ameaça-as com as consequências caso não a realizem?

- Se alguém tem dificuldade em entender um tema, o professor adapta e modifica o material de tal modo que o estudante possa terminar o trabalho juntamente com os demais colegas de classe?
- Se as crianças não prestam atenção na aula, são separadas da pessoa ou do objecto que as distrai?
- As crianças são mantidas longe das actividades da classe, ou sentem-se envergonhadas e separadas do grupo?
- O professor concentra-se em informar apenas os problemas, mas não a conduta positiva da criança?
- Existe um caderno de comunicação, assinado pelo professor diariamente, que permite aos pais ficarem a saber como a situação escolar do filho vai evoluindo, e quais são as mudanças positivas? Examine este caderno todos os dias e converse positivamente com a criança sobre o seu comportamento na escola.
- Qual é a sua própria visão sobre educação? É importante? Você colabora com as pessoas da escola?
- Você gosta do professor do seu filho? Critica este professor na frente do seu filho?
- As necessidades do seu filho estão a ser satisfeitas na sua própria casa?

As perguntas seguintes ajudarão a identificar se a atmosfera do lar contribui para o desenvolvimento do seu filho.

- Sente que a opinião do seu filho é valiosa e que pode aprender com ele? Ou, simplesmente, você está sempre a ensinar e a dar sermões?
- Ouve o seu filho e diverte-te com ele? Permite que a sua própria criança interior brinque com ele?
- Respeita a privacidade do seu filho e o seu espaço pessoal?
- Explica as razões por que algumas vezes tem que tomar certas decisões?
- Gaba-os com frequência e oferece-lhes três elogios por cada crítica que lhe faz?
- Ensina o seu filho a ter respeito e compaixão por outras pessoas?
- Dedicar tempo a explicar-lhe sobre diferentes aspectos do mundo como, por exemplo, por que precisamos da chuva? Você ouve-os quando eles tentam explicar seus próprios pontos de vista sobre o mundo? Escute suas explicações com atenção, mesmo que já conheça a informação.
- Faz coisas por ele que ele poderia fazer por si próprio?
- Reúne regularmente a família para debater as responsabilidades de cada um, e como será divertida a próxima caminhada? O seu filho tem um papel importante nessas reuniões e participa nas tomadas de decisões? Nessas reuniões, determinam quais as consequências dos maus comportamentos e quais os privilégios dos bons?
- Ouve o seu filho quando ele se queixa de solidão, depressão ou sentimento de isolamento? Ou diminui a importância do assunto crendo tratar-se de uma fase passageira do seu desenvolvimento?
- Dás-lhe excessivos alimentos com açúcar ou conservantes? Ele sofre de alguma alergia ou mostra sinais de hiperactividade, depois de ingerir determinados alimentos?

Estabelecendo limites e normas

Os pais não ajudarão aos seus filhos limitando-se a explicar que eles são Crianças Índigo, e permitindo um mau comportamento, sem estabelecer limites e normas. Também estas crianças que, eventualmente, irão elevar a consciência do planeta, precisam de limites. A Criança Índigo precisa que nós a corrijamos e lhe ponhamos limites. As sugestões seguintes são estratégias efectivas para, simultaneamente, proporcionar disciplina e preservar a dignidade da criança:

- Quando der uma ordem, diga algo como: "Preciso que me ajudes a tirar os sapatos da entrada, por favor". A expressão chave é "**Preciso que me ajudes...**"
- Avise o seu filho que deve estar pronto uns minutos antes de uma actividade, por exemplo o jantar.
- Dê aos seus filhos tantas oportunidades quanto possa. Se, normalmente, eles não gostam de sentar-se à mesa, diga-lhes que podem escolher sentar-se dentro de um ou dois minutos. Se eles lhe apresentam uma outra alternativa que seja lógica, como e de que irão sentar-se depois de acabarem a sua brincadeira, então aceite.
- Dê uma ordem de cada vez para não os sobrecarregar com muitas ordens ao mesmo tempo.
- Coloque uma cadeira num espaço separado e silencioso para onde pode enviar o seu filho quando ele se comporta mal. As crianças não devem ser enviadas para o seu quarto como castigo, principalmente se está cheio de brinquedos e distrações com os quais poderá brincar, pois não se sentirão castigadas.
- As crianças sentem-se mais seguras com rotinas regulares, e respondem melhor quando têm horários definidos para comer, dormir, brincar ou, simplesmente, tempo livre.
- Lembre-se de ser firme, mesmo que algumas vezes sinta que lhe falta energia para continuar o seu plano de disciplina. De outro modo, as crianças depressa aprenderão que não precisam de cumprir normas porque você está mudando constantemente.

Respeite a sua criança como o seu mais precioso tesouro

Por Robert P. Ocker

Quando eu dava aulas sobre resolução de conflitos para as crianças de um infantário numa escola de Wisconsin, fiz a seguinte pergunta: "Meninos e meninas, na vossa opinião o que é a violência?" Uma formosa menina com estrelas brilhando nos olhos, respondeu: "Isto é fácil, são belas flores de cor violeta: eu sinto o seu aroma todos os dias e elas fazem-me muito feliz." A minha alma inundou-se de amor e paz. A sua energia irradiava sabedoria e fortaleza. Eu respondi: "Continua a cheirar as tuas flores, pequena. Tu já conheces o significado da paz. Pergunto-me se gostarias de falar para este grupo sobre o amor. Podemos fazê-lo juntos, como amigos". A menina sorriu e tomou-me pela mão. Ela era uma dádiva.

As novas Crianças Índigo, que eu gosto de chamar "Os pequenos", vieram dar um novo entendimento à Humanidade. Elas são uma oferta para os seus pais, para o planeta e para o universo. Quando honramos os pequenos como sendo uma dádiva, podemos ver a divina sabedoria que eles oferecem para ajudar a elevar a vibração do planeta terra.

O passo mais importante para entender e comunicar com as novas crianças é mudar a nossa forma de pensar sobre eles. Mudando o seu paradigma e honrando ao Pequenos como dádivas, em lugar de pensar que são um problema, você abrirá as portas do entendimento, compreenderá a sabedoria que elas trazem e aprenderá a conhecer-se a si próprio. Os Pequenos honrarão o seu esforço e abrirão as suas portas para um entendimento mútuo. Cada criança que entre na sua vida vem receber algo da sua parte e, por sua vez, eles também lhe oferecerão a sua dádiva: a de experimentar e sentir Quem é você.

Vivendo instintivamente

Ao ter que trabalhar com crianças desde o infantário até ao grau 12, notei que os mais pequenos tendem a compreender melhor o que os adultos fazem, pois confiam nos seus instintos de intuição. Um dia, estava eu a falar sobre comunicação numa turma de primeiro grau, quando fui surpreendido por uma Criança Índigo. Discutíamos a importância de escutar. Esta maravilhosa criança aproximou-se gentilmente e disse-me com muita sabedoria:

"Senhor Ocker, escutar e silêncio são a mesma palavra, só que tem letras diferentes."

Sorri e senti a sua brilhante declaração. Enquanto nos olhávamos, eu não lhe disse nada, mas o entendi perfeitamente. Através das suas palavras instintivas ela ensinou-me a forma mais sábia de comunicação.

As Crianças Índigo vivem instintivamente. Este é um processo difícil para os Pequenos, pois, embora sejam agentes da transição da Humanidade, sentem-se impedidos por essa Humanidade não lhes permitir viver instintivamente. Para eles, os desafios são diários, pois, em muitas culturas, o instinto é ignorado. Nas culturas dominantes não se confia no instinto; pelo contrário, desde tenra idade, as crianças são ensinadas a temerem os seus instintos.

Os jovens sentem que o seu ego pode ser um aspecto positivo da personalidade, e que, com efeito, o ego é necessário para lidar eficientemente com os seus assuntos. A nossa cultura faz 'finca pé' neste sentido. No entanto, é aqui que as Crianças Índigo se frustram e se confundem, ensinamos que é um erro elas ouvirem o seu ego e que devem desenvolver uma personalidade social que proteja a sua aparência. Desta forma, as crianças refugiam-se na segurança destas falsas imagens, destas máscaras que os adultos lhes ensinaram a construir. O sistema educativo, a comunicação social e as pessoas que culturalmente as influenciam, ensinam que desenvolver uma "auto-imagem" é um assunto urgente e de grande importância. **Este tipo de ensino é um veneno para as novas crianças.**

Estas crianças têm os seus pais, professores, e figuras de autoridade como guias, dispõem da sua orientação para compreender a realidade. Frequentemente estas crianças ficam presas a esta orientação errada para o resto das suas vidas, dando pouca importância à sua voz espiritual interior e deixando de obedecer aos seus instintos. Como a maioria das pessoas na nossa adormecida sociedade, eles começam a calcular os valores da vida, usando os intratáveis mecanismos da razão. Este é o único parâmetro para medir o êxito, que se ensina as crianças.

As novas crianças oferecem uma nova consciência sobre a auto-imagem. Elas dão ao planeta um novo entendimento sobre a Humanidade e uma visão de como viver instintivamente. Elas querem viver espontânea e instintivamente, querem simplesmente Ser! Querem dizer as palavras correctas sem terem que pensar nelas primeiro, querem experimentar a pureza de uma mente livre de problemas e de responsabilidades excêntricas. Querem saber o gesto correcto, o comportamento correcto e a resposta criativa para cada situação. Esta é a visão da Humanidade que elas nos ensinam. Elas clamam para que nós confiemos em nós mesmos, nos nossos instintos e sentidos intuitivos - qualidades que são o direito de nascimento de qualquer ser humano. Com uma orientação adequada, as Crianças Índigo amadurecerão, não apenas re-tendo estas qualidades, como as desenvolverão, polindo-as como a mais fina obra de arte. Elas e as suas sociedades viverão instintivamente momento a momento, exactamente como estão a convidar-nos a viver agora.

Disciplina sem castigo

O castigo não serve para estas crianças, pois isto cria medo, requer julgamento, cria intenções de ira e incrementa mais conflito. Estas crianças mostrarão rebeldia e se consumirão em ódio. Isto é perigoso para as suas almas e para a vida dos demais. Evite, pois, os castigos.

A disciplina, ao contrário, guia as crianças mostrando, de forma lógica e realista, as consequências dos seus actos. A disciplina mostra-lhes o que fizeram de mal, denuncia-lhes a autoria do problema, e oferece-lhes meios para resolver a situação deixando a sua dignidade intacta.

Experimentar as consequências lógicas e realistas dos seus actos, ensina à Criança Índigo que ela tem o controlo positivo sobre a sua vida, que pode tomar decisões e resolver os seus próprios problemas. As crianças querem este tipo de orientação, que reforça a sua natureza real e sábia, e dá-lhes a capacidade de serem indivíduos responsáveis, cuidadosos e com recursos permitindo-os ser o que elas de facto são!

Estas crianças exigem dignidade e respeito. Elas lêem quais são as suas intenções para com elas, mais do que as suas palavras. São almas sábias dentro de corações jovens. Trate-as com o mesmo respeito e responsabilidade com que trataria a si próprio. Elas o respeitarão por esta forma de as orientar. Portanto, diga o que pretende e faça o que diz. Actue com integridade. Sirva de modelo para estes pequenos e eles crescerão como sementes de júbilo. Saber actuar dentro de uma ampla gama de alternativas é parte importante da disciplina das Crianças Índigo. Se você quer que elas aprendam a tomar decisões sábias, deve dar-lhes oportunidade de escolha, inclusive se as suas decisões não forem as mais sábias. E, a menos que estas decisões sejam uma ameaça para as suas vidas, a sua moral ou saúde, permita que elas experimentem as consequências dos seus próprios erros e das suas decisões erradas, por mais dolorosas que estas possam ser.

* * *

Só para professores

Muitos, muitos professores que temos encontrado perguntam-nos a mesma coisa:

“O que posso fazer dentro do sistema para ajudar as Crianças Índigo? Não posso efectuar mudanças e sinto-me de mãos atadas! Sinto-me frustrado!”

Jennifer Palmer é professora na Austrália. Como todos os professores do mundo tem de trabalhar dentro do sistema, no entanto, está bem consciente dos novos aspectos das Crianças Índigo. Jennifer tem um diploma como professora e, também, como educadora. Com 23 anos de experiência, eis como ela trabalha com as crianças na sua sala de aula.

* * * * *

Ensinando as crianças

Jennifer Palmer

Na nossa sala, conversamos sobre o que os estudantes esperam, inclusive o que esperam da sua professora. Isto, com frequência, leva-os longe. Descubrem que o que esperam de mim vai em ambas direcções e, como resultado, começam a compreender por que nós, como professores, também esperamos certas coisas deles. Começam a ver a igualdade e os direitos de ambas as partes.

Temos de viver, juntos, como uma família, durante um ano. É melhor que estejamos todos de acordo sobre as regras básicas, para que todos saibam o que esperar delas. As regras da minha turma têm mais sobre expectativas e direitos do que as tradicionais.

As consequências elaboram-se consoante a natureza da ofensa, em vez de serem somente para o seu próprio bem, desprovidas de importância. Todas as afirmações são positivas: termos como “não” e “não devem” não se utilizam. A atitude, “Pensar e pôr no seu devido lugar”, pode levar uma semana, quando comparada com a velha e instantânea lista de “direitos e deveres”, que não mudou durante décadas. No entanto, por meio deste esforço, todos esperamos divertir-nos e crescer pessoalmente o melhor que pudermos, durante este tempo.

Compartilho eventos da minha vida que possam beneficiar a minha relação com os estudantes, tais como: se me sinto mal, se perdi alguma coisa, se me magoei, se tenho dor de cabeça ou interesses comuns em algum desporto. De igual modo, se eles não estão bem, se precisam expressar o seu mal-estar para que os demais o compreendam, também podem fazê-lo. Compartilhamos e apoiamo-nos mutuamente. Estou disponível como ouvinte, não como adepta do mexerico, a menos que tenha permissão para compartilhar a confidência com pessoas adequadas. Posso ser a sua amiga e confidente.

O currículo

Os indivíduos se suprem e se programam, de acordo com as diferentes necessidades e, no possível, em concordância com as suas capacidades e conhecimentos. Tópicos e unidades de trabalho são preparados para as nossas actividades: por exemplo: trabalho em grupo, autovalorização, revisão de literatura, ajudas para a investigação. Por vezes, os estudantes envolvem-se na selecção dos tópicos e, claro, têm a possibilidade de escolher, dentro de certos parâmetros, a busca de áreas de interesse. Isto oferece uma ampla gama de complexidades e pensamentos de alto nível, e proporciona uma variedade de estilos de aprendizagem. Com frequência, os estudantes que tradicionalmente teriam recebido apoio especial, escolhem as tarefas que requerem um nível de pensamento mais elevado. Apesar da preparação requerer um enorme trabalho prévio, os resultados excedem largamente os custos. As actividades são concebidas para ensinar, tanto o pensamento simples como o complexo, e incluem:

- Observar
- Agrupar, classificar
- Reiterar, recordar, rever
- Comparar, contrastar
- Raciocinar, julgar ou aplicar
- Desenhar
- Criar

A avaliação pode ser feita pelo estudante, os companheiros ou a professora; pode tomar formas diferentes tais como: registo de aprendizagem, apresentações, cartazes, análise do produto, critérios seleccionados/específicos, piadas, conferências ou jornais filmados. Os estudantes negociam isto com frequência e, se o professor já tiver seleccionado o que será avaliado, são informados logo no princípio da tarefa. A aprendizagem em colaboração, empregada por muitos professores hoje em dia, é uma metodologia útil, efectiva e popular.

Esta é uma breve descrição da minha forma de trabalhar nas escolas como co-criadora e facilitadora da aprendizagem e desenvolvimento pessoal das crianças.

Escolas alternativas para as Crianças Índigo

Seguidamente, descrevem-se as duas modalidades de escolas alternativas que existem actualmente no mundo para as Crianças Índigo. Considera-se “alternativo” um sistema educativo diferente do que existe, que já provou a sua ineficácia em atender as novas crianças. Referimo-nos, especialmente, às escolas públicas das grandes cidades, pois nem todas são inadequadas para as Crianças Índigo. Temos observado uma tremenda mudança em pequenas cidades, devido a um director com uma forma avançada de pensar ou um sistema no qual os professores tenham muita flexibilidade. Ainda que evidenciemos estes esforços, sabemos que esta não é a norma.

Gostaríamos de ter uma lista das escolas em todo o mundo, por país e cidade. Quando vocês lerem a lista que actualmente temos, certamente dirão zangados:

“Como é possível que tenham incluído esta ou aquela escola na listagem?”

Admitimos que é apenas um começo e que só conhecemos poucas. É por isso que este livro é uma introdução ao tema. Assim, precisamos que você nos dê mais informações através na nossa página na Web.

Se você acredita que existem outros sistemas educativos que deveríamos incluir, ou tem informações sobre alguma escola para Crianças Índigo na sua cidade, por favor, escreva-nos. Desta forma poderá contribuir para a mudança. Na nossa página Web, incluiremos as informações sobre as novas escolas em todo o mundo. Se sua informação for viável, decerto a divulgaremos para torná-la acessível instantaneamente a todos os países, em lugar de esperar a publicação de outro livro. Assim é como o uso da Internet realmente brilha. O que realmente queremos é proporcionar, a todos, a última informação sobre o assunto, pois não pretendemos promover nenhuma escola com intenções comerciais.

Você deve estar a pensar: Como será uma escola alternativa?

A resposta é uma escola que siga os padrões e sugestões da lista abaixo. Existe escolas assim? Sim, e muitas delas existem há bastante tempo, mesmo antes do fenómeno Índigo.

1. Nestas escolas quem é respeitado são os estudantes, não o sistema.
2. Os estudantes têm a oportunidade de escolher a forma como as lições serão apresentadas, e a que ritmo.
3. O currículo é flexível.
4. As crianças e os professores, não o sistema, são os responsáveis por estabelecer os blocos de aprendizagem.
5. Os professores têm grande autonomia com os seus grupos de estudantes.

6. Não se veneram os velhos paradigmas educativos. As novas ideias são bem-vindas.

7. A forma de avaliação muda e afina-se constantemente para se adaptarem às capacidades dos estudantes. O mesmo se passa com a forma de ensinar e a maneira dos estudantes absorverem esta informação (Não há nada pior do que crianças brilhantes obrigadas a apresentar velhos exames que estão abaixo das suas capacidades. Como estas crianças são mal interpretadas e qualificadas como mentalmente inep-tas, os seus exames são um fracasso. O tipo de exame deve evoluir com a consciência do estudante).

8. Uma mudança constante na forma de fazer as coisas é a norma da instituição.

O que se segue pode ser controverso. Apresentamos aqui a primeira das escolas de cujos sistemas educativos temos notícias no momento de produzirmos a primeira edição deste livro.

As escolas Montessori a nível nacional (EUA)

“O nosso objectivo não é só fazer com que a criança entenda sem a obrigar a memorizar. Queremos, também, tocar a sua imaginação para entusiasmar o canto mais recôndito do seu coração.”

Dr.^a Maria Montessori.

A escola Montessori é, talvez, a mais conhecida no seu estilo. Com uma linguagem que se iniciou em Roma, em 1907 com o infantário do Dr. Montessori, estas maravilhosas escolas floresceram a nível nacional como escolas e educadores licenciados, que definiram as crianças como “estudantes independentes”. A Sociedade Montessori Americana (AMS) foi fundada em 1960. O seu único e revolucionário método de ensino parece ter-se desenvolvido para preencher o vazio educativo das Crianças Índigo.

Apresentamos, a seguir, as bases da sua filosofia de acordo com a publicação do seu próprio material:

O sistema educativo Montessori é único porque se concentra na criança integral. O objectivo primordial do programa Montessori é ajudar cada criança atingir o seu potencial em todas as áreas da vida. A suas actividades promovem o desenvolvimento de capacidades sociais, de crescimento emocional e de coordenação física, ao mesmo tempo que de preparação cognitiva. O currículo holístico sob a direcção de um professor especialmente preparado, permite à criança experimentar a alegria de aprender, assegurando o desenvolvimento da sua auto-estima e proporcionando as experiências necessárias à sua aprendizagem. O programa da Dr.^a Montessori foi feito para encaixar dentro de cada criança, e não que cada criança se encaixe no programa. O respeito pela individualidade de cada criança é o centro da sua filosofia. E este respeito conduz ao desenvolvimento das relações de confiança mútua.

A organização Montessori também forma professores. Actualmente existem cerca de 5000 escolas Montessori privadas e públicas, na América. Podes encontrá-las em bairros opulentos, comunidades de imigrantes, em pequenas cidades e em áreas rurais. Todas elas com crianças de diferentes extractos sociais, culturais, étnicos e económicos. Para maiores informações escreva para:

American Montessori Society (AMS), 150 Fifth Avenue - New York, NY 10011. Tel. (212) 924 32 09

As escolas Waldorf a Nível Mundial

As Escolas Waldorf são as que estão mais comprometidas com a qualidade da educação. Todas as escolas farão o possível para melhorar a filosofia que sustenta o sistema educativo Waldorf.

Dr. Boyer, Director da Fundação Carnegie para a Educação.

As escolas Montessori são um sistema de educação alternativo bem estabelecido e muito conhecido, tal como as escolas Waldorf, também conhecidas como Escolas Rudolf Steiner.

Em 1919, em Estugarda, Alemanha, abriu a primeira escola Waldorf do mundo. E em 1928, em Nova York, abriu a primeira escola Waldorf da América do Norte. Hoje reconhece-se que o sistema Waldorf é o maior e o de mais rápido crescimento dos todos movimentos educativos no mundo, com 500 escolas em mais de 30 países. O movimento é muito forte na Europa Ocidental, especialmente na Alemanha, Áustria, Suíça, Holanda, Grã-bretanha e nos países escandinavos. Actualmente, na América do Norte, há aproximadamente 100 escolas.

Desde a sua fundação, em 1919, o propósito explícito das Escolas Waldorf foi desenvolver seres humanos livres, criativos, independentes e morais. A missão de Steiner era “Aceite as crianças com reverência, eduque-as com amor, deixe-as caminhar em liberdade.” Pensa você que Steiner tinha alguma ideia sobre as Crianças Índigo? Ele foi, de facto, um educador com pensamentos avançados. Apresentamos aqui um extracto de um artigo publicado em 1989 por Ronald E. Kotsch, Ph.D, do jornal *East West Journal*:

Entrar em uma Escola Waldorf é como passar através do espelho de Alice no País das Maravilhas, em educação. É um mundo surpreendente, algumas vezes desorientador, cheio de contos de fadas, mitos e lendas, ou música, arte, demonstrações físicas, jogos e festivais da estação, de livros de tarefas escri-

tos e ilustrados por estudantes, um mundo sem exames, graus, computadores ou televisão. É, em resumo, um mundo onde as ideias e práticas do sistema educativo americano ficaram para trás.

Para maiores informações comunique-se com:
Association of Waldorf Schools of North America
3911 Bannister Rd. - Fair Oaks, CA 95628 - Tel. (916) 9610927

Outras técnicas

Alguns dos processos a seguir descritos são muito profundos. Não se classificam dentro da categoria de educação que estamos a abordar, contudo, são temas básicos da aprendizagem humana. Uma das coisas que mais me surpreendem é observar como são simples e intuitivos. Ainda que, frequentemente esquecidos, sempre devem ser trazidos para as nossas vidas por homens e mulheres de pensamentos profundos. Volto a frisar que estes processos são oferecidos somente como parte dos muitos processos que, sem dúvida, estão a ser usados presentemente com excelentes resultados. Alguns poderão parecer estranhos, mas estamos apenas a apresentar-lhe aqueles que sabemos que têm dado resultados.

Capacidade para amar - A energia do coração.

Jan e eu percorremos o mundo como conferencistas. Falamos sobre a base para conseguir uma atitude humana saudável e espiritual - o amor a nós próprios e aos demais. Através deste imponente poder energético natural, consegue-se saúde e paz. A personalidade obtém o seu equilíbrio e, inclusive, vivemos mais tempo. Esta é a nossa ferramenta, que ensinamos em toda a parte. Neste livro, muitas vezes, você lerá sobre o amor.

Peço licença para apresentar, agora, um investigador de sistemas que tem uma construção prática sobre este assunto. Certa vez lemos um artigo de David McArthur, e os nossos corações alegraram-se. Ele é co-autor, junto com o seu falecido pai, de um livro chamado *O coração inteligente*. O livro fala, com grandes detalhes e clareza, sobre como o amor é a chave de todas as coisas que falamos. E mais, o senhor McArthur escreve que o coração é o centro que distribui a energia aos outros centros do nosso corpo. Os sinais electromagnéticos do coração, medidos através de electrocardiogramas, são apresentados no livro mostrando dramaticamente os atributos da frustração e da zanga, comparados com os sentimentos de apreço e de paz. Os caóticos padrões das emoções de zanga (chamados padrões incoerentes) são profundamente diferentes dos padrões uniformes e em ordem (aspectos coerentes) das emoções de paz e de tranquilidade. O livro é, realmente, sobre o amor e como passar dos padrões caóticos aos da ordem - um processo que à partida se acredita que começa no cérebro, envolve o coração, ou, para sermos mais precisos, a sensibilidade emocional a que chamamos coração. A informação é prática e bastante completa.

E é para todos os seres humanos, não só para as crianças.

* * * * *

Jogos da vida sem competição

Por Paulino Roger

Outra forma através da qual se pode ensinar a tolerância, é por meio de jogos que não envolvam a competição. Estes jogos encontram-se em livros admiráveis tais como *The Incredible Indoor Games Book* e *The Outrageous Outdoor Games Book*. Há anos atrás, descobrimos que as crianças aprendem através do jogo. As inestimáveis metodologias de ensino de *High Scope* incorporam actividades da vida real e jogos, para ensinar às crianças sobre a vida e a vivência em conjunto. Actualmente, várias escolas empregam estes métodos. O trabalho com as Crianças Índigo deve incluir, obrigatoriamente, todos os seus níveis de desenvolvimento: físico, mental, emocional, social e espiritual. Concentra-se na "criança completa", ou do contrário, arrisca-se ao desenvolvimento desequilibrado ocorrido nas nossas escolas, onde, actualmente, se ensina muito pouco o social e a responsabilidade individual. Os adultos devem ser modelo das regras. Outros livros que recomendo são: *A Parenting Manual*, *Teen Self Discovery*, e *Teaching Children to Love* - todos de Doc Lew Children; *Meditating with Children*, de Deborah Rozman, *The Ultimate Kid*, de Jeffrey Goelitz; e *Joy in the Classroom*, de Stephanie Herzog.

Disciplina ayurvédica para crianças

Já ouviu falar de Deepak Chopra? Talvez ele seja um dos autores mais conhecidos no campo da auto-superação. Entre outras coisas, o Dr. Chopra ensina uma ciência de 5.000 anos de idade chamada Ayurveda - um processo que está a varrer o planeta num ressurgimento da sua sábia aplicação na saúde e na vida diária. Joyce Seyburn, que trabalhou com o Dr. Chopra, aplicou o seu conhecimento especificamente aos

seus filhos. O seu novo livro *Os Sete Segredos Para Criar uma Criança Saudável e Feliz* é uma abordagem de corpo e mente para pais. Este livro guia os seus leitores através da yoga, da respiração, da nutrição, das massagens e dos conceitos ayurvédicos concebidos para educar os pais e prepará-los para a educação dos seus filhos. Em seguida, Joyce oferece-nos um resumo do seu novo livro.

* * * * *

Os sete segredos para criar uma criança saudável e feliz

Por Joyce Olden Seyburn

O primeiro segredo é o cuidado do seu bebé na matriz, desde o momento da concepção. Pratique um estilo de vida equilibrado, exercitando-se com moderação, alimentando-se bem, descansando o suficiente e auto-educando-se.

O segundo segredo é conhecer o tipo de mente e corpo do seu bebé. O conhecimento sobre os tipos de mente e corpo derivam-se da "Ciência da Vida" do Ayurveda, desenvolvida há 5.000 anos na Índia. Para aprender a conhecer a mente e o corpo do seu bebé, observe os seus padrões de sono e de alimentação, a sua sensibilidade à luz e ao ruído, e a forma de interagir com outras crianças.

O terceiro segredo é aprender o equilíbrio entre como centrar-se a si mesmo e como acalmar e tranquilizar o seu bebé ou criança. A melhor forma de o fazer é através de algum tipo de meditação falada ou silenciosa. Ainda que as crianças não precisem de meditar, requerem meios para centrar-se e acalmarem-se. Outra forma de alcançar este objectivo é através dos sentidos, usando música, passeios ao ar livre, aromaterapia ou o paladar.

O quarto segredo é a massagem diária no corpo que ajuda a correcta digestão do bebé e o brinda com a resistência às doenças, além de melhorar os seus hábitos de sono e do tónus muscular. A massagem para crianças maiores e para os adultos ajuda a aliviar a tensão muscular e activa a produção de endorfinas sob a pele, o que os faz sentir bem.

O quinto segredo é iniciar o seu filho nas técnicas da Yoga e da respiração, assim como os seus filhos maiores. Esta prática proporciona vivacidade e boa coordenação, regula a fome, a sede, o sono e a digestão.

O sexto segredo é escolher as opções nutricionais que melhor se adequem aos diferentes tipos de mente e corpo.

O sétimo segredo é usar o descanso, a massagem, os tónicos e as dietas que facilitem o parto e a depressão pós-parto, que permitam educar-se a si e ao seu bebé.

Educando o seu bebé e seguindo esses conselhos, ambos desfrutarão de vidas mais estáveis e pacíficas.

O Tacto - Novas Evidências de que é mais do que parece

Provavelmente você não se apressará para "comprar" um sistema de saúde de 5.000 anos. Bem, se esperar o suficiente, ele virá até si. O quarto segredo que Joyce Seyburn mencionava acima está a popularizar-se agora. Em Julho de 1998, a revista *Time* publicou um artigo intitulado "*Toque desde cedo e com frequência*", em que Tammerlin Drummond nos dá a seguinte informação:

Estudos do Instituto de Investigação do Tacto constataram que massajar os prematuros três vezes ao dia, durante 5 dias consecutivos os nutre mais do que àqueles bebés igualmente débeis que não recebem massagem. Todos os bebés beneficiam da massagem.

O mesmo artigo menciona a Dra. Tiffany Field, uma psicóloga de Miami que fundou o Instituto de Investigações do Tacto há seis anos. Ela diz que a massagem estimula o nervo vago, o qual activa os processos que ajudam a digestão, os quais, por sua vez, permitem um rápido aumento de peso. Oito meses mais tarde, os bebés prematuros mostravam capacidades motrizes e desenvolvimento mental superiores. No capítulo 4, encontrará alguns métodos alternativos de cura e equilíbrio que você nunca imaginou que existissem, e que incluímos aqui porque funcionaram.

Capítulo 3

A espiritualidade das Crianças Índigo

Por favor, leve em conta que se você se sente incomodado pelos temas metafísicos da Nova Era ou por temas de carácter espiritual em geral, deve saltar este capítulo. Não desejamos que a informação aqui contida desvie os seus sentimentos acerca deste livro ou dos princípios que apresentamos nos capítulos anteriores.

Para alguns, este tema é um disparate e vai contra as técnicas espirituais conhecidas em todo o mundo Ocidental. A percepção poderia ser de que este capítulo contém informação que vai contra a doutrina que, desde pequenos, nos ensinaram acerca de Deus e da religião estabelecida. Por isso, você poderia questionar a sua aceitação quanto à qualidade da informação dos capítulos que vêm a seguir.

No entanto, para outros, este é o Santo Graal de toda a mensagem! Somente vamos informar o que vimos e escutamos. Não temos qualquer interesse em que você adira a alguma doutrina filosófica. Decerto terá notado que, se existe um tema bastante recorrente nestes escritos, é o tema do Amor e como devemos tratar as novas crianças - mas não estamos a ser recorrentes em assuntos de Religião e Filosofia.

Se duvida da metafísica, então, por favor, passe ao Capítulo 4, onde falamos sobre a saúde, especialmente sobre os problemas de atenção e hiperactividade das crianças. Saltar este capítulo não afectará a nossa mensagem centrada nas Crianças Índigo.

Para aqueles que desejem continuar com a leitura

Este capítulo contém uma colecção de histórias de todo o mundo, e uma profecia que define as Crianças Índigo como "Aqueles que sabem de onde vêm e quem eram". Gordon Michael Scallion, uma personalidade da televisão, previu a chegada das "crianças azuis", e existem outros historiadores espirituais que descobriram predições similares aparecidas em textos antigos.

É real a reencarnação (vida depois da vida)? Serão as incontáveis histórias de crianças, que dizem aos seus pais "quem eram antes", somente "produto de uma fantasia das suas mentes ricas e inteligentes" - ou são, na verdade, uma profunda recordação que devemos considerar com seriedade?

O que diz você aos seus filhos quando eles lhe contam que estiveram aqui antes? Ou quando falam dos seus "amigos, os anjos"? E aqueles outros aspectos espirituais que não foram aprendidos por nenhuma fonte da qual você tenha sido responsável? E o que me diz quando as crianças começam a corrigi-lo na sua doutrina religiosa? O que é que você faz, então?

Quisérámos ter a resposta para todas estas perguntas, mas somente podemos dizer-lhe que não deprecie nem desalente as crianças quando elas estão a dar essas informações. Se estas ultrapassarem as suas crenças, então ignore-as. Estas "mensagens", com o tempo, não afectarão os ensinamentos religiosos. A maioria das crianças esquecem-se destes episódios aos sete anos de idade. E, acerca da Religião, temos evidências de que as crianças ficam impacientes quando vão à igreja. Esta tendência espiritual é um novo atributo da Humanidade das Crianças Índigo que vale a pena não ser reprimir.

Antes de começar, vamos definir alguns dos termos que usaremos neste capítulo.

- Vida passada: é a ideia de que a alma humana é eterna e participa de mais de uma vida humana através do tempo.
- Carma: é a energia da vida passada ou da série de vidas passadas; crê-se que ajuda a configurar o potencial de aprendizagem e as características da personalidade na vida presente.
- Aura: é a força de vida que rodeia a pessoa; algumas vezes é "vista" intuitivamente com várias cores, cada uma com um significado especial.
- Vibração: também conhecida como "frequência". Vibração alta é um termo usado para descrever um estado iluminado do Ser.
- Velha energia: as formas antigas, frequentemente descrevem um estado não iluminado.
- Trabalhador da Luz: uma pessoa em alta vibração, um iluminado fazendo um trabalho espiritual de alto nível. Normalmente usa-se esta expressão para descrever uma pessoa laica.
- Reiki: um sistema para equilibrar a energia.

Melanie Melvym Ph.D. é conselheira e membro do Instituto Britânico de Homeopatia. As suas contribuições abarcam muitos temas, mas ela sempre considera o seu trabalho como estando firmemente orientado ao espiritual.

O respeito nas crianças índigo

Por: Melanie Melvin, Ph.D.

As Crianças Índigo vêm a este mundo com um auto-respeito e um inviolável conhecimento de que são filhos de Deus. O seu Índigo ficará bastante confuso e consternado se perceber que você não tem o mesmo conhecimento sobre você mesmo, de que você, acima de tudo, também é um ser espiritual. Portanto, é crucial que você se respeite.

Quando o nosso filho Scott, aos dois anos e meio, entrou a correr na cozinha onde eu estava ajoelhada a limpar o chão, e fiz um sinal para ele parar, advertindo-o do perigo de cair no piso húmido, ele olhou-me fixamente nos olhos e com grande poder e determinação disse-me: “não empurre Scott”. Ele sentiu-se desrespeitado e reagiu defendendo-se. Fiquei impressionada perante o espírito indomável deste pequeno menino.

Não use técnicas falsas com os seus filhos. O auto-respeito dos pais vem de dentro. Se você se limita a seguir uma técnica recomendada por algum perito, estas crianças irão perceber isso. Deve ser sincero e comportar-se com eles como você realmente é; deve ser o modelo que os seus filhos querem seguir. As crianças aprendem mormente **do exemplo** dos seus pais, e não das palavras que lhes dizem. **Se estas crianças descobrem que os pais não têm integridade, eles os desmascararão.** Em qualquer caso, não imitam totalmente os pais, porque têm uma clareza absoluta da sua própria identidade.

Respeite a si mesmo e respeite os seus filhos como seres espirituais que são, e eles devolverão o respeito para si. Certo dia, ao vermos umas crianças a falar desrespeitosamente com os seus pais, os meus filhos disseram-me: “Mãe, jamais permita que façamos isso”. E eles respeitam-me e apreciam-me por isso. Um dos erros mais comuns que vi nos pais modernos é a **debilidade** que mostram ao não quererem “ferir sociologicamente o seu filho”, sem pensarem no dano que também se causa às crianças ao dar-lhes plena liberdade, num mundo que é demasiadamente grande para que eles possam dominá-lo sem uma orientação apropriada dos pais.

Considere, espiritualmente, o seu filho como um igual, mas também seja consciente de que você é o pai nesta oportunidade e, portanto, quem está numa posição de responsabilidade. Ainda que não sejam as crianças quem está no comando, podemos dar-lhes muitas oportunidades para eles escolherem e exercitarem a sua liberdade em níveis que lhes sejam acessíveis. Por exemplo, permita-lhes escolher o que querem comer, independentemente da comida que se tenha preparado, ou permita que eles ajudem a escolher o que vão fazer para o jantar. Recorde-se que você não é um(a) cozinheiro(a), que está ali para satisfazer aos gostos individuais de cada membro da família. Já vi mães encolerizadas, na cozinha, tentando agradar a todos. Isto é uma falta de respeito para com elas mesmas. Se um membro da família tem de se sacrificar, isso, sem dúvida, não beneficia os outros membros. A família deve servir de apoio a todos os seus membros. Como psicóloga homeopata reparei que as crianças mais irritadas são aquelas a quem os seus pais não põem limites. Vi crianças levarem os pais a situações de raiva extrema, somente porque esperavam que eles lhe pusessem limites no seu mau comportamento. Você estará a abdicar do seu papel de pai se permite que o seu filho o controle.

Quando o nosso filho tinha dois anos, disse-lhe que não tocasse em algo que estava sobre a mesa de café. Então, eu percebi que ele tocou no objecto para me aborrecer, e bati na sua mão. Ele tocou novamente, e de novo, e de novo, e a cada vez que o fazia, eu batia. As suas lágrimas rolavam e o meu coração estava partido, mas sabia que se eu não o castigasse, iria ficar mais ferido, porque significaria que ele podia dominar a sua mãe, aquela que, supostamente, era mais forte e independente, capaz de o manter a salvo. Quando isto não acontece, as crianças ficam muito assustadas. Depois do incidente, abraçámo-nos, ele sentiu-se feliz e nunca mais voltou àqueles extremos. Se eu me tivesse dado por vencida naquela oportunidade, a cena ter-se-ia repetido muitas e muitas vezes, até que aprender a ser forte e consciente do meu papel de mãe. Normalmente, quando existe um padrão de desafio numa Criança Índigo, é porque elas se sentem não respeitadas ou porque sentem que os pais não se respeitam o suficiente ao não exercerem o poder que têm sobre elas. Periodicamente, qualquer criança desafiará a autoridade dos pais. Respeite-se e respeite o seu filho, e nunca sentirá que cometeu um equívoco. O respeito é a base do amor. Se você ama, de facto, os seus filhos e não está a procurar preencher as suas próprias necessidades de ser amado e aceite através deles, então a paz chegará a toda a família.

Liberdade de escolha

A liberdade é muito importante para as Crianças Índigo. A verdadeira liberdade vem acompanhada pela responsabilidade de tomar decisões. Estas decisões devem ser as apropriadas ao estado de amadurecimento de cada criança. Sendo o acto de estar vivo uma forma de ganhar experiência, não há decisões erróneas, já que adquirimos sabedoria através de qualquer decisão que tomemos. Como pais, precisamos guiar, educar e alentar. As Crianças Índigo actuam de forma desafiadora quando sentem que lhes está a ser imposta a vontade alheia. Os Índigo sentem que são diferentes dos outros. Quando os classificam como hiperactivos e com desordens de atenção, eles sentem que são diferentes de maneira negativa. Isto, além

de os desalentar e deprimir, apresenta um círculo vicioso de comportamentos e estados de ânimo negativos que lhes rouba os seus verdadeiros potenciais e dons. Há uma dor emocional por detrás da sua incapacidade de permanecerem sentados ou concentrados. Quando alguém os trata como se fossem crianças más, aborrecem-se diante da desvalorização da sua auto-estima. Não gostaríamos que os Índigo fossem como os demais, mas ser diferente é um caminho difícil. Algumas vezes sentem-se sozinhos, à parte de qualquer grupo - e isso dói. Mas, não ajuda dizer-lhes que não são diferentes, pois eles sabem que são. Ajudemo-los a serem esta valorosa diferença. Se lhes perguntar se eles gostariam de ser como toda a gente e citar exemplos específicos, provavelmente eles dirão que não querem parecer-se com ninguém. Isto recorda-os da sua decisão de serem o que são.

Os interdependentes Índigo

Geralmente, os Índigo são seres independentes. Assim, quando eles seguem o seu próprio caminho, não considere o facto como uma questão pessoal. A intensidade do seu propósito é admirável, mas você pode sentir como se um comboio de carga viesse atropelá-lo!

O meu esposo e eu reparámos, num restaurante, numa mãe que tomava tranquilamente o pequeno-almoço enquanto esperava que a sua pequena filha aguardasse ociosamente. Esta mãe devia estar a pensar na sua própria infância, quando as crianças eram vistas mas não eram ouvidas. A natureza da criança, porém, é estar ocupada; têm muito a aprender. Com os Índigo isto amplifica-se, pois têm um forte sentido de propósito. Esta pequena menina, com cerca de três anos, estava sentada numa cadeira demasiado alta e afastada uns 25 cm da mesa para que a filha não subisse para cima dela. A mãe disse-nos que ela esperava que a menina ficasse ali porque isso era o que lhe tinha sido ordenado. Mas, o meu esposo, Sid, e eu observámos esta menina durante um minuto ou dois, olhámo-nos e dissemos em uníssono: "Índigo"!

Tínhamos reparado no olhar intenso nos olhos da menina, e como ela se sentia igual aos adultos presentes. Não era tímida nem temerosa, nem sequer lhe importava se nós a aprovávamos ou não. Estava em pé no cadeirão. Não se tinha posto em pé para desafiar a mãe, nem compreendia que estava fazendo algo errado; estava em pé por algum tipo de motivação interna. Apesar de estar em pé a certa altura do chão, não temi que caísse, nem ela, pois o seu equilíbrio era perfeito. Tinha uma total confiança em si e inspirava confiança aos outros. A sua mãe era quem me preocupava. Se queria tratar esta menina com ideias obsoletas, tinha as mãos cheias. Com empatia, disse-lhe: "A sua filha sabe o que está a fazer", esperando que compreendesse que aquilo era uma boa característica. A mãe respondeu: "Claro que sim!" com um misto de exasperação e orgulho. A menina escutou tudo o que estávamos a dizer e continuou na mesma atitude fazendo as suas próprias escolhas, seguindo a sua intuição interna, os seus valores, motivação e discernimento. Se a mãe lhe tivesse dado algo para fazer e lhe tivesse comunicado a sua preocupação sobre a possibilidade de que poderia cair, possivelmente teriam chegado a um acordo e ambas teriam sido mais felizes. À medida que a referência de independência interna dos Índigos se defronta com a preocupação dos demais, é melhor não lhes instilar a culpa, o temor pelas opiniões alheias e a falta de confiança na sua própria intuição, tudo isso que vocês tiveram de enfrentar as gerações anteriores.

Eles são o que comem

Aqui está uma outra área onde as novas crianças não aceitam a nossa herança. Comer não é importante para eles. Eles não tendem a comer grandes quantidades de comida - o que é de grande preocupação para muitos pais. Isto é irónico considerando que a maioria de nós vive preocupado com o nosso peso extra. Estas crianças comerão somente o que precisam para manterem os seus corpos. Os seus fígados podem metabolizar mais comida-lixo do que os nossos, ainda que a maioria deles pareça preferir a comida saudável, como vegetais e frutas assim, como carne e peixe. Eles tendem a comer em pequenas quantidades e não se preocupam acerca da sua próxima refeição. Se você se preocupa com este tema ou tem alguma informação sobre nutrição para oferecer, compartilhe-a com eles e permita que eles tomem as suas próprias decisões. A sabedoria dos seus corpos lhes dirá claramente do que precisam, se não os contaminarmos com manias e temores sobre o que se deve ou não comer.

Em 1970 fez-se uma experiência com um grande número de crianças de 2 anos e meio. Em cada refeição foi-lhes oferecido um *buffet* com grande variedade de pratos, e eles podiam escolher o que quisessem sem qualquer restrição. Contrariamente ao que os pesquisadores esperavam, as crianças escolhiam alimentos nutritivos, e não se excederam no consumo de doces. Uma das crianças que tinha raquitismo bebeu óleo de fígado de bacalhau até se curar da doença. Se crianças dos anos 70 puderam fazer isso, então, porque não confiar que os Índigo escolherão o que seus corpos precisam?

Vindo do coração

Estas crianças sentem compaixão por outras coisas viventes: o planeta, a vida em geral, os animais, as plantas e outras pessoas. Reagem perante a crueldade, a injustiça, a falta de Humanidade, a estupidez e a insensibilidade. Ainda que eles queiram coisas, carecem do apego a elas e são muito generosos.

Investigações no campo da psicologia consistentemente indicam que os pais que são sensitivos e ajudam essas crianças, formam filhos sensitivos que ajudam os outros. Recentes resultados mostram que quando uma criança ajudava outra, o coração da primeira diminuía de ritmo. Para simplificar, as crianças que mostravam empatia também eram positivas e tinham um ritmo cardíaco baixo. Eram emocional, mental, social e fisicamente mais saudáveis. Aqueles menos altruístas eram os que tinham vidas miseráveis.

O desenvolvimento moral nasce da compaixão. Um código ético vem do coração e não de um conjunto de normas rígidas. Numa crise governa o coração, e não a cabeça. A valentia e a coragem resultam de um habitual sentimento de compaixão e da vontade de arriscar-se pelo bem do próximo, e não são o resultado de um pensamento lógico de análise de prós e contras de uma situação. Em suma, não é o nosso pensamento o que determina se fazemos bem uma coisa, mas nosso coração.

* * * * *

Ser pais de uma Criança Índigo

Por: Doreen Virtue, Ph.D.

Os meus pontos de vista acerca das Crianças Índigo provêm de um antecedente bastante eclético. Sou mãe de dois adolescentes, psicóloga e ex-directora de um programa para adolescentes sob dependência química. Também sou estudante de metafísica e curadora clarividente, que trabalha com o reino dos anjos. E, tal como você, fui uma criança que ainda se recorda de aspectos emocionais do seu crescimento.

Você lembra-se de, na sua infância, se sentir um adulto dentro de um corpo pequeno? Creio que esta sensação provém do ciclo de reencarnação. Todos somos almas antigas, que devem começar cada novo ciclo de vida como crianças. Os adultos continuam a tratar as crianças como o que são... como crianças. **Esquecem-se, porém, que falar com uma criança não é diferente de falar com um adulto.** As crianças esperam e merecem o mesmo respeito e menção que outorgamos aos adultos.

Não é coincidência que nesta era que precede o novo milénio, o número de crianças diagnosticadas com Desordem de Atenção aumentou subitamente. O número de jovens que está a tomar Retalina duplicou entre 1990 e 1995, de acordo com um estudo da escola de medicina da Universidade de John Hopkins. Relatórios da DEA indicam que a prescrição desta droga subiu em 600% nesta década. De acordo com a DEA, a Retalina é tão popular que, em algumas escolas, está a ser ministrada a 20% dos estudantes. Se o uso da droga continuar a crescer, crê-se que no ano 2000 cerca de 9 milhões de estudantes americanos consumirão esta droga. O problema é que, de acordo com uma pesquisa, a Retalina melhora o comportamento na escola, mas não em casa. Esta droga é considerada tão prejudicial que, no Exército, dispensam-se potenciais recrutas que tenham um histórico de ingestão de Retalina depois dos 12 anos. Claramente, as drogas não são a resposta. **Este aumento de tratamento psicotrópico durante a infância reflecte a nossa resistência às mudanças.** Encontramo-nos no fim de um velho mundo - baseado na competição, nas invejas, no egoísmo - e estamos a entrar no umbral de uma nova era baseada no amor e no conhecimento de nós mesmos. A velha energia está a dar lugar à nova. Parece que todos, inclusive aqueles menos espirituais, são conscientes das mudanças. No meu trabalho como conselheira espiritual passei a receber chamadas e tenho entrevistas com homens de negócios que querem saber "o que está a acontecer" e "como posso viver uma vida com mais significado"? Estes homens nunca se tinham aproximado do fenómeno psíquico, mas agora estão prontos para procurar respostas, depois de descobrirem que o mundo das corporações e das aquisições materiais não os faz mais felizes nem mais seguros.

Entretanto, enquanto as mudanças se popularizam, colectivamente permanecemos amarrados às velhas ataduras. Isto é, **resistimos a fazer as coisas de forma diferente.** Por exemplo, continuamos a julgar, a competir, a crer na carência e na limitação, e não somos honestos connosco nem com os outros, frequentemente escondidos atrás da amabilidade e de atitudes politicamente correctas.

As crianças que reencarnaram recentemente são diferentes das gerações anteriores. São chamados "filhos da luz", "as crianças do milénio" e "Crianças Índigo" por muito boas razões. **Estas crianças são altamente sensitivas e absolutamente psíquicas, com tolerância zero à desonestidade e à falta de autenticidade. Sabem instantaneamente quando alguém está a mentir.**

Assim, imagine quão difícil é para estas crianças estarem encaixotadas dentro do actual sistema educativo, tão carente de autenticidade. Em casa, frequentemente os adultos tratam as crianças desonestamente, por exemplo, pais que ocultam dos seus filhos os seus verdadeiros sentimentos e os hábitos de consumo de álcool. E, ainda que os filhos saibam quando as coisas vão mal, eles pedirão aos pais a confirmação dos seus sentimentos. Se os pais mentem, causarão uma grande frustração nas crianças. **Elas não sabem como reconciliar a disparidade entre o que sentem (a verdade) e o que os adultos lhes dizem (a mentira).** As Crianças Índigo reencarnaram nesta época por sagradas razões, para construir uma nova sociedade baseada na honestidade, na cooperação e no amor. Quando chegarem à idade adulta, o nosso mundo será bastante diferente do que é hoje. Não teremos violência nem estaremos a competir. Recordaremos a nossa habilidade para manifestar as nossas necessidades, sem necessidade de competir com outros. Como as nossas capacidades telepáticas vão despertar, mentir será impossível. E, porque cada um

reconhecerá a unidade que existe entre os seres vivos, a consideração pelos outros será a base de nossa sociedade. A interferência na missão divina das crianças acarretará uma grande dívida cármica. Quando as crianças lhe perguntarem acerca de algo, seja honesto com elas, ainda que isso lhe seja incômodo. Diga-lhes sempre a verdade. Se você se sente incomodado dizendo a verdade às crianças, permita que eles saibam isso. Você não precisa de converter as crianças nos seus confidentes, mas é importante que compartilhar os sentimentos com elas, honestamente. Assim você irá converter-se num modelo para elas.

Cura espiritual na relação pais/filho

Por detrás da pergunta que os pais me fazem: “O que devo fazer pelo meu filho?”, esconde-se a afirmação: “Quero que o meu filho mude”. As perguntas dos pais falseiam a sua crença de que a meta é fazer com que seus filhos se conformem. Cada vez que tratamos de persuadir alguém a fazer algo, estamos impondo a nossa vontade a esse indivíduo. Isto quase nunca funciona; quase sempre o que se consegue é criar lutas de poder. Isto é especialmente certo quando se trata de indivíduos altamente intuitivos como as Crianças Índigo. Como os animais, os Índigo podem detectar o medo dos seus pais por trás do desejo de os controlar. Eles revoltam-se contra as suas intenções de ganhar, porque o seu temor os assusta. Eles querem pais pacíficos e seguros. Quando você os pressiona, as crianças tornam-se inseguras e assustadas.

Portanto, cada vez que você se incomodar com algum aspecto do comportamento do seu filho, o primeiro passo é resistir ao impulso de reagir imediatamente. Em vez disso, espere 5 ou 10 minutos. Retire-se para a casa de banho ou outro lugar privado, feche os olhos e respire profundamente. Reze pedindo a intervenção espiritual de Deus, dos seus anjos, e dos mestres ascendidos. Um método muito eficaz é visualizar toda a situação a partir de um ângulo espiritual. Frequentemente, eu visualizo anjos sustentando um enorme ramalhete onde ponho tudo o que está a preocupar-me. Uma vez que alcanço a sensação de paz, sei que as soluções estão a chegar. Este método sempre resulta em milagres.

Segundo, **mantenha presentes as suas prioridades**. Você escolheu vir à Terra como um Trabalhador da Luz durante a mudança de milénio. Você escolheu ser o pai de uma Criança Índigo. Estas missões são as suas prioridades, e todo o resto é menos importante. Quando revê a sua vida perante a perspectiva da reencarnação, você considerará os momentos em que modelou o amor pelos seus filhos como o êxito mais importante nesta vida. Não se importará se a cozinha não está impecavelmente limpa ou se o seu filho tirou boas notas. A coisa mais importante é o amor.

Terceiro, visualize o tipo de relação que gostaria de ter com o seu filho. Durante anos usei este método na minha consulta com pais, com magníficos resultados. A uma mãe, que se queixava constantemente do “mau” comportamento da sua filha, disse o seguinte: “Você está a dizer-me que a sua filha comete muitos erros. É isso o que você quer para ela?”. Essa mãe olhou-me como se eu estivesse louca e respondeu: “Não, claro que não!”. Repliquei: “Bem, tudo o que cremos como certo, experimentamos. E se está convencida de que a sua filha se comporta mal, ela o fará contanto que você assim o creia, porque isso é o que você está a experimentar”. A minha cliente soube instantaneamente o que eu estava a tentar dizer-lhe. **Teve de aprender a mudar a sua forma de pensar**. Ajudei-a a visualizar a sua filha como um ser terno e amável, e tudo o que ela desejava para a filha. Visualizou-a com grande detalhe. Em poucos dias informou-me a filha estava a portar-se exactamente como ela tinha visualizado. A cura foi instantânea e manteve-se no decorrer dos anos.

Algumas pessoas podem pensar: “Não estarei a impor a minha vontade sobre o meu filho?” Na verdade, creio que o método da visualização é o produto do nosso conhecimento de que todos somos um. Não há pessoas separadas umas das outras, há somente a ilusão de que os outros estão separados de nós mesmos. A visualização ressalta a verdade de que cada um de nós é um reflexo dos nossos próprios pensamentos, sentimentos e expectativas.

Depois de tudo, acaso não nos comportamos diferentemente perante pessoas diferentes? Você não é muito amável com pessoas que sabe que gostam de você? E acaso não muda de atitude perante as “pessoas negativas”? Pois com os nossos filhos não é diferente. Quando os vemos como seres sagrados, felizes, perfeitos e belos filhos de Deus, eles naturalmente começarão a mostrar estas qualidades.

Mudando as frequências com seu filho Índigo

Em lojas de produtos naturais e revistas talvez já tenha encontrado ervas e essências florais como “remédios” para curar Desordens de Atenção (ADHD). Seguramente estes métodos darão bons resultados. Na realidade, **tudo o que cremos que funciona sempre funcionará**. Pessoalmente, não sou partidária de usar tratamentos externos. Sei que muitas das pessoas que se expõem a drogas e tratamentos de aromaterapia têm a melhor das intenções, mas não quero que me interpretem mal. As minhas crenças vêm da filosofia de que cada condição é uma ilusão, e o que diagnosticamos, classificamos ou tratamos como uma condição acabamos por a tornar real. Podemos até fazer com que o problema se agrave.

É muito importante que não classifiquemos ou julguemos os nossos filhos. Inclusive, sejamos cautelosos com o termo Crianças Índigo e não deixemos que esta denominação nos faça pensar que eles são especiais ou crianças diferentes. Todos os filhos de Deus são iguais já que somos um só. A única diferença é esta: neste sonho do mundo material, onde parecemos estar separados, as Crianças Índigo têm uma missão a

cumprir. Eles são, literalmente, gente do futuro, encarnada num planeta que ainda tem as suas raízes no passado.

Então, vejamos os nossos filhos Índigo desde um plano mais elevado. Honremos o anjo dentro deles, como disse Kryon, assim como nós honramos o nosso próprio anjo e dos outros. Com isto em mente, sejamos, juntamente com Deus, os pais dos nossos filhos.

Nas minhas conversas com Deus e com os anjos aprendi que é vital que cuidemos dos nossos corpos. A razão, que nada tem a ver com vaidade ou estética, é porque **um corpo equilibrado, bem cuidado é muito mais receptivo à inspiração divina**. A importância espiritual de comer alimentos naturais, com pouca carne ou completamente sem ela, é promovida tanto no Oriente como pela escola pitagórica de filosofia (o berço da metafísica e cura espiritual modernas). A razão é que os alimentos têm diferentes frequências de vibração. Os alimentos com frequências altas ajudam o corpo a vibrar numa frequência muito maior, que ajuda a pessoa a permanecer mais centrada no seu estado interior. Quanto mais alta for a sua frequência, mais fácil será captar mensagens de Deus, dos seus guias espirituais e dos seus anjos.

Alimentos vivos como vegetais, frutas e cereais, e leguminosas têm as vibrações de frequência mais alta. Comida morta como os alimentos congelados, secos ou requentados têm as vibrações da mais baixa frequência. O açúcar, os corantes, os conservantes e os pesticidas também são de baixa frequência. Você ajudará a si e ao seu filho a obter altas frequências - tão necessárias para a nova energia da Nova Era - comendo grandes quantidades de vegetais livres de químicos. Na realidade, esta é a dieta aconselhada pelos peritos nos tratamentos de Desordens de Atenção (ADHD).

Os meios de comunicação, a televisão, as revistas, os filmes, a rádio, a Internet e os jornais - todos levam em si frequências de vibração. Estes meios, baseados na negatividade e no temor, têm baixas frequências. Aqueles que estão dispostos ao verdadeiro amor espiritual têm frequências altas. É importante que você tenha a sua casa com as mais altas-frequências possíveis, portanto, convém evitar que as notícias se espalhem por sua casa, **não guarde jornais ou revistas que contenham notícias negativas**. Ore por intervenção e acompanhamento espiritual para manter o seu filho protegido das influências do meio. As suas orações serão mais efectivas que os seus sermões e repreensões.

Finalmente recorde-se que o poder do perdão opera milagres em todas as áreas da sua vida, especialmente nas suas relações.

Evolução espiritual

Através dos metafísicos e das suas fontes aprendemos que as novas crianças que estão a chegar ao planeta são muito mais espirituais. Isto não significa que todos os Índigo vão converter-se em ministros ou em gigantes espirituais. O que significa é que eles estão a chegar com uma consciência espiritual que nós não tivemos.

A que se deve isto se é que é totalmente certo? De acordo com as fontes mais espirituais, não só se espera a chegada destas crianças, mas também que elas sejam a prova da evolução da consciência humana para além da "velha energia" das gerações anteriores. Eles são construtores da paz, sabias almas velhas, e a fonte suprema de coisas muito boas para este planeta. Eles estão interessados que os seus pais se relacionem pacificamente. Preocupam-se mais do que se poderia esperar de uma criança, e são como canais de sabedoria que não nos deixam sem alento. Os seus instintos humanitários já estão estruturados e manifestam-se desde muito cedo. Eles são uma etapa evolutiva da Humanidade.

Muitos historiadores espirituais e religiosos estão a notar neste fenómeno planetário, e crêem que está a ponto de ocorrer a mudança total da profecia. Esta fala de uma grande mudança para a Humanidade depois da passagem do milénio. Invalida os finais catastróficos que as velhas escrituras nos disseram e, em troca, traz-nos uma nova informação, que diz que os seres humanos podem alterar o seu próprio destino - mudar o futuro, deixando no passado o temor e o ódio. Dá-nos a esperança de que o Juízo Final e as lúgubres predições acerca do ano 2000 não são mais do que disparates, agora, na era dos Índigo.

Mais histórias sobre Índigos

Minha filha, Stef, de 15 anos, e eu, vivemos numa área rural de tradição religiosa holandesa. Um dia, estávamos a conversar acerca do que as crianças na escola pensavam sobre o céu, e ela disse: "O céu é outra palavra para descrever um lugar além - mas este continua sendo limitado". Falando de Deus disse: "Deus não parou o seu trabalho de criação - o Universo é constantemente mutante. Deus está criando gente e coisas que aprendem a amá-lo." Sobre a predestinação a minha filha disse: "Deus não sabe o que você vai fazer. Ele criou-a com amor e conhecimento. Você tem de fazer o que crê ser correcto. A mãe tem o seu próprio destino, mas será que o quer? Se bater em alguém, isso não foi planeado por Deus; é a sua decisão. Deus tem um pensamento - ele criou os seres humanos e os seres humanos tratam de chegar a esse pensamento. Eu sou, agora, este pensamento e também sou um ser humano. Eu sou as duas coisas, uma parte de Deus e uma parte da criação. Eu sou o criador e a criação."

Laurie Werner, mãe de Stef, de 15 anos.

Capítulo 4

A saúde

Este capítulo não é sobre as Desordens de Défice de Atenção (ADD) nem sobre as Desordens de Défice de Atenção por Hiperactividade (ADHD), pois já existe uma grande quantidade de informação disponível sobre este tema, e não temos a pretensão de ser autoridades no assunto. No entanto, e porque o medicamento Retalina está a ser amplamente usado no tratamento de crianças que simplesmente são Índigo, queremos que você esteja a par da última informação que existe sobre aquele medicamento.

Se você chegou a este capítulo à espera de encontrar tratamentos alternativos para crianças com verdadeiros problemas de atenção e de hiperactividade, é possível que encontre alguns, mas a nossa atenção foca-se sobre aquelas crianças que foram mal diagnosticadas e que não têm qualquer desordem de atenção, que não seja serem Crianças Índigo. Em muitos casos, o que serve para as crianças com desordens de atenção, também serve para os Índigo, especialmente no que diz respeito à nutrição e a sistemas de comportamento alternativos.

Revejamos de novo alguma da informação que tem sido tecida ao longo deste livro.

Nem todas as Crianças Índigo têm desordens de atenção e de hiperactividade.

Nem todas as crianças com desordens de atenção e hiperactividade são Crianças Índigo.

Antes de continuar, gostaríamos de realçar o trabalho dos investigadores das desordens de atenção e de hiperactividade, que estão a ajudar milhões de pacientes com os seus escritos. Embora sejam muitos, vamos relacionar apenas alguns seleccionados das listas de livros mais lidos. Seguramente, depois da publicação deste livro, aparecerão mais livros especialmente sobre as Crianças Índigo. Se assim for, você poderá encontrá-los no nosso site na Internet.

Os livros são:

Driven to Distraction, por Edwards Hallowell, M.D. Este livro é considerado por muitos como o que melhor trata o problema das desordens de atenção (ADD).

Helping your Hyperactive ADD Child, por John F. Taylor. Outro excelente livro considerado como o mais completo sobre as desordens de atenção e a hiperactividade nas crianças.

Raising your Spirited Child, por Mary Sheedy Kureinka. Este livro fala como lidar com certas características da personalidade dos pais.

The ADD Book, por William Sears, M.D. y Lynda Thompson, Ph. D. Este livro, escrito por uma pediatra e por uma socióloga infantil, fala dos tratamentos sem medicamentos para crianças com desordens de atenção.

Running on Ritalin, por Lawrence Diller. Se você está a administrar Retalina ao seu filho, deve ler este livro.

No more Ritalin: Treating ADHD Without Drugs, por Mary Ann Block, este livro trata justamente o tema deste capítulo.

Ritalin: its use and Abuse, por Eylon Beal (no momento em que escrevemos este livro, ainda não foi publicado).

Você está a curar ou a adormecer?

Você leu neste livro sobre pais que estão a ponto de enlouquecer com os seus filhos, a quem diagnosticaram desordens de atenção e que, afinal não, as têm. Alguns pais deram aos filhos os medicamentos receitados pelos médicos. Como mencionámos antes, em alguns casos estes medicamentos parecem ajudar - mas a quem é que ajudam, aos pais ou às crianças? Seguramente algumas crianças conseguiram acalmar-se e conformar-se, mas isto deveu-se ao facto de que a sua consciência evoluiu ou porque ficou adormecida com a droga?

Neste capítulo apresentaremos a doutora Doreen Virtue, que nos falará sobre os diagnósticos de desordens de atenção e das Crianças Índigo. Também falaremos de algumas alternativas de tratamento que temos encontrado nas nossas viagens, que são úteis para os Índigo com problemas com o mundo que os rodeia redor. Algumas destas alternativas poderão parecer-lhe estranhas, mas não as teríamos incluído se não tivéssemos comprovado que funcionam.

Será saudável o conformismo?

Por Doreen Virtue, Ph.D.

As Crianças Índigo são frequentemente diagnosticadas como crianças com distúrbios de atenção e com hiperactividade porque recusam conformar-se. Quando vemos um filme de Clint Eastwood, aplaudimos a sua rebeldia natural, no entanto, quando esse mesmo espírito se evidencia nos nossos filhos, damos-lhes medicamentos.

Para todos é claro que, se consultarmos um médico, ele ou ela irá receitar-nos invariavelmente medicamentos, como resposta àquilo que está a causar a doença. Isto faz-me lembrar um velho axioma: “Nunca tentes ensinar um veado a cantar; perderás o teu tempo e darás um desgosto ao veado”. Por outras palavras, as pessoas são o que são. Assim, não nos surpreende quando os educadores, desesperados devido à desobediência dos estudantes, os remetem para os psiquiatras e para os médicos de família, e estes receitam Retalina.

No entanto, e para serem justos, alguns psiquiatras condenam publicamente a Retalina. O Dr. Breggin afirma:

As crianças não têm distúrbios; elas vivem num mundo desordenado... Quando os adultos lhes proporcionam um ambiente melhor, elas melhoram rapidamente o seu comportamento. As crianças e os adolescentes podem eventualmente tornar-se taciturnos, confusos e autodestrutivos. Interiorizam estes sentimentos ou tornam-se rebeldes compulsivos. Não se lhes deve passar a ideia de que são doentes ou anormais, como é a primeira impressão que recebem quando começam a ter conflitos na escola e com as suas famílias.

As crianças podem beneficiar se as orientarmos para serem responsáveis pela sua própria conduta; mas não ganham nada quando são culpadas pelo trauma e pelo stress a que estão expostos por quem as rodeia. Precisam de apoio, não de diagnósticos humilhantes e de drogas que prejudicam o seu cérebro. Melhoram quando os adultos mostram atenção e interesse pelas necessidades básicas que elas, como crianças, têm.

As diferentes formas de tratar as Crianças Índigo

A primeira tarefa para todos nós é desprendermo-nos, tal como os nossos filhos, do que nos agarra à velha energia com a qual ainda vivemos. Em lugar de medicar os nossos filhos, ou forçá-los a que se adaptem aos padrões da velha energia, há outros meios alternativos para criar harmonia nas nossas casas com as nossas Crianças Índigo.

A Dra. Mary Ann Block, autora do livro *No more Ritalin: Treating ADHD Without Drugs (Não mais Retalina: Tratamento sem drogas para os distúrbios da Atenção)* trata os seus pacientes a partir do entendimento da sua maneira singular de pensamento. Ela observou que estas crianças tendem a ter um “cérebro direito”, o que quer dizer que são visuais, criativos, artísticos, físicos e espaciais. O nosso sistema educativo, que requer um cérebro de arquivo - “cérebro esquerdo”, não é compatível com o estilo natural de pensamento destas crianças.

De acordo com a Dra. Block, “Estas crianças também tendem a aprender através do tacto”. Isto quer dizer que aprendem melhor através das suas mãos. Nos primeiros anos de escola, estas crianças são muito inteligentes mas quando chegam ao 4^a e 5^a ano apresentam dificuldades para escrever os trabalhos correctamente porque têm dificuldades para adaptar-se ao velho sistema educativo de ler ou escrever no quadro. Embora elas vejam e oiçam a informação, o seu cérebro não a processa através do sentido da visão e da audição, porque elas são tácteis. Embora sendo muito inteligentes são classificadas como crianças com problemas de aprendizagem e muito problemáticas.

Quando a Dra. Block diz que estas crianças têm uma orientação assente no tacto e nos sentimentos, refere-se às capacidades naturais destas crianças, baseadas na intuição e na telepatia. Eu creio que cada um de nós é naturalmente telepático e que, no novo mundo, todos recuperaremos essa capacidade. Não castigemos as Crianças Índigo por terem a capacidade que nos irá beneficiar a todos.

A Dra. Block continua: “As crianças que aprendem através do sentido do tacto, têm muitos problemas para aprender com os sentidos da visão e da audição. Precisam de estimulação táctil que as ajude a aprender através dos outros sentidos, o que significa que precisam de tocar em algo ao mesmo tempo que estão a olhar e a ouvir. Se lhes proporcionamos um pequeno objecto que ela possa ter nas suas mãos para apertar e mover, melhorará as suas capacidades auditivas, reduzindo comportamentos desajustados na sala de aula ou em casa.

As crianças tácteis não escutam os seus pais quando estes os chamam. Chame-o primeiro pelo seu nome para chamar a sua atenção, antes de lhe dar uma ordem verbal. Se estiver perto, toque-lhe gentilmente no ombro ou no braço para o ajudar a assimilar a informação e, então, dê-lhe a ordem verbal.

O que fazer?

Queremos enfatizar algo muito importante: nenhum dos autores que deram as suas contribuições para este livro pretende que os pais se sintam culpados por tratarem os seus filhos com medicamentos. Não estamos aqui para julgar ninguém nem para lhe dizer que está “enganado”. O nosso propósito é apresentar um novo argumento sobre o que faz a Retalina, assim como informá-lo dos novos tratamentos alternativos. Também queremos que considere a possibilidade de que, apesar de tudo, o seu filho não tenha distúrbios de atenção ou hiperactividade. Se alguma informação que damos está relacionada com o seu filho, então pensamos que você quer saber sobre o que os outros estão a fazer.

Desejamos apresentar algumas informações sobre a Retalina. Algumas destas informações são novas, outras são velhas, mas é importante que conheça ambas. A revista *Time* publicou um artigo sobre este medicamento.

A produção de Retalina aumentou mais de sete vezes nos últimos oito anos e cerca de 90% da sua produção é consumida nos Estados Unidos. Estas percentagens levam-nos a pensar que as escolas distritais, as companhias de seguros e as famílias interessadas estão a aplicar este medicamento como uma forma rápida de enfrentar um problema complicado, que podia ser melhor resolvido se as turmas tivessem poucos alunos, tratamentos psicoterapêuticos e um aconselhamento familiar ou trocas básicas na turbulenta forma de vida que as crianças americanas enfrentam hoje.

Desta forma, os médicos que viram a Retalina como um medicamento positivo, algumas vezes com efeitos milagrosos, mas advertem que o medicamento não é um substituto de melhores escolas, de formas criativas de ensino e de pais mais dedicados aos seus filhos. A tendência dos últimos anos é bem clara: a percentagem de crianças com diagnósticos de distúrbios de atenção e hiperactividade que saem dos consultórios médicos com uma receita nas suas mãos vai de 55% em 1989 a 75% em 1996.

No meio científico e médico, começa-se a ver o “alarme sobre a Retalina” e começam-se a fazer perguntas técnicas básicas sobre qual é a história *real* do seu funcionamento. Gostaria de saber o que os médicos já sabem? Existem efeitos colaterais? O que dizem os peritos? O Dr. J. Zink, Ph.D, que pertence a uma família californiana de terapeutas, diz no mesmo artigo da *Time*: “Não neguemos, a Retalina funciona. Todavia, por que funciona e quais são as consequências de uma prescrição excessiva? Na verdade, não o sabemos.”

No excerto seguinte, de um artigo de 1984, o Dr. Robert Mendelsonhn, M.D., segue no mesmo sentido:

“Nada até agora tem demonstrado que os medicamentos como o Cylert e a Retalina melhoram o desajuste académico das crianças que os tomam. O maior efeito da Retalina e das drogas similares é que se verifica um fácil controlo do comportamento hiperactivo das crianças. Medica-se o aluno para facilitar a vida ao professor, mas não para fazer bem e melhorar a produtividade da criança. Se o seu filho é uma vítima potencial do perigo destas drogas, dir-lhe-ei que este é, na verdade, um preço alto a pagar para tornar a vida mais agradável ao professor.”

Com isto em mente, consideremos o seguinte excerto, de 1998, sobre a Retalina nos últimos 15 anos:

“A curto prazo, a Retalina actua claramente para reduzir os sintomas de distúrbio de atenção e da hiperactividade. Porém, muitas crianças têm estado a tomar o medicamento durante anos, sem que tenha havido estudos que indiquem os efeitos, a longo prazo, no desempenho académico e no comportamento social das crianças.”

A Retalina pode interferir no desenvolvimento normal da criança, embora investigações recentes sugere que só o atrasa.

Os Efeitos Colaterais da Retalina

A citação seguinte foi seguida, palavra por palavra, pelo produtor da Retalina, o laboratório Ciba-Geigy. À medida que for lendo, notará que a companhia reitera **que não sabe como funciona a Retalina** ou como os seus efeitos se relacionam com a condição do sistema nervoso central. Admite que desconhece o seu efeito a longo prazo. Notará, também, nos comentários entre parênteses feitos pelo Dr. Mendelsonhn.

O nervosismo e a insónia são as reacções adversas mais comuns que, usualmente, se controlam reduzindo a dose e omitindo o medicamento, à tarde e à noite. Outras reacções são hiper-sensibilidade (incluindo comichão na pele), urticária, febre, inflamação da pele, destruição dos vasos sanguíneos, anorexia,

náuseas, enjoos palpitações, dores de cabeça, movimentos involuntários dos músculos, taquicardia, dores abdominais, perda de peso durante períodos prolongados de terapia.

Informações sobre a síndrome de Tourette foram raramente mencionadas. Foram mencionadas psicoses tóxicas em pacientes que tomam este medicamento, também leucemia e/ou perda de cabelo. Nas crianças são frequentes a perda de apetite, dores abdominais, perda de peso em tratamentos prolongados, insónia e taquicardia. Contudo nenhuma das reacções acima mencionadas pode chegar a verificar-se.

* * *

O que se segue é acerca de novas substâncias distintas da terapia usual, e informações úteis sobre nutrição. Começaremos com Keith Smith, um perito em tratamentos com plantas da Califórnia que teve êxito usando métodos pouco ortodoxos, alguns dos quais nem conseguimos imaginar.

Pedimos a Keith que nos apresentasse os seus métodos, enfatizando-os especificamente sobre os Índios e as crianças com problemas de atenção. De novo reiteramos que não apresentaríamos esta informação se não nos tivéssemos certificado de que funciona. As teorias disparatadas de hoje são a ciência de amanhã.

* * * * *

A polaridade crónica invertida

Keith R. Smith

Há alguns anos, descobri acidentalmente que a polaridade invertida crónica é um remédio para a síndrome de fadiga crónica. Desde então percebi que muitos dos sintomas das crianças com desordens de atenção e com hiperactividade, são iguais aos sintomas dos adultos com sintomas de polaridade invertida crónica. Quase todas as crianças que vieram ao meu consultório têm polaridade invertida crónica. Desde que juntei ao plano nutricional as ervas medicinais próprias para esta condição, começaram a acontecer coisas maravilhosas com as crianças. Começaram a responder ao tratamento e a melhorar. A maioria delas ficou bem.

Todos os sistemas e processos no corpo físico são eléctricos. Os nossos processos mentais, o sistema imunológico e o coração são todos parte de um vasto sistema que funciona electricamente. O corpo humano gera os sistemas eléctricos. Como a electricidade é uma constante, os campos magnéticos são criados. Os campos magnéticos têm polaridade, ou seja, têm um pólo positivo (norte) e um pólo negativo (sul). Se você colocar um íman sob condições de stress verá como este inverte a sua polaridade; em essência, os pólos positivo e negativo trocam de posição.

Como o corpo humano é eléctrico e tem um campo magnético muito subtil, certas condições como o stress farão com que o pólo positivo e o negativo se invertam. Isto pode ser temporário e, como tal, é tratado pelos profissionais da medicina holística alternativa. Na minha prática, no entanto, observei que inverter a polaridade é frequentemente um processo de longa duração, e pode ser difícil de curar sem uma compreensão adequada da grande variedade de formas como se apresenta a polaridade invertida.

O sistema eléctrico do corpo

A polaridade invertida debilita a capacidade eléctrica do corpo. O stress prolongado é a maior causa desta condição. À medida que o corpo vai perdendo a sua carga eléctrica, os sintomas vão aparecendo. Se a carga eléctrica do corpo baixa até 42 Hertz, o sistema imunológico não consegue resistir à enfermidade. O corpo começa a enviar sinais que incluem dores de coluna, tensões musculares, dores de cabeça; se não escutamos estes sintomas, descarregamos pouco a pouco a nossa carga eléctrica e os sintomas podem piorar, por exemplo, fadiga extrema, depressão, ansiedade, enxaquecas, náuseas e dor crónica numa área específica. Com a polaridade invertida, o sistema de autopreservação é desactivado. Os sinais eléctricos normais no sistema imunológico parecem destruir em vez de proteger. Alguns dos principais sintomas da polaridade invertida crónica, são iguais aos das desordens de atenção e de hiperactividade: má memória a curto prazo e falta de concentração.

Nove sintomas para diagnosticar desordens de atenção e de hiperactividade

De acordo com o guia de diagnósticos da Associação Americana de Psiquiatria, há nove sintomas para diagnosticar as desordens de atenção e de hiperactividade, que se manifestam antes dos sete anos, persistem pelo menos durante seis meses e agravam-se ao ponto de interferir com as actividades sociais normais da escola. Estes sintomas são:

- Para os casos de falta de atenção:

Dar pouca atenção aos detalhes e cometer erros por descuido.
Dificuldade em centrar a atenção.
Não escutar quando se fala.
Dificuldade em continuar ou terminar as tarefas.
Dificuldade em organizar-se.
Evitar tarefas que requerem concentração ou esforço mental.
Perder frequentemente coisas que são necessárias na escola ou noutras tarefas diárias.
Distrair-se facilmente.
Esquecer-se de actividades que se realizam diariamente.

- Para os casos de hiperactividade

Está frequentemente inquieto ou a retorcer-se.
Levanta-se da cadeira quando se espera que permaneça sentado.
Corre ou sobe para cima de lugares impróprios.
Dificuldade de brincar em silêncio.
Constantemente parece como se estivesse prestes a sair ou impulsionado por um motor.
Fala excessivamente.
Responde prematuramente.
Dificuldade em esperar pela sua vez.
Interrompe os outros frequentemente.

A análise da íris: em forma de flor e em forma de jóia

A técnica de análise da íris do olho é demasiado detalhada para que possamos descrevê-la aqui, mas podemos dizer brevemente que se conhecem dois tipos de íris - a que tem forma de flor, é a que está mais correlacionada com crianças com desordens de atenção, e está presente nos adultos com depressão. A íris conhecida como "tipo jóia" correlaciona-se mais habitualmente com a hiperactividade nas crianças e com a ansiedade nos adultos.

Utilizando a técnica da polaridade invertida, as análises nutricionais e da íris, e outras técnicas usadas pelos praticantes da medicina alternativa, as nossas crianças, únicas e muito especiais, podem receber uma análise acertada. A consideração dos sintomas caso a caso, utilizando os sintomas individuais produz frequentemente resultados com muito êxito, como se mostra nos seguintes estudos de casos.

Primeiro Caso

Paciente: uma criança de 4 anos, com sintomas típicos de desordens de atenção e hiperactividade.

História clínica: esta criança nasceu prematura, sete semanas antes do tempo, e esteve cinco dias na unidade de cuidados intensivos. A mãe nunca se sentiu bem durante a gravidez, dormindo apenas 3 horas. A criança nasceu muito emocional, e durante a nossa primeira visita parecia ter os sintomas clássicos da hiperactividade. A mãe informou-nos que a menina tinha frequentemente episódios de vômitos e suores nocturnos.

Tratamento médico: depois de exames rigorosos, diagnosticou-se hiperactividade e desordens de personalidade sensitiva e emocional. As investigações mostraram que tinha polaridade invertida e, como os seus pais tinham informado, era extremamente sensível ao açúcar. Explorações posteriores aos factores de stresse que a rodeavam, revelaram que o trauma do seu nascimento prematuro havia aumentado pelo facto de os seus pais terem dois empregos cada um e se terem mudado três vezes antes do nascimento da criança. A mãe contou que durante toda a gravidez teve náuseas e vômitos várias vezes ao dia, e teve que ir a serviços de emergência onde foi tratada da desidratação.

Os pais viviam ambos num estado de altíssimo stresse. A criança tinha sido bombardeada com estes sintomas e emoções durante a gravidez, e, depois do nascimento, os momentos de stresse continuaram. Descobriu-se que a criança tinha adoptado o método da mãe para aliviar o stresse através do estômago, que era o seu centro emocional.

Usou-se um programa nutricional para o tratamento da polaridade invertida. Eliminou-se o açúcar da dieta. Sugeriu-se uma boa dose de abraços extra, e que cada um dos pais dedicasse tempo individual para preencher as necessidades do tipo de personalidade emocional e sensitiva da filha.

Resultados: A criança adaptou-se bem ao pré-escolar. Os sintomas de hiperactividade desapareceram. O sono é normal, os suores nocturnos desapareceram e não voltou a vomitar. Um psicólogo que a examinou recentemente, comentou que a criança tem um vocabulário surpreendente para os seus quatro anos.

Discussão: As investigações indicam que os pais, que foram hiperactivos ou com possíveis problemas neurológicos ou psicológicos, são mais propensos a que os seus filhos tenham desordens de atenção e de hiperactividade. Também se observou que ter um filho hiperactivo aumenta o risco de que os seus irmãos também nasçam com o mesmo problema. Os cientistas concluem que existe uma predisposição genética em relação a esta desordem, e que a comunidade médica tem adiado, até agora, um tratamento efectivo. Na minha experiência, creio que a polaridade invertida é contagiosa, não por causa de um germe, mas sim da proximidade. Se colocarmos uma pilha nova ao lado de uma pilha gasta, a carga da pilha nova esgotar-se-á. Do mesmo modo, as crianças rodeadas por pais com demasiado stresse ou que estiveram no útero de uma mãe totalmente stressada, invertem a sua polaridade porque os pais, sem o saberem, descarregam a carga eléctrica natural do bebé. Isto ocorre frequentemente antes do nascimento, e depois deste, quando a criança segue o seu desenvolvimento sem que haja uma intervenção para romper o ciclo. A minha previsão é que as investigações continuarão até se provar que estes sintomas ocasionam desequilíbrios químicos no cérebro, e desordens nervosas permanentes.

Segundo Caso:

Paciente: Um adolescente de 15 anos, estudante de bacharel com sintomas incomuns e difíceis de confirmar num diagnóstico.

História Clínica: Este jovem, altamente inteligente, estava a degradar-se. Pálido, com olheiras em torno dos olhos, os seus companheiros apelidavam-no de "Drácula". Os seus braços e pernas pareciam paus finos e tinha perdido massa muscular. Com uma profunda curvatura na parte superior da coluna, queixava-se de câibras, suores nocturnos e da tendência para usar palavras erradas quando falava. Também tinha problemas gastrointestinais.

Tratamento médico: Os exames e o *scanner* não tinham revelado nada. O único sinal significativo tinha sido uma deficiência de ferro nas análises ao sangue. Os cinco médicos que o tinham tratado recomendaram-lhe sulfato de ferro (para restituir o ferro), o que apenas contribuíra para piorar a sua condição. O outro diagnóstico considerado foi a doença de Crohn, uma inflamação no intestino delgado que causa dor e impede a absorção dos nutrientes pelo organismo. Avaliações posteriores eliminaram este diagnóstico.

Tratamento alternativo: Depois do exame, este jovem mostrava todos os sinais de polaridade invertida crónica, a qual foi rapidamente verificada. Os sintomas eram muito parecidos aos da espondilite aquilosa, que frequentemente se faz acompanhar da inflamação do intestino delgado, úlceras, colite ou da doença de Crohn. Tal como a maioria das doenças de origem desconhecida, são difíceis de diagnosticar até que os sintomas evoluam. Neste momento, é já demasiado tarde para reverter os danos físicos.

Administrou-se-lhe o programa nutricional para os casos de polaridade invertida. Devido ao seu problema intestinal, aplicaram-se doses muito pequenas no início do tratamento. A maioria dos desequilíbrios em pacientes com polaridade invertida crónica não se corrige enquanto não se corrigir a polaridade. Enquanto não se chegou a este equilíbrio, não se administrou a erva para nivelar o ferro, que por sua vez aliviou o tracto digestivo, e corrigiu a sua anemia.

Resultados: Depois de três meses de tratamento o paciente encontrava-se a meio caminho e já tinha ganho 10 libras de peso. Os suores nocturnos e as câibras tinham desaparecido.

Resultados a longo prazo: O paciente ganhou 37 libras, o problema da coluna resolveu-se completamente. As pernas e braços ganharam massa muscular e ele via-se mais normal. As olheiras dissiparam-se assim como o tom pálido da pele ganhou cor. Recentemente, graduou-se bacharel e trabalhou em desenho de computador. Há pouco tempo informaram que acabara de terminar uma novela de espionagem que, no entanto, não foi publicada. Em todos os aspectos, este génio jovem muito especial regressou à sua vida normal, se é que a palavra normal se aplica a um jovem tão competente.

Discussão: Neste caso, com sintomas físicos tão severos e com tal inteligência, o jovem não foi enviado a um psiquiatra, já que a hiperactividade e as desordens de atenção nunca foram consideradas no seu caso particular. No entanto, se tivesse sido diagnosticado correctamente, ter-se-ia classificado como um rapaz com desordens da atenção e com hiperactividade.

Na minha experiência profissional, aprendi que o stresse é a maior causa da polaridade invertida crónica. Ao conhecer este rapaz, encontrei-me também com uma família muito bem intencionada, com um stresse de natureza espiritual. Como estudante, o rapaz era um lutador intelectual e vários dos seus logros académicos tinham-no levado a estados de stresse que tinham invertido a sua polaridade, começando assim o processo da doença.

Considero que este caso tipifica os problemas extremos que as Crianças Índigo podem enfrentar. Os medicamentos para a hiperactividade não têm sido solução; os medicamentos anti-inflamatórios também não ajudaram nesta condição.

Em resumo:

Classificar as pessoas dentro de um diagnóstico de desordens de atenção e de hiperactividade e recomendar-lhe imediatamente um tratamento não é a resposta adequada ao problema. Com estas desordens e com a depressão, os estudos mostram que posteriormente ocorrem sérios problemas. O sistema não funciona, especialmente para as Crianças Índigo. As investigações continuam, e um maior entendimento começa a surgir na comunidade médica. Eles estão apenas a começar a entender a vastidão dos problemas que, hoje, gera este mundo stressante em que vivemos. As soluções perfeitas ainda não se vislumbram.

Os pais devem conhecer todas as opções disponíveis para aprenderem a conhecer os seus filhos. Não podemos pretender ter filhos saudáveis e felizes quando nós mesmos estamos desequilibrados, cheios de stresse, de desespero, ou padecendo de polaridade invertida. Muitos pais de Crianças Índigo descobrem que, na medida em que eles ajudam os filhos, também começam a curar-se.

Um estudo da universidade de Yale, conclui que 74% das crianças cujos problemas de aprendizagem se detectaram quando faziam o terceiro ano, continuam iguais no 9º ano. Outros estudos mostram que o uso de Retalina duplicou entre 1990 e 1995 em 1,5 milhões de crianças. Este número pode aproximar-se dos 2,5 milhões de crianças no momento em que está a ser escrito este artigo.

A terapia com medicamentos foi pensada primeiramente para tornar estas crianças mais manejáveis, e não para curá-las. Noutro estudo mostrou-se que os homens, que durante a infância tinham sido tratados por desordens de atenção e hiperactividade, eram três vezes mais propensos a consumir drogas ao chegarem a adultos. Vários estudos indicam uma percentagem invulgarmente alta em prisioneiros que, na sua infância, receberam tratamentos para a hiperactividade e para a atenção. Estes números são alarmantes, à medida que mais crianças vêm a este mundo com mais factores de stresse do que antes.

A minha proposta é continuar a investigar os métodos alternativos para estas lindas crianças. A terapia medicamentosa pode ajudar a combater os sintomas presentes, mas raramente cura a raiz que os ocasiona. As investigações estão a trabalhar e os cientistas buscam melhores métodos para tratar esta enfermidade. **Em muitos casos, é a família inteira que deve ser avaliada** para poder entender os factores e o stresse. Só assim poderemos esperar criar um ambiente saudável para estas almas sensíveis em flor.

Todavia, há muito por descobrir acerca de nós mesmos e dos nossos filhos, à medida que nos movemos na Nova Era. Há muitos que, como eu, estão ao serviço destas crianças. Elas não podem continuar a ser classificadas numa categoria cega, com um tratamento cego. Cada uma é muito diferente da outra e precisa de ser tratada e entendida como tal. Isto depende de si. Você é que decide aceitar a terapia boa ou má, ou quem procura outros métodos que sirvam ao seu filho e à sua família.

Pais e amigos das Crianças Índigo: Considerem muito bem as necessidades individuais destes novos mestres. Você é o modelo deles. Honre a individualidade de cada criança. Procure a verdade e as alternativas ao *status quo*. E acima de tudo, não se dê por vencido!

* * *

Não devemos eliminar os suplementos nutricionais como parte da solução para as Crianças Índigo ou crianças com desordens de atenção. Não pense que a nutrição não importa. Ela é importante. A seguir, apresentaremos Caren Eck, consultora em educação independente, que actualmente se encontra a trabalhar para o *Smart Start*, um suplemento nutritivo que está a ter bons resultados em adultos e crianças com desordens de atenção (também com Crianças Índigo, a quem erroneamente foi diagnosticada uma desordem de atenção). Não estamos aqui para promover produtos ou campanhas, mas algumas vezes esse é o único meio para obter os resultados de uma cuidadosa investigação na área que nós investigamos. Se você conhece outra companhia que produza produtos que ajudam as Crianças Índigo ou as crianças com desordens de atenção, então escreva-nos. Nós confirmaremos a informação e pô-la-emos na nossa página na Web.

* * * * *

Uma resposta nutricional

Por Caren Eck

A história de *Smart Start* é acerca da construção de blocos. O seu filho começa a jogar com combinações de blocos e, pouco a pouco, vai aprendendo a fazer construções complexas e figuras funcionais. Da

mesma maneira, o seu corpo começa com construções simples de blocos que se vão convertendo em complexos sistemas funcionais incluindo os centros de aprendizagem do cérebro.

Nós devemos providenciar às crianças estes blocos nutricionais através do alimento que comem. Infelizmente muitos dos blocos nutricionais essenciais estão fora da nossa dieta normal ou foram refinados, deixando-nos com um corpo que, muitas vezes carece dos nutrientes que trazem individualidade e criatividade às nossas vidas. Assim, quando o *Smart Start* foi criado, o seu principal objectivo foi assegurar que os blocos essenciais da nutrição estavam contidos nos seus produtos. Os investigadores concentraram-se em desenvolver o *Smart Start* para um bom desempenho mental.

Os alimentos refinados usualmente carecem de minerais que são a base da produção de enzimas do corpo. As enzimas aceleram as funções do corpo, desde a visão até aos impulsos nervosos. Os minerais nos produtos *Smart Start* são tão facilmente assimilados pelo corpo que os Laboratórios Albion os patentearam. Isto quer dizer que o seu corpo não precisa de trabalhar demasiado para absorver os componentes nutritivos dos blocos.

As vitaminas são blocos nutritivos que o corpo não pode produzir por si mesmo. Estes elementos devem ser repostos diariamente para energizar e proteger o corpo. Os outros componentes são igualmente vitais para o próprio bem-estar. A lecitina, por exemplo, representa 75% do cérebro. Há outros blocos nutricionais que ainda que difíceis de ver, são inclusive muito mais importantes.

Smart Start é um suplemento nutricional único que contém nutrientes que facilitam a uma excelente aprendizagem. Estes ingredientes foram chamados "os nutrientes da inteligência". Estes suplementos estão combinados com minerais, vitaminas antioxidantes e ervas, numa apresentação de pastilhas para mascar com um sabor agradável para as crianças. No entanto, não só para as crianças, mas também para todos os membros da família. Cada frasco contém 90 pastilhas, suficientes para um mês.

Vitamina A (beta caroteno)	5.000 IU	100
Vitamina B (ácido ascórbico)	60 mg	100
Vitamina D (cholecalciferol)	400 IU	100
Vitamina E (min. Tocopherols)	30 IU	100
VitaminaB1 (mononitrato de tiamina)	1,5 mg	100
Vitamina B2 (riboflavina)	2,0 mg	100
VitaminaB6 (cyanocobalamina)	6 mg	100
VitaminaB12 (pyridoxine HCL)	200 mcg	100
Ácido fólico	400 mcg	100
Biotina	300 mcg	100
Niacinamida	20 meg	100
Ácido Pantoténico	10 meg	100
Ferro*	4,5 mg	25
Zinco*	3,75 mg	25
Manganésio*	1 mg	-
Cobre*	0,5 mg	25
Cromo*	410 mcg	-
Lecitina	80 mcg	-
Iodo (iodato de potássio)	37,5 mcg	25
Molibdeno*	18 mcg	25
Selenio*	10 meg	-

*Os seis minerais marcados com asterisco correspondem a uma marca patenteada de aminoácidos, que também contém uma mistura exclusiva das seguintes ervas, associadas à função mental:

Folhas de ginkgo biloba	40 mg
Arándano (Bilberry - anthocyanadin concentrado)	20 mg
Planta de Kelp	12 mg
Casca de noqueira negra	12 mg
Raiz de Ginseng Siberiano	12 mg
Pycnogenol	400 mg

Também contém frutose, dextrose, glicina, ácido cítrico e ácido esteárico.

Como podem ver, os componentes de *Smart Start* são muitos e variados. Têm uma ampla gama de benefícios, como aparece descrito na seguinte secção.

Vitaminas

Frequentemente, a comida que comemos está empobrecida de vitaminas, especialmente os alimentos fritos. Considerando que os nossos corpos não podem fabricar vitaminas, estas devem vir da alimentação e dos suplementos que consumimos, pois são muito importantes para a nossa produção de energia, resposta ao stress e imunidade.

Beta caroteno (Vitamina A): - Antioxidante (o fígado não a armazena; relativamente não tóxico).

Vitaminas C e E: - Antioxidantes.

Vitaminas D: - Requer cálcio para ser absorvida.

Vitaminas B1, B2, B6, B12 e Niacinamina: - Todas são necessárias à produção de energia e resposta ao stress.

Ácido Fólico: - Necessário para a produção de energia.

Biotina: - Factor essencial para o crescimento de todas as células do corpo.

Ácido Pantoténico: - Fortalece a resposta imunológica.

Minerais

Como os minerais foram eliminados de muitos dos alimentos que consumimos, *Smart Start* dá-lhes um lugar proeminente na sua fórmula. Os minerais são catalisadores de certos processos enzimáticos no corpo. Estas reacções controlam quase todas as funções corporais, desde os impulsos nervosos até aos níveis de açúcar no sangue. Todas estas actividades são básicas para a vida e para a aprendizagem.

Ferro e molibdénio: componentes dos glóbulos vermelhos do sangue.

Zinco: componente de mais de 60 enzimas, incluindo aquelas que são essenciais para a fabricação dos antioxidantes naturais do corpo.

Manganésio: essencial para as enzimas a cargo do crescimento dos ossos, a produção de energia e a imunidade.

Cobre: essencial para o metabolismo saudável de açúcares e gorduras.

Iodo: essencial para produzir as enzimas da tiróide.

Selénio: componente das enzimas essenciais da imunidade.

Ervas:

As ervas no *Smart Start* estão preparadas para maximizar a faculdade natural de aprender.

Ginkgo biloba: contém componentes de sabor amargo que estabilizam a barreira sanguínea do cérebro e evitam que substâncias indesejadas entrem no cérebro.

Arándano (Bilberry): Fornece "proanthocyanadins" (antioxidantes) que protege as células individuais.

Noz de Nogueira Negra: fonte natural de iodo (equilibrador metabólico, proporciona energia ao corpo)

Ginseng Siberiano: contém "adaptógenos" que melhoram a nossa resposta ao stress.

Pyenogenol: Antioxidante que se extrai da casca do pinheiro.

Lecitina: O cérebro é composto basicamente de fosfolípidos (componentes como a lecitina)

Resumo:

Depois de utilizar *Smart Start*, os pais fizeram comentários como: "É como estar em casa outra vez, e as luzes estão acesas!" Um pai foi de férias sem os nutrientes e estranhou muito quando o comportamento do filho se tornou errático. Muitas vezes os pais não se dão conta da grande mudança que se deu até que se lhes acabam as pastilhas. Logo têm de fazer chamadas telefónicas em pânico para voltar a adquirir o produto!

O nosso *software* educativo também está a fazer uma grande diferença na vida das crianças com ADD e ADHD. As crianças desfrutam da atenção individualizada que dá o computador, e também as brinda com um retorno instantâneo. Uma criança, frequentemente, faz as tarefas de pé, passeando-se, mas adora que lhe digam que a resposta é correcta. Foi maravilhoso observá-lo. Estas crianças tornaram-se conscientes de que são inteligentes, que podem aprender.

A auto-estima volta! Os problemas de comportamento diminuem.

* * *

Deborah Grossman é mãe de uma Criança Índigo. É homeopata e desenvolveu um programa de complementos nutricionais que funciona, e deseja partilhá-lo. Notem que, como parte da lista, existe algo

chamado Alga verde-azul. Esta é, possivelmente, uma das maiores surpresas, e apresentamo-la logo depois do testemunho de Deborah.

Sistema de suplemento

O seu filho ADHD

Deborah Grossman, R. N.

Não tenho dúvidas que o meu filho me “elegeu porque sabia que eu não permitiria que maltratassem à medida que o velho paradigma se vai dissipando. Tenho estado envolvida com a medicina holística desde há anos, e estou acostumada a tratar com sistemas que se desmoronam. O que estou a procurar agora influenciar é o sistema educativo. A minha percepção é que estas Crianças Índigo funcionam desde um nível que, com frequência, lhes é difícil desenvolver tarefas tediosas, especialmente aquelas relacionadas com a caneta, o papel, e a aborrecida memorização.

O sistema que utilizo com o meu filho inclui a alga verde-azul do Lago Klamath, com algumas outras coisas. Desenvolvo este sistema utilizando o meu filho como se fosse uma cobaia, e descobri que algumas coisas funcionam muito bem juntas. Esta é a dose diária:

- Multivitaminas “Source of Life”
- (3) cápsulas de “Super Choline”
- (2) cápsulas de 5-H-T-P de Biochem
- (1) cápsulas de 1,000 mg de lecitina
- (1) cápsula de 50 mg de ácido lipóico (lipoic acid) de Biochem
- (1) cápsula de “Khododendron cascasicum” (geralmente só se encontra pedindo por correio)
- (3) “Restores” (Restauradores) (uma mistura de aminoácidos que se pede por correio)
- (2) Cápsulas de Omega Gold (mistura de alga verde-azul que se pede por correio)
- (1) Cápsula de DHA de Solray
- 2) Cápsulas de “Efalex Focus”
- “Trace Lite” agregado de ósmosis-inversa.

Sinto-me afortunada por o meu filho cooperar, tomando esta larga lista de suplementos. Como ele pesa 105 libras, ajusto a sua dose de acordo com o peso. Para as crianças que não podem tomar comprimidos, existe um *spray* chamado “Pedi Active” que pode substituir os dois primeiros suplementos.

Uma empresa canadiana, chamada Nutrichem tem produtos que contêm a maioria dos ingredientes da minha fórmula, em menos comprimidos. O custo também poderia ser menor.

* * * * *

Outras alternativas

Gostaríamos de apresentar alguns métodos alternativos de saúde e equilíbrio que, embora pareçam estranhos, funcionam. Mencionámos anteriormente que as coisas estranhas e sobrenaturais de hoje são, frequentemente, a ciência de amanhã. Isto é certo. Com a crescente popularidade e comprovação de muitos métodos alternativos de cura, a ciência médica está finalmente a considerar o estranho e sobrenatural com novos olhos: O novo pensamento parece ser “se isto serve, deve de haver algo nele. Mais tarde comprovaremos por que funciona”. Isto é um grande avanço em relação aos velhos tempos, quando o pensamento era: “É impossível que isto sirva já que não sabemos por que funciona”. Algumas das ideias que foram qualificadas como “tontas” há alguns anos, agora estão a ser utilizadas pelas mesmas pessoas que as recusaram.

Em 1977, um estudo do *New England Journal of Medicine*, revelou que 46% dos americanos usaram tratamentos alternativos como a acupunctura e a quiroterapia. De acordo com este mesmo estudo, numa lista dos métodos alternativos mais usados, a “cura espiritual” estava em quinto lugar.

O que vem a seguir pode ser importante para si!

O milagre do lago Klamath:

A alga verde -azul

A alga verde-azul cresce no lago Klamath situado no sul de Oregon. É um alimento natural colhido pela companhia *Cell Tech*. Esta alga está a ser conhecida como a “super comida” por causa do que experimentaram aqueles que a consumiram. Como se trata de um alimento natural colhido, e não fabricado, não tem conservantes, corantes artificiais ou modificadores de sabor. Recomenda-se em tratamentos de problemas de atenção e de hiperactividade. De todas as substâncias que temos ouvido falar nas nossas viagens, a alga verde-azul é a mais popular e a que parece ter os efeitos mais positivos. Poderá ajudar a combater os problemas de atenção? Poderá ajudar a equilibrar os atributos dos Índigos? Muitos pensam que sim, e a prova parece estar em todo o lado. Muitos pensam que deveria incluir-se na dieta de toda a gente.

Se quer provar esta alga, pode contactar com *Cell Tech*.

* * * * *

Continuamos com vários sistemas e métodos alternativos que estão a funcionar em crianças com síndrome de atenção (algumas delas Índigo), embora não existam estudos científicos que as validem.

A ligação magnética

A nossa opinião, de que existe uma profunda conexão entre o magnetismo e o corpo humano, deve-se ao facto de conhecermos as investigações de vários cientistas que fazem cura magnética. O seu trabalho está orientado para doenças como o cancro, que não é o tema deste trabalho. O trabalho que se encontra numa fase inicial não pode, no entanto, ser validado, apesar dos resultados laboratoriais já conhecidos. Estávamos para eliminar este tema do livro, quando recebemos uma carta de Patti McCnn-Para, indicando que outros médicos estão a ter bons resultados com a utilização de em tratamentos de problemas de atenção. Patti disse na sua carta:

Em 1988, durante a Conferência Norte-americana de Terapia Magnética, realizada em Los Angeles, o Dr. Bernard Margois apresentou um estudo que realizara com crianças, com idades entre 5 e os 18 anos. Destes, somente em dois tinha usado terapia magnética, e os avaliadores que julgavam os resultados não eram senão os pais das próprias crianças. Estes afirmaram que tinham melhorado consideravelmente. Alguns pais disseram que era como do dia para a noite. Com a terapia magnética a criança era adorável, sem ela era como querer envia-lo para uma casa de correcção.

Não podíamos terminar este tema sem dar um conselho àqueles que estão estudando os ímanes e o corpo humano. Embora este tema nada tenha que ver com as Crianças Índigo, por favor, **por favor**, não use, durante meses, colchões ou cadeiras magnetizadas. **Esta prática expõe o seu corpo ao perigo de alterar as instruções das suas células.** Use os ímanes periodicamente como tratamento, mas não permanentemente. Pensamos que no futuro haverá investigações que podem revelar os efeitos nocivos da exposição permanente aos ímanes. Se a terapia magnética usada cuidadosamente pode curar as pessoas, pense no que esta poderia fazer quando usada de forma contínua, ignorando os seus efeitos colaterais.

A Neuroterapia

A Neuroterapia e a Bio-regeneração não são novos ou desconhecidos. Donna King, neuroterapeuta facilitou informações sobre estudos profundos de como a Neuroterapia funciona em crianças com problemas de atenção e hiperactividade, pois ela trabalha diariamente com elas. A Neuroterapia é uma ciência acreditada que está a ser praticada com muitas crianças. Eis aqui os seus comentários:

Estou a escrever-lhes porque tive um grande prazer em trabalhar com muitas crianças que foram diagnosticadas com problemas de atenção e crianças com hiperactividade. Usei o electroencefalograma (EEG) para medir as suas ondas cerebrais, e depois de lhes ter ensinado a trocar as suas próprias ondas, elas sentem de podem funcionar confortavelmente. Estas crianças são capazes de reduzir ou eliminar o medicamento, o sono melhora, deixam de molhar a cama, e as explosões de ira desaparecem. O tratamento

com electroencefalograma dá muita segurança às crianças e permite-lhes escolher o seu próprio comportamento, em vez de as forçar a tomar medicamentos ou a submeterem-se

Integração neuromuscular

Este sistema também está a ser usado com êxito em crianças com problemas de atenção e hiperactividade. A integração neuromuscular é um tipo de terapia mente/corpo que produz trocas físicas e sociológicas nas pessoas. Esta troca é o resultado de equilibrar estruturalmente o corpo, enquanto se trabalha simultaneamente com o sistema nervoso. A técnica consiste em 10 sessões básicas que utiliza manipulação celular profunda, recuperação dos movimentos, diálogo entre o paciente e o médico, anotações e outros procedimentos de aprendizagem que, progressivamente, vão alinhando todo o corpo e recuperando o sistema nervoso.

O sistema é similar a outros sistemas disponíveis, mas é um dos poucos que temos visto que combina tratamento miofacial com terapia neurológica. O sistema foi desenvolvido pelo Dr. Bill Williams. Ph.D.. A sua equipa apelidou o sistema do "modelo dos três cérebros", uma simples metáfora para descrever como funciona. De acordo com Caren Bolesky, uma conselheira certificada de saúde, e co-directora do Instituto de Integração Neuromuscular, o objectivo do tratamento é trabalhar, com o paciente, o modelo dos três cérebros para criar um ambiente no qual ele começa a experimentar e a ter controlo sobre qual dos lados do seu cérebro é mais eficiente no momento presente e com a tarefa presente. Ela explica que é mais eficiente aceder ao outro "cérebro" para além do cérebro esquerdo, que é o mais dominante. A terapia está concebida para reintegrar os três cérebros para que possam funcionar opticamente, experimentando bem-estar e alívio.

Capítulo 5

Mensagens dos Índigo

Neste capítulo ouviremos alguns Índigo que, agora, são adultos ou quase adultos. Uma das dificuldades que encontramos em identificar Índigos adultos que nos escreveram deriva de o termo “índigo” ser muito recente. Se não tivesse sido por um pequeno capítulo sobre os Índigos, que incluí no meu último livro *Partnering with God*, não teríamos tido a oportunidade de contar com estas histórias. Quando este livro for publicado muitos se reconhecerão como Índigos ou que têm amigos ou parentes Índigo.

Ryan Maluski está nos seus 20 anos. Os Índigo desta idade são os percursores, os que chegaram primeiro. Podemos assegurar que eles foram diagnosticados com problemas psicológicos apesar de que as perturbações mentais não eram tão comuns como agora. Provavelmente, identificou-se como desordens mentais ou qualquer outra coisa a que se atribui a conotação de não “encaixar”. Também muitos Índigos adultos mencionam aspectos espirituais. Quando ler a história de Ryan identifique algumas características que já aprendeu neste livro.

* * * * *

Crescendo como Índigo

Por Ryan Maluski

Não é fácil para mim descrever os meus sentimentos acerca de crescer como um índigo, porque há muito a dizer. Além disso, como não sei o que é crescer não sendo Índigo, você poderá imaginar o meu dilema. Começo por dizer que sempre soube que pertencia aqui ao planeta Terra, e que sempre tive um profundo conhecimento universal de como são realmente as coisas e de quem, na realidade, eu era. No entanto, e com grande sentido de humor, escolhi crescer com gente, em situações e lugares que não reflectiam em nada o meu verdadeiro eu. Fui muito competitivo, senti-me muito diferente e solitário. Senti-me rodeado de extraterrestres que tinham invadido a minha casa, tentando moldar-me como eles pensavam que eu deveria ser. Para resumir, **sinto-me como um rei trabalhando para camponeses que me vêm como escravo.**

Cresci numa família católica de classe média nos arredores de Westchester, New York. Escolhi dois amorosos pais e um irmã, cinco anos mais nova que eu. Na minha infância tive febres muito altas, convulsões que me faziam ir ao hospital e colocar-me sobre gelo. Durante dois anos receitaram-me Fenobarbital para controlar as convulsões. A minha mãe apercebeu-se logo que eu adoecia facilmente quando me encontrava entre grandes grupos de pessoas. Assim, sempre que possível, tentava manter-me afastado das multidões. Os seus amigos e parentes não entendiam isso e sempre a criticavam, mas ela sabia o que tinha que fazer.

Os meus pais deram-me tudo o que estava ao seu alcance. Recebi muita atenção e amor. Quase diariamente levavam-me ao Jardim Zoológico. Lembro-me dos animais, sentia que eram meus. Uma vez soltei as cabras do curral, o que me divertiu imenso.

Aos sete anos dei-me conta de que fazia algumas coisas de modo diferente dos outros. Por exemplo, se ia a uma doçaria e me diziam para escolher os doces que quisesse, eu só escolhia os que queria nesse momento; não esvaziava a prateleira. A diferença era notória quando a maioria dos meninos apanhavam tudo o que podiam, enquanto eu aceitava apenas a quantidade que necessitava nesse momento.

No Natal recebia muitos presentes, mas ficava sentado brincando com o primeiro que abria, até que a minha mãe me incitava a abrir o seguinte. Nesse momento, eu ficava agradecido com o primeiro presente e, de facto, podiam deixar-me todo o dia apenas com esse brinquedo.

Ao chegar à adolescência, era capaz de ficar a observar um objecto e podia sentir todo o meu ser penetrando nele. Quase como deixando o meu corpo, era capaz de o ver de todos os ângulos. Cada um dos meus sentidos intensificava-se dramaticamente. Se contasse estas sensações aos meus amigos, eles não tinham a mais remota ideia do que lhes estava a dizer. Sentia-me estranho, incompreendido, “enganado”.

A época do meu bacharelato foi a mais difícil e dolorosa da minha vida, quando os miúdos se comparam entre si, e “encaixar” e ser aceites é o mais importante. Sentia-me estranho. Anteriormente tinha tido muitos amigos e dava-me bem com todos os grupos, mas à medida que passava o tempo ia-me sentindo afastado de tudo. Encontrava-me no meu próprio mundo, um mundo solitário que me causava raiva. Tudo o que eu queria era ser “normal”.

Aos 15 anos, disse aos meus pais o que se estava a passar: sentia-me deprimido, paranóico e diferente. Tinha ataques de ansiedade e um comportamento estranho, escutava vozes negativas e manipuladoras na minha cabeça. Era incapaz de concentrar a atenção durante muito tempo, e de ter autocontrolo. Sentia-me com 10.000 voltes no corpo e só tinha capacidade para conter metade dessa voltagem. Era com um

cabo eléctrico sem pólo de terra. Tinha tiques e síndrome de Tourette. Os meus pais levavam-me a muitos, muitos médicos.

Conseguia equilibrar o meu caos interior através do humor; era o palhaço da turma. Para mim era muito importante fazer tudo o que tivesse ao meu alcance para fazer rir as pessoas. Quando o conseguia, estava interagindo com eles, no planeta. Estava a fazer-me notar.

Sendo divertido conseguia esquecer-me das minhas coisas - o riso faz-nos sentir bem mas. Mas, por outro lado, eu era muito imprevisível, mudava de estados de ânimo repentinamente sem nenhum aviso, chamavam-me neurótico, lunático e tudo o mais, e eu acreditava. Pensei que jamais escaparia da prisão em que me encontrava. Alguns medicamentos ajudaram-me durante algum tempo. Aos 15 anos, um dos melhores médicos do mundo, especializado em síndrome de Tourette disse-nos, a mim e aos meus pais, que eu era o caso mais insólito que jamais tinha visto.

Parecia que, ao arranjarmos uma coisa por um lado, ela se rasga por outro. Nunca me senti tão confuso na minha vida como quando escutei as suas palavras.

Nessa época, senti-me orgulhoso por não me poderem diagnosticar, porque isso significava que ainda tinha esperança. Os medicamentos não conseguiam controlar a pena e a confusão, mas descobri que o álcool conseguia. O álcool atordoava-me, fazia-me sentir seguro, familiar e sempre acessível ao resto do mundo. Os cigarros também foram uma forma de me ajustar e de fazer com que me sentisse um pouco normal.

Aos 16 anos era hiperactivo, e comecei a tomar um novo medicamento. Uma noite, estava tão exaltado que a minha mãe e eu chamámos o médico, que disse que se tomasse outro comprimido me acalmaria; tomei-o e fiquei muito mais alterado. Chamei outra doutora que disse que eram os comprimidos que me faziam sentir assim. Nesse momento queria sair da minha própria pele, e pedi à minha mãe que me comprasse álcool para me atordoar. Era uma situação insuportável. Morrer era um pensamento constante, já que terminaria o inferno em que vivia. Sentia-me preso no meu próprio corpo.

No meu último ano de bacharelato, estava tão desesperado que voluntariamente aceitei ir a um hospital psiquiátrico que o meu terapeuta me tinha recomendado. Éramos 25 jovens entre os 10 e os 18 anos. Ao princípio senti-me ali bastante bem, vendo toda a gama de problemas que os outros tinham. Estive lá durante um mês. Passados alguns dias comecei a notar que quase todos os jovens vinham falar comigo quando se encontravam mal. Eram muito abertos comigo e seguiam os concelhos que eu lhes dava. O pessoal do hospital não gostava muito disso e interrogavam-se acerca de como poderá um "paciente louco" ajudar outro.

Uma noite, a realidade da minha situação suplantou-me, e encerrei-me no meu quarto perguntando-me repetidamente: "Porquê eu?" No primeiro dia no hospital presenciei como os enfermeiros tinham submetido quatro pacientes descontrolados, atirando-os ao chão e injectando-os com Thorizine, amarrando-os à cama no quarto do silêncio até se acalmarem. Depois vinha o castigo - não receber chamadas telefónicas, não receber visitas, não ver televisão, não sair do quarto e "deixar a porta aberta", para que o pessoal pudesse observar o paciente. Amei a minha liberdade e desejei que isso nunca me acontecesse. A parte mais frustrante das normas do Hospital, era que estas eram impostas por pessoas a quem eu podia ver os seus problemas; eu podia sabê-lo pelo dom que tinha de "ler" as pessoas.

A minha família e amigos visitavam-me no hospital, levavam-me prendas e davam-me grande apoio. O aniversário dos meus 18 anos passe-o ali e até me esqueci do meu baile anual. Não me sentia um homem. Tinha muitas razões para sentir pena de mim mesmo. Lembro-me de dizer: "Superarei tudo isto e ensinarei a todos como fazê-lo, para que não vivam o mesmo que eu. Estou seguro de que há uma forma de sair disto." Assim, quando terminei o secundário e decidi não ir para a universidade, os meus pais entenderam claramente a minha decisão. Dediquei-me ao estudo da magia, submergi-me em livros de auto-ajuda e à canalização material. Era o que eu precisava, depois de tudo pelo que passara. Isto deu-me esperanças e a certeza de que estava no caminho certo.

Quando estava sozinho no meu quarto, em casa, tinha sempre a sensação de estar a sentir-me observado, e cada momento era gravado em algum lado. Quando saía para "estar" sozinho no bosque sentia-me melhor. Era a melhor técnica para me equilibrar, que ajudava a encontrar-me a mim mesmo nos momentos em que me sentia perdido.

Outro aspecto de ser um Índigo era sentir uma enorme revolta e fúria à medida que crescia, porque cada vez que expressava as minhas sensações ninguém podia entender-me. Isto foi crescendo até que, finalmente, decidi expressar-me abertamente. Sentia que estava numa frequência diferente e pronto para arcar com as devidas consequências. Assim, atirava com cadeiras, perdia o controlo, amaldiçoava alguém, ou simplesmente bebia até que a ira desaparecia. Na realidade, eu estava a "expandir-me", estava a desviar-me da norma, e davam-me um medicamento para reprimir isso. Mas estava em crescimento e jamais poderia ser controlado ou reprimido. Estava, e ainda estou em constante, expansão. Assim é como se sente ser um Índigo.

Uma das experiências mais incríveis que jamais tive foi a do EMF (*Electro Magnetic Field*) *Balancing Technique* de Peggy Dubro, que trabalha o realinhamento do magnetismo do corpo a certo nível. Depois da primeira fase senti uma grande diferença no meu interior, como da noite para o dia. Senti como se cada um dos circuitos do meu corpo se tivesse completado. Todos os pequenos caminhos em meu corpo e os campos que requeriam trabalho, estavam completamente prontos e limpos. Senti-me muito enraizado, com mais controle e equilíbrio. Senti-me em paz, com maior capacidade para me conter e compreender as minhas emoções. Era capaz de libertar as minhas emoções negativas. O mau humor passava calmamente, e, depois, sentia-me bem. O alinhamento EMF faz muito sentido para mim, e sinto que todas as Crianças Índigo deveriam aprender esta técnica. De facto, cada pessoa na Terra deve fazer isso se pretende sentir-se melhor e aumentar o controlo da sua vida.

Um progresso extraordinário ocorreu quando me apresentaram um alimento essencial vivo, chamado super alga verde-azul. Depois de a consumir durante três dias, toda a minha vida começou a mudar. Sentia como os circuitos do meu corpo se reajustavam, e expandia-me até conter tudo o que eu era. Sentia-me controlado e calmo. A minha concentração aumentou em simultâneo com os meus níveis de energia e memória. Tinha uma nova sensação de poder interno, e sentia-me mais calmo e equilibrado do que nunca. Este alimento realmente salvou a minha vida. Recomendo-o totalmente a todos os Índigos.

Para mim, é muito importante passar um tempo só. Sozinho, abro-me totalmente, como uma flor. O meu lugar especial é um parque natural, que fica próximo. Quando lá vou, de manhã cedo, alheio-me da vida diária e posso revê-la à distância, como se fosse um filme. Sem este tempo a sós apenas vejo o que me rodeia directamente, o que me confunde e me frustra. Na minha solidão posso ver mais claramente a minha vida como um todo. Posso ver mais facilmente a razão pela qual tenho um desafio em determinada área. Posso ver o meu caminho no bosque, e até onde me conduz se continuar por aí. Posso ver os caminhos sem saída e onde devo podar a folhagem e os matagais.

Também ali recebo maior quantidade de visões internas amorosas sobre todas as coisas, especialmente sobre mim mesmo. Se algo está a irritar-me posso observá-lo sem julgar. Quando estou com as pessoas posso interagir bem, mas, quando estou sozinho, algo de mágico sucede e a minha intuição aumenta. Sinto maior controlo da minha vida.

Sinto que é muito importante respeitar o espaço das pessoas e o seu sagrado tempo a sós. Quando estou sozinho no bosque posso encontrar-me, ser eu mesmo, e isso é a realidade. Posso falar com as árvores e com tudo o que me rodeia; elas escutam-me calmamente e amam-me como sou. É agradável estar num lugar em que naturalmente posso "ser", onde sei que não existe o risco de ser julgado por nada. Cresci a sentir-me muito julgado, muito diferente.

Se tivesse uma Criança Índigo, trataria essa pessoa de uma maneira diferente, de imediato daria a essa criança super-alimentos essenciais da vida, com vibração mais elevada, especialmente algas verde-azul. Ensinar-lhe-ia técnicas de enraizamento, e faria com que se equilibrasse com o método EMF. Asseguraria que tivesse consciência de si mesmo/a sobre ser especial, e que isso é uma dádiva, não algo errado, mau ou diabólico. Possivelmente não a poria na escola. Em vez disso, falaria com outros pais e formaríamos um grupo para ensinar às crianças as coisas que realmente precisam de saber: espiritualidade, quem são realmente, como podem expressar-se, como libertar a raiva e como ganhar auto-estima, crescimento interior, amor por si mesmos e amor pelos outros, e intuição. Pessoalmente, vivi totalmente aborrecido na escola. Nada tinha sentido ao escutar o passado; realmente não me importava o passado. Tinha dificuldades no presente e o futuro parecia bastante obscuro.

Definitivamente, o sistema educativo precisa de ser reestruturado. É ridículo que o ser humano em evolução seja tratado como uma criança. Devemos assegurar-nos que os professores estejam preparados adequadamente e que sejam pessoas equilibradas. Grande quantidade de professores desequilibrados "descarregam" os seus problemas nas crianças. O mesmo sucede nos hospitais psiquiátricos. Deveriam permitir que os pacientes pudessem ligar-se com a Terra, em vez de lhe darem comprimidos e de os manterem isolados uns dos outros.

Os Índigos têm muitas mais ferramentas para usar na vida. Uma criança que não é Índigo poderia ter uma pá para fazer um buraco, enquanto que um índigo tem um tractor ou uma retro-escavadora. Eles podem escavar esse buraco mais rápida e profundamente, e cair nele muito profundamente. Se estão desequilibrados, não têm a escada para sair de lá. Por isso, de certo modo, os Índigos podem usar os seus dons contra si mesmo.

* * * * *

Permitam-nos enfatizar que não advertimos Ryan sobre este livro. Pedimos o seu comentário porque ouvimos a sua história, mas ele não foi ajudado. A sua história foi realmente autêntica, como podem perceber. Ele fala sobre a sua "expansão" e que ninguém pode entendê-lo, inclusive quando tenta explicar o que acontece. Este é um Índigo típico. Além disso, conseguiram perceber como é humanitário? No campo mental ele dedicou-se a ajudar outras pessoas, as quais logo entenderam. Também disse: "Colocar-me-ei acima de tudo isso e, depois, mostrarei às outras crianças como fazer o mesmo. Sei que há outra maneira. A sua preocupação é identificar para que outros possam receber ajuda. Intuitivamente ele sabe que há outros como ele.

Constantemente permanecia no "agora". Somente colocava em foco o que ele "é" e não o que "seria". Nisso também é um perfeito Índigo, e é por essa razão que não consegue ver a consequência do seus actos. O episódio de abrir os presentes de Natal, o loja de guloseimas, o desejo de "ser" somente; o desejo irresistível de estar sozinho, tudo isso nos fala de estar no "agora". Para uma criança, esta é uma consciência expandida, o que não acontece com frequência a não ser muito mais tarde. Ele tinha-a instantaneamente e, por isso, o rotularam de "diferente". Ryan dizia: "Eu estava, e ainda estou, em constante expansão. Assim é como se sente um Índigo.

Ryan conseguia "ler" as pessoas. Não falou muito sobre isso porque muitos ainda o consideravam diferente. Para nós, é simplesmente a habilidade de perceber a energia que rodeia as pessoas e tomar decisões inteligentes baseadas nisso. Alguns adultos chamam a isto Intuição. Ele teve uma boa dose de intuição desde criança, e sentia frustração porque podia ver como os seus professores e médicos estavam desequilibrados. Que dádiva e também que horror, se não for compreendido!

Ryan sentia-se evoluído mas sentia que ninguém sabia. Lembra-se quando disse que as Crianças Índigo sentiam como se pertencessem à realeza? Ryan disse que: "Sentia-se um rei trabalhando para os camponeses mas, na realidade, era considerado um escravo. Também sentia amargura sobre a escola. Que tipo de ironia é esta, de ter mestres que não reconhecem tu quem és?

A referência da alga verde-azul e à Técnica de Equilíbrio EMF foram para nós uma revelação! Não tínhamos ideia de que Ryan estivesse a utilizar esses recursos. Os seus comentários "soam" a publicidade mas devem-no ter ajudado muito.

Talvez queiram saber que os pais de Ryan sobreviveram a tudo isto, e que hoje têm um filho amoroso, que está em equilíbrio, feliz, sereno e é seu melhor amigo. Honestamente, somente isso poderá indicar que existe esperança para qualquer um que conviva com um Índigo, mesmo que essa esperança pareça não existir. Jamais se rendam.

* * * * *

Recebemos esta carta, breve e terna, de Cathy, outra Índigo:

Tenho 16 anos. Creio que sou iluminada e é muito frustrante tentar entender as acções, pensamentos e sentimentos dos que têm a minha idade. Acabo de encontrar alguém que compartilha os meus pensamentos, e também é um iluminado. Estou muito surpreendida por ter encontrado alguém a quem tenho procurado durante toda a vida, alguém que comparte as minhas experiências.

Acabo de ler o seu capítulo sobre as Crianças Índigo e senti-me estranhamente aliviada pelo facto de existirem outras crianças e adolescentes tão frustrados quanto eu. Sinto que, só por escrever e ser ouvida, leva-me a crer que algo poderia estar a acontecer. Vocês recebem resposta de pessoas da minha idade? Não sei para onde vou. Suponho que, simplesmente, continue a viver e veja onde me leva o meu caminho.

Da mesma forma que a carta de Ryan, esta breve nota foi recebida por causa da pequena menção sobre as Crianças Índigo no último livro de Lee Carroll "Em sociedade com Deus" (*Partnering with God*). Cathy não nos disse que é inteligente; disse que é "Iluminada". Ela encontrou a informação dos Índigos por si mesma, lendo um livro metafísico de auto-ajuda para adultos! Ela também está interessada em saber se há alguém "lá fora". Para completar, está muito feliz porque encontrou outra pessoa da sua idade que entende, porque a maioria dos seus companheiros não o faz. A maioria dos Índigos está entre os seis e dez anos de idade. Cathy é outra precursora, tal como Candice Creelman.

Tudo que precisas é amor - A Experiência Índigo

Candice Creelman

Desde o princípio soube que alguma coisa em mim era diferente, apesar de não saber o que era. Lembro-me claramente do meu primeiro dia no Jardim-de-infância, quando me aproximei do grupo que já estava ao redor da professora. Uni-me a eles e, imediatamente, soube que alguma coisa estranha estava a acontecer e que eu não fazia parte daquele lugar. As outras crianças, desde o primeiro dia, começaram a tratar-me literalmente como se eu fosse uma estranha ou coisa parecida. Não me lembro especificamente o que elas disseram, mas recorro que me fizeram sentir que eu não merecia estar naquele grupo. Este sentimento continuou durante toda a escola primária e secundária, até que sai para o mundo "real".

A escola, para mim, era muito difícil, não somente porque me deixavam de lado e consideravam "diferente", mas porque eu sabia que a maior parte do trabalho, na turma, era um lixo completo e não tinha nada a ver com o mundo "real". Desde muito cedo soube que jamais usaria o que me ensinaram, apesar tentarem convencer-me do contrário. Eu sabia que o que ensinavam na escola era relativamente inútil. Além da leitura básica, escrita, capacidades matemáticas, e ter uma ideia do mundo lá fora, nada mais faziam do que fornecer informação inútil. Apesar de não entender plenamente o que significava naquele momento, basicamente comprovei que era verdade para mim. O que sempre me preocupou, à medida que a minha formatura se aproximava, era como devolver ao professor o que nos ensinava, devido à forma como nos passavam a informação, sem nenhum tipo de raciocínio nem pensamento independente. Para que serviria tudo isso no mundo real?

Assim, devido à minha frustração com a escola e ao facto de que me aborrecia muito com isso, não fui boa aluna. Tive sorte, de facto, de passar. Terminei a secundária apenas com a nota acima do mínimo para sair dali e não voltar a estar condenada ao ostracismo pelos meus colegas. No entanto, isto continuou durante a Universidade e, de alguma maneira, até hoje.

Os meus pais, apesar de me amarem ternamente, na realidade não se apercebiam do que eu estava a passar. Ouvia a minha mãe dizer coisas como: "Ora, todos se aborrecem!" e "Ah! Como as crianças podem ser tão cruéis!", e a melhor de todas, que hoje me faz rir a gargalhadas: "Limita-te a ignorá-los e eles deixar-te-ão em paz". Não é verdade que é muito mais fácil "dizer" do que "fazer"? Não só não me deixavam em paz, como também se riam mais de mim, se eu ficasse sentada num canto, escondendo-me.

Ao invés de passar minha infância a fazer coisas comuns, como brincar com outras crianças, passava o tempo todo com minha música, na cave da minha casa, o que me ajudou a suportar a vida. Isto foi bom, já que a música tornou-se a minha profissão. Vale dizer que eliminei a minha baixíssima auto-estima, embora ainda se manifeste, de vez em quando. Ainda luto contra essas vozes que soam na minha cabeça, dizendo que eu era uma perdedora, e muitas coisas mais. Recentemente, fui a um retiro onde não me senti ambientada e, de repente, encontrei-me de regresso ao tempo da escola. As feridas ainda estão aqui. Por sorte, desenvolvi formas de entrar em mim mesma para descobrir o que estava a acontecer e para as poder curar apropriadamente.

Um dia, justamente antes de terminar a secundária, aborreci-me e resolvi perguntar a alguém por que me tratava daquela maneira. Estava longe da escola, no pequeno povoado de Alberta, nas redondezas de Edmonton, e vi uma menina que tinha sido minha colega desde o primeiro dia. Olhei-a, e logo tive coragem de lhe perguntar. Antes de perceber o que acontecia, as palavras tinham sido proferidas: "Tu sabes como fui maltratada durante todos estes anos, não é verdade"? Ela olhou-me fixamente, com a mente em branco, fingindo não saber do que eu estava a falar. Quando a pressionei, ela murmurou estar de acordo. Perguntei-lhe: "Por quê?... O que fiz eu para merecer isso? O que foi que talvez tenha feito para merecer tão semelhante e horrível trato!" Ela olhou em volta tentando fugir da resposta à minha pergunta. Quando percebeu que não podia fugir, começou a pensar no assunto, e concluiu: "Porque eras diferente". Nesse momento, só consegui responder: "O que queres dizer com "diferente"? Inclusive, se sou diferente, por que razão essa "diferença" levou as pessoas a dizerem-me o que me disseram, durante todos estes anos?"

Nessa época, não me apercebia de como ou porque eu era diferente, no entanto poucos meses antes tinha começado a desenvolver a minha intuição. Agora, alegro-me porque essas experiências me fortaleceram, apesar de ter sido horrível quando aconteceram. Passei a minha infância e adolescência sentindo-me completamente só. Não tinha ninguém com quem me relacionar. Por isso, mudei-me para Toronto, no outro lado do país durante dois anos e meio. No entanto, no verão passado fui "forçada" a voltar para casa de Edmonton, pois a minha mãe adoeceu. Acabou por ser o melhor verão de minha vida porque, finalmente, fui capaz de deixar o passado para trás.

Por fim, foi-me dada a capacidade de entrar no meu interior. Também encontrei um grupo de pessoas com as quais me identifiquei. Jamais senti que pertencesse a algum lugar, mas esses novos amigos fizeram-me ver isto, o que me deu uma nova sensação, propósito e confiança. Agora, estou a aprender a não ocultar o meu verdadeiro ser interior; o meu verdadeiro ser é belo. Agora que voltei a Toronto, sinto-me muito mais completa no meu interior e muito mais poderosa do que antes. Realmente, voltar foi uma decisão difícil, porque nunca tive esta forte sensação de "pertencer". No entanto, também senti que tinha

muitas coisas para fazer em Toronto. Aprendi que não podemos escapar dos nossos fantasmas. Cedo ou tarde tens de te enfrentar, como eu fiz no verão em Edmonton. Conheci muito sobre o meu passado e o seu verdadeiro sentido.

Tornar-me consciente do fenómeno Índigo também esclareceu muitas coisas e ajudou-me a compreender melhor quem e o que sou, e porque estou aqui neste tempo. Isto deu-me o poder de curar todas as feridas do passado para poder continuar como um ser humano poderoso e confiante. Decidi colocar toda essa energia na minha música sem explodir, escrevendo sobre as coisas que verdadeiramente importam na vida. Muitas vezes encontrei resistência ao dizer a outras pessoas como me sentia “acima” da maioria – adiantada para o meu tempo, (tomando emprestada a frase). O que aprendi, experimentei e senti vai muito além do que as pessoas eram capazes de, remotamente, começar a entender”. Isto demonstrou-me o quanto era frustrante e, por vezes, devastador, principalmente quando cometi o erro de expressar este “saber” a outros que não o entendiam. Nessas alturas, a resposta que recebi foi que era eu quem não entendia, que era muito jovem para ter esse tipo de sabedoria e que era egoísta ao dizer que estava “acima” de alguém com mais experiência nestes assuntos.

Bem, estou aqui para dizer que a experiência física não tem nada a ver com a sabedoria. Todos, sem importar a idade, têm acesso à sabedoria; depende da abertura que têm para permitir que ela chegue - e não da sua muita idade. Isso é o que conta.

Nesse mesmo verão cresci espiritualmente de muitas maneiras. No meu curso de Mestre Reiki soube que tinha ultrapassado muitas pessoas presentes, inclusive aqueles que tinham estado a praticar durante muitos anos. Antes de perceber do que se tratava, completei o curso em um ano. O meu erro foi falar a muitos sobre isso. Sabia que a maioria sentia-se intimamente aborrecida comigo por eu exteriorizar o muito que tinha progredido, e como o retiro Reiki fora, simplesmente, uma brincadeira para mim. Alguns trataram de dizer-me que eu tinha perdido as subtilidades do retiro, apesar de eu saber que não. Aproveitei a maior parte, mas, para mim, tudo o que foi dito foi muito básico.

É claro que, quando falo assim, as pessoas automaticamente pensam que isto vem do meu ego. Tive a mesma experiência com outro mestre, durante este verão, quando me disse que eu estava a ser muito egoísta. Enfrentou-me duramente e feriu a minha confiança. No entanto, tudo o que eu sei é o que eu sei, e não há maneira de provar o que sei. Simplesmente é assim.

Não sinto que ser um Índigo seja uma grande coisa; só estou a escrever isto com o propósito de ajudar quem lê este livro a compreender o que se sente. O assunto “índigo” apenas me ajuda a compreender o que me aconteceu e continua a acontecer. No passado, considerei a coisa como uma carga: “Odeio ser diferente!” Agora, porém, regozijo-me porque compreendo e posso considerar isto como uma aventura. Acordo todas as manhãs sentindo-me como uma criança no Natal, e jamais pensei que recuperaria este sentimento. Aqui estou, amando cada dia. Estou viva, alegrando-me da maravilha que tudo é. Todos têm acesso ao que está aí fora, apesar de que os Índigos parecem entender muito mais rapidamente do que a maioria.

Assim, por minha experiência, o meu melhor conselho aos que estão preocupados com os Índigos é: sejam compreensivos. Os Índigos, simples e verdadeiramente, precisam do seu amor e apoio, mas não podem estar bem quando são confrontados com sentimentos de separação. Precisamos saber que somos amados, apoiados e importantes. Sabendo isto, temos o poder de ser o que verdadeiramente somos, sem termos vergonha de ser “diferentes”. Não sei quantas vezes desejei somente que alguém me dissesse que me amava e que era especial. Não de maneira condescendente, mas de uma forma forte que me desse a sensação de que tinha um grande propósito aqui, tal como os todos os outros.

Não podemos receber ajuda dos que nos dizem: “ Oh, aquela é uma desses Índigos. Uau! Vamos pô-la na montra!” Por favor, em vez disso, façam-nos saber que realmente está tudo bem ao sermos o que somos, e, simplesmente, amem-nos por sermos o que, em verdade, somos. Isto é tudo.

A canção *All You Need Is Love* (Beatles) deveria ser o tema do planeta agora, porque é para amar que estamos aqui. A passagem pela Terra é muito mais do que um sonho ou a imaginação de uma criança. A imaginação é onde tudo começa. A passagem pela Terra é uma realidade, apesar de nem todos poderem vê-lo. Já está aqui. Assim que acreditarem nisto, assim será!

* * * * *

Candice tem em comum com Ryan algumas coisas muito básicas, tal como com a maioria dos Índigos. Ela também está a meio da década dos vinte. Deram-se conta do mal que se sentia por ser “diferente”? Ter sido posta de lado, realmente marcou-a. Também podem perceber o sentimento de ser diferente na sua amargura para com a escola. Acreditem, crescerá rapidamente a revolta pela forma como a educação

é feita. Segundo muitos educadores, está a acontecer agora. O que evitou que Candice se ajustasse, foi o seu “saber” pois ela era mais sábia do que a maioria.

Outra coisa de Candice partilhou connosco foi o conhecimento absoluto de que era uma iluminada. Ela “sabia” coisas que os estudantes mais adiantados tentavam aprender. Flutuou entre as classes, entre as técnicas de sabedoria ancestral, como se sempre as tivesse conhecido. Este é outro atributo das Crianças Índigo: **justamente quando queres ensinar-lhes algo, elas manifestam aborrecimento e querem continuar adiante para os níveis mais avançados ou renunciar completamente.** Isto pode parecer obstinação mas, possivelmente, já compreenderam o assunto - assim sendo, para quê continuar? Não é somente inteligência, é uma sabedoria que vai além da sua idade. O artigo de Candice este cheio dessas evidências e em cada oportunidade nos faz saber que não se trata do ego - mas que simplesmente “é”.

Tal como no caso de Ryan, o seu consolo era estar sozinha. Sozinha tinha o controle e podia fazer o que quisesse, no seu próprio ritmo acelerado. Também estava protegida daqueles que a evitavam. Apesar de sentir que era especial, os seus colegas e professores ofendiam-na verbalmente de uma maneira tal, que, realmente, punha à prova a sua auto-estima. Apesar de os Índigos se sentirem “expandidos”, como disse Ryan, com o tempo essa característica da sua personalidade pode ser eliminada pelos golpes que recebe na vida. Este era o caso de ambos, Ryan e Candice. Alegrem-se com o facto de que, com equilíbrio, conseguiram recuperar a sua auto-estima.

Ambos sentiram que foi um erro ter comentado com outras pessoas o que sentiam. Parece que isto piorou a situação e condenou-os ao ostracismo, separando-os do seu grupo de companheiros. No entanto, continuaram a tentar falar aos outros sobre a maneira como sentiam. Em retrospectiva, ambos sentiam que deveriam calar-se e deixar que o mundo descobrisse o que cada um era, sem a ajuda deles. E nós não podemos imaginar, sequer, como foi difícil.

Ryan, Cathy e Candice procuraram a sabedoria espiritual por si mesmos. Como dissemos antes, isto é algo que os Índigos preferem fazer. Eles destacam-se na igreja, porque é ali que está o amor. Sentem-se atraídos pelos princípios universais do amor porque compreendem e sentem-se “no lar” com ele.

Para Candice, qual é a chave do seu bem-estar? O amor. A maioria dos doutores (Ph.D.) e educadores entrevistados neste livro disseram o mesmo. O desejo de Candice ser amada e respeitada superou tudo. A sua mensagem para todos nós é:

Amem as Crianças Índigo!

Capítulo 6

Resumo

Mensagem de Jan Tober

Ao investigar as Crianças Índigo foi notório para nós o seguinte: apesar de estas crianças pertencerem a um grupo de seres relativamente novo, a sua sabedoria sem idade mostra-nos uma nova e melhor forma de ser, não somente com eles, mas com todos e cada um de nós. Lee e eu pensámos que este seria um livro sobre crianças, para os pais, avós, professores e conselheiros. Mas, na realidade, é um livro para todos nós. Estas crianças pedem-nos que tiremos do nosso vocabulário palavras tais como **culpa** e **vítima** e as substituamos por palavras positivas, tais como **esperança**, **compaixão**, e **amor incondicional**. Nada disto é novo - os Pequeninos estão a dar-nos a oportunidade de praticar, praticar, praticar. Estão a oferecer-nos uma nova forma de os medir, assim como também a nós mesmos. Levam os presentes que Deus lhes entregou nas suas mangas.

Recordam-nos estar no presente e no momento, com **todas** as nossas relações.

Pedem-nos que sejamos responsáveis por aquilo que decidimos e projectarmos, tanto consciente como inconscientemente.

Pedem que assumamos a nossa responsabilidade por nós mesmos.

Os "seres reais" reflectem a preciosidade que cada um de nós é. Acaso não somos todos a realeza - não somos seres espirituais tendo uma experiência física aqui na Terra?

Finalmente, existe uma dádiva estranha destes Índigo. À medida que aprendemos a honrá-los e a honrar o seu processo, e à medida que aprendemos a ser pais de uma maneira mais eficiente, aprendemos a honrar e a amar essa Criança Interna que se encontra no fundo de cada um de nós. Os Índigo pedem-nos que brinquemos. Se não têm tempo para se divertirem, encontrem-no. Devemos criá-lo nós. Não nos é dado automaticamente. Se a vida se torna tão séria que não nos permite brincar, rir, criar uma cabana de folhas num dia chuvoso, e correr pelo meio das poças de água com o nosso cão, estamos perdidos. Uma pessoa sábia disse uma vez: "**Não é o que recebemos: é o que fazemos com o que recebemos**".

Para concluir, permitam-me compartilhar o texto que se segue:

Crianças de Luz
Para Todas as Crianças
Autor Desconhecido

Chegou o tempo do Grande Despertar. Vocês, que escolheram elevar os vossos olhos da obscuridade para a luz, são abençoados a presenciar o acontecimento de um novo dia no planeta Terra. Porque o vosso coração ansiou ver a paz real onde reinava a guerra, mostrar misericórdia onde dominava a crueldade e conhecer o amor onde o temor congelou os corações, vocês são privilegiados para o vosso mundo.

O Terra é uma bênção para vocês. Ela é vossa amiga e a vossa Mãe. Recordem sempre e honrem a sua relação com ela. Ela é um ser que vive, ama e respira, tal como vocês. Ela sente o amor que lhe dão, enquanto caminham sobre o seu solo com um coração alegre.

O Criador elegeu as vossas mãos para chegar ao solitário, os vossos olhos para ver a inocência e não a culpa, e os vossos lábios para proferir palavras de consolo. Que não haja dor. Passaram por obscuros sonhos durante muito tempo. Entrem na luz e tragam aquilo que sabem ser verdadeiro. O mundo sofreu, não por causa do demónio, mas por causa do medo de reconhecer o que é bom. Permitam que o medo se liberte agora e para sempre - libertem-se na luz e transformem-se. Está no vosso poder fazer isso.

Nada vos pode encontrar, excepto vocês mesmos. Todas as vossas respostas estão dentro de vós. Ensinem as lições que aprenderam. A vossa compreensão foi-lhes dada, não para a guardarem para vós mesmos, mas para que guiem um mundo dorido e cansado até um lugar de descanso, numa nova consciência.

Aqui, frente a vós, a minha visão torna-se realidade. Aqui está a resposta que vos foi dada - uma canção que suaviza a alma preocupada e a renova. Aqui está a ponte que vos une com os vossos irmãos e irmãs. Aqui está o vosso Ser. Observem-se a vós mesmos com doçura, e permitam que o vosso ser interior se encha com a luz que estão a ver. O verdadeiro amor provem de vós, e cada pensamento é uma bênção para todo o universo.

Todas as áreas da vossa vida serão curadas. Brilharão com um esplendor dourado, que fala do Uno que vos criou em sabedoria e glória. O passado dissolver-se-á como um sonho, e a vossa felicidade será tão resplandecente, que já não recordarão a noite.

Sigam em frente e serão mensageiros da Esperança. Assinalem o caminho da cura ao caminharem com gratidão. Os vossos irmãos e irmãs seguir-vos-ão. E, à medida que atravessam os campos da limitação, unir-se-ão e reunir-se-ão com todos aqueles que parecem perdidos. Não há perdas com o Criador. Elejam o caminho do perdão, e enxuguem as lágrimas de felicidade pela bondade que encontrarão em tudo.

Sigam em frente e vivam a vida da alma radiante que são. Glorifiquem o Criador em cada uma das vossas obras. Vocês são importantes, são necessários e valiosos. Não permitam que o obscuro manto do medo esconda a luz da vossa visão. Não nasceram para fracassar. Estão destinados a ter êxito. A esperança do mundo tem sido semeada no vosso peito e vocês têm assegurado esse êxito porque representam o Uno que vos Criou. Esta é, então, a cura do planeta Terra. Podem afastar todas as vossas dúvidas e temores, porque sabem que a cura vem através do amor do vosso coração.

Mensagem de Lee Carroll

Para mim, os aspectos acadêmicos da escrita de um livro passaram a ser familiares - este é o meu sétimo. O que faz a diferença, é aquilo que se esconde por trás das palavras que leram - a profunda experiência humana das crianças que sofrem -, foi o que originou estes pensamentos e trouxe estas ideias à luz. Durante os seminários, nós colocamo-nos constantemente perante as plateias para que os participantes nos possam saudar e abraçar - e manifestar alguns dos seus problemas e alegrias. Pais e mães vêm a nós para nos pedir que enviemos energia ao seu filho ou filha, que sabem ser um Índigo, e está confuso ou a ter grandes problemas na escola. Os professores perguntam com frequência. "O que podemos fazer? Cada caso é diferente e, no entanto, similar. Os educadores de infância dão a conhecer que as crianças, na realidade, parecem estar a criar novos paradigmas de jogo e novas formas de se tratarem uns aos outros, o que não acontecia antes, com estas idades.

Enfermeiras e assistentes que trabalham com as crianças, contam histórias surpreendentes de como os Índigo se juntam com outras crianças carenciadas em lugares onde a vida é muito difícil. Os nossos corações choram quando escutamos o relato do que elas fazem quando as crianças estão doentes ou a morrer. É nestas situações que Índigos brilham, é quando não há ninguém que os ridicularize e lhes diga que são "demasiado diferentes". Há muito poucos adultos à sua volta, e as outras crianças estão demasiado débeis para se importarem. Os Índigo organizam os jogos, dão amor aos outros muito maiores que eles e, inclusive, aconselham-nos! Aproximam-se dos que estão gravemente doentes e dão-lhes amor e companhia, e logo passam aos demais, que estão demasiado cansados ou doentes para se questionarem quem são essas "estranhas" crianças. Elas fazem isto até se sentirem esgotados. Depois, tal como as outras, deitam-se e descansam. Isto é algo de que não falámos neste livro. É demasiado duro para alguns de nós observar e examinar sob estas circunstâncias. É um sítio onde a maioria de nós não deseja ir ou ver, mas as enfermeiras têm de o fazer... e falam-nos sobre o "novo tipo de criança".

Por vezes, os Índigos vêm aos nossos seminários, e também se põem na fila. Por vezes são crianças com cerca de seis anos, que pediram aos pais permissão para assistirem com os mais velhos! Uma destas crianças de seis anos, esperou para me perguntar se eu o "reconhecia". Eu disse-lhe que não, que não conseguia reconhecê-lo. Ele fez um trejeito e disse-me que não esperava realmente que o reconhecesse, embora eu o tivesse conhecido antes de que ele começasse a ser "ele" aqui. Era uma alma muito velha, e não sei do que ele sabia. A ideia de que esta criança de seis anos tenha este conceito, é, por si só, surpreendente. Não me importo se apenas estava a seguir outra ideologia. É a ideia da sua eternidade e realeza que me fala. Ele acreditava.

Os Índigos adolescentes de que falámos são muito especiais. Gostava de ter um monte deles numa casa e certamente poderíamos cantar. Penso que adorariam! Nada de telefones, nada de música típica de adolescentes ou televisão, somente um curto espaço de tempo para que adultos e adolescentes pudessem amar-se uns aos outros. Os adolescentes têm uma mensagem para nós - escuto-a permanentemente:

A idade não nos importa. Todos nos conhecemos. Se verdadeiramente nos respeitam, observem o que podemos fazer!

Estes adolescentes Índigo são muito, mas muito especiais. Cada vez que passo algum tempo com alguns deles, alegro-me pensando: "Eu não era assim quando tinha 15 anos! Acabo de ter uma conversa com um adulto muito sábio com um corpo muito jovem" Não é de estranhar que as pessoas pensem que eles são raros! O mundo não viu isto antes, por isso, talvez seja muito estranho para alguns deles. Ao mesmo tempo, estas são alguns dos seres que mais aprecio na Terra, com uma divertida combinação de "jovens descoloridos" com a sabedoria dos antigos. É uma energia que tem de se "ver para crer" - é como vestires-se com um traje de última moda, pões um anel no lábio superior, ouvires música *rap* com o tetravô, alguns sacerdotes e o xamã de uma tribo... e divertirem-se imenso!

As pessoas que contribuíram para este livro são fanáticas por estas crianças. Com frequência "ultrapassam as fronteiras" na sociedade para desafiar um sistema ou para defenderem a posição de algo que não foi provado, mas que, agora vêm e identificam. São um grupo muito especial: arriscam-se, inclusive, por aparecerem neste livro! Perguntem-lhes, e eles lhes dirão que as crianças o merecem. Sabem que é tempo de obter o consenso da sociedade para construir um grupo excepcional, um grupo capaz de reconhecer os atributos das Crianças Índigo - e saber exactamente o que deve ser feito.

Biografias dos colaboradores

- Caren Boleski. MA., C.M.H.C., L.M.P., é uma conselheira de saúde mental licenciada na Florida, e também é conselheira certificada em saúde mental pelo estado de Washington. Caren faz parte das listas de *Who's Who of American Women* e *Who's Who In Finance and Industry*. Tem um título de artes e um mestrado em artes da *Universidad Del Sur*, de Florida. Actualmente trabalha como vice-directora e proprietária do *Soma Institute*, ensinando integração neuromuscular. Tem formação em técnicas avançadas de gestalt, de apoio a pacientes moribundos, de psicoterapia avançada e de bio-kinesis. Contacto: *The Soma Institute*, 710 Klink St. Buckley Wa - (360) 829-1025
- Candice Creelmann, colaborou no Capítulo 5. É uma dos Índigos adultos que se ofereceu para nos contar um pouco da sua vida para que a examinássemos. Disse-nos: "Tudo o que precisas é amor!"
- Barbara Dillenger, Ph.D., é conselheira de desenvolvimento transpessoal que trabalha no campo metafísico desde 1969. Tem uma licenciatura de B.A. e M.A. em educação e psicologia. Também é doutorada em ciências metafísicas. É conhecida pela sua intuição psíquica e espiritual entre os que trabalham com ela. A sua prática privada consiste principalmente em profissionais que trabalham em muitos caminhos da vida. Está radicada em Del Mar. Califórnia e San Francisco, Califórnia. Contacto: P.O.Box2241, Del Mar, CA 92014
- Peggy e Steve Dubro receberam um extraordinário presente do conhecimento universal. Como membros da equipa do *Kryon Internacional Seminar*, apresentam técnicas de adaptação à vida, por todo o mundo, iniciando as pessoas numa nova consciência. Peggy Phoenix Dubro é co-fundadora da *The Energy Extensión, Inc.*, de Norwich, Connecticut. Canalizou também a informação da Phoenix Factor, que contém a técnica de equilíbrio EMF. Nos últimos sete anos, desenvolveu uma compreensão única no campo da energia humana. Isto aparecerá num livro a ser proximoamente publicado com o título: *Spiritual Intelligence*. Contacto: *Energy Extension, Inc.*, 624 W. Main St. #77, Norwich, CT 06360
- Caren Eck cresceu em Baker City, Oregon. Sempre buscou a verdade, passou toda a sua vida estudando a criação na qual vivemos. O seu interesse pela saúde e a ciência levou-a a mudar-se para Portland, Oregon em 1970, onde frequentou o *Marylhurst College* e o *Vicent School de Medical Technology*. Estudou muitas modalidades de cura, tendo concluído que todos os tipos de cura ocorrem primeiro através da nossa fé nesse sistema. Actualmente é distribuidora de *software* educativo, diferentes programas de aprendizagem e nutricionais que têm registos de continuação de ajuda para várias condições médicas. Acabou de descobrir as surpreendentes propriedades dos óleos essenciais, e o óleo de orégão silvestre que tem a propriedade de eliminar muitas doenças contagiosas e alergias. Contacto: *Oughten House Foundation, Inc*, PO Box 1059. Coursegold, CA 93614.
- Robert Hegerle, Ph.D., é um conferencista, visionário e curador. Como editor, foi dono e operador de *Oughten House Publications*. É o autor de *Lady of Atlantis*, de *The Corporate Mule* e de *Handling Verbal Confrontation: Take the Fear out of Others*. Actualmente encontra-se em digressão-promocional do seu último livro, *DNA Healing Techniques: The HOW-To Book on DNA Expansion and Rejuvenation*. Robert oferece cursos sobre técnicas de cura do ADN. Está disponível para conferências e cursos a nível mundial. Contacto: *Oughten House Foundation, Inc*. PO Box 1059, Coursegold, CA 93614
- Deborah Grossman, graduou-se na *Greenwich Academy* de Connecticut. A partir dali frequentou a *Duke University* na Carolina do Norte, seguindo-se a Universidade de Miami, onde obteve o seu grau de cuidado infantil (BSN), pois adora esse trabalho. Ensinou enfermeiras em diferentes disciplinas médicas na *School for Acupressure and Acupuncture* de Miami até há poucos anos. Actualmente faz conferências no sul da Florida sobre tópicos tais como homeopatia básica. Também é enfermeira consultora de homeopatia, assim como fundadora e presidente da *Artemai International*, uma corporação dedicada a integrar todas as formas de cura. Debra Hegerle, inicialmente, foi uma "cérebro esquerdo" durante 14 anos. Decidiu seguir uma carreira mas "cérebro direito" como consultora de viagens durante o dia e de leitora psíquica durante a noite. Seis anos mais tarde, inaugurou a sua própria companhia, *Dragonfly Productions*, fazendo ambas as coisas: livros e consultoria psíquica. Esteve casada durante 10 anos, tem um filho, e foi auxiliar voluntária durante cinco anos. É Professora e Mestre certificada de Reiki, estudante de astrologia, e pratica a cura energética Huna. Os seus outros interesses incluem cavalgar, dança jazz e aeróbica. Actualmente é voluntária nas sucursais de *Compassion in Action* em San Francisco e San José, e tem uma meta, a longo prazo, de levar a *Compassion in Action* para a Contra Costa Country, Califórnia. Contacto: *Dragonfly Productions*, P.º Box 2674, Martinez, CA 94553.

- Ranae Johnson, Ph.D., é a autora de *Reclaim Your Light Through the Miracle of Rapid Eye Technology*. Também escreveu *Winter's Flower*, que fala sobre as crianças autistas. Tem 7 filhos e 26 netos, e fundou o *Rapid Eye Institute*, em Oregon. Frequentou o *Long Beach State* na Califórnia e a *Brigham Young University*. Doutorou-se em hipnoterapia clínica no *American Institute of Hypnotherapy* em Santa Ana, Califórnia, e obteve o seu Ph.D. na *American Pacific University* em Honolulu. A lista de cursos de Ranae e as suas especialidades são excepcionais, com trabalhos em terapia de jogo, apoio para a dor, manejo do tempo, crises, programação neurolinguística avançada, e paternidade positiva, para enumerar algumas. É uma hipnoterapeuta certificada perante o *National Guild of Hypnotists* e Mestre Técnica de NLP. Também é Tecnóloga Master de Rapid Eye. Trabalhou na *Fountain Valley*, Califórnia, com crianças autistas da pré-escola, em *The Community Mental Health Crisis Center*, em Spokane, Washington, com o Grupo de Apoio de Pais de Crianças Autistas em Spokane. Actualmente gere o *Rapid Eye Institute* em Salem, Oregon. Contacto: *Rapid Eye Institute*, 3748 74 Ave, SE, Salem OR 97301
- Donna K. King é graduada pela Universidade de North Texas. Tem vários certificados em *Biofeedback* e *Neurofeedback*. Actualmente é Directora de Educação Profissional no *Behavioral Physiology Institutes*, um programa doutoral sobre Medicina de Comportamento em Bainbridge Island, Washington. Donna esteve activamente envolvida na Educação de Neuroterapia, tratamento e investigação, tanto para adultos como crianças, desde 1992. A sua contribuição foi fundamental para o desenvolvimento do *Biofeedback*, *Neurofeedback*, e programas de técnicas afins que cobrem as necessidades de médicos de várias especialidades e experiências. Também ajudou a desenvolver programas de Neuroterapia em acampamentos de verão para crianças em idade escolar com ADD e ADHD. Desde 1992, dedicou a maior parte dos seus esforços na promoção e utilização de programas de medicina clínica de comportamento, incluindo Neuroterapia, como membro assessor da junta de *Kidwell Foundation*. Donna trabalha para tornar acessível o *state of the art*, programas ampliados de tratamento para crianças de todo o tipo, a nível nacional. Informação do contacto: (206) 780-9825
- Ryan Maluski é um dos Índigo adultos que se ofereceu como voluntário para escrever um pouco sobre a sua vida (apítulo 5), para que a pudéssemos examinar. Actualmente vive em Connecticut e trabalha em áreas que ajudam especificamente os outros. Estão surpreendidos?
- Kathy A. McCloskey, Ph.D., Psy.D., passou aproximadamente dez anos como cientista civil na Força Aérea dos EU em Dayton, Ohio, conduzindo investigações sobre os efeitos dos agentes stressantes do meio ambiente, sobre o comportamento fisiológico e desempenho biomecânico humano. Na sua busca de significado pessoal e profissional, retirou-se da milícia para tornar-se psicóloga clínica. Recebeu o seu segundo doutoramento em Agosto de 1998, está a preparar-se para ocupar uma posição de psicóloga na junta nacional de examinadores de licenciaturas independentes. Completou com êxito a frequência em diversos locais, nomeadamente um centro para crises, um hospital com pacientes internos, um centro de saúde mental da comunidade, um centro no *campus* universitário, e um programa de tratamento aos agressores violentos ordenado pelo tribunal. Kathy tem experiência com grupos diferenciados de pessoas, incluindo Afro-americanos, indígenas dos Apalaches, adolescentes, crianças homossexuais, lésbicas, bissexuais, mulheres vítimas de violência e seus agressores, assim como a comunidade universitária e os doentes mentais severos. Actualmente está envolvida num pós-doutoramento no *Ellis Human Development Institute* em Dayton, Ohio. As suas especialidades actuais incluem breves terapias de intervenção em crises, tratamentos ordenados pelo tribunal a reincidentes de violência familiar, apoio a problemas existenciais da vida e supervisão de talentos. Kathy é membro da *American Psychological Association*, à *Ohio Psychological Association*, da *American Association for the Advancement of Science* e do *Human Factors and Ergonomics Society* (HFES). É a Presidente cessante do *Grupo Técnico de Evaluación y Prueba* de HFES, e actualmente possui a licença nacional como Ergonomista Profissional Certificada. Preparou numerosas publicações para as reuniões anuais e revistas dos colegas, e tem um extenso registo de publicações científicas. Também foi professora adjunta de Sociologia em *Wright State University* desde 1991 até 1994, e instrutora clínica em *Wright State University School of Medicine* desde 1992. Quando estava a tirar o seu segundo doutoramento, foi orientadora dos cursos do programa. Finalmente, possui licença como assistente social em Ohio desde 1996. Contacto: *Ellis Human Development Institute*, 9 N. Edwain C. Moses Blvd., Dayton, OH 45407
- Judith Spitler McKee, Ed.D., é socióloga para o desenvolvimento, conselheira de crescimento, e professora aposentada de sociologia educativa e educação infantil no *Eastern Michigan University*. É autora de 12 livros de texto sobre aprendizagem, desenvolvimento, jogo e criatividade de crianças: *Play: Working Partner Of Growth* (1986, ACEI); *The Developing Kindergarten* (MIAEYC, 1990) e de dez volumes de *Annual Editions: early Childhood Education* (1976-1991). Dirige cursos para

pais, professores, bibliotecários, terapeutas e assistentes médicos em desenvolvimento infantil. É também das artes de cura e conselheira espiritual. Trabalha como "Astarian" de Sétimo Grado e é mestra/professora de Reiki e praticante de Jin Shin, escreve para uma série no boletim *Healing Natural Alternatives*. Também dirige cursos sobre crescimento espiritual, cura holística, e para pais de Crianças Índigo. Informação do Contacto: Fax (248) 698-3961.

- Melanie Melvin tem um doutoramento em Sociologia, com licença na Califórnia de 1988 a 1996. Obteve licença no Colorado desde 1994 onde pratica actualmente. Também tem um diploma em Medicina Homeopática, pertence ao *British Institute of Homeopathy* e à *North American Society of Homeopaths*. Nos últimos 18 anos tem estado a combinar a homeopatia com a psicoterapia nos seus clientes, incluindo muitas crianças, Melanie descobriu a Homeopatia em 1970 depois de um acidente rodoviário que a deixou com numerosos sintomas físicos. Durante dez anos frequentou um médico que a tratou como uma pessoa completa, em vez de especialistas. Em 1980, um conhecido falou-lhe num homeopata, que consultou e começou logo a curar-se, iniciando os seus estudos em homeopatia. Sentiu que tinha chegado ao que pretendia e, desde então, tem trabalhado com clientes de todas as idades, combinando as suas duas disciplinas. Contacto: 34861 *Pine Ridge Lane, Golden, CO 80403 - (303) 642-9360*
- Robert P. Ocker é um conselheiro de escola secundária em Mondovi, Wisconsin. A sua paixão e propósito tem sido guiar a juventude, trabalhando em *Eau Claire School District* como conselheiro de escola elementar, onde implementou o *Leadership Training Program*. Em Lake Geneva, trabalhou como conselheiro de escola elementar e secundária. Efectuou muitas apresentações perante audiências de todas as idades sobre *A Educação através do Treino*. Com a sua intervenção, Robert ajuda os estudantes a concentrarem-se na solução dos problemas, resolução dos conflitos, responsabilidade do estudante e educação do carácter. Foi reconhecido pela *Wisconsin School Counselor Association* como um dos mais salientes líderes da educação. Faz apresentações em público. Robert é um conselheiro certificado desde o pré-escolar até ao 12º ano, com uma licenciatura em artes da comunicação da *University of Wisconsin, Eau Claire*, onde foi reconhecido pela sua forte liderança e capacidades em comunicação. Estudou, viveu, viajou e fez apresentações em toda a Europa. Também é conselheiro da *Universidad de Wisconsin, Stout*. O colégio de graduados homenageou Robert pela sua investigação, tese e visão educativa de grande valor. É um homem jovem sincero, amável, atento e enérgico que partilha os seus dons com crianças e adultos de igual forma. Contacto: 7717 35 Ave., Knolsha, WI 53142 - (715) 831-9429
- Jennifer Palmer é diplomado em ensino (secundário, artes), e possui uma licenciatura em educação. Tem também um certificado em educação para a prática profissional. Ensinou em escolas primárias públicas na Austrália durante 23 anos. Recebeu o galardão de *Advanced Skills Teachers* e actualmente reside em Adelaide.
- Cathy Patterson é professora de educação especial em Vancouver, Colúmbia Britânica, Canadá. Trabalha especificamente com estudantes com sérios problemas de comportamento, colaborando com diferentes profissionais para implementar planos de comportamento e académicos. Actualmente está a terminar a seu mestrado em Assessoria Psicológica. Lidera sessões de grupo de pais para apoiar os que têm filhos problemáticos. A meta mais imediata de Cathy é conseguir com que os profissionais das escolas e as famílias trabalhem juntos para satisfazer as necessidades das crianças com dificuldades de comportamento, dentro do sistema educativo público.
- Rev. Laurie Joy Pinkham, D.D., "A mulher Coruja" vive no sector rural de Nova Inglaterra, onde continua a escrever e ajudar as pessoas a compreender quem são e porque estão aqui. É uma Emissária de Luz, curadora, escritora e fotógrafa. Organiza eventos em todo o país, com o desejo de levar a consciência espiritual ao mundo. É uma catalizadora da Humanidade, sustentando a energia e construindo, à volta do mundo, pontes de consciência. Escreve sobre as suas próprias experiências e sobre as dos outros, faz entrevistas sobre os trajectos dos outros, que foram publicadas em várias publicações espirituais da Nova Era à volta do mundo. Algumas das suas "Canções a Deus" foram gravadas, e as suas histórias, poemas, entrevistas e fotografias apareceram em revistas e jornais de todo o mundo. É Mestra Reiki, terapeuta do cranio-sacral, intuitiva, e tem um título em desenvolvimento infantil da Universidade de New Hampshire. Actualmente exerce a sua prática privada e tem um escritório de quiroprática na zona rural de Nova Inglaterra. Contacto: P.O. Box 1786, New London, NH 03257.
- Pauline Rogers esteve vinculada ao desenvolvimento infantil durante toda a sua vida, e pratica assessoria nesse campo. É licenciada em Artes pela *Califórnia State University*, e tem um mestrado em administração educativa da *University of La Verne*, na Califórnia. Também frequentou cursos de administração e desenvolvimento infantil na UCLA. Foi professora supervisora de *Bellflower*,

Califórnia e Coordenadora de Desenvolvimento Infantil no serviço social em Norwalk, Califórnia. Tem demasiadas distinções profissionais para as mencionar aqui. Contacto: (562) 690-7614.

- Richard Seigle, M.D., exerce a sua prática privada em Carlsbad, Califórnia. Estudou na UCLA e recebeu o seu grau em USC. Trabalhou durante três anos na reserva dos Navajos antes de completar a sua formatura em Psiquiatria na Universidade de Califórnia em San Diego (UCSD). Desde então estudou com muitos curadores e muitos professores da Escola de Medicina da UCSD. Contacto: (760) 434-9778
- Joyce Golden Seyburn tem uma licenciatura em educação da *Wayne State University*, e ensinou em jardins infantis e primeiro grau. Enquanto os seus três filhos eram pequenos, trabalhou no seu mestrado em desenvolvimento infantil precoce. Colunista do *The Detroit News*, Joyce publicou também em diferentes revistas e contribuiu para uma antologia de pequenas histórias. O seu trabalho no Centro de Deepak Chopra para a Medicina de Mente/Corpo em La Jolla, Califórnia, estimulou o seu interesse pelo tema de conexão mente/corpo. Quando foi avó pela primeira vez e não encontrou nenhum livro sobre a mente/corpo para compartilhar com os seus filhos, decidiu escrever o primeiro: *"Seven Secrets to Raising a Happy and Healthy Child"*. Contacto: 1155 Camino Del Mar, #464. Del Mar, CA 92014
- Keith R. Smith graduou-se no *San Francisco State College*. Os seus estudos académicos continuaram sem impedimentos durante 20 anos. É professor no *Dominion Herbal College* no Canadá, e na *Christopher School of Natural Healing*. Estudou iridologia avançada e recebeu preparação do Dr. Bernard Jenson. Keith é também um graduado de honra da *School Of Natural Health* em Spanish Forks, Utah; estudou ainda na *School of Healing Arts* em San Diego, Califórnia. Com o tempo, Keith tornou-se um mestre nutricionista e interessou-se por Rayid, que é uma prática emocional/espiritual fundada por Denny Ray Jonson. Actualmente é o presidente da *International Rayid Society*, e é também *Master* de Rayid. Praticou medicina das ervas durante 21 anos, e podem encontrá-lo em Escondido, Califórnia. Contacto: 360 N. Midway, Suite 207. Escondido. CA 92027
- Nancy Ann Tappe trabalhou na via da parapsicologia durante 25 anos. Especializou-se em Teologia e Filosofia na universidade. É conhecida em todos os EUA, Canadá, partes da Europa e Ásia pela sua visão cândida das pessoas e pela maneira como nos podemos compreender melhor a nós e aos outros. Estudou cromoterapia e a aura humana. Durante três anos trabalhou definindo e interpretando a aura por si mesma, e rapidamente descobriu que tinha o dom raro de "ver" auras. Para provar a informação que estava a receber intuitivamente, contactou com uma psiquiatra de San Diego. Com a sua cooperação, fizeram-se provas com centenas de pacientes e voluntários, empregando a teoria que ela estava a receber. Trabalharam durante nove anos, até que ela se convenceu que estava correcta. Nancy Ann ensinou então na *San Diego State University*, no colégio de estudos superiores experimentais. Presentemente continua a dar conferências, ensinando e assessorando em todo o mundo. Contacto: *Starling Publishers*, P.O. Box 278, Carlsbad, CA 92018.
- Doreen Virtue. Ph.D. Tem licenciatura, mestrado e doutoramento em assessoria psicológica. Conferencista frequente, escreveu 12 livros, com meio milhão de cópias impressas mundialmente, incluindo *The Lightworker's Way* (Hay House, 1997), *Angel Therapy* (Hay House, 1997), e *Divine Guidance* (Renaissance/St. Martin's, Agosto 1998). Filha de um senador da Ciência Cristã, a Dra. Virtue é uma metafísica da quarta geração que unifica os fenómenos físicos, a cura angélica, a psicologia e os princípios espirituais do *Curso de Milagres* na sua prática profissional e nos seus livros. Os seus 12 anos de experiência clínica incluem ter sido fundadora e directora de um hospital psiquiátrico para a mulher completa, de dirigir um programa psiquiátrico para adolescentes, e a prática privada de psicoterapia. Para além disto, a é um dos membros da *American Institute of Hypnototherapy*, onde lecciona sobre desenvolvimento psíquico e mediúnico. Organizou, com James Twyman e Gregg Braden várias preces para a paz global. Foi convidada para programas de entrevistas na TV. Contacto: c/o Assistente Editor, Hay House, P.O. Box 5100, Carlsbad. CA 92018-5100.

ÍNDICE

Introdução	3
Capítulo 1	5
O que é uma criança Índigo?	
Sistemas de classificação humana	
Introdução aos Índigo	
Algo mais em relação à criança Índigo	
Uma dádiva ou um problema?	
As poderosas Novas Crianças	
Crianças Índigo	
Emissários do céu	
Capítulo 2	18
O que é que você pode fazer?	
Actuando como guias	
Ser pais de uma criança Índigo	
Coisas a lembrar quando criamos crianças Índigo	
Aborrecimento e honestidade	
Enviando mensagens potentes e positivas às crianças	
Disciplinando a Criança Índigo	
Uma viagem ao coração	
Estratégias para guiar uma Criança Índigo	
Respeite a sua criança como o seu mais precioso tesouro	
Ensinando as crianças	
Jogos da vida sem competição	
Os sete segredos para criar uma criança saudável e feliz	
Capítulo 3	36
A espiritualidade das Crianças Índigo	
A espiritualidade das Crianças Índigo	
Ser pais de uma Criança Índigo	
Capítulo 4	42
A saúde	
Será saudável o conformismo?	
A polaridade crónica invertida	
Uma resposta nutricional	
Sistema de suplemento	
Outras alternativas	
O milagre do lago Klamath:	
A ligação magnética	
A Neuroterapia	
Integração neuromuscular	
Capítulo 5	54
Mensagens dos Índigo	
Crescendo como Índigo	
Tudo que precisas é amor - A Experiência Índigo	
Capítulo 6	61
Resumo	
Mensagem de Jan Tober	
Crianças de Luz	
Mensagem de Lee Carroll	
Biografia dos colaboradores	