

*Brian*  
**WEISS**

autor de *Muitas vidas, muitos mestres*

e

**AMY E. WEISS**

**Milagres  
acontecem**

O transformador poder de cura  
das memórias de vidas passadas



SEXTANTE

*Brian*  
**WEISS**  

---

e  
AMY E. WEISS

Milagres  
acontecem



SEXTANTE

Título original: *Miracles Happen*

Copyright © 2012 por Brian L. Weiss e Amy E. Weiss  
Copyright da tradução © 2013 por GMT Editores Ltda.

*tradução:* Simone Lemberg Reisner

*preparo de originais:* Regina da Veiga Pereira

*revisão:* Camila Cruz, José Tedin e Rebeca Bolite

*diagramação:* Ilustrarte Design e Produção Editorial

*capa:* Raul Fernandes

*imagem de capa:* Latinstock / © Steven Kazlowski / Science Faction / Corbis (DC)

*conversão para formato digital:* Geográfica

CIP-BRASIL. CATALOGAÇÃO-NA-FONTE  
SINDICATO NACIONAL DOS EDITORES DE LIVROS, RJ.

---

W456m

Weiss, Brian

Milagres acontecem [recurso eletrônico] / Brian Weiss [tradução de Simone Reisner];  
Rio de Janeiro: Sextante, 2013.  
recurso digital.

Tradução de: *Miracles happen*

Formato: ePub

Requisitos do sistema: Adobe Digital Editions

Modo de acesso: World Wide Web

ISBN 978-85-7542-932-7 (recurso eletrônico)

1. Terapia de vidas passadas. 2. Regressão (Psicologia). 3. Espiritualidade. 4. Livros eletrônicos. I. Título.

13-00013

CDD: 616.8914

CDU: 615.851

---

GMT Editores Ltda.  
Rua Voluntários da Pátria, 45 – Gr. 1.404 – Botafogo  
22270-000 – Rio de Janeiro – RJ  
Tel.: (21) 2538-4100 – Fax: (21) 2286-9244  
E-mail: atendimento@esextante.com.br  
www.sextante.com.br

*Para Carole, cuja ideia foi a semente que se transformou  
neste livro e cujo amor tem acalentado nós dois.*

“Um dia, depois de dominar os ventos, as ondas, as marés  
e a gravidade, nós vamos aproveitar (...) as energias do amor e,  
em seguida, pela segunda vez na história do mundo,  
o homem terá descoberto o fogo.”

– PIERRE TEILHARD DE CHARDIN

# Sumário

Introdução

- CAPÍTULO 1 Estamos todos conectados
  - CAPÍTULO 2 Validando nossas lembranças
  - CAPÍTULO 3 Como o entendimento pode curar
  - CAPÍTULO 4 Libertando-se da dor emocional
  - CAPÍTULO 5 Curando sintomas físicos e doenças
  - CAPÍTULO 6 Libertando-se do luto
  - CAPÍTULO 7 Intuição e outras habilidades parapsíquicas
  - CAPÍTULO 8 Casos sem paralelo
  - CAPÍTULO 9 Relacionamentos eternos
  - CAPÍTULO 10 Lições que os animais nos ensinam
  - CAPÍTULO 11 Direto ao ponto
  - CAPÍTULO 12 Experiências espirituais e místicas
- Agradecimentos

# Introdução

Em uma bela tarde de verão, em julho de 2010, eu e minha esposa, Carole, seguíamos pela Tatic Parkway, uma estrada ampla e arborizada, em direção ao Instituto Omega, em Nova York, um retiro onde costumamos ministrar um curso intensivo sobre regressão a vidas passadas. Nós gostamos muito de dar esses cursos. Todos os dias, coisas inacreditáveis acontecem. Os participantes não apenas se lembram de vidas anteriores, mas passam por fantásticas experiências espirituais e de cura, encontram suas almas gêmeas, recebem mensagens de entes queridos que já partiram, têm acesso a uma sabedoria e a um conhecimento profundos ou vivenciam alguma outra experiência mística e arrebatadora. Carole e eu testemunhamos esses eventos transformadores nos seminários e treinamentos que oferecemos durante todos esses anos e nos sentimos abençoados por sermos capazes de facilitá-los e observá-los. Em geral, não ficamos sabendo durante o seminário que uma experiência poderosa acaba de acontecer. A pessoa, muitas vezes, precisa de tempo para processar a experiência, e só mais tarde nos relata por e-mail ou carta o que viveu.

Naquela tarde, o celular de Carole soou indicando a chegada de um e-mail. A mensagem descrevia outra daquelas maravilhosas curas ocorridas em um seminário, um texto retransmitindo uma sabedoria ancestral, mas que chegava até nós através da mais moderna tecnologia. O momento foi perfeito, pois estávamos prestes a entrar mais uma vez no local onde tínhamos presenciado tantos fatos semelhantes. Carole observou, com sua maneira sábia e contida de ser: “Algumas vezes, milagres acontecem.”

De fato, algumas vezes eles acontecem. Os milagres podem ser grandiosos e afetar todo o grupo, mas também podem ser discretos e silenciosos. O importante é que a transformação é permanente. Relacionamentos são reparados. Almas são alimentadas. Vidas adquirem um significado novo e profundo.

Um milagre aconteceu em minha vida no dia em que uma paciente chamada

Catherine entrou no meu consultório e me apresentou a todo um universo espiritual que eu nunca soube que existia. Meus livros anteriores contêm relatos bastante detalhados das experiências de Catherine e descrevem como a vida dela foi permanentemente transformada para melhor por causa dessas experiências. Minha própria vida foi profundamente afetada. Antes de desvendar as impressionantes memórias de vidas passadas de Catherine, eu era um acadêmico conservador e cético. Havia me graduado com distinção, fora membro da honrosa fraternidade Phi Beta Kappa, além de ter me formado em química pela Universidade de Columbia e em medicina pela Faculdade de Medicina de Yale, onde atuei como residente-chefe em psiquiatria. Tinha total descrença nos campos “não científicos”, como a parapsicologia e a reencarnação. Fui chefe do prestigioso departamento de psiquiatria do Centro Médico Monte Sinai, em Miami, e escrevi mais de quarenta artigos científicos e capítulos de livros nas áreas de psicofarmacologia, química cerebral e mal de Alzheimer. Catherine virou o meu ceticismo – e a minha vida – de cabeça para baixo.

Embora já tenham se passado mais de trinta anos desde aquele dia, ainda me lembro da primeira vez que ela cruzou a fronteira invisível que limitava a sua vida presente e entrou no reino das outras vidas. Ela estava em um estado de profundo relaxamento, os olhos ligeiramente fechados, mas mantinha intensa concentração.

– Há grandes ondas derrubando as árvores – sussurrou ela, com voz rouca, enquanto descrevia uma cena de outros tempos. – Não há para onde correr. Está frio, a água está gelada. Preciso salvar minha filhinha, mas não consigo... preciso segurá-la com força. Eu me afogo, a água me sufoca. Não consigo respirar, não posso engolir... água salgada. Minha filhinha é arrancada dos meus braços. – O corpo de Catherine ficou mais tenso e a respiração dela acelerou.

De repente, ela relaxou completamente.

– Vejo uma luz... minha filha está comigo. E outras pessoas da minha vida também. Vejo o meu irmão.

Meu ceticismo demorou para ser destruído, mas o processo tinha sido iniciado. Os graves sintomas de Catherine começaram a desaparecer à medida que ela se lembrava de mais cenas daquela vida e de outras anteriores. Eu sabia que a imaginação não teria sido capaz de dissolver os sintomas de suas doenças psíquicas. Só lembranças verdadeiras poderiam fazê-lo. Catherine ainda descreveria muitos fatos históricos e detalhes de suas vidas passadas, que muitas vezes conseguimos confirmar. Ela também foi capaz de relatar detalhes da minha vida particular, verdades que ela não tinha qualquer maneira de saber ou

descobrir. Descreveu-os enquanto flutuava naquele maravilhoso estado de relaxamento entre vidas físicas.

Os poderosos encontros com Catherine começaram a abrir a minha mente e a dissolver minhas dúvidas. Encontrei outros clínicos renomados que faziam regressões e pesquisas, e fui ficando cada vez mais convencido do que vira. Desde que meu primeiro livro, *Muitas vidas, muitos mestres*, foi publicado, em 1988, já tratei mais de quatro mil pacientes individuais usando a terapia de regressão a vidas passadas e muitos outros, em numerosos grupos, durante seminários. Cada caso revelou mais dos mistérios da vida. Naquela época, conheci pioneiros do estudo de vidas passadas e eruditos de todas as partes do mundo. Onde antes havia descrença, hoje há sabedoria e conhecimento cuidadosamente coletados. As histórias contadas neste livro vão impulsioná-lo a seguir o mesmo caminho e vão levá-lo da dúvida à descoberta. Abra a sua mente e permita que essa jornada milagrosa tenha início.

Em meus seminários, aproximadamente dois terços dos participantes conseguiram lembrar-se de episódios de vidas anteriores. Em muitos casos, essas lembranças e recordações curaram males físicos e emocionais. Sintomas foram eliminados, ainda que as lembranças não fossem absolutamente precisas, pois um erro nessas memórias não nega a verdade e a importância delas. Por exemplo, durante uma regressão, você pode rememorar traumas, o caos e até a reação emocional de sua mãe quando você tinha apenas três anos e correu pela rua, quase sendo atropelado por um Buick preto. Ao fazer a verificação com sua mãe, você descobre que o carro era um Cadillac azul-marinho. Fora isso, todo o restante das lembranças está correto. Um pequeno grau de distorção é aceitável. A memória não é uma viagem literal pelo túnel do tempo. E se, ao descrever uma lembrança do antigo acidente, você usar um vocabulário que não dominava aos três anos, também não há problema. A sua mente que observa e descreve é a sua consciência atual, não o seu cérebro aos três anos de idade. Você não entrou em uma máquina do tempo. A hipnose é o instrumento que utilizo para ajudar as pessoas a se lembrarem não só desses acontecimentos da infância, mas também de experiências vividas quando estavam no útero das mães, do estado místico em que se encontravam nos intervalos entre duas vidas e também de vidas passadas.

Ao longo dos anos conheci muitas pessoas com noções preconcebidas sobre a terapia de regressão a vidas passadas. Elas alegam que as lembranças são distorcidas ou pouco precisas, como afirmei anteriormente, que seus efeitos terapêuticos podem ser atribuídos a um pensamento ilusório, ou ainda que todos os que se submetem à regressão se identificam com alguma figura histórica

famosa. Essas críticas são expressivas, mas equivocadas. Este livro contém diversos relatos de inúmeras pessoas que fizeram regressões, e suas experiências derrubam esses preconceitos de maneira definitiva. Estas páginas apresentam mais lembranças de pessoas simples do que de pessoas importantes. Imaginação e fantasia não são capazes de curar doenças físicas ou mentais profundamente consolidadas, e, no entanto, o livro está repleto de exemplos de como o fato de nos lembrarmos de nossas vidas passadas cura esses males – e nem o terapeuta nem o paciente são obrigados a acreditar no conceito de reencarnação para que a cura ocorra, assim como eu e Catherine inicialmente não acreditávamos. Os relatos apresentados aqui ilustram uma ampla variedade de vidas passadas e também apontam, diversas vezes, para as semelhanças fundamentais nas jornadas e na evolução de nossas almas. Abrir a mente para essas verdades – que somos seres imortais e eternos que já viveram antes e que viverão novamente, que somos todos um e que estamos aqui na Terra para aprender lições de amor e compaixão – é, usando uma famosa citação, “dar um pequeno passo para o homem e um grande salto para a humanidade”.

Sempre que meus pacientes e os participantes de meus seminários conseguem lembrar uma de suas vidas passadas, estabelece-se um caminho direto e amplo para a sabedoria divina e o bem-estar físico e emocional. A consciência de que tivemos múltiplas vidas, separadas por intervalos espirituais no outro lado, ajuda a dissolver o medo da morte e a trazer mais paz e alegria ao momento presente. Algumas vezes, só o fato de lembrar-se de traumas de outras vidas leva a incríveis percepções e curas. Esse é um caminho rápido.

Aqueles que não conseguem ter qualquer lembrança de uma vida anterior podem alcançar compreensão e consciência mais aprimoradas testemunhando a experiência de outros ou lendo sobre elas. É um caminho alternativo no qual a direção do progresso é mais importante do que a velocidade. Todos somos capazes de alcançar um estado de consciência iluminada.

A reencarnação, o conceito de que todos nós vivemos outras vidas, é a porta pela qual entrei em um nível mais alto de compreensão. Catherine abriu essa porta para mim, e eu a mantive aberta para muitos outros.

Mas há várias portas. Algumas pessoas têm acessado as mais altas esferas através de experiências de quase morte, de encontros místicos ou de meditação. Outras tiveram um insight, um momento revelador. Todas as portas levam ao mesmo lugar: um reconhecimento transcendental de que *nossa verdadeira natureza é espiritual, e não física*. Há, com frequência, uma percepção simultânea de que estamos todos interligados e de que somos, de alguma forma,

manifestações de uma única energia.

O autor Paulo Coelho escreveu: “A vida é o trem, não a estação.” A jornada de nossas almas, quando voltamos ao estado de amor e de sabedoria infinitos, é repleta de mistérios e milagres. Descansamos, nos recuperamos e refletimos nas estações, entre uma vida e outra, até que seja hora de embarcar novamente: outro trem, outro corpo. Há somente um lar, e, cedo ou tarde, todos haveremos de voltar para lá. É um lugar de alegria e felicidade. Este livro irá ajudá-lo a encontrar esse lugar.

A riqueza deste livro está nos relatos de leitores e participantes de seminários que fiz nos últimos 23 anos. Através de centenas de vozes, essas histórias validam não apenas o fenômeno das regressões a vidas passadas, mas todo o universo psicoespiritual. Você lerá sobre almas e almas gêmeas, sobre a vida após a morte, sobre o presente sendo completamente transformado por encontros com o passado. As histórias revelam como mente e corpo podem ser profunda e permanentemente curados. Mostram como o luto e a dor são capazes de se transformar em consolação e esperança, e como o mundo espiritual interpenetra e enriquece o plano físico em todos os momentos. São narrativas repletas de sabedoria, amor e conhecimento. Podem ser engraçadas ou sérias, curtas ou longas, mas são sempre instrutivas. Coletadas de diversas partes do mundo, as experiências compartilhadas ajudarão milhares de almas que estão na labuta de suas vidas atuais. A mais nobre das obrigações da alma é ajudar o próximo a alcançar a cura e a compreensão, e a seguir em frente por seus caminhos espirituais.

Ler as histórias e as reflexões contidas neste livro é como vivenciar uma centena de regressões indiretas. A mente mais aguçada descobre novas possibilidades de cura física e emocional. Uma compreensão de nossa natureza mais elevada – a de que somos a alma, não o corpo ou o cérebro – leva a intensas mudanças em nossos valores e aspirações mais fundamentais. E então a mais importante transformação tem início. Nossa consciência desperta e identifica o caminho espiritual. As histórias que foram selecionadas para este livro proporcionam um alerta para acordar. Ao ler cada uma delas, você entrará em um processo de mudança indelével.

Nesse despertar, quando descobrimos nossa natureza como seres espirituais e eternos, a dúvida desaparece. O medo é transmutado em paz interior, o desespero, em esperança, a tristeza, em alegria, o ódio, em amor. No nível da alma, tudo pode acontecer.

As palavras têm um poder especial. Este livro não é uma coletânea de relatos;

é uma coleção de possibilidades transformadoras. Ao ler a respeito da regressão de outras pessoas e identificar-se com cada uma delas, uma ligação a um processo cósmico de incrível amor e sabedoria é estabelecida e, aos poucos, vai sendo fortalecida. Todas as histórias aqui reunidas oferecem um entendimento sobre a natureza mais profunda de nossa alma, nossos objetivos na Terra e nosso potencial de cura. Meus comentários, assim espero, ajudarão a esclarecer ainda mais essas questões. À medida que você ler sobre os encontros místicos de outras pessoas, a possibilidade de também ter o seu momento aumentará. Os relatos lançam luz sobre toda uma filosofia metafísica. Os conceitos de reencarnação e de regressão a vidas passadas demonstram a realidade do nosso eu essencial, de nossos mais altos propósitos, e nos levam a experimentar mais amor e alegria no momento atual e a entender que não há motivo para ter medo, pois somos todos imortais. *Nós todos somos almas.*

Minha filha Amy é terapeuta, escritora e editora. Nós dois coletamos centenas de histórias enviadas por pessoas que possuíam uma lembrança significativa para compartilhar. Lemos e relemos com cuidado cada uma delas, selecionando as que poderiam enfatizar um ponto importante, servir de base para algum ensinamento e, acima de tudo, iluminar as lições de vida que queremos dividir. Amy e eu trabalhamos em equipe e escrevemos juntos este livro, e foi um prazer imenso trabalhar com minha filha neste projeto. Entretanto, meus maiores colaboradores foram os autores dessas histórias. Sem eles, que dividiram suas experiências com verdade, coragem e eloquência, este livro não existiria. Não haveria palavras. Cada pessoa que dividiu sua história conosco serviu de inspiração para a criação desta obra e foi o instrumento para as curas que ela pode provocar.

Este livro não foi concebido para ser lido de uma só vez, pois as histórias são ricas e trazem inúmeras lições. Dê a si mesmo um tempo para assimilá-las. Sinta as emoções que elas despertam. Você pode encontrar paralelos com suas próprias experiências de vida, e vale a pena dedicar um tempo para explorá-las. Releia cada uma quantas vezes forem necessárias. Sempre que eu o faço, descubro novos e mais profundos níveis de significado. Você também vai perceber logo que elas não são apenas histórias sobre vidas passadas. Como já disse, a reencarnação é a porta que leva a uma consciência mais ampliada e a visões incrivelmente ricas de conhecimento e sabedoria espirituais. O que está do outro lado da porta é mais importante do que a porta em si, ainda que ela seja prodigiosa.

As histórias que você está prestes a ler são exemplos de nosso inexorável

progresso em direção à perfeição espiritual. Elas apontam o caminho, iluminam os passos. São joias multifacetadas que coletei, mas que devem ser compartilhadas. As facetas de cada uma se refletem em todas as outras. Embora eu e Amy tenhamos separado-as em capítulos, as joias espelham umas às outras e podem ser colocadas em todo e qualquer lugar como pedras preciosas.

Há muito anos, sonhei com os seres humanos como se fossem essas pedras e descrevi essa imagem em *Muitas vidas, muitos mestres*:

É como se existisse um grande diamante dentro de cada pessoa. Imaginemos um diamante com uns 30 centímetros de comprimento. O diamante tem uma infinidade de facetas, mas estas estão cobertas por sujeira e alcatrão. A missão da alma é limpar cada uma dessas facetas até que a superfície esteja absolutamente brilhante e seja capaz de refletir um arco-íris de cores.

Até o momento, alguns já limparam muitas facetas e apresentam um brilho intenso. Outros só conseguiram limpar um pequeno número delas e fazê-las brilhar um pouco. No entanto, por baixo da sujeira, cada pessoa possui dentro do peito um diamante de enorme brilho, com mil faces cintilantes. O diamante é perfeito, sem uma única falha. A única diferença entre as pessoas reside no número de facetas que foram limpas. Mas os diamantes são todos iguais, e cada um deles é perfeito.

Quando todas as facetas ficam limpas e brilham intensamente num espectro de luzes, o diamante regressa à energia pura que foi originalmente. As luzes permanecem e toda a pressão é libertada. A energia pura existe no arco-íris das luzes, e as luzes possuem consciência e conhecimento.

E todos os diamantes são perfeitos.

Aqui estão alguns diamantes.

## CAPÍTULO 1

# Estamos todos conectados

Certa vez, quando eu dava aulas para um numeroso grupo em um seminário, vi um pequeno cartão. Nele havia uma mensagem que dizia: “A natureza de Buda permeia todo o universo, existindo aqui e agora. Dedico o mérito dessa prática a todos os seres sensíveis. Juntos, conquistamos a libertação.”

Ao ler essas palavras, percebi que isso se aplica a todos e a tudo. Você pode, se preferir, substituir “natureza de Buda” pela palavra *amor*, ou *Deus*, ou *Jesus*, ou *poder superior*, ou qualquer outra figura espiritual. Não importa. Isso simplesmente significa que há uma energia amigável, sábia e amorosa, talvez com atributos que ultrapassam a nossa compreensão, preenchendo os átomos, as moléculas e as partículas energéticas de todo o universo – uma energia da qual, de certa maneira, todos nós somos feitos. Essa energia, essa natureza de Buda ou de Deus, existe aqui e agora, em todos os lugares e ao mesmo tempo. Você pode dedicar a prática de sua vida diária a despertar, com amor e compaixão, o desenvolvimento de todos os seres sensíveis, ou seja, de tudo o que tiver consciência. Juntos – porque todos nós estamos conectados – podemos conquistar a libertação, que é a liberdade do processo de nascimento, morte e renascimento, para que possamos nos formar na escola que chamamos de Terra.

A simples palavra *juntos* é crucial. Existe uma energia sagrada na reunião de um grupo. Como as histórias deste capítulo ilustram, não é por acaso nem por coincidência que determinadas pessoas se unem em determinado momento e com um propósito coletivo. Alguns autores dessas histórias, que antes se consideravam estranhos uns aos outros, descobriram que estiveram intimamente conectados em todas as suas muitas vidas. Não existem estranhos. Não existe separação. Ninguém está sozinho.

Por exemplo, os grupos de um de meus seminários não se formaram ao acaso. Essas pessoas já estavam ligadas umas às outras antes mesmo de terem se reunido, atraídas por alguma força coordenadora maior. É como se um ímã cósmico atraísse aquelas almas específicas que eram necessárias naquele local. Almas e almas gêmeas, algumas que inclusive compartilharam vidas passadas,

mas que ainda não tinham se encontrado na vida presente, se unem. Essas uniões são, na verdade, reuniões.

Quando vi aquele cartão, pensei em *como aquela pequena prece era importante*. Então, enquanto ia lecionando, com as palavras daquela oração ressoando em minha mente, compreendi que as 130 pessoas presentes naquele curso intensivo não estavam reunidas apenas por seus objetivos particulares e para vivenciar uma existência passada. E se Deus, ou um poder maior, tivesse reunido aquelas 130 pessoas para promover a cura de três ou quatro? E se a intenção fosse: “Bem, vamos pegar essas 130 pessoas e sua singular energia para curar três ou quatro das que estão mais necessitadas?” Que privilégio, que honra e que bênção seria estar incluído nesse grupo!

Esse pensamento trouxe uma nova perspectiva para mim e para todos os demais. Percebemos que milagres estavam acontecendo. Precisávamos apenas abrir nossos olhos para descobri-los.



## O TECIDO DA CONEXÃO

Em 1993, recebi de presente o livro *Muitas vidas, muitos mestres* de um estranho que, apesar de não saber nada a meu respeito, afirmou que aquele livro tinha sido escrito “para” mim. A leitura fez com que tudo o que acontecera em minha vida antes daquele momento finalmente passasse a fazer sentido. Eu ficava perturbada com a percepção que em geral as pessoas têm do luto. Pela primeira vez na vida, compreendi por que não ficava completamente destruída quando alguém morria. Senti intuitivamente que, se pudesse trabalhar e aprender com o Dr. Weiss, seria capaz de ajudar os outros a mudar a perspectiva de sofrimento e reforçar a perspectiva da conexão.

Mais de dez anos depois, meu marido, um vigilante rodoviário da Califórnia, foi morto durante um assalto. Dois anos após sua morte, vi o Dr. Weiss no programa da Oprah Winfrey e aquela mesma intuição tomou conta de mim. Eu me inscrevi então em um treinamento profissional que iria acontecer no mês de julho.

Ao chegar ao instituto, minha percepção parapsíquica estava totalmente aberta como jamais estivera. Eu tinha consciência da minha conexão não apenas com todas as pessoas ali presentes, mas também com os pequenos animais e plantas. Ele concordou em fazer uma regressão em mim diante de todo o grupo.

Através de uma rápida indução, a palavra *cocho* imediatamente apareceu na minha consciência, e em seguida vi o cocho que usávamos para dar água aos cavalos na fazenda onde cresci. Veio à minha mente um acontecimento da infância, quando, por força das circunstâncias, fomos obrigados a vender nossos amados cavalos. Lembrei-me da dor que isso causou ao meu pai. Ouvi-o dizer à minha mãe que, apesar de o instinto lhe ter advertido para não vender os animais para aquele comprador específico, ele o havia ignorado e se arrependera depois. Naquele momento decidi conscientemente não chorar para poupar meu pai de qualquer culpa adicional. Desde então, até o dia do seminário, a tristeza em relação àquele acontecimento permaneceu dentro de mim, profunda e anônima. À medida que revivia a experiência da minha infância, a dor fluía toda vez que eu exalava o ar e descrevia o que tinha acontecido. O alívio que se seguiu foi indescritível.

Logo depois me veio à lembrança o nascimento de meu filho. Na época, os instintos gritavam dentro mim, dizendo que algo estava errado, mas me deixei convencer pelo médico de que meus temores eram apenas paranoia. Implorei a ele que induzisse meu parto e acabei tendo que fazer uma cesariana de emergência. Meu filho precisou ser ressuscitado, pois a placenta e o cordão umbilical estavam em estado de gangrena. No dia seguinte, quando enfim a saúde dele se estabilizou o bastante para que eu o tomasse nos braços, vi seus dedinhos manchados. Eu sabia que, ao ignorar minha intuição, na qual deveria ter confiado mais do que no ar que respiro, eu tinha falhado no primeiro teste como mãe. Comecei a chorar de raiva, tristeza e frustração, tal como meu pai quando vendeu os cavalos. Naquele instante, meu filho começou a se agitar, mostrando desconforto, e percebi que ele sentia a dor que vinha de mim. Preocupada em não lhe causar qualquer outro sofrimento, parei de chorar e me esqueci completamente da culpa até 14 anos depois, durante a sessão com o Dr. Weiss. Libertei-me da extrema dor que, sem ter consciência, eu guardava dentro de mim. Totalmente aliviada, senti como se o peso do mundo tivesse sido retirado do meu peito.

Então me dei conta da presença dos meus guias e fui tomada por uma intensa sensação de paz. Eles fizeram com que eu me sentisse parte deles, assim com eles eram parte de mim. Vendo Brian Weiss ao meu lado, percebi que ele também fazia parte daquele “time”.

O Dr. Weiss perguntou se meu marido se encontrava lá. Senti que ele estava à minha esquerda e virei a cabeça para ficar mais consciente de sua presença. Quando virei para a esquerda, senti que ele estava também à minha frente. Ao

girar a cabeça para a frente, eu o senti à minha direita, embora ele também estivesse à esquerda e à frente. “Ele está em toda parte!”, eu disse, ao me dar conta do que sentia.

Ao ouvir isso, as 130 pessoas que estavam na sala suspiraram. Naquele instante, tomei consciência da energia, como se fios azuis estivessem me conectando a todas aquelas pessoas, ligando o meu diafragma ao de cada uma delas. Quando suspiraram juntas, expressando o que sentiram ao compartilhar a emoção que a presença do meu marido falecido provocara em mim, fios brotaram de cada uma delas e formaram um belo e intrincado tecido de conexão. Senti que, daquele momento em diante, tudo o que eu fizesse afetaria cada uma daquelas pessoas, assim como tudo o que elas fizessem afetaria todos nós. *Cure os que curam*, foi o que compreendi, sabendo que a conexão é a nossa força.

Voltei-me para ouvir o Dr. Weiss perguntar se meus guias ainda estavam presentes. Respondi que sim, que sempre estão, e disse: “Nós somos um time e temos um objetivo.” Ele perguntou qual era esse objetivo, e comecei a enxergar infinitos lampejos – somente lampejos –, mas repletos de detalhes e emoções. Os poucos que consegui capturar envolviam um prisioneiro sentado na ponta de sua cama, com a cabeça entre as mãos, sentindo mais dor, medo e raiva de si mesmo do que qualquer uma de suas vítimas poderia imaginar, pois nem ele sabia por que as matara e, portanto, não era capaz de confiar em suas próprias ações. Uma mãe com a filha no colo, ambas morrendo de fome. A mãe sufocando a própria dor, sabendo que a criança partiria antes dela, temendo que a menina morresse acreditando que a mãe fora egoísta por não morrer primeiro. Tudo o que consegui traduzir verbalmente sobre esses lampejos foi “A dor, a dor, tanta dor”, enquanto eu chorava de tal forma que achei que meu corpo iria se despedaçar.

E eu disse: “Toda a dor vem do medo, dos mal-entendidos, de temer e de ser temido.” Eu sabia que o objetivo, como o Dr. Weiss tinha me perguntado, era aplacar a dor coletiva através da eliminação do medo, elevando dessa forma todos os seres vivos. Compreendo agora que ser uma unidade não é um propósito – nós já o *somos* – e que tudo o que fazemos individualmente, até mesmo o que parece insignificante, realmente afeta todos nós.

*Nina Manny*



Em minhas palestras e seminários costumo afirmar que estamos todos conectados e que o que uma pessoa faz afeta todas as outras. Nina diz isso de

uma forma linda: *nossa conexão é a nossa força*. Os laços que nos conectam são os da espiritualidade amorosa. Se somos a mesma energia, compostos de partículas e ondas, e não apenas de sangue e ossos, o que fazemos realmente afeta os outros – e não só os seres humanos. Nossos pensamentos e ações têm consequências, o que é mais um motivo para sermos amorosos e compassivos e nunca temerosos ou nocivos. Eles criam o nosso destino e o nosso futuro.

A história de Nina ilustra maravilhosamente os fios energéticos que nos unem. Mas há muito mais no relato dela. Ela percebe a presença amorosa e onipresente do marido já falecido. Tem consciência da sabedoria eterna e constante que a graça, a mão do paraíso, nos oferece de várias maneiras, por meio de guias, anjos, mensageiros espirituais e de muitas outras formas. Ela reconheceu vidas repletas de lições, perdas, dor e esperança. E ela me fez lembrar de uma antiga mensagem de um Mestre, que veio através de Catherine, gravada em fita e publicada em *Muitas vidas, muitos mestres*. São palavras que têm me alimentado e me motivado desde então.

“Você estava certo ao assumir que esse é o tratamento adequado para aqueles que estão no estado físico. Você precisa erradicar o medo de suas mentes. A presença do medo é uma perda de energia. Ele impede as pessoas de cumprirem o que vieram fazer aqui... Energia... tudo é energia. Grande parte é desperdiçada. No interior da montanha tudo é silêncio; tudo é calma no centro. É do lado de fora que está o problema. Os seres humanos só conseguem ver o exterior... Você precisa mergulhar fundo... Você precisa se livrar do medo. Essa será a maior de suas armas.”

É o que Nina nos faz lembrar: “Toda dor vem do medo.” Amor e compreensão dissolvem o medo.

O professor Jon Kabat-Zinn me ensinou uma meditação a respeito de uma montanha. Penso nela frequentemente, pois me ajuda a me manter ancorado, independentemente do que aconteça à minha volta. Acredito que essa imagem é tão poderosa para mim porque os Mestres a mencionaram há tantos anos.

Imagine uma bela montanha, talvez com o pico coberto de neve. Ao olhá-la, você observa que ela possui um núcleo de paz e temperatura constantes, de maneira que, apesar do que possa acontecer no exterior, o interior permanece imutável.

Agora imagine que as estações vêm e vão. O verão chega com raios, tempestades, enchentes e incêndios. Porém, a montanha permanece completamente tranquila e calma. O verão se transforma em outono, com ventos uivantes e folhas caindo das árvores; depois o inverno chega, com neve e temperaturas congelantes; e a primavera se aproxima, derretendo a neve e provocando avalanches. Entretanto, o núcleo, o belo espaço no interior da

montanha, não é afetado por nenhuma dessas mudanças.

Nós somos como a montanha. Não podemos permitir que os eventos externos nos roubem a alegria e a harmonia, por mais fortes que sejam as tormentas, por mais alto que os ventos uivem. Todos nós temos esse núcleo interior de calma e quietude. Ele está ali sempre que quisermos ou precisarmos. Ao mergulhar nele, podemos acessar sua poderosa presença curativa. A montanha, por dentro, é perfeita – assim como nós.

Imagine agora que os mais variados turistas visitam a montanha. E todos têm opiniões: essa montanha não é tão bonita quanto a que vi em outro lugar. É pequena demais, alta demais, estreita demais, larga demais. Mas a montanha não se importa com essas visões, porque ela conhece a sua essência.

Nós somos, repito, como a montanha. Não importa o que as pessoas digam a nosso respeito, não importam as críticas ou os julgamentos, pois nós somos ideais e divinos. Não devemos ser afetados por essas opiniões, ainda que venham de pessoas próximas, como nossa família, nossos chefes ou nossos amigos. Somos sólidos e firmes na terra como a montanha. Sabemos, do fundo do coração, que somos a essência perfeita de um ser espiritual. As palavras dos outros não podem roubar a nossa paz interior, a não ser que lhes demos esse poder.

Costumo usar essa meditação para lembrar a mim mesmo da nossa magnificência e nobreza, exatamente como a bela montanha. Embora tenhamos nos esquecido disso, já somos perfeitos. Sempre o fomos.



## AMADA E MERECEDORA

A semana no Instituto Omega, em outubro de 2010, tocou e abriu o meu coração de inúmeras formas. O treinamento trouxe à minha consciência muitas coisas de que eu tinha me esquecido. Há um despertar que emerge em mim e que me leva às lágrimas sempre que me permito ficar em silêncio e percebo o quanto todos nós somos fundamentalmente extraordinários.

Na primeira manhã, o Dr. Weiss nos guiou através de uma regressão em grupo. Não era a primeira vez, e eu estava ansiosa para descobrir outra experiência de vidas passadas. Naquela vez, porém, para minha surpresa, eu me vi como sou nesta vida, com a idade que tenho agora. Eu estava em um espaço onde tudo parecia nublado. Olhei para a frente, e parecia haver uma cortina de

neblina. Um braço apareceu, pegou a minha mão e me conduziu através da cortina.

Eu me vi diante de Joe, um velho amigo que morrera nos anos 1970, quando tínhamos vinte e poucos anos. Joe e eu éramos grandes amigos. Aliás, eu nunca me senti tão próxima de alguém quanto dele. Éramos amigos, namorados e confidentes. Conversávamos horas a fio sobre as possibilidades da vida após a morte. Prometemos que quem morresse primeiro voltaria para explicar como era o outro lado. Com o passar do tempo, a vida nos levou por caminhos diferentes.

Cerca de um ou dois anos após nosso afastamento, Joe e eu conversamos por telefone e ficou claro que os laços que nos uniram no passado já não eram tão fortes. Ele me convidou para visitá-lo quando fosse a Santa Bárbara. Respondi que iria, mas nunca fui. Tive medo e disse a mim mesma que precisava de mais tempo antes de encontrá-lo pessoalmente.

Pouco tempo depois recebi um telefonema de um amigo em comum contando que Joe se matara. Não pude acreditar. Fiquei com raiva, triste e de novo com raiva. Se eu tivesse ido a Santa Bárbara, talvez isso não tivesse acontecido.

O tempo passou, e Joe manteve sua palavra. Eu recebia visitas dele, em geral à noite, em sonhos muito nítidos. Certas vezes, depois de ter falado com alguém sobre quanto estava zangada por ele ter se matado, eu acordava com a cama tremendo e ouvia a voz de Joe me pedindo para não ficar zangada com ele. Parei de expressar a minha raiva em voz alta e logo percebi que, na verdade, eu sentia falta dele. Passado um período, eu disse a Joe que não queria mais aqueles sonhos, e eles pararam.

Depois disso, às vezes, eu sentia a energia de Joe ao meu redor, e saber que ele estava ali era reconfortante. Até que um dia, nos anos 1990, eu estava na cozinha quando percebi a energia de Joe ao meu redor e em mim. Ouvi-o dizer que me amava e que estava saindo daquela vibração e indo para outra dimensão, onde tinha trabalhos a fazer. Ele afirmou que ia receber as almas daqueles que tinham morrido de Aids. Mostrou-me, numa rápida visão, um espaço onde havia enorme tristeza, dor e confusão. Aquela era parte de sua dívida, explicou, por ter tirado a própria vida. Senti a energia dele me envolver e me preencher com um amor incondicional que eu jamais experimentara. Lágrimas de alegria rolaram pelo meu rosto. Não sei quanto tempo permaneci ali antes de voltar a me dar conta de que estava em pé, na cozinha, no meio do dia.

Aquela foi a última vez que senti a energia de Joe – até a regressão em grupo, na primeira manhã do treinamento. De repente eu estava de pé, diante de Joe.

Ele me abraçou com força, e percebi que agora ele possuía asas. Sem dizer uma única palavra, transmitiu-me que progredira e envolveu-me com suas asas. Senti que havia outras energias ao nosso redor também me cercando de amor. Ouvi as palavras: “Você é amada. Você é merecedora.” Minha mandíbula e meus braços doíam, senti um nó na garganta, e lágrimas me vieram aos olhos. Finalmente aceitei o abraço de Joe e acolhi a mensagem. No mesmo instante o desconforto físico terminou. Um professor veio e colocou um “leve cristal” em meu coração. Ouvi a voz do Dr. Weiss e abri os olhos. Estava de volta. Eu não queria voltar! Senti frio e solidão.

Naquela tarde, ofereci-me como voluntária para ser hipnotizada diante do grupo, para que o Dr. Weiss pudesse demonstrar uma indução rápida. Funcionou bem. Enquanto eu estava hipnotizada, o Dr. Weiss perguntou o que acontecera de manhã. Contei sobre meu encontro com Joe, sem usar, propositadamente, o nome dele, referindo-me a ele apenas como um “amigo”. Falei sobre as asas e sobre a mensagem. Disse que meu amigo havia tirado a própria vida e que eu não o visitara, como tinha prometido ao telefone. O Dr. Weiss disse que eu não era responsável e que não devia me sentir culpada pela morte do rapaz. Meu amigo, ele disse, me considerava “amada e merecedora”.

No mesmo instante, experimentei um grande alívio. Eu não tinha percebido que carregava aquele fardo de responsabilidade, mas, quando isso foi dito, pude sentir uma camada de tristeza ser levantada, embora ainda houvesse a sensação de estar segurando algo e de não estar me libertando totalmente.

Vários dias depois, ainda durante o treinamento, uma mulher chamada Rachel aproximou-se de mim. Olhou-me fixamente e perguntou: “Você é Jeannette?”

Quando respondi que sim, ela continuou: “Tenho uma mensagem de Joe para você. Ele pediu-me para dizer-lhe que a ama.” Agradei com lágrimas nos olhos. Aquela era a confirmação. Joe me conhecia muito bem, sabia que teria de enviar aquela mensagem por outra pessoa, para ter certeza de que eu acreditaria.

E acredito com toda a força. Desde aquele encontro, tenho uma sensação de calma silenciosa. Sinto-me mais à vontade comigo mesma do que jamais me senti. Agora sei que somos todos verdadeiramente amados, de maneiras que não podemos imaginar neste plano físico. Agora, finalmente, aceito essa verdade.

*Jeannette*



A Terra é como uma escola, com uma única sala de aula, na qual alunos de diferentes níveis são reunidos: os que estão no primeiro ano convivem com os que estão se formando na faculdade, os que têm dificuldade, com os mais inteligentes. Os cursos são ministrados em todos os idiomas e cobrem inúmeros assuntos. Alunos de todas as nacionalidades e raças frequentam essa escola – todos os seres humanos a frequentam. Todos estão a caminho de uma formatura espiritual. As lições nessa escola são difíceis, porque, como aqui temos corpos, experimentamos doenças, morte, perdas, dores, separações e muitos outros estados de sofrimento. Mas a Terra também possui poderosas virtudes de redenção, como a beleza extrema, o amor físico, o amor incondicional, almas gêmeas, prazer para todos os sentidos, pessoas gentis e cheias de compaixão e a oportunidade de um crescimento espiritual acelerado. Ao longo do tempo, passando por muitas vidas, aprenderemos essas lições. Nossa educação estará completa e não precisaremos reencarnar outra vez.

Jeannette nos oferece um vislumbre de como a nossa educação continua do outro lado, mesmo depois de nossa consciência ter deixado o corpo físico. A Terra é a escola – uma escola difícil, mas não a única. Nesses domínios superiores não aprendemos através de sensações físicas, de emoções, relacionamentos ou doenças. Lá, nossos estudos são mais abstratos e conceituais. Descobrimos as dimensões avançadas que existem além da nossa consciência humana e começamos a desvendar seus muitos mistérios. Vemos e sentimos as manifestações sublimes daquilo que na Terra parece ser sólido e material e adquirimos uma compreensão dessas energias absolutas em sua mais elevada vibração. Nosso conhecimento está sempre se expandindo.

Joe disse a Jeannette que ele tinha uma dívida, por ter cometido suicídio. Provavelmente, ele deixou para trás um corpo saudável quando se matou. Sua consciência, é claro, não estava ferida ou comprometida. Mas, sem um corpo, ela não podia fazer o seu trabalho no plano terrestre. O corpo é essencial para a manifestação da alma em uma dimensão física. A alma de Joe deverá esperar pela próxima encarnação para prosseguir com sua jornada espiritual sobre a Terra. Mas ela não é punida com a condenação eterna. O carma serve para aprender, não para punir. E assim Joe recebe a tarefa de trabalhar com os espíritos das pessoas que morreram de Aids. Ali estão seres humanos que passaram por enorme sofrimento e que morreram ainda jovens porque seus corpos foram irreparavelmente prejudicados por uma doença terrível. Que melhor maneira teria Joe de aprender o valor de um corpo saudável, da dádiva da vida?

Enquanto trabalhava com as almas das vítimas da Aids, Joe não

experimentou dor ou sofrimento. Ele estava repleto de amor incondicional. Estava, de certa maneira, fazendo por merecer suas asas, como um ser angelical. Ele estava pagando suas dívidas cármicas. Se Joe, com todos os seus débitos e falhas, pôde fazer a transição de humano para anjo, todos nós podemos. Na verdade, somos todos anjos, temporariamente como seres humanos.

Em sua história, Jeannette mencionou seu encontro com Rachel, que tinha uma mensagem especial para lhe transmitir. Agora, Rachel vai nos contar como ela recebeu essa mensagem.



## DIGA A ELA QUE EU A AMO

Certa noite, durante o treinamento no Instituto Omega, ao ser submetida a uma regressão, fui levada, em minha mente, a um lindo jardim de margaridas. Passei algum tempo ali, conversando com os meus guias, que me olhavam com amor e júbilo. Recebi mensagens sobre minha dor nas costas e minha tendência a controlar os outros. Depois de algum tempo, estava pronta para deixar aquele lugar, mas tive a sensação de que precisava esperar. Foi então que senti um espírito aproximar-se para conversar. Logo percebi que ele tinha uma mensagem para Jeannette.

“Diga a ela que eu a amo”, ele me pediu.

Perguntei seu nome. Era Joe. Fiquei bastante cética em relação àquilo, pois Joe é um nome comum. Mas consegui distinguir claramente os traços dele. Pareceu-me um homem mais velho, com cabelos curtos, cacheados e grisalhos, pele morena e peito largo. Ele dançou de alegria quando prometi que passaria a mensagem adiante. Infelizmente, eu não fazia ideia de quem era Jeannette.

Eu já havia recebido mensagens antes, em sonhos, mas nenhuma tão clara quanto aquela. Como acontecera com todas as mensagens recebidas no passado, essa também ficou me perturbando, até que eu fizesse algo a respeito. Não encontrei Jeannette naquela noite e, quando me preparei para dormir, pedi que Joe esperasse até o dia seguinte.

Apesar da aflição, dormi muito bem. Uma hora antes de o despertador tocar, eu já estava acordada, e Joe voltava a me falar sobre Jeannette. Quando consegui transmitir a mensagem, pedi a Joe que partisse e fosse para a luz. No entanto, ele insistiu em ficar, explicando que me ajudar seria uma forma de agradecer e uma parte da própria cura espiritual. Era algo que ele precisava fazer, e eu não tinha a

menor intenção de impedir a sua jornada. No fim daquele dia ele tinha auxiliado meus anjos a mandar mensagens através de mim.

*Rachel*



Nossa mente racional sempre tenta minimizar, ou até mesmo negar, os encontros místicos, espirituais ou mediúnicos que nos acontecem. Nós nos esquecemos do poder de nossa própria experiência. Mas, se recebemos uma validação e uma confirmação, somos capazes de abandonar nossas dúvidas e aceitar a realidade do acontecimento.

Rachel foi levada por Joe a confirmar a reunião com Jeannette durante sua regressão. Jeannette também sabia que aquele encontro na cozinha não era fruto de sua imaginação. Joe a estava ajudando, ele a estava curando e emanando o seu eterno amor por ela.

As mensagens de Joe e de outras “energias” não são apenas para Jeannette. Elas são para todos nós. “Você é amado. Você é merecedor.” Todos nós somos. Não deixe que a sua mente menospreze ou negue essa realidade.

Faith, cuja história é contada a seguir, também recebeu uma importante mensagem do outro lado. Repassá-la aos seus destinatários permitiu que ela validasse não apenas suas comunicações parapsíquicas, mas sobretudo a importante verdade de que nossos entes queridos estão sempre ao nosso lado.



## MENSAGENS DO OUTRO LADO

O segundo dia de nosso seminário em Los Angeles, em 2002, começou com uma regressão. Microfones foram espalhados para que as pessoas pudessem falar sobre o que haviam experimentado. Ao final da sessão, uma mulher do outro lado da sala levantou-se, pegou o microfone e contou que sua visita ali devia-se ao fato de que a filha morrera de câncer recentemente. Enquanto ela falava, eu via uma luz constante atrás dela. Tentei ignorar a luz, mas, quanto mais eu tentava, mais brilhante ela se tornava, até enfim transformar-se em uma bela moça de cabelos castanhos e olhos azuis, que se colocou de pé, atrás daquela mulher. A moça olhava para mim.

Eu sabia que precisava urgentemente contar para aquela mãe o que vira. Durante o intervalo, fui até o corredor, e, embora houvesse 500 participantes no evento, as únicas pessoas que estavam lá eram a mulher e seu marido.

Primeiro, descrevi em detalhes a moça que estava atrás dela. A mulher e o marido começaram a chorar, e ela abriu a bolsa e me mostrou uma foto da filha. Era exatamente a moça que eu descrevera.

Em seguida, eu disse que não tinha sido imaginação quando ela pensou ter ouvido risadinhas enquanto lavava os pratos e a água respingou nela; quando alguém lhe fez cócegas enquanto arrumava a cama; e quando estava sentada, lendo um livro ou assistindo à televisão, e pensou ter sentido um abraço ou uma cabeça pousada sobre seu ombro. Tudo isso era real.

O marido não conseguia falar. A mulher me contou que, embora não acreditasse em nada daquilo, o marido tinha se inscrito para aquele fim de semana, porque sentiu-se impelido. Quando ela quis sair para o jardim durante o intervalo, ele insistiu para que ficassem no corredor. Tudo o que descrevi para os dois era algo que ela comentara apenas com o marido e com mais ninguém, coisas que ela vinha sentindo acontecer pela casa.

É claro que estávamos os três em lágrimas. Eu sorri e disse: “Por algum motivo, sua filha me escolheu para lhes contar tudo isso.” Nunca me preocupei em me comunicar com os espíritos, mas aquela moça, sem a menor sombra de dúvida, enviou uma mensagem aos pais através de mim.

Quando voltei à sala de conferências, fiquei absolutamente surpresa. Percebi que, de onde estava sentada, não havia qualquer possibilidade de ter visto aquela mulher falando ao microfone. Havia duas colunas no salão, e ela estava atrás de uma delas, fora do meu alcance visual. Era totalmente impossível tê-la visto de pé, ao microfone. Mas eu precisava ver a filha dela e precisava ser a mensageira capaz de trazer um pouco de paz e aplacar a dor do casal. Por isso, eu vi.

*Faith Susan*



Todos nós possuímos habilidades e poderes intuitivos que vão muito além do que conhecemos. Faith não é uma médium profissional, mas, ao entrar em um estado alterado de consciência, sua visão se tornou clarividente e desobstruída de barreiras físicas. Ela viu e ouviu com o coração, além de com os olhos e ouvidos. E o pai da moça confiou na própria intuição, se inscreveu para o evento e ficou esperando no corredor, embora não soubesse exatamente por quê.

Quando não seguimos a nossa intuição, criamos obstáculos e oposição, e, em geral, isso é perigoso. Mas, se seguirmos o nosso coração, fluímos com o processo; não forçamos nem o bloqueamos. Os seres espirituais se empenham em compreender e fluir com o processo, não lutam contra ele.

A mocinha de cabelos castanhos queria consolar os pais, para diminuir a dor que sentiam. Por causa de três adultos de mente aberta e que confiaram na própria intuição, o conforto foi recebido.

Quando tiver dúvidas, faça as escolhas com o coração, não com a cabeça.



## A PEQUENA E DELICADA FLOR

Estive no seminário no Instituto Omega em julho de 2009. Quero agradecer ao Dr. Weiss pelo interesse que demonstrou em meus problemas médicos e por ter me guiado através de uma sessão individual de terapia de regressão. Levei alguns dias para processar tudo o que aconteceu durante a sessão. Comecei a fazer conexões especificamente com uma vida na qual eu era apenas uma garotinha andando em um campo de flores amarelas e venenosas que acabei ingerindo por engano. Minha mãe, a mesma que tenho na vida atual, suicidou-se por não ter sido capaz de me salvar. Ela é superprotetora, e logo comecei a me lembrar de coisas que ela me disse quando eu era pequena.

Minha mãe me contou que decidiu se separar do meu pai sem saber que estava grávida de mim. Quando descobriu a gravidez, foi pressionada para abortar. Os amigos, a família e meu pai tentaram convencê-la de que enfrentar a maternidade sozinha seria um erro. Mas minha mãe respondeu que, embora não conhecesse a razão, sabia que jamais conseguiria fazer um aborto e que, por mais difícil que fosse, ela queria ter a criança. Ela me falou várias vezes dessa forte sensação de que precisava me trazer ao mundo.

Lembrei-me também de minha mãe ter me contado que era extremamente paranoica em relação a mim quando eu ainda estava em seu útero. Quando não me sentia mexer por algum tempo, ia direto ao médico, com medo de eu estar morta. Isso aconteceu durante toda a gravidez. Além disso, tive várias doenças quando era criança e muitas vezes fui hospitalizada. Ela sempre temia que eu não sobrevivesse.

Depois da regressão, percebi que, quando nasci, minha mãe se empenhava excessivamente em cuidar de mim, devido ao medo de me perder.

Estranhamente, lembrei-me de que, quando eu era criança, ela costumava me chamar de “linda e delicada flor”, pois eu era frágil e estava sempre doente. Achei estranho quando me lembrei desse fato, porque, na sessão, descobri que em outra vida eu tinha morrido por causa de uma reação alérgica ao ingerir pequenas flores amarelas.

Ainda não discuti com minha mãe toda a experiência vivida no Instituto Omega, mas pretendo fazê-lo. Antes da regressão eu só podia ingerir 11 tipos de alimentos. Depois dessa experiência, meu organismo passou a aceitar mais 25. É um processo lento, mas estou extremamente feliz e ansiosa por ser capaz de provar outros alimentos. Continuo tentando novos alimentos e tenho obtido sucesso, depois de não ter podido ingerir determinados tipos de comida durante muitos anos. Meu corpo começou a se curar desde aquele dia. Também gostaria de dizer ao Dr. Weiss que, depois da regressão, muitas pessoas se aproximaram de mim para dizer que a minha experiência as ajudara. Isso me fez pensar nas palavras dele, quando disse que nós estávamos ali juntos com algum propósito.

*Nikki deStio*



Nós já vivemos em outras vidas junto a muitas das pessoas com quem vivemos hoje. Nossas almas já reencarnaram juntas. Quando ocorre uma situação que nos faz lembrar um trauma de outra vida, as sementes de nossos sofrimentos são regadas e nossas ansiedades florescem. Temos medo do que já aconteceu apenas porque nos esquecemos do passado. Equivocadamente, acreditamos que o evento traumático voltará a acontecer no presente ou no futuro.

Sempre que encontro pais obsessivamente protetores e controladores, meu foco se volta para causas em vidas passadas. Na grande maioria das vezes, a cura para os medos está nas memórias enterradas. As preocupações dos pais são apaziguadas, e a criança, agora libertada, pode começar a desabrochar. A chave para o futuro está, com frequência, escondida no passado.

Naquele seminário, Nikki lembrou-se de uma ocorrência trágica em uma vida passada em que ela morreu jovem. Surpreendentemente, outra mulher que participava da reunião e que não conhecia Nikki lembrou-se daquela mesma vida. Sua história é contada a seguir. O mundo funciona por caminhos misteriosos.



## AMOR, PERDAS E VIDAS PASSADAS

Em julho de 2009 tive a sorte de participar de um dos seminários do Dr. Brian Weiss. Eu sabia que um fim de semana inteiro em sua companhia seria uma experiência emocionante, mas minhas expectativas foram grandemente ultrapassadas. O último dia foi o mais profundo.

Durante a minha regressão, sentada na plateia, senti uma queimação constante no estômago e um aperto no peito; era difícil respirar. Enquanto caminhava por uma ponte coberta, no meio da neblina, vi bem longe uma casa de fazenda. Eu era uma mulher jovem, de belos traços. Fiquei no gramado, longe da casa, sentindo grande ansiedade com a ideia de entrar nela. A queimação no estômago e o aperto no peito permaneceram. Em seguida, fui levada até o meu último dia de vida. Eu era jovem, talvez tivesse 20 e poucos anos e usava um vestido branco translúcido, como uma camisola. Meus cabelos eram longos e escuros. Estava deixando um homem muito amado. Eu me sentia extremamente triste, mas, por algum motivo, eu sabia que devia abandoná-lo. De repente, ao deixar aquela vida, senti a presença de Vincent, um querido amigo que eu começava a perceber como uma alma gêmea.

Naquele instante, uma jovem chamada Nikki subiu ao palco para fazer uma regressão com o Dr. Weiss. “Que estranho”, pensei. Vincent tem uma filha de quem ele é muito próximo que também se chama Nikki.

Quando se sentou numa cadeira do palco, Nikki descreveu um problema contra o qual lutara a vida inteira, relativo a alergia alimentar. Ela consultara vários médicos, mas nenhum deles tinha encontrado qualquer explicação física para o problema. Quando ele a submeteu à regressão a uma vida passada, ela apareceu como uma criança. Estava sufocando com uma flor que ingerira, e sua mãe tentava arrancá-la de sua garganta. A flor era venenosa, e a menina morreu. A mãe da criança, que era a mesma mãe de Nikki em sua vida atual, cometeu suicídio por não suportar tamanha dor.

Lembra-se da queimação que eu sentia no estômago, do aperto no peito e da minha dificuldade de respirar? Achei estranho que Nikki tivesse sentido exatamente aqueles mesmos sintomas durante a regressão. Mas minha boca ficou seca quando o Dr. Weiss a fez regredir para um tempo ainda mais remoto. Comecei a me agitar, descontrolada, e a segurar com força o meu diário. A mulher ao meu lado perguntou o que estava acontecendo. Pedi que ela lesse

minhas anotações sobre a regressão que eu tivera naquela manhã.

Nesse momento, Nikki estava se descrevendo como um homem. Ela brincava de roda alegremente com uma moça que usava uma camisola branca e tinha cabelos longos e escuros. Nikki a amava muito. Quando o Dr. Weiss a levou adiante no tempo, ela descreveu a casa de fazenda que eu também vira em minha regressão. Assim como eu, ela ficou do lado de fora, com medo de entrar, pois algo ruim estava acontecendo lá dentro. Finalmente, o Dr. Weiss a convenceu a entrar e ela descreveu a menina que encontrou como eu tinha me visto, deitada sobre a cama, morrendo, envenenada. Nikki sentiu a perda daquela grande amiga.

Quando a regressão de Nikki chegou ao fim, eu estava chorando, e a mulher ao meu lado acabara de ler o que eu havia escrito naquela manhã. Ela insistiu para que eu contasse isso ao Dr. Brian Weiss e a Nikki, mas eu não quis. Eu era cética em relação a tudo aquilo e tive medo de que os outros me vissem como algum tipo de oportunista, querendo chamar a atenção. Mesmo assim, a mulher pediu o microfone e o entregou a mim.

“É estranho o que acaba de acontecer”, comecei a falar, com hesitação, “Nikki descreveu exatamente a cena que observei quando vi a fazenda. Nikki era um homem que ficou de pé, também distante. Ele estava desolado porque ia perder a esposa. Quando eu estava morrendo, em minha regressão nesta manhã, eu também me sentia muito triste por deixar o meu marido. Senti que não tínhamos tido tempo suficiente, que algo estava inacabado. Havia uma queimação no estômago e um aperto no coração. Minha garganta estava tão apertada que era difícil respirar.”

Não foi fácil explicar minha regressão para Nikki. Chorei e algumas vezes me engasguei com as palavras. Mais tarde, fui me apresentar a ela. Perguntei se poderia lhe dar um abraço, mas uma amiga que estava ao seu lado me disse que não era possível, porque Nikki tinha a sensação de estar sufocando e de não conseguir respirar quando era abraçada. Entretanto, Nikki me deu um belo sorriso e um abraço longo e apertado.

*Shannon*



Pelo que me lembro, a dificuldade de Nikki com a alimentação era causada por sua morte em uma vida passada, quando ingeriu as flores amarelas na infância. Ela só conseguia comer 11 tipos de alimentos e tinha graves reações

alérgicas a quaisquer outros. Por causa disso, sua vida era bastante limitada. Dias depois da regressão, sua dieta expandiu-se para 15 alimentos diferentes; em um mês, para 24; com o passar do tempo, para 36.

Não foi por acaso ou coincidência que Shannon, uma completa desconhecida para Nikki, estava no mesmo grupo naquele fim de semana. As fortes lembranças e até os sintomas físicos eram os mesmos. Tenho certeza de que Shannon não é mais uma pessoa cética.

Vincent, uma alma gêmea cuja filha também se chamava Nikki, também esteve presente, ensinando sobre o amor eterno. Nós não somos apenas corpo ou cérebro, somos seres espirituais elevados. Talvez fosse o eu superior de Vincent que estivesse ajudando e orquestrando as experiências de Shannon naquele fim de semana. Uma alma gêmea não tentaria ajudar a abrir a mente e o coração de seu cético ser amado?

A amiga de Nikki, sem perceber que a regressão daquelas duas mulheres a suas vidas passadas já tinha dado início ao processo terapêutico, procurou evitar o abraço. Mas Nikki, que intuitivamente sabia que estava se curando e já se sentia melhor, rejeitou a ajuda da amiga e conseguiu abraçar Shannon com satisfação. Aquelas duas mulheres estavam aprendendo sobre almas gêmeas que se reconectam, sobre laços eternos de amor, sobre transcender a morte. O longo e gostoso abraço expressou a compreensão e a transformação de ambas.

Não é muito frequente que duas pessoas, em geral desconhecidas, se lembrem da mesma vida passada. Quando isso acontece, a verdade daquela experiência confirma-se. As vidas passadas não são fruto da imaginação, fantasia, metáforas ou símbolos. Como já tivemos centenas, talvez milhares de vidas, não é de surpreender que tenhamos passado algumas delas juntos, da mesma forma como estamos dividindo esta encarnação.

Em medicina há um ditado que diz: “Quando você ouvir cascos de cavalo, não procure zebras.” Isso significa que você deve procurar cavalos – ou, em outras palavras, deve procurar a hipótese mais provável – antes de considerar uma possibilidade mais exótica. Há várias explicações para a ocorrência de lembranças compartilhadas de vidas passadas, mas a explicação que me parece mais realista é que são simplesmente vidas passadas. A especificidade dos detalhes encontrados em cada regressão e as curas que ocorrem como consequência reforçam essa visão.

Não estamos limitados à regressão a nossas próprias vidas passadas, sejam elas compartilhadas ou individuais. Na próxima história, Raymond descobriu que era capaz de visualizar a vida passada de alguém que ele desconhecia até a

semana anterior.

Milagres acontecem quando libertamos a nossa mente.



## O SÍMBOLO SHAIVITE

Em nosso treinamento profissional em Austin, no Texas, vivenciei pessoalmente regressões em “alta definição” que mudaram a minha vida para melhor. Também participei de uma experiência de consciência compartilhada com um completo estranho, que ficou marcada em minha mente para o resto da vida. O desconhecido era um indivíduo que também estava participando do treinamento. Minha esposa e eu ficamos ao lado desse homem, um psiquiatra do Canadá, na hora das refeições. A história dele é a minha história.

Enquanto conversávamos, ele manifestou tristeza por não ter experimentado nenhuma regressão, sobretudo quando relatei a minha, expressando no entanto descrença e surpresa com tudo o que tinha encontrado. Senti uma grande simpatia por esse psiquiatra e desejei que ele também descobrisse o caminho para uma regressão. Achava que ele poderia, com essa técnica, ajudar mais seus pacientes, além de beneficiar-se.

Durante o intervalo entre duas sessões, encontrei, por acaso, Brian e Carole Weiss. Decidi contar-lhes sobre o psiquiatra, falando do bem que ele poderia fazer se tivesse uma regressão. No dia seguinte, Brian chamou o canadense ao palco para uma demonstração diante de todos, e ele teve uma regressão maravilhosa e repleta de detalhes, na qual era treinado por um homem santo na Índia antiga, muitos séculos atrás, para assumir o lugar de governante daquela província, tendo sido coroado durante uma cerimônia. Os detalhes eram extraordinários. Eu estava tão feliz com a regressão do psiquiatra, que passei a maior parte do processo de olhos fechados, grato e aliviado. Com os olhos ainda fechados, tive uma visão súbita de um símbolo com um formato estranho, que parecia um besouro. Foi uma visão bem nítida, mas eu não tinha ideia do que era ou da razão pela qual o símbolo aparecera durante a regressão daquele homem.

Naquela noite, minha esposa e eu nos sentamos com o psiquiatra para jantar. Eu disse o quanto estava feliz, e ele me falou do impacto que a experiência tivera sobre ele. Mencionei então o estranho símbolo que vira enquanto ele estava hipnotizado, dizendo que não tinha a menor ideia do que se tratava, mas que poderia desenhar para ele. Quando mostrei o desenho em um guardanapo, a

expressão do rosto dele foi indescritível. Surpreso e sério ao mesmo tempo, ele afirmou: “Esse é o símbolo que estava nas bandeiras, na minha coroação.” Ele não sabia o que era, nem eu. Eu já estava assustado com a minha própria regressão, mas aquilo era demais – agora, eu estava experimentando uma consciência compartilhada com um estranho.

Passei os anos seguintes tentando descobrir o significado daquele símbolo. Escrevi para universidades na Índia. Liguei para pessoas, explicando: “Eu vi isso em algum lugar e estou tentando descobrir o que é.” Ninguém sabia.

Minha esposa e eu fizemos um cruzeiro ao Alasca e, antes de ir, eu me inscrevi num curso de reiki em Seattle. (Não se esqueça de que, antes de participar do seminário sobre vidas passadas, eu achava tudo aquilo uma maluquice. É interessante como as experiências podem nos fazer mais humildes e iluminados.) Ao sair de uma aula de reiki, a instrutora nos indicou uma cafeteria em Seattle que era “um pouco diferente”, pois servia comida indiana. Enquanto comíamos, desenhei o símbolo e perguntei a várias pessoas se já o tinham visto. Ninguém o conhecia.

Antes de sairmos, passamos em uma parte da loja onde funcionava uma antiga livraria. O vendedor perguntou se procurávamos alguma coisa em especial. Mostrei-lhe o desenho do símbolo, e ele – que se apresentou como grande conhecedor da história da Índia – logo soube do que se tratava: era a representação de um símbolo shaivite de uma pequena seita, que só fora desenhado por um número limitado de pessoas. Cinco anos depois de ver o símbolo durante a regressão de um estranho, finalmente fui levado até outro estranho que conseguiu explicá-lo.

*Raymond Wilson*



A fascinante história de Raymond revela como a conexão empática com o psiquiatra canadense abriu suas capacidades intuitivas. Com os olhos fechados durante a regressão do outro, ele enxergou o símbolo shaivite, de formas estranhas. O psiquiatra confirmou a visão de Raymond durante o jantar daquela noite. Cinco anos depois, Raymond recebeu uma segunda confirmação na velha livraria, em Seattle.

Lembrei que, depois de voltar para casa, vindo daquele seminário no Texas, eu anotara algumas das minhas próprias lembranças das experiências vividas lá. Logo achei minhas anotações sobre Nikhil, o psiquiatra:

A primeira lembrança de vida passada de Nikhil datava de cerca de 2.500 anos atrás, na Índia antiga. Nikhil era um menino de seis anos, cercado de outras crianças, uma delas seu melhor amigo. Ele enxergou o guru do lugar onde vivia. Esse guru não usava camisa, mas um colar de contas de sândalo, cujo perfume Nikhil podia sentir; seus sentidos se tornaram acurados durante a regressão. O guru deu aulas para os meninos, e, mais tarde, Nikhil foi juntar madeira e realizar outras tarefas. Sentado ao redor do fogo, de mãos dadas, formando um círculo, ele ouviu e foi capaz de repetir para todo o grupo os ensinamentos do guru sobre humildade, simplicidade, generosidade, compaixão e bondade.

Nikhil teve uma segunda lembrança na Índia, na qual ele era o príncipe de um pequeno reino. Naquela vida, seu melhor amigo havia sacrificado a própria vida em uma batalha para salvar a vida de Nikhil. Na vida presente, esse amigo é sua cunhada. Essa lembrança o ajudou a explicar muito de seu relacionamento com ela: a imediata conexão e a sensação de segurança, proteção e profunda amizade entre os dois.

A validação da experiência de Nikhil levou cinco anos até que o símbolo shaivite fosse identificado. A transformação de Nikhil foi imediata, especialmente quando ele lembrou e incorporou a sabedoria de 2.500 anos. Apesar de muito antigas, essas lições são extremamente relevantes nos dias atuais. São as mesmas que os Mestres compartilharam conosco através de Catherine e que fazem parte de todas as grandes tradições espirituais. Devemos ser humildes, bondosos, generosos e exercer a compaixão. Somos seres espirituais, e é assim que seres espirituais sentem e agem. É uma sabedoria atemporal – e é dessa maneira que poderemos salvar o mundo. Raymond pôde enxergar a vida passada de Nikhil e visualizar o símbolo que havia nas bandeiras, na cerimônia de coroação.

Enquanto observava uma participante do seminário passar por uma regressão, Eileen, que nos conta a próxima história, abriu seus olhos intuitivos para descobrir o rosto de um antigo monge que a fitava. As regressões a vidas passadas são mesmo transformadoras. Eileen atingiu esse feito de maneira espontânea, mas em meu livro *A cura através da terapia de vidas passadas* descrevo um exercício chamado “Rostos” que pode ajudar você a experimentar isso por si mesmo.

Sente-se a pouca distância de um amigo, com uma luz fraca e música suave ao fundo. Olhe o rosto dele. Observe se muda. Descreva as mudanças que vê. As feições parecem mudar com frequência. Olho, nariz e penteado se dissolvem e se refazem. Às vezes aparecem acessórios na cabeça.

Você também pode tentar este exercício sozinho, usando um espelho e observando as mudanças que vê no seu próprio rosto.

É fundamental que a tentativa seja feita a meia-luz, pois libera o lado esquerdo do cérebro e facilita a passagem de impressões intuitivas.

A técnica pode proporcionar indícios de muitas vidas passadas diferentes. Assim como em outros métodos, a meditação, a visualização e/ ou a livre associação das mudanças observadas podem completar a lembrança. Deixe que essas técnicas se expandam e se desenvolvam, sem censurar o material que aparece. Uma face pode tornar-se um grupo de faces, ou uma cena completa pode se desdobrar por trás dela. Você talvez ouça uma voz ou uma palavra importante. Tente e comprove.



## A SABEDORIA DE UM MONGE

Participei de um seminário em Nova York, em 2008. Não tive nenhuma lembrança de vidas passadas, mas experimentei profundas meditações durante as sessões em grupo, e uma delas, com outro membro do grupo, foi especialmente interessante. Era minha primeira experiência e eu estava lá sozinha.

Essa outra participante, chamada Erin, estava preocupada com duas de suas lembranças de vidas passadas, sobre as quais eu nada sabia. Mas percebi sua tristeza. No dia anterior, Brian fizera uma regressão em Erin, levando-a a uma vida anterior, que fora um tanto criminosa e violenta. Ela sentiu morte e corrupção e viu até mesmo armas de fogo. Em outra lembrança, ela era um homem no Sudeste Asiático, trabalhando na terra e na água, sentindo-se solitário. Muita tristeza e nuvens escuras estavam presentes nessas lembranças, e a solidão era o traço mais marcante.

A regressão seguinte levou-a a um lugar capaz de explicar a tristeza provocada pelas duas primeiras. Erin se viu em uma antiga livraria, com pessoas sentadas ao redor de uma ampla mesa, escrevendo em todas as línguas. Ali havia livros eruditos e de grande sabedoria que precisavam ser escondidos no caso de algum ataque ou guerra. Erin referiu-se a esse lugar como um local que continha as verdades do mundo.

Enquanto a regressão acontecia no palco, eu olhava para Erin e não enxergava mais seu rosto e seu corpo. Em vez disso, vi o rosto e o corpo de um monge. Era o rosto de uma pessoa de grande inteligência. Pisquei inúmeras vezes para ver se estava sendo enganada pelos ângulos de luz, mas ele permaneceu ali.

Através de Erin, o monge disse as seguintes palavras de sabedoria: “Todas as religiões têm fronteiras que causam divisões, e esse não é o propósito. Devemos olhar além dessas fronteiras, além da estreiteza. Precisamos saber a verdade: que a vida é eterna e que somos todos um. Precisamos tomar consciência da sabedoria e das verdades e buscar a união, nunca a separação. O conhecimento é

um pouco mais profundo do que a sabedoria, pois é uma mudança interna de percepção.”

Eu sabia das implicações daquelas palavras. Sabia que conhecer é unir a alma profunda ao Deus interior. Não havia um único som na sala. As percepções estavam extremamente ampliadas, sobretudo para mim. Quando Erin foi trazida de volta, o monge desapareceu e lá estava ela outra vez.

Brian disse a Erin que ela passara por vidas tristes porque era necessário que tivesse conhecimento daquelas verdades, e que tudo aquilo fora para o seu aprendizado na Terra. Foi importante para Erin saber que era altamente desenvolvida.

Eu tinha feito em meu bloco de anotações um desenho da cabeça do monge, nada além de meras linhas. Senti-me compelida a perguntar a Erin sobre o lugar que ela vira e se ela tinha estado com monges. Pedi que ela desenhasse o lugar em meu bloco. Depois de desenhar o contorno das Ilhas Britânicas e do continente europeu, Erin apontou para uma ilha situada a sudoeste das Ilhas Britânicas, dizendo que era ali que tinha estado.

Fiquei bastante surpresa, porque aquela é a área onde se afirma estar Avalon e onde, segundo a lenda, o rei Arthur está enterrado. Achei esse fato surpreendente.

Mais tarde refleti sobre tudo isso e tentei me lembrar dos detalhes. Eu sei que “conhecer” ultrapassa as percepções terrenas e que as profundas verdades e as palavras do monge vinham do conhecimento. As histórias que eu conhecia sobre o rei Arthur e os Cavaleiros da Távola Redonda vêm dos druidas que viviam na Inglaterra há mais de cinco mil anos. Segundo eles, a família de Arthur era pagã (druida), e o rei uniu o velho e o novo. Quando o cristianismo chegou às Ilhas Britânicas, Arthur significou a força unificada dessas duas ideias. O lugar onde moro hoje, a Bretanha, também era um lugar dos druidas, e, na verdade, eles ainda vivem aqui. Grande parte da terra não se desenvolveu industrialmente, e há lugares remotos, intocados, inclusive uma área de túmulos e outras pedras de pelo menos três mil anos. Há muitos poços sagrados nessa área que datam de antes do cristianismo. Com o advento do cristianismo, os poços foram mantidos para serem usados com fins religiosos e igrejas foram construídas nas imediações. Portanto, os laços entre o velho e o novo foram uma força unificadora, nunca separadora. Existe até uma capela perto de minha casa que era originariamente um lugar de adoração dos druidas. Com a chegada dos romanos, esse lugar foi transformado em capela para a deusa Vênus e mais tarde tornou-se uma igreja cristã. Isso me fascina, porque mostra a perfeita adaptação

de monumentos e lugares de adoração da antiguidade, de uma era para outra, sem conflitos ou divisões. E isso, é claro, me fez pensar nas profundas verdades ditas pelo monge que enxerguei em Erin.

*Eileen de Bruin*



Eileen observou o monge em Erin com a mesma facilidade com que observa a metamorfose na natureza de catedral para templo, para capela e para igreja. Eu me lembro de ter visitado uma mesquita construída sobre as ruínas de uma igreja cristã, que por sua vez fora construída sobre as ruínas de um templo romano, e este, sobre as ruínas de um templo grego ainda mais ancestral. A reencarnação arqueológica se manifestou tão perfeitamente quanto a reencarnação de nossas almas, exatamente como Eileen descreveu.

Durante a regressão, Erin falou, como monge, sobre como as religiões dividem, enquanto a espiritualidade unifica e conecta. Seja Nikhil ecoando seu guru de outros tempos, ou Erin declamando o conhecimento primordial dos druidas, as mensagens são muito semelhantes. Devemos nos tratar como uma família amorosa, pois somos um só. Cada um de nós está conectado a todos os demais.

O ser humano foi capaz de caminhar na Lua e dividir o átomo, mas ainda discrimina e guerreia em nome da religião. Parece que só enxergamos as diferenças em nossas crenças, e não as verdades que temos em comum. Prestamos atenção nos detalhes e nos esquecemos do todo.

Há uma parábola clássica que fala de homens cegos que só podiam tocar uma única parte de um elefante para, em seguida, descrever a forma e a natureza do animal. Alguns tocaram a cauda e declararam que o elefante era como uma corda; os que tocaram a tromba disseram que o elefante era como uma grande cobra; aqueles que tocaram a perna descreveram uma coluna, e outros que tocaram as orelhas e as presas também tiveram percepções diferentes. Todos estavam certos e ao mesmo tempo errados. Estavam certos em relação às características particulares, mas não em relação ao todo. É como se fôssemos aqueles cegos. Para encontrar o cerne espiritual de nossas religiões, o todo é mais importante do que as partes.

Erin fala exatamente sobre esse cerne quando diz: “Precisamos saber a verdade: que a vida é eterna e que somos todos um (...) e buscar a união, nunca a separação.”

Lembrar-nos de nossas vidas passadas e do estado místico após a morte nos permite esse conhecimento. O conhecimento é muito mais profundo do que a crença, a razão ou a lógica. É fruto da experiência direta, e seu poder é imenso. Ele cura e liberta. Conhecer a verdade de nossa essência espiritual pode acalmar o mundo e trazer a paz, pois aqueles que conhecem a verdade renunciam à violência e abraçam a compaixão. A vida é eterna. Todos somos um. Odiar e ferir o outro é odiar e ferir a si mesmo. A violência nos fere imediatamente porque estamos todos conectados. A violência também nos fere mais tarde porque sua dívida cármica precisa ser resgatada, com frequência, em uma vida futura.

E o que acontece quando permitimos que a religião, a nacionalidade ou outra característica se torne a base para essa violência? Basta assistir aos noticiários para encontrar a resposta. A autora da última história deste capítulo lembrou-se de uma vida passada durante o Holocausto, e seu relato oferece outro exemplo. Entretanto, e ainda mais importante, ele apresenta a antítese: um mundo onde transcendemos as nossas divisões, em vez de perpetuá-las; onde nos unimos para formar um todo amoroso e amado; e onde todos têm importância, todos são iguais e... não há barreiras a nos separar.



## COMUNIDADE

Levei anos e precisei acumular muito conhecimento e experiência para organizar minha programação como pastora de uma comunidade e poder participar do seminário de terapia de vidas passadas de Brian e Carole, no Instituto Omega. Tendo incorporado o Reiki e a hipnoterapia em minha prática paroquial, achei que seria interessante acrescentar a terapia de regressão ao meu repertório. Mas nunca poderia imaginar que o seminário mudaria a minha vida de tantas maneiras.

Na primeira manhã, Brian fez uma regressão com o grupo. Após chegarmos a uma lembrança da infância e, em seguida, voltarmos para o útero, ele nos presenteou com uma porta para nossas vidas passadas. Quando a atravessei, não estava preparada para o que viria.

Olhando para os meus pés, vi que eles pertenciam claramente a uma mulher madura, de situação financeira bem confortável. Os sapatos eram formais, de couro marrom, de um estilo resistente mas sofisticado. As meias eram feitas de uma pesada mistura de nylon que me lembrou as meias que minha avó

costumava usar. Eu vestia uma saia de lã marrom, uma blusa creme, colar e brincos de pérolas. Meu cabelo era castanho e estava preso em um coque. Não conseguia entender como podia ter adquirido aquela aparência. Naquela vida eu era uma mulher relativamente esguia e tinha cerca de 1,65m de altura – completamente diferente do que sou agora!

Eu estava de pé, perto de uma janela, no que parecia ser minha sala de estar ou de jantar. Era claramente o último andar de um edifício, pois eu via a rua lá embaixo e a cidade se estendendo até o horizonte. A sala onde eu estava tinha pé-direito alto e mobília pesada, mas elegante. Sobre uma mesa havia fotos de família, candelabros e outros pequenos objetos.

As crianças brincavam, alegres, mas seus pais pareciam bastante agitados e ansiosos, numa atitude de expectativa. De repente, meu marido entrou e anunciou que precisávamos juntar o que fosse possível e nos dirigir para a estação de trens, de onde partiríamos para um campo de trabalho. Meu marido se parecia com o que tenho hoje, só um pouco mais alto e magro.

Brian fez a regressão avançar no tempo, e eu me vi esperando numa estação de trens e, em seguida, num vagão para transporte de gado. Havia uma horrível combinação de dor física, terror e claustrofobia. Eu me sentia como se estivesse sendo esmagada, o que, coincidentemente, é uma fobia que tenho desde que nasci na vida presente. Quando Brian nos fez voltar da regressão, lágrimas desciam copiosamente pelo meu rosto.

No segundo dia do seminário, Carole, esposa de Brian, procurou pessoas que tivessem tido uma experiência de regressão no primeiro dia e estivessem interessadas em trabalhar com ela diante do grupo. Conteí a minha história, enquanto andava mancando, apoiando-me em uma bengala, devido a um problema crônico no joelho e a um recente problema de coluna. Ela me escolheu para ser sua “cliente”, e decidimos que aprofundaríamos minha primeira regressão.

Fiquei um pouco alarmada, achando que não conseguiria ser hipnotizada e com medo de não conseguir experimentar mais nada. Mas aconteceu o contrário. Escorreguei para o relaxamento mais profundo de toda a minha vida, e Carole me guiou de volta àquela lembrança anterior. Descobri que meu marido era um médico e que eu fora sua enfermeira. Havia um caos inacreditável na estação, com soldados nazistas gritando ordens.

As pessoas estavam aterrorizadas, crianças choravam e todos procuravam meu marido e eu em busca de informações.

Quando vimos os vagões destinados ao gado pararem à nossa frente, o terror

mais puro começou a corroer minha coragem, mas tentei, com todas as forças, me controlar. As condições eram terríveis: um balde no canto para urinar e defecar, uma pequena janela para que a luz e o ar entrassem. Os soldados enfiaram tantas pessoas quanto possível naquele vagão, e todos gritavam para que segurassem as crianças, impedindo que fossem sufocadas. Não havia espaço para sentar. Minhas pernas e costas doíam terrivelmente, como acontece na vida atual, mas continuei tentando acalmar meus netos. Implorei para que meus filhos tivessem fé em Deus e acreditassem que Ele nos protegeria. Achei que a situação não poderia piorar. Estava enganada.

O trem chegou a um campo distante. Tínhamos viajado por horas a fio, e era difícil descer e caminhar. Todos estavam sujos, famintos e apavorados. Depois do caos inicial, mais ordens foram gritadas. Nesse momento nos separaram. As mulheres começaram a chorar quando seus maridos foram levados. Mas nada foi pior do que ter as crianças arrancadas dos nossos braços. Tinham prometido que ficaríamos todos juntos, em uma “creche”, mas, depois de tudo aquilo, ninguém acreditava mais no que eles diziam.

Minhas filhas, minha nora e eu, com outras mulheres conhecidas, fomos levadas para um pavilhão, onde fomos obrigadas a entregar nossas malas e a tirar nossas roupas. Ficamos nuas, sentindo frio. Alguém nos colocou em fila para cortar nossos cabelos (“para evitar piolhos”, eles disseram), e fomos obrigadas a marchar até uma sala ampla, para tomar banho de chuveiro. A água era gelada e não havia sabonete. Em seguida, nos deram mudas de roupa de tecido duro e áspero. Sem toalhas. Foi humilhante e degradante.

Carole foi me conduzindo por esse pesadelo, e lembrei-me de ter informado aos guardas do campo que eu era enfermeira. Eu ouvira dizer que meu marido estava trabalhando como médico na enfermaria masculina. Mas, em vez de aproveitar a minha formação profissional, eles me fizeram carregar pedras com as outras mulheres para construir uma estrada. Machuquei minhas costas gravemente.

Depois Carole me conduziu até o momento de minha morte. Não morri nas câmaras de gás; morri na enfermaria feminina. Vi meu marido uma última vez, de longe, e nossos olhares se cruzaram por um momento. Soube que ele dera um jeito para que eu fosse para a enfermaria (teria subornado alguém?). Meus pulmões estavam cheios de fluido. Minhas mãos e pés estavam frios, imundos e repletos de bolhas. Mas, pelo menos, eu estava sobre uma cama.

Lembro-me de que as poucas mulheres que tentaram cuidar de mim eram gentis, embora não dispusessem de qualquer recurso para tratar os meus males.

Expressei tanta gratidão, que elas resolveram me deixar em paz. Eu havia feito o possível para confortar e auxiliar todos os que encontrei naquele campo, embora sempre tivesse a sensação de que nada era suficiente. Estava grata por morrer com uma sombra de dignidade. Não sabia o que acontecera ao restante da minha família, mas isso tinha pouca importância. Eu sabia que estávamos conectados de maneira que nem os nazistas conseguiriam destruir. A morte era bem-vinda.

Não preciso dizer quanto aquela regressão foi emocionante e esclarecedora. Durante toda a vida senti um medo terrível quando alguém gritava comigo, me desprezava ou me ridicularizava. Depois desse episódio passei a compreender minhas reações de culpa, vergonha e medo sempre que era agredida verbalmente. Um pouco antes de escrever este texto, quando voltava da igreja, um guarda de trânsito gritou para me apressar: “Vamos, vamos!” Eu me senti péssima até chegar em casa. Por que ele gritou comigo? Então lembrei-me da minha regressão à vida durante o Holocausto. Pude ouvir os guardas berrando para eu andar mais depressa, dizendo palavrões, me humilhando. Foi uma revelação incrível para mim.

Continuo a sentir um poderoso processo de cura em meu corpo e em meu espírito. Mal posso esperar para prosseguir com esse trabalho em mim mesma e vejo seu enorme potencial de cura. Aquela regressão foi uma grande dádiva em minha vida. Mas a história não termina aqui.

Na manhã seguinte, que seria a do nosso último dia no Omega, pedi aos meus guias, em meditação, que me dessem alguns nomes para eu poder confirmar a experiência. Recebi os nomes de “Ruth” e “Hiam” (ou “Hermann” – não tenho certeza). Pedi um sobrenome, para poder verificar na lista de vítimas do Holocausto no Yad Vashem, o memorial oficial dos judeus vítimas do Holocausto. Recebi, repetidamente, a palavra *Gemeinschaft*. No início, eu nem sabia como soletrá-la, mas a caneta fluiu no papel. Diferentes variações me vieram à cabeça, mas *Gemeinschaft* continuou ardendo diante de mim.

Naquela mesma noite, procurei no banco de dados, mas não consegui encontrar ninguém com aquele sobrenome. Fiquei bastante decepcionada. Busquei em toda a parte, sem conseguir nada. Apesar disso, a palavra continuava a gritar nos meus ouvidos. Então, à meia-noite, frustrada e triste, decidi ver se *Gemeinschaft* era mesmo uma palavra. O que descobri me deu arrepios.

A palavra *Gemeinschaft* foi cunhada pela primeira vez por um sociólogo alemão, no fim dos anos 1800. A doutrina de *Gemeinschaft* fala sobre um organismo vivo, uma comunidade real e orgânica, na qual as pessoas estão conectadas umas às outras devido às suas crenças, laços culturais ou qualquer

outra marca de identidade. Em *Gemeinschaft*, todos são importantes, todos são iguais e todos têm uma contribuição a oferecer. *Gemeinschaft* transcende a sociedade, e quando você é parte dessa comunidade, onde quer que esteja, é reconhecido como um dos seus membros integrantes. Ela ultrapassa a comunidade dos “entes mais próximos e queridos”, nela não há barreiras a nos separar.

Eu me dei conta de que meus guias me enviaram uma mensagem muito mais importante do que um sobrenome. Eu ainda gostaria de voltar a fazer um trabalho de regressão, pois sinto que há muito mais que preciso e desejo saber. Mas, enquanto isso, acolhi essa mensagem no coração e quero ver aonde ela me leva. Por certo, a comunidade que criamos em Omega era *Gemeinschaft* ao décimo grau.

Cindy Frado



Embora a dor de Cindy tenha diminuído e seu sono tenha melhorado, o aspecto mais marcante de suas regressões foi o extraordinário nível de precisão dos detalhes. Ela foi capaz de sentir, cheirar, tocar e ouvir aquele vagão de gado. Ela estava ministrando para a sua *Gemeinschaft* do Holocausto judeu, e, na vida atual, é, de fato, ministra de uma igreja, mais uma vez cuidando de seu rebanho, mais uma vez com dignidade e compaixão.

As formas humanas assumidas por nossas almas podem ser de qualquer cor, raça ou sexo. Qualquer que seja a escolha, sob a superfície somos exatamente os mesmos. Estamos todos conectados; somos a mesma substância e energia, nascidos da mesma fonte, compostos do mesmo material espiritual.

Não faz o menor sentido continuarmos a nos afligir com guerras e violência, pois estamos ferindo a nós mesmos quando ferimos os outros. Os nazistas reencarnam como judeus, e judeus alemães reencarnam como cristãos americanos, exatamente como nas duas vidas de Cindy. Já fomos os assassinos e os assassinados, os violentos e as vítimas da violência. Se tivemos uma vida passada em que prejudicamos os outros, também tivemos uma vida em que fomos aquele monge que jamais faria mal a alguém, e em nossa existência atual estamos sempre aprendendo. É assim que evoluímos. Com frequência somos puxados de volta para os corpos de nossos inimigos, para aprender a verdade de que cor de pele, nacionalidade, religião e gênero são sinais externos, que não pertencem à alma. O ódio distorce a realidade. Precisamos aprender de todas as

maneiras. Quando nascemos no corpo de nossos inimigos, que escolha temos, senão amá-los? Vemos seus bebês indefesos, os observamos cuidando de seus avós, preocupando-se em obter comida e abrigo suficientes e lidando com os mesmos detalhes do cotidiado, tal como fazemos. Reconhecemos que eles são nós. Com esse saber, vem a paz.

A nossa comunidade, nossa verdadeira *Gemeinschaft*, é toda a comunidade humana – e além dela. Quando olharmos nos olhos do outro e sentirmos que estamos nos olhando de volta, seremos capazes de criar o paraíso sobre a Terra.

## CAPÍTULO 2

# Validando nossas lembranças

Os terapeutas de vidas passadas trabalham geralmente em dois níveis durante as sessões. O nível terapêutico está sempre presente e talvez seja o mais importante. O nível de validação é, de vez em quando, possível, mas sempre fascinante. Durante todos esses anos, muitos de meus pacientes conseguiram confirmar a precisão de suas lembranças de outras encarnações através da documentação de nomes, de fatos históricos ou até de distintivos militares, como, por exemplo, os números de placas de identificação usadas pelos soldados durante a guerra. Eles se lembraram dos endereços de suas casas, dos nomes de navios e de numerosos detalhes que confirmaram suas recordações.

A internet facilitou muito esse processo. Pesquisas on-line podem ser feitas com rapidez e sem nenhum custo. Várias pessoas têm utilizado as informações coletadas na internet para confirmar a breve descrição de Catherine de uma de minhas vidas passadas, descrita em alguns parágrafos de *Muitas vidas, muitos mestres*. Esse tipo de investigação era muito mais difícil há trinta anos, quando Catherine foi minha paciente.

Há outros tipos importantes de confirmação. Pessoas que durante a regressão são capazes de falar uma língua estrangeira desconhecida para elas fornecem um tipo de confirmação sobre as experiências de vidas passadas. A isso se dá o nome de *xenoglossia*, que não pode ser atribuída a mera fantasia ou imaginação. Algumas vezes, os idiomas falados durante a regressão podem já estar extintos, como o antigo aramaico, mas, se a sessão for gravada, sua autenticidade pode ser comprovada pelo departamento de linguística de uma universidade.

Uma cirurgiã de Pequim, que veio me ver na sua primeira viagem para aos Estados Unidos, fez regressão a uma vida passada na Califórnia, em 1850. Como ela não falava inglês, a sessão foi conduzida com a ajuda de um tradutor. Mas, ao lembrar-se de que tivera uma discussão com o marido naquela vida, ela começou a falar um inglês fluente. O tradutor, sem perceber o que estava acontecendo, automaticamente começou a traduzir o que ela dizia para a língua chinesa. “Pare”, pedi amavelmente, “eu entendo inglês.” O intérprete quase desmaiou,

pois sabia que a mulher nunca tinha falado inglês. Jamais me esquecerei da expressão de perplexidade em seu rosto.



## VOLTANDO PARA CASA

No verão de 2008 participei de seu seminário de treinamento. (Sou diretor de vida espiritual e capelão na Faculdade Nichols e, no momento das apresentações, disse a todos que era “o homem com hífen no nome” – Wayne-Daniel –, metade português, metade judeu, um “portudeu!”, provocando muitas risadas.) Desde que recebi o treinamento no Omega, tenho conduzido minhas regressões com grande sucesso. Elas se tornaram um importante instrumento em meu trabalho como capelão.

Fui submetido a uma série de regressões a vidas passadas com a Dra. Sylvia Hammerman, de Massachusetts, todas elas centradas na mesma vida, no primeiro século da Era Cristã. Nas primeiras regressões, eu era um menino de cerca de seis anos, chamado Yosia (ou “Yossi”). Aparentemente, eu era órfão e fora criado pelos essênios. Naquela idade, escapei da destruição da minha casa, um complexo que ficava no local que hoje é Qumran, pelos romanos. Durante as sessões com Sylvia, experimentei lembranças daquela tenra idade até minha morte, como Yossi, aos vinte e poucos anos.

Após a minha fuga daquela área em chamas, perambulei pelo deserto da Judeia durante duas noites. Finalmente, fui encontrado por uma pastora que me levou até sua casa. Algumas semanas mais tarde, o irmão dela apareceu e me levou embora. Com os essênios, eu começara a aprender os rudimentos da leitura e da escrita, e esse homem, cujo nome era Ishmael, possuía uma escola onde pude viver e estudar.

Quando Sylvia avançou as lembranças no tempo, eu me vi como um pré-adolescente que estudava e era o primeiro assistente do Rebe Ishmael. O Rebe era um progressista e utilizava não apenas textos judaicos tradicionais, mas também conceitos de filosofia grega e de outras fontes.

Inicialmente, Sylvia pediu que eu não tentasse fazer nenhuma pesquisa sobre aquelas lembranças; ela desejava apenas que eu assimilasse a experiência. Embora tivesse ouvido falar sobre os essênios, eu sabia muito pouco a respeito deles e passei por algumas outras sessões antes de compreender onde estivera e com quem. Tempos depois, Sylvia me permitiu fazer algumas pesquisas sobre minhas

lembranças. Fiquei perplexo com o que descobri.

Fiz várias pesquisas na internet e descobri pistas interessantíssimas. No entanto, a experiência que mais me impactou e que de fato confirmou a validade das minhas regressões foi muito concreta.

Em 2009, no verão seguinte às minhas regressões, tive a oportunidade de viajar para Israel. Fiquei hospedado em um monastério cristão, no Monte Sião, e estava determinado a chegar a Qumran. Um amigo que fiz no monastério, professor de uma escola católica nos Estados Unidos, me ouviu contar sobre minhas regressões e não me considerou louco. Decidiu então acompanhar-me até Qumran.

Chegamos, compramos nossos ingressos e nos aproximamos das ruínas do complexo essênio.

“Bem”, disse o meu novo amigo, “suponho que você saiba aonde ir.”

“É claro que eu sei”, respondi. “Entramos diretamente por esta porta.”

“Mas aqui diz ‘Saída’.”

“Pouco me importa o que diz”, respondi. “Esta é a entrada.”

Andei pelas ruínas do complexo com facilidade e certeza. Sabia exatamente onde tudo ficava e o que era.

“Esta passagem”, disse ao meu amigo, “dava para o lugar onde comíamos. Os homens se sentavam em cobertores e os meninos os serviam. Mais tarde, nós também podíamos comer.”

E, de fato, no final do caminho havia uma ruína marcada como REFEITÓRIO, com um desenho de homens comendo sentados sobre cobertores.

“Aqui”, eu disse, quando continuamos, “é o lugar onde os pergaminhos eram escritos. Nós, meninos, ficávamos ao lado dos escribas, e eles pediam mais tinta ou um novo utensílio de escrita. Eles usavam pedaços de junco oco, com uma ponta de um dos lados.” Viramos uma esquina e entramos em uma ruína identificada como SCRIPTORIUM.

Em minha primeira sessão de regressão, eu tinha visto aquela sala com uma lareira redonda e elevada, onde o fogo ardia. A cena era bem clara. Descrevi o que vira ao meu amigo, dizendo: “Ficava por aqui, em algum lugar.”

“Wayne-Daniel”, ele disse, “olhe para baixo.” Ali, aos meus pés, havia uma série de círculos concêntricos, feitos de pedra, enfiados na terra – exatamente como eu vira na minha regressão.

*Wayne-Daniel Berard*



Na história de Wayne-Daniel, na qual ele fora um rabino dois mil anos antes e agora era um capelão, podemos ver o fio contínuo de uma vida espiritual. As afinidades e interesses de nossas vidas presentes costumam ter sua gênese em vidas passadas. Talentos e habilidades vão sendo moldados em reencarnações prévias, antes de reaparecerem mais uma vez na vida atual. Somos todas as nossas experiências somadas à nossa sabedoria intuitiva e à nossa consciência em evolução.

O mais intenso trabalho de validação é, em geral, feito pela pessoa que se lembrou de uma vida passada, como foi mostrado. Os terapeutas estão ocupados e, com frequência, têm muitos pacientes, mas as pessoas ficam altamente motivadas a confirmar suas lembranças, porque essa experiência lhes pertence. A confirmação de detalhes leva a um poder ainda maior da regressão. As primeiras pesquisas que Wayne-Daniel fez, antes de sua viagem até a remota comunidade essênica, foram formidáveis e interessantes, mas suas experiências no local foram extraordinárias. A sensação de déjà vu, de familiaridade e de conhecimento do lugar não pode ser aprendida nos mapas. Ela vem da experiência real. Ele pôde descrever as atividades, os locais e os detalhes, que foram imediatamente confirmados.

Eu me lembro de minha própria experiência em Alexandria, há cerca de dois mil anos, quando caminhei pelas comunidades essênicas no deserto, ao norte. O período era o mesmo das lembranças de Wayne-Daniel.

Talvez o fato de ele ter vindo ao seminário de treinamento fosse mesmo uma reunião, não uma mera coincidência.

Segundo uma pesquisa de 2009, conduzida pelo Forum Pew sobre Religião e Vida Pública, quase três quartos dos norte-americanos acreditam em vida após a morte, e aproximadamente um quarto acredita em reencarnação. Quase a metade da população afirma já ter vivido uma experiência mística ou espiritual – uma porcentagem quase duas vezes maior do que nos últimos 50 anos – e cerca de 30 por cento diz que se sentira em contato com alguém que já morreu. Ainda que o número de pessoas que acreditam em reencarnação seja maior na Ásia e em outras áreas onde o conceito já é aceito há muitos séculos, o mundo ocidental está, finalmente, chegando lá.

Pesquisadores como o Dr. Ian Stevenson, o falecido presidente emérito do departamento de psiquiatria da Universidade de Virgínia, documentaram milhares de casos de reencarnação, a maioria por meio de entrevistas que levaram à identificação da família mais recente de uma vida passada e, em seguida, à confirmação por essa família dos dados lembrados. O trabalho do Dr.

Stevenson, cujo foco primário foram as lembranças espontâneas de crianças sobre suas vidas passadas, revelou a frequência com que as feridas mortais de uma vida anterior se manifestam como marcas de nascença no corpo atual.

Há quase uma década, a Canadian Broadcasting Corporation produziu uma bela série de documentários, de alta qualidade, sobre vidas passadas, em que fui entrevistado e atuei como consultor. Após a escolha de inúmeros voluntários para serem submetidos à regressão, uma repórter chamada Sarah Kapoor viajou por todo o mundo, visitando inclusive minúsculos vilarejos rurais e cemitérios, para confirmar a veracidade das lembranças. Ela conversou com padres, anciãos das aldeias e historiadores, entre outros, que foram capazes de validar as vidas passadas experimentadas pelos voluntários. Assisti ao emocionante vídeo de confirmação, vi os documentos e continuo comovido por muitos dos casos. Em 2008, quando fiz uma regressão em várias pessoas no programa da Oprah Winfrey, os produtores entrevistaram Sarah. As primeiras descobertas foram confirmadas mais uma vez, e, nos anos seguintes, detalhes adicionais foram aparecendo depois das confirmações realizadas pela repórter.

Em meus livros anteriores, documentei exaustivamente casos clínicos que validaram lembranças de vidas passadas. Há um incontável número de histórias confirmadas. A britânica Jenny Cockel descobriu os filhos que dera à luz durante sua encarnação anterior como Mary Sutton, na Irlanda, no início do século XX. Cinco dos filhos de Mary ainda estavam vivos quando Jenny os descobriu nos anos 1990. Eles conseguiram confirmar as lembranças daquela vida passada de Jenny, inclusive fatos simples de sua infância ocorridos mais de 70 anos antes de sua emocionante reunião com Jenny – a reencarnação de sua mãe, Mary Sutton.

Um relato cuidadosamente documentado de uma reencarnação pode ser encontrado no livro *A volta – a incrível e real história da reencarnação de James Huston Jr.*, de Bruce e Andrea Leininger. Os pais de James Leininger observaram o filho de dois anos lembrar-se de uma vida anterior como James Huston, um homem que fora morto na batalha de Iwo Jima. O grau de confirmação, até dos menores detalhes militares, é um testemunho da cuidadosa pesquisa feita pelos pais do garoto.

Seja por meio de relatos individuais, como os vividos por Jenny e pelos Leiningers, ou de pesquisas e estudos que investigam o material ligado à reencarnação, muitas confirmações da validade das vidas passadas têm se acumulado. A validação serve para abrir novas possibilidades. Uma mente fechada não pode aprender nada novo. A mente fechada fica presa no passado. Graças aos incansáveis esforços de pesquisadores, podemos legitimamente

afirmar hoje que a reencarnação deve ser aceita com base em dados clínicos, e não somente em crença.

É claro, verdades não precisam do suporte de pesquisas. Elas existem acima e além da confirmação científica, porque a ciência é limitada por seus próprios instrumentos de medição. Ela não pode provar aquilo que não pode medir. Quando as ferramentas apropriadas forem desenvolvidas, as verdades estarão lá, esperando para serem descobertas. As verdades não dependem das crenças humanas, não são afetadas por elas. Mesmo assim, várias pessoas se sentem mais confortáveis quando essas verdades estão amparadas em provas científicas e estatísticas, o que é compreensível. Idealmente, a verdade e a prova devem coincidir. Para o conceito de reencarnação, isso já acontece.

Como exemplo, podemos citar Sir Isaac Newton, que descreveu a gravidade, mas não a inventou. Por milênios, as pessoas sabiam da verdade: tudo o que sobe tem que descer. Foi preciso o desenvolvimento de ferramentas matemáticas para permitir que Newton explicasse o fenômeno. E quanto mais as ferramentas da física forem refinadas, melhor entenderemos o conceito. De maneira semelhante, podemos descrever a reencarnação, embora ainda não conheçamos seus mecanismos exatos. Ainda estamos esperando pelo nosso Newton.

Após um dos seminários de treinamento, descrevi uma breve experiência que Claire, uma de nossas participantes, tivera. Irlandesa, Claire jamais estivera na América do Norte ou na do Sul antes do meu treinamento. Ali, ela teve uma lembrança de uma vida passada em “Chichen Itza”, como ela pronunciou. Era um lugar que ela não conhecia e que não fazia nenhum sentido para ela, embora se lembrasse dele com perfeição.

Ela começou descrevendo uma aparição, algo como um anjo enorme e glorioso, que mudava de cor. Claire era uma jovem mulher que, com outras pessoas, estava envolvida em algum tipo de cerimônia. Ela usava uma túnica branca, com um cinto de corda. Havia pirâmides com topos planos e muitos degraus que levavam a um templo, onde ela meditava para purificar-se antes da próxima etapa do ritual. Claire estava no templo, no topo das escadas, acima das pirâmides de topos planos. De repente, ela se viu sozinha dentro de um enorme buraco no chão. Foi capaz de explicar, em detalhes, o que havia em volta e dentro do buraco. Em algum momento da cerimônia, ela foi enrolada em uma grande samambaia. Aparentemente, era um sacrifício, mas Claire não estava nem um pouco traumatizada, pois sentia que era uma honra ter sido escolhida. Sua família sentia da mesma forma. A decisão de fazer parte da cerimônia fora

tomada por vontade própria.

Esses detalhes foram mais tarde averiguados por outro membro de nosso treinamento, um antropólogo mexicano, possuidor de grande conhecimento sobre cerimônias ancestrais. Fiquei impressionado pelo fato de, em nosso pequeno grupo existir um antropólogo mexicano especializado na cultura maia e em outras culturas locais e que poderia validar, de imediato, as lembranças de Claire, que eram muito mais elaboradas e detalhadas do que consigo lembrar e descrever aqui.

Nem eu e nem Carole tínhamos conversado com o antropólogo antes da regressão. O fato de encontrar um profissional especializado no assunto vivido por Claire no mesmo seminário me fez pensar que não existem coincidências na vida.

Jill, a personagem da próxima história, descobriu essa mesma verdade. As fortes conexões entre uma de suas vidas passadas e a presente estavam longe de ser acidentais, e não foi por coincidência que os detalhes de que ela se lembrou durante uma regressão combinavam com os que ela descobriu mais tarde em documentos históricos.



## SOMOS SEMPRE LIVRES

Minha paciente, uma mulher branca de 50 e poucos anos, descreveu um acontecimento durante uma sessão de terapia. Em sua vida presente, Jill era uma assistente social que, sem nenhuma ajuda, oferecia sopa aos moradores das áreas mais pobres da cidade. Quando criança, mais ou menos aos dez anos, uma tia a levava ao Monte Vernon para visitar a casa do presidente Washington. Durante a visita, Jill começou a se lembrar de uma vida passada. Em uma foto, ela reconheceu uma menina com quem tinha brincado naquela casa e indicou como era a disposição da mobília antes, e como a atual estava errada. Reconheci essa história como lembrança de uma vida passada, e Jill abriu a mente para explorá-la mais. Ela foi a um dos meus seminários, e a regressão ocorreu facilmente. Ela juntou os pedaços dessa lembrança inesquecível.

Segundo os relatos de Jill ao grupo, ela se viu como uma escrava negra de dez anos, na casa de George Washington. Na época, ela brincava com uma menina chamada Nell e, mais tarde, mudou-se com a família para a Filadélfia. Jill lembrava que sua mãe era uma escrava negra, costureira, e seu pai, um alfaiate

branco. Ela se referia a si mesma como mulata.

Mais tarde, essa jovem mulher fugiu em um navio e se estabeleceu em Portsmouth, em New Hampshire, onde se casou com um marinheiro negro, porém livre, e teve três filhos. Ela se lembrou de ter vivido com medo de ser encontrada e levada de volta à escravidão, mas permaneceu livre e morreu em paz, na velhice. Minha paciente foi capaz de citar datas e locais, e afirmou que seu nome era “Oney Judge”. Quando perguntei que lições aprendera naquela vida, ela respondeu, com uma voz diferente, a voz de sua alma: “Somos sempre livres.”

Naquela mesma noite, a pessoa que tinha vindo com Jill, ao consultar a internet, chamou-a gritando para que ela fosse ver o que encontrara. Na tela do computador estava um site sobre história afro-americana, descrevendo a vida de uma corajosa jovem escrava que fugira para a liberdade: Ona Judge, a escrava fugitiva de George Washington.

A maioria dos detalhes que Jill relatara para o grupo naquela noite, durante o seminário, foi confirmada pelo site. Ela ainda está processando e integrando essas informações que a encorajam e aliviam. A regressão ajudou-a a assimilar partes de sua personalidade na vida atual, assim como a determinar seus objetivos futuros.

*Maria Castillo*



Com muita frequência, um estímulo geográfico provoca a lembrança de uma vida passada. Nenhuma hipnose é necessária, apenas a visita ao local. Nesse caso, a cliente de Maria começou a lembrar-se espontaneamente de detalhes como a disposição dos móveis e de outros fatos históricos. Anos mais tarde, sua regressão e algumas pesquisas forneceram mais validações. É interessante observar que a profissão e os projetos da vida atual de Jill refletem as questões encontradas na vida de Ona Judge.

Retornar fisicamente ao local de uma vida passada é um poderoso gatilho e pode evocar tanto emoções fortes quanto lembranças detalhadas. Se você visitar uma cidade estrangeira e sentir uma clara aversão ou, por outro lado, uma conexão positiva forte com aquele lugar, as origens desses sentimentos podem estar em suas vidas passadas.

Você já viveu muitas vidas e já experimentou as crenças e culturas de nações de todos os cantos do globo.

A possibilidade de verificar os detalhes de uma vida passada é, sem dúvida, um aspecto intrigante da regressão, em especial para aqueles que encaram com ceticismo a lembrança que acabaram de ter. As pessoas que se perguntam *Foi mesmo uma lembrança de vida passada, ou apenas a minha imaginação?* podem descobrir provas que validam os dados de sua experiência e ajudam a aceitá-la como real ou, pelo menos, a reconhecer que a mente é capaz de saber coisas em um nível que vai muito além dos cinco sentidos. Foi certamente o que aconteceu comigo quando estava ajudando Catherine, minha primeira paciente, a fazer uma regressão que a auxiliou a curar seus traumas. Eu não acreditava em vidas passadas de forma alguma, mas não podia negar que ela estava se curando com rapidez, nem que ela era capaz de me fornecer informações repletas de detalhes sobre a vida de meu filho, meu pai e minha filha, histórias e pessoas que ela desconhecia. Se ela não tivesse me dado esse tipo de “prova”, eu não teria me sentido tão compelido a pesquisar e explorar o campo da regressão a vidas passadas.

A maioria das pessoas, de vez em quando, tem um sonho que pode ser cronologicamente impreciso, ou até ilógico, mas que as leva a um novo nível de compreensão ou descoberta ao acordar. Um analista de sonhos nunca pensa em desprezar eventos tão poderosamente sugestivos por serem “incorretos” ou “não verdadeiros”. Esse também é o caso das regressões a vidas passadas. Como os sonhos, essas lembranças, por serem muitas vezes recuperadas de estados de consciência muito profundos, podem conter símbolos e metáforas, assim como lembranças reais. Tais símbolos e metáforas precisam ser interpretados para que seu significado e sua mensagem fiquem claros. Uma lembrança simbólica, semelhante a um sonho, não é menos poderosa do que uma lembrança literal.

As lembranças de outras vidas também são capazes de sofrer as distorções das lembranças que temos quando estamos acordados. A lembrança pode ter uma precisão completa, mas datas e outros detalhes talvez estejam um pouco modificados. Por exemplo, aquilo que você tem certeza de que aconteceu no jardim de infância talvez tenha se passado no primeiro ano. Noventa e nove por cento da lembrança está correta, e um pequeno erro não pode invalidá-la. As distorções mais comuns são relativas a números e a outras funções lógicas do lado esquerdo do cérebro. A mente profunda é mais preocupada com entendimento e cura do que com detalhes e datas.

Meus livros anteriores trazem uma exploração mais metódica da validação de casos. Mas, com o passar dos anos e com tudo o que testemunhei em tantos casos, meu foco mudou para o valor terapêutico dessas lembranças. Não são os

detalhes dos fatos ou a precisão histórica da regressão os fatores que levam a um efeito de cura no paciente. O que provoca a cura é o conteúdo emocional, os sentimentos e relacionamentos que são trazidos à superfície, as descobertas sobre a vida e sobre a nossa natureza mais profunda. As histórias contadas no capítulo seguinte ilustram como esses entendimentos podem transformar e curar de forma poderosa e permanente a vida dos seres humanos.

## CAPÍTULO 3

# Como o entendimento pode curar

Nosso corpo e nossa mente são as máscaras que o nosso verdadeiro eu – a alma – usa no mundo físico. Quando morremos, removemos nossas máscaras e descansamos em nosso estado natural. Não há desaparecimento, não há esquecimento. Nós apenas tiramos as máscaras, as roupas e outras coberturas externas e retornamos aos nossos domínios espirituais. Lá, refletimos sobre as lições da vida que acabamos de deixar. Somos reunidos aos nossos companheiros de almas de todos os séculos. Planejamos nossa próxima existência na Terra. Quando o tempo e as circunstâncias são adequados, colocamos novas máscaras – o corpo e o cérebro de um bebê – e retornamos ao estado físico. Com energia e aparência revigoradas, continuamos nosso aprendizado de lições espirituais até que não haja mais necessidade de reencarnar. Então podemos continuar a ajudar as pessoas do outro lado.

*É importante lembrar que nós somos as almas, não as máscaras.*

Quando ganhamos uma perspectiva mais elevada e entendemos que nossa vida presente é apenas uma dentre milhares de vidas que nossa alma já experimentou durante milhares de anos, a sensação de expansão, de ausência do tempo e de alegria é palpável. Nós nos livramos da culpa, do desespero, da sensação de estarmos presos e da necessidade de pressa. Temos toda uma eternidade para aprender nossas lições. Nossos sintomas e medos foram provavelmente trazidos de outras vidas. Há sempre esperança quando percebemos que estaremos em mais do que um determinado corpo e cérebro.

Nossa maior lição é o amor. Lembrar as causas de nossas aflições nos permite curá-las. Quando isso acontece, reconhecemos mais claramente que somos seres amorosos e espirituais. Compreender nossa real natureza nos liberta de nossas ansiedades e medos. Então, podemos alcançar nosso mais elevado potencial, curando a nós mesmos e ao mundo.

O entendimento pode ser imediato: uma percepção repentina do significado e das implicações dessas lembranças, um saber claro e intuitivo. O entendimento também pode ser lento, uma consciência que se adquire à medida que o véu da

ignorância é levantado. O que importa é que os resultados são idênticos.

Muitos obstáculos bloqueiam nosso entendimento. Fomos alimentados à força por sistemas específicos de crenças culturais ou religiosas, na infância e na juventude, quando éramos incapazes de entender, raciocinar e tomar nossas próprias decisões. Podemos fechar nossas mentes a outras crenças. Nada de novo pode ser aprendido por uma mente fechada.

Felizmente, a experiência pessoal pode ser mais poderosa do que as crenças. Quando experimenta, você sabe. Por esse motivo, ter uma lembrança de uma vida passada, seja através de regressão, sonho, meditação ou mesmo de maneira espontânea, pode ser o suficiente para destrancar uma mente fechada e libertá-la do ceticismo. Agora, perguntas podem ser feitas. Agora, crenças podem ser examinadas e reexaminadas, aceitas ou rejeitadas. Agora, o aprendizado verdadeiro pode ocorrer.

Para Heather, que conta a sua história a seguir, o entendimento veio de maneira forte e repentina. Ela conseguiu restaurar a própria voz e alimentar sua alma.



## ENCONTRANDO A SUA VOZ

Meu corpo está ficando frio sob a pesada corrente de metal. Sufocada por meu próprio sangue, tenho consciência de minha morte iminente, mas não sinto medo. Olho para o céu úmido e cinza, sabendo que a batalha foi travada com honra e que com honra morrerei.

Este não é um conto medieval, mas uma experiência que mudou minha vida e me levou a reestruturar tudo o que eu pensava saber. Nunca procurei qualquer resposta simplesmente porque não tinha perguntas. Foi por pura curiosidade que decidi tentar a hipnose. Logo depois eu me descobri em uma vida passada.

Desde então percebi que esta vida é uma lição, uma escola aonde viemos para aprender. Cada encontro é uma oportunidade de mudar e ajudar. Estamos todos juntos neste mundo, e somente o amor, a esperança e a caridade podem nos salvar. Essas são palavras vindas de uma ex-agnóstica. Vou explicar.

Quando jovem, eu não gostava que ninguém tocasse o meu pescoço. Não usava gola alta, cachecóis ou gargantilhas. Em 2000, um tumor foi descoberto em minha garganta e teve de ser removido cirurgicamente, o que me causou um terror além do normal. Hoje, tenho uma cicatriz que cruza o pescoço como

resultado dessa intervenção.

Frequentemente perco a voz e, muitos dias, sem nenhum motivo aparente, fico totalmente sem força para falar. Tudo isso apesar de vários tratamentos.

Além disso, há alguns anos tive uma reação a um medicamento que me provocou um pânico de proporções jamais vistas. Fiquei paranoica, achando que minha garganta estava se fechando e convencida de que ia morrer. Eu estava bem, mas levei muitos dias para me livrar daquele medo perturbador.

Fui procurar Donna, uma hipnoterapeuta clínica. Como era de esperar, eu não tinha voz naquele dia. Donna me conduziu com palavras a um relaxamento muscular, usando imagens que me levaram a um profundo nível de hipnose. Finalmente, quando atingi um total relaxamento, ela me fez visualizar uma biblioteca. Fui atraída pela seção de livros em que a palavra “Heather” estava impressa nas laterais. Abri as páginas desgastadas e amareladas de um dos livros, e na página aberta havia uma ilustração, como as encontradas em livros de contos de fadas. Era a figura de um cavaleiro de pé, diante de um cavalo branco, cujas patas dianteiras estavam dobradas. O cavaleiro usava uma malha de metal, segurava um escudo com a mão esquerda e uma espada com a direita. Seus cabelos cacheados e escuros cobriam parte do olho direito, e seu rosto era acinzentado.

Donna me instruiu para mergulhar naquela cena e, em um instante, deixei de ser Heather – tornei-me o cavaleiro. Senti a extrema fraqueza decorrente da batalha e da falta de comida, mas estava invadido por um profundo senso de honra. Eu fizera um juramento, era obrigado a lutar, mas havia um sentimento estranho de que a causa não era justa. Eu não tinha medo de morrer e o faria com dignidade. Não havia nenhuma mulher em minha vida, somente amor e ternura por meu cavalo.

Donna levou-me para um tempo mais adiante, e eu me vi em combate. O campo era verde e eu estava descalço, lutando com minha espada que segurava com força na mão direita. Embora estivesse acomodada na poltrona do consultório, minha mão direita estava fechada com toda a força e levantada, como se erguesse a espada, e a esquerda segurava um escudo imaginário. Eu não conseguia relaxar os pulsos.

De repente, eu estava sufocando em sangue, pois fora atingida no pescoço. Sentada na cadeira, no consultório de Donna, sentia como se minha garganta estivesse se fechando. Eu fazia força para vomitar e tossia. Donna me orientou para sair daquele corpo e observar a cena como se estivesse num cinema. Tentei, mas as sensações eram tão reais – a dor, a asfixia – que não consegui sair dali.

Finalmente, a dor parou. Flutuei. Paz. Paz era tudo o que sentia. Minhas mãos relaxaram, e soltei as armas imaginárias.

Aquela era uma paz que eu jamais conhecera. Não havia lutas, nem dor, apenas uma profunda serenidade, combinada a uma deliciosa sensação de flutuar. Não havia tensão em meu corpo. Eu me senti livre, ilimitada, eterna. Poderia ter permanecido naquele estado para sempre, mas Donna estava falando comigo. Eu não queria deixar meu cavaleiro se afastar. Queria senti-lo, não queria que partisse, mas ela me guiou para fora daquela vida, de volta para o presente.

A sessão terminou e eu estava maravilhada. Quando abracei Donna e agradei, nós duas percebemos que minha voz estava clara e forte. Comecei a sessão rouca e com a voz sussurrante; agora tinha uma voz saudável. Será que reviver a morte do cavaleiro tinha resolvido os meus problemas vocais? Só o tempo poderia dizer. Porém, fiquei extasiada.

Nos dias que se seguiram, acordei com a voz bem clara. Sempre que atendia ao telefone, tinha uma surpresa agradável. Fui tomada de um enorme desejo de saber sobre cavaleiros e de pesquisar sobre heráldica.

Finalmente compreendi por que gostava de certas culturas, música e símbolos. Por que me comportava de determinadas maneiras e obedecia a um código de ética. Entendi melhor a origem dos meus medos e das minhas capacidades. E, embora os benefícios da cura fossem surpreendentes e eu tivesse um apreço ainda maior por meus traços de caráter, não foi essa revelação o que me deixou deslumbrada.

O real significado, a verdadeira mensagem da experiência que vivi na regressão, é mais profundo do que apenas saber que fui um cavaleiro morto em uma batalha. Se aceitarmos a ideia de que somos mais do que esta vida presente nos diz que somos, as implicações são muito maiores.

Uma dessas implicações é que somos imortais. Vivemos muitas outras vidas com muitas das mesmas almas com quem estivemos antes. Sempre nos encontraremos. Então, “até que a morte os separe” simplesmente não faz sentido, pois nem mesmo a morte pode nos afastar.

Aqueles a quem fizemos mal voltarão para nós em outras vidas, para que tenhamos a oportunidade de reparar os danos. Do mesmo modo, aqueles que nos fizeram mal voltarão para consertar o estrago. Vamos voltar a encontrar nossa família, amigos e aqueles que, em outras vidas, ferimos. Seria uma perda de tempo e de energia cultivar hostilidade e machucar raivosamente o outro. Mesmo que seja necessário viver as mesmas questões e conviver com as mesmas

almas milhares de vezes, aprenderemos a amar e a purificar nossos relacionamentos.

Além disso, tenho consciência de que não sou a pessoa que conheço como Heather. É como se estivesse vestindo uma roupa de “Heather” e, na próxima vez, posso estar usando uma roupa de “Henry”. Isso me ajuda a dar um passo para trás e enxergar os conflitos e as crises com mais objetividade. Não passo de uma consciência que está experimentando a vida de Heather. Hoje, trabalho para me afastar de situações estressantes, mas ainda é difícil, porque os sentimentos parecem tão reais e intensos. Quando revivi a vida do cavaleiro, os sentimentos também eram intensos e pareciam muito reais. Então, o que é real em qualquer situação? Os sentimentos se tornam reais de acordo com sua qualidade e intensidade? Os sentimentos de Heather são mais reais do que os do cavaleiro? O poder da experiência é o mesmo. Devo estar mais atenta a que experiência? Isso me leva à conclusão de que nada disso é real – só a consciência por trás de tudo é verdadeira.

Essas mudanças de percepção e perspectiva afetaram a maneira como vejo os males, as doenças crônicas, as crises. Elas afetaram a maneira como olho para o corpo de Heather e a maneira como interpreto as reações de Heather aos incidentes de sua vida atual. “Minha” doença crônica já não é algo pessoal. É apenas algo que Heather está vivendo neste momento, e existe alguma razão para que ela passe por essa experiência para aprender uma lição. Isso diminui o impacto pessoal e ajuda a me desligar emocionalmente dela.

Estamos aqui para aprender lições sobre amor e perdão. E somente quando essas lições forem aprendidas poderemos ser “diplomados”. Minha vida agora é vista através de uma nova verdade. Embora isso já tenha sido dito milhares de vezes, de milhares de formas, é fundamental a experiência para realmente entendermos com o coração. Essa nova percepção tornou-se inegável depois que a testemunhei e senti.

*Heather Rivera*



Heather resumiu maravilhosamente as profundas implicações das memórias de outras encarnações. Somos muito maiores do que o nosso corpo e nosso cérebro. Somos espíritos imortais que encarnam aqui em uma forma física para aprender as lições ressaltadas por Heather. Entender a realidade da reencarnação permite que nosso medo de morrer diminua, pois sabemos que nossa

consciência sobrevive à morte física. Você já viveu antes, já morreu naquelas existências e está aqui de volta, em um corpo novo e diferente. A parte que continua após a morte do velho corpo e que reencarna como um bebê é frequentemente chamada de alma, espírito ou consciência eterna. O reconhecimento de que somos almas ou consciências que jamais terminam é incrivelmente libertador. Entendemos que somos seres espirituais, não apenas seres humanos temporários. Nós nunca morremos, porque, na verdade, nunca nascemos. Então, o que há para temer?

Se você não aprendeu o conceito de reencarnação quando era jovem – eu não aprendi e nem acreditava nele –, não significa que o conceito está incorreto. É muito importante manter a mente aberta e continuar a aprender com essas experiências para que possamos alcançar o nosso mais alto potencial. Heather foi capaz de fazer exatamente isso, e sua vida nunca mais foi a mesma.

Traumas na garganta ou no pescoço em uma vida passada podem causar problemas vocais na vida atual, mas há outras origens possíveis. Você pode ter sido punido, ou mesmo morto, pelo que disse em outra vida. As palavras podem ter sido letais. A consequência na vida presente é uma necessidade poderosa de censurar a si mesmo, ou até de falar com a voz fraca e hesitante, para evitar que nova tragédia aconteça. As palavras podem matar.

Quando a ligação entre causa e efeito é descoberta e compreendida, geralmente o sintoma desaparece. Para Heather, um problema físico desapareceu. Para Giorgio, um cliente de Mira e personagem do próximo depoimento, a natureza do sintoma era emocional. Não importa se o problema se manifesta no corpo ou na mente. A cura se aplica a todos os casos.



## A VIDA NÃO PRECISA SER DIFÍCIL

Uma de minhas sessões com um cliente foi especialmente interessante e comovente não apenas pela riqueza de detalhes, as descobertas e a cura emocional, mas também porque o cliente falou em duas línguas diferentes, ambas desconhecidas dele.

Giorgio se viu em uma câmara, em um tempo ancestral, no Oriente Médio. Ele estava junto de um grupo de pessoas durante uma audiência com o rei daquela terra. Eram refugiados que queriam se estabelecer ali. Servicais se postaram em ambos os lados do caminho que levava ao trono. Um conselheiro

sussurrou algo para o rei. Enquanto isso, a multidão esperava ansiosamente o veredicto sobre o que aconteceria a todos. Uma decisão importante estava para ser tomada.

O rei se levantou do trono, desceu alguns degraus e disse: “*Anan shatlan temuk.*”

Era uma língua que o grupo não conhecia, e ninguém sabia o que aquelas palavras significavam. Todos murmuravam nervosamente quando soldados os cercaram, deixando os refugiados com medo de serem mortos. Entretanto, suas vidas foram poupadas, e eles receberam autorização para se estabelecer nos arredores da cidade, em áreas separadas, onde a terra não era fértil e a vida não era fácil. Por isso, eles passaram a criar animais para a sua sobrevivência. Pedi a Giorgio que entrasse em sua casa e visse onde morava.

Lágrimas surgiram no rosto dele, enquanto falava:

“Sou uma menina, uma adolescente. Voltei para casa e minha mãe está me dizendo como a vida é difícil. A vida é difícil para nós e sempre será. Ela me ama muito e eu acredito nela. Ouço-a e balanço a cabeça, mostrando que concordo. Precisamos trabalhar muito.”

“Ela está preocupada?”, indaguei. “Ela sente um grande peso no coração?”

“Não. Ela não está preocupada. Está apenas me dizendo como a vida é para nós. Esse é o nosso destino.”

A menina, Giorgio naquela vida, aceitou e internalizou essas afirmações. Ela estava experimentando tudo aquilo e nunca questionou a atitude da mãe.

Giorgio me disse que era filha única naquela vida, uma menina chamada Anash. Perguntei sobre a mãe de Anash.

“Ela é a minha mãe atual. Ela foi muito mais dura naquela vida do que agora, mas é a mesma alma.”

O pai de Anash era um homem alto que usava barba. Um dia, soldados vieram e o mataram a golpes de lança, bem na frente de casa. Ele roubara algo. A mãe sabia disso e deve ter suspeitado do que poderia acontecer, pois, quando os soldados se aproximaram, ela escondeu a filha dentro de casa.

“O significado desse acontecimento não estava na morte do meu pai, mas na reação de minha mãe. Foi uma confirmação de tudo em que ela acreditava e me ensinou – que a vida é dor e sofrimento. Esse é o nosso destino na vida. E é isso o que minha mãe me repete hoje”, Giorgio explicou.

A menina casou-se com um homem que vivia na cidade. Com o passar dos anos, os mais jovens da tribo de Anash foram se integrando à cidade por meio de casamentos e do trabalho. Perguntei se Anash visitava a mãe com frequência.

“Sim”, disse Giorgio. “Ela leva laranjas para a mãe.”

Lágrimas correram pelo rosto de Giorgio, e sua voz evidenciou as emoções que sentia. Anash sempre conseguia levar pão e algumas laranjas para a mãe. A vida tornou-se um pouco melhor para Anash. A casa onde morava era sólida, não uma tenda ou um barraco. Havia pouco dinheiro, mas o marido de Anash era moleiro, o que lhes permitia ter acesso constante à comida. Ele era judeu, e, embora também fizessem parte de um grupo minoritário, os judeus estavam mais integrados à sociedade do que a tribo de Anash. Giorgio, assim como Anash, começou a falar em outro idioma, e disse:

“Agora sei muitas palavras em hebraico.”

O segundo momento importante na vida de Anash foi a morte de sua mãe.

“Mamãe está velha e doente. Estou tocando o seu rosto. Ela está morrendo. Estou dizendo que a amo. Ela está fraca e muito magra. Eu era muito próxima dela.”

“Como você se sente?”, perguntei.

Giorgio disse:

“Sinto-me muito, muito triste. Percebo que ela tinha toda a razão ao dizer que a vida é muito difícil.”

Naquela vida como Anash, Giorgio precisava aprender que a visão da vida apenas como uma luta não era verdadeira, mas a única maneira de encarar a vida. Na presente reencarnação, ele continuou a acreditar nisso. Mas a vida não é apenas dor e sofrimento, mudanças inesperadas e imprevisíveis podem ocorrer. Essa lição é muito importante para Giorgio e também para sua mãe. Ela continua a acreditar firmemente que a vida é apenas uma luta, e por isso cada problema em sua vida confirma essa percepção. A vida é cheia de possibilidades. Milagres acontecem, e tanto Giorgio quanto sua mãe precisavam saber disso.

Na vida presente, Giorgio cresceu ouvindo de sua mãe o mesmo que ela lhe ensinou na vida passada, quando ele se chamava Anash. Antes da regressão, Giorgio se referia à vida como uma árdua luta pela sobrevivência. A crença de que a vida é um campo de batalhas refletiu-se em todas as facetas de sua existência: sua carreira, suas finanças, seus relacionamentos e até sua expressão criativa como artista.

Depois da nossa sessão, Giorgio optou por mudar. Percebeu que as circunstâncias que possibilitaram a crença na vida de Anash não existiam na vida como Giorgio, e que ele agora é uma pessoa diferente. Não havia necessidade de ser negativo ou de achar que iria perder o controle da situação. Entendeu que não precisava perceber o mundo através dos olhos da mãe. Escolheu ser grato

por tudo de bom que a vida lhe dera, em vez de focar apenas no que estava errado. Giorgio decidiu enxergar a vida como um maravilhoso desabrochar de possibilidades e bênçãos.

Já se passou mais de um ano desde a nossa regressão, e observei que a mudança em Giorgio é permanente. A compreensão que lhe trouxe nossa sessão libertou-o da necessidade de recriar uma luta constante em sua vida. Agora ele sabe que a vida é cheia de possibilidades e que milagres realmente acontecem.

*Mira Kelley*



Na introdução deste capítulo, eu disse que a forma de os adultos encararem os fatos tem origem naquilo que foi transmitido na infância, e que é engolido sem ser examinado. O relato de Giorgio oferece um excelente exemplo de como essas primeiras crenças e pressuposições podem ser distorcidas, ou mesmo falsas. As novas visões dos fatos podem parecer estranhas no início, porque não são familiares, mas, com tempo e paciência, a verdade prevalece. Com bastante cuidado, Mira guiou Giorgio até um nível mais alto de consciência. Como resultado, a vida dele se tornou muito mais gratificante e feliz.

Não são apenas Giorgio e sua mãe que acreditavam, em suas vidas presentes e passadas, que a vida é difícil. Durante todos estes anos, muitos leitores e participantes de seminários me perguntaram por que estamos aqui nessa difícil dimensão física. Por que não ficamos do outro lado, nas dimensões divinas, e aprendemos lá, sem o fardo e a dor da existência física?

Essa é uma questão complicada, pois envolve uma perspectiva espiritual muito mais elevada. É como tentar decifrar a mente de Deus. Minha resposta é incompleta, mas pode ajudar algumas pessoas.

Comparo a existência física ao nosso primeiro dia no jardim de infância, quando precisamos deixar o conforto de casa e ir à escola, para começar uma jornada estressante durante vários anos em salas de aula. Um aluno do jardim de infância poderia perguntar: “Por que preciso disso? Por que não posso ficar em casa e aprender lá? Quem precisa de escola? Eu estava perfeitamente feliz em casa. Não quero ficar aqui!”

Essa criança não tem condições de apreciar o objetivo e o valor de uma boa escola: educar, aprender muitas coisas, preparar-se para uma carreira, uma função na sociedade, ganhar a vida, interagir com seus companheiros, e assim por diante. A criança não entende que a vida vai mudar, os pais vão envelhecer,

vão se aposentar ou mudar de casa. Tudo muda.

Nós somos como os alunos do jardim de infância. Não entendemos completamente por que estamos nesta escola física sobre a Terra, mas a realidade é que aqui estamos, sejam quais forem as razões. E precisamos saber tirar o maior proveito dessa experiência, aprendendo as lições espirituais, para depois, como um aluno que volta para casa depois de um longo dia na escola, também voltarmos ao nosso verdadeiro lar.



## ENCONTRANDO A PAZ

Meu marido e eu participamos de um seminário em Los Angeles. Nossa decisão foi tomada à última hora, por causa de um sonho. Alguns dias antes da viagem sonhei que o Dr. Brian Weiss apertava a minha mão e dizia algo em meu ouvido. Levei algum tempo para entender suas palavras, mas quando ele apertou a mão de meu marido finalmente entendi o que era. Ele disse que eu não possuo filhos na vida atual porque, como perdi dois filhos em duas de minhas vidas anteriores, tenho medo de ter filhos agora. Esse sonho ficou me perturbando, porque eu *não* tenho medo de ter filhos. Fiquei cansada de tentar engravidar e resolvi deixar a natureza agir. Mas o sonho me fez pensar que eu precisava descobrir mais sobre aquilo!

Durante a parte da manhã, no seminário sobre regressão a vidas passadas, a imagem de uma mulher branca que vivia nas montanhas com o marido e o filho me veio à mente. No final, quando o Dr. Weiss perguntou que lições deveriam ser aprendidas com a vida passada, fui invadida por uma sensação de alegria e paz. Então concluí que, não importa a vida que eu tenha, eu preciso ser feliz, serena, paciente e generosa. Se eu aprender todas as grandes lições que a vida, os livros e o budismo me oferecem, estarei bem, e não haverá problema se eu não tiver filhos. Trabalho com crianças todos os dias, já que sou odontopediatra, e isso me deixa imensamente alegre. Obrigada por me permitir descobrir essa mensagem.

*Michelle Lin*



A história de Michelle é breve, mas poderosa. O final ainda pode ser escrito. Tenho a certeza de que ela deu à luz centenas, talvez milhares de crianças durante suas muitas vidas. Na vida atual, ela cuida de crianças todos os dias. As descobertas e os tesouros da sabedoria espiritual que ela recebeu na regressão e depois dela são comoventes. É uma bênção ser capaz de entender verdadeiramente que a compaixão, a paciência e a generosidade são guias de nossas vidas, e que o crescimento dessas virtudes é uma etapa da nossa libertação. Michelle entendeu isso em um nível profundo. Agora, ela sabe.

Durante estes anos de trabalho, recebi muitas pacientes com problemas ligados à fertilidade. Algumas conseguiram conceber depois que um bloqueio proveniente de uma vida passada (como o medo de perder um filho outra vez) foi removido, ou depois que a tensão foi reduzida pela aceitação e o entendimento. Se Michelle continuar a viver com alegria e paz, feliz com o que tem, suas chances de engravidar crescerão consideravelmente.

As duas histórias seguintes expandem essa ideia.



## A ÚLTIMA CHANCE

Há alguns anos, Brian estava ministrando um seminário em um amplo auditório na Flórida. Chegamos cedo e fui para a última fila, esperando o início da sessão. Logo chegou uma jovem trazendo uma linda criança em um carrinho e sentou-se perto de mim. Acho os bebês cativantes, amo o cheiro, a pele macia, os cabelos e o sorriso deles. Eles sempre me lembram do tempo maravilhoso em que meus filhos, agora adultos, tinham essa idade.

A jovem mãe e eu começamos a conversar sobre a menina, e eu me apresentei. Ao perceber que eu era a esposa de Brian, ela perguntou: “Você sabe que seu marido é o responsável pelo nascimento de minha filha?”

Contou-me então que, logo após o casamento, ela e o marido decidiram começar uma família. Mas como os meses se passaram e ela não engravidava, consultaram especialistas em fertilização. Mesmo assim, não tiveram sucesso. Ela passou por inúmeros tratamentos e por procedimentos bastante invasivos, dolorosos e constrangedores, mas todos os meses o casal se frustrava. No caminho para mais uma consulta com um especialista, ela decidiu que, se o procedimento não funcionasse, pararia de tentar. Estava cansada.

Enquanto esperava na sala do médico, veio-lhe à mente que lera em *Muitas*

*vidas, muitos mestres* que as almas escolhem seus pais e lembrou-se de que as almas podem ser de membros da família já falecidos. Diante das outras pacientes na sala de espera, ela olhou para o teto e disse: “Muito bem. Se qualquer um de vocês quiser voltar, essa é a sua última chance comigo!”

Talvez alguém estivesse ouvindo. O procedimento foi um sucesso e nove meses mais tarde aquela linda menina nasceu.

*Carole Weiss*



Posso ter sido parcialmente responsável pelo nascimento daquele bebê, mas, pessoalmente, já dei à luz várias crianças. Já fui homem e mulher em minhas múltiplas encarnações. Já fui de todas as raças, de todas as religiões, de todas as nacionalidades. O mesmo aconteceu com cada um de nós, porque não somos os nossos corpos. Eles são meras habitações temporárias. Somos almas que se movem de uma vida a outra aprendendo a descobrir e desenvolver nossa verdadeira natureza espiritual aqui na Terra.

Essa mudança de perspectiva – deixar de identificar-se com o corpo para identificar-se com a alma – é um passo fundamental em nossa jornada. Conhecer a nossa verdadeira natureza ao mesmo tempo nos liberta e cura. Se não temos essa consciência, ficamos extremamente vulneráveis aos eventos e problemas do dia a dia. Mas, no nível da alma, nossa calma profunda não é afetada pelas crises diárias ou por conflitos externos. Uma perspectiva mais ampla permite que a paz prevaleça e que nossos corações permaneçam abertos e amorosos.

Jennifer, cuja história vem a seguir, descobriu essa perspectiva, no consultório de uma massoterapeuta, quando, um dia, se deu conta de que vinha, inconscientemente, se identificando com um corpo que fora seu havia muitos anos. Essa identificação se manifestou fisicamente como uma cicatriz e psicologicamente como um medo de começar uma família. A mudança de perspectiva libertou-a para vivenciar as alegrias da maternidade, tal como aconteceu com a jovem na história de Carole e como também pode logo acontecer com Michele.



CICATRIZES DA TRISTEZA

Acho que há um provérbio budista que diz: “Quando o aluno está pronto, o professor aparece.” Em novembro de 2004, eu estava em uma livraria, procurando um livro para ler durante um longo voo para Las Vegas quando chamou a minha atenção o mais novo lançamento do Dr. Weiss. Comecei a ler assim que o avião decolou e não parei até que pousamos em Vegas, cinco horas depois. Por algum motivo, esse livro me tocou de uma maneira diferente. Acho que foi o momento; eu estava pronta para ouvir as mensagens e para começar a aplicá-las na minha vida.

Sou assistente social clínica e estava ansiosa para aprender mais sobre como utilizar a regressão a vidas passadas como instrumento terapêutico com meus pacientes. Para minha total surpresa, li que o Dr. Weiss daria uma palestra na Feira de Livros de Miami alguns dias mais tarde. Fui à palestra e na hora dos autógrafos falei-lhe da impressão que seu livro me deixara e perguntei como poderia aprender mais. O Dr. Weiss gentilmente me incentivou a participar de seu treinamento profissional em Austin, no Texas, no ano seguinte. Particpei do treinamento de uma semana e comecei a utilizar as técnicas logo em seguida.

Embora tivesse lido vários livros sobre regressão a vidas passadas, participado de numerosos seminários e assistido a várias práticas, eu nunca experimentara uma regressão. Tinha sensações e, algumas vezes, experiências olfativas, mas as imagens e sensações nunca se desenvolviam completamente. Minha primeira experiência real com vidas passadas aconteceu durante o que, na época, pensei ser um tratamento de massagem para uma disfunção da articulação temporomandibular (ATM).

Meu marido sofrera um acidente de automóvel e lhe indicaram um tratamento com uma massoterapeuta. Depois da primeira sessão, ele me estimulou a conhecer a massagista, que era especializada em tratamento de ATM. Eu sofria desse problema havia vários anos, e os sintomas estavam começando a piorar.

Cerca de meia hora após o início da massagem senti-me completamente relaxada e comecei a ter visões que não faziam o menor sentido para mim. Em seguida, percebi que a terapeuta não estava mais trabalhando em minha mandíbula, mas que suas mãos flutuavam sobre a minha cabeça. Mais tarde, eu viria a saber que ela estava usando uma técnica denominada liberação somatoterápica.

“O que você está sentindo?”, ela perguntou.

Fiquei constrangida e respondi:

“Nada.”

“Tem certeza?”

“Sim”, respondi. Mas, intrigada pelas visualizações e pelas perguntas, indaguei:

“Por que você está perguntando?”

“Gostaria que você descrevesse tudo o que está vendo, por mais tolo que pareça”, ela disse.

*Muito tolo*, foi o que pensei, mas resolvi contar o que via. No início, as visões chegavam aos pedaços, mas logo se tornaram consistentes.

A primeira imagem foi de um oceano, com um navio a distância. No navio havia vários homens que pareciam vikings. O navio foi se afastando, e percebi que tinham me deixado sozinha em uma ilha deserta. O fato se passara há cerca de mil anos, e a sensação era obscura e lúgubre. Naquele exato instante senti minha barriga e percebi que estava grávida de pelo menos seis meses.

Então percebi quem me engravidara naquela vida: meu próprio pai. Ele era um dos vikings no navio e tinha me abandonado naquela ilha. Eu era apenas uma menina. Fui invadida por emoções sufocantes: vergonha, solidão, tristeza, raiva e, principalmente, desespero. Movida por esses sentimentos, peguei uma espada e a enfiei na barriga, no lado direito inferior. Minha intenção era matar a criança, mas acho que também me matei.

Minha lembrança seguinte foi dar à luz, completamente sozinha, naquela ilha. A criança estava morta.

Emergi dessa experiência sem saber como terminou a vida daquela menina que eu era, mas ficou claro que tinha sido uma lembrança nítida de uma vida passada. A primeira coisa que fiz foi tocar a área onde a espada entrara em minha barriga. Era o local exato onde, sem explicação, tinha se desenvolvido seis meses antes uma irritação cutânea que deixara uma cicatriz de mais de 7 centímetros de largura e 2,5 centímetros de comprimento. Eu já consultara vários médicos, mas nenhum fora capaz de identificar o que era ou de onde viera aquela marca que não desaparecia com nenhum tratamento. O último médico que visitei disse que, se não desaparecesse em um mês, teriam de fazer uma biópsia.

Chegando em casa, contei a experiência para meu marido. Mas quando tirei a roupa para mostrar-lhe a cicatriz no lugar onde a espada penetrara na vida passada, ela tinha diminuído significativamente. Na manhã seguinte, tinha desaparecido. E nunca mais voltou.

O mais importante talvez tenha sido o fato de que, naquele momento, eu e meu marido planejávamos ter um filho. Estávamos casados há bastante tempo e

tínhamos discutido essa possibilidade, mas eu nunca me sentia pronta para assumir a gravidez. Temia que algo fosse dar errado com o bebê, que ele não me amasse e que meu marido me abandonasse quando a criança nascesse, embora ele nunca tivesse me dado motivos para pensar daquela forma. Mas agora entendo de onde vinham as minhas preocupações: eu as carregava havia milhares de anos. Percebi que não precisava mais guardar cicatrizes daquela existência; na verdade, quando descobri a origem, elas desapareceram. Hoje, somos pais felizes e orgulhosos de uma linda menina.

*Jennifer Williams*



Essas histórias não apenas revelam temas de vidas passadas, mas também demonstram quanto subestimamos o poder e os limites da mente humana. A história de Jennifer contém muitos desses elementos de expansão da consciência: por exemplo, a cicatriz aparecendo e desaparecendo no mesmo local onde houve uma ferida em uma vida passada. Como já mencionei, os pesquisadores documentaram amplamente fenômenos semelhantes em crianças que apresentam marcas de nascença significativas no lugar onde traumas de vidas passadas aconteceram.

Não precisamos continuar a transportar de uma vida para a outra os medos e os sintomas que pesam sobre nossos ombros há milhares de anos. Descobrir e compreender suas raízes nos liberta de antigos fardos. Eles não precisam nos causar cicatrizes eternas.

Carma não é castigo, mas uma oportunidade de crescimento. Os vikings da vida passada de Jenny terão de pagar-lhe por tê-la deixado morrer naquela ilha deserta. Eles precisarão entender, no mais profundo nível, que matar é errado e que a vida deve ser promovida, não tirada. Eles terão vidas futuras nas quais a lição básica será aprendida por meio de suas próprias experiências. E se essas experiências forem difíceis e dolorosas, não serão uma vingança ou castigo, mas apenas o caminho que leva ao aprendizado de uma lição de não violência.

As conexões cármicas se repetem por todas as vidas, quando relacionamentos são restabelecidos, expandidos e cumpridos. Nossos entes queridos viajam conosco através do tempo. Aprendemos nossas lições juntos. Algumas vezes, eles nos ensinam; em outras, somos nós que lhe ensinamos. A Terra é a nossa escola, e somos tanto alunos quanto professores. Ao lembrar nossas vidas passadas juntos compreendemos melhor o papel que cada um desempenhou para o outro.

A qualidade dos relacionamentos é aprofundada e nos tornamos muito mais pacientes e tolerantes.

O entendimento nos permite entrar no coração e na mente de outras pessoas. Essa é a verdadeira empatia. Sabemos a origem de seus medos, de suas esperanças e de seus comportamentos. Ao enxergar tudo isso, não julgamos suas atitudes de maneira pessoal. Conseguimos compreender e ter compaixão.

“O entendimento é a base do amor”, escreveu o monge Zen Thích Nhất Hạnh. A história seguinte, de Christy e seu filho, Austin, ilustra ricamente essa lição.



## ENFRENTANDO O DESAFIO

Na vida atual, tive de enfrentar uma série de desafios. Ela deve ser um período de aprendizado extraordinário para mim, que tento aceitar com alegria e benevolência. Tenho um filho que sofre de uma doença rara, jamais descrita na literatura médica. Crianças com sintomas semelhantes não sobreviveram. Isso quer dizer que ele é o pioneiro de uma “síndrome”, se assim quisermos chamá-la, pois não há nada na literatura em que se basear em relação às suas habilidades futuras.

O maior desafio de meu filho, além de ter uma perda auditiva, é sua dificuldade de movimento e suas habilidades motoras. Ao nascer, ele não conseguia sequer virar a cabeça de um lado para outro. Precisou de óculos assim que foi capaz de usá-los. Tem dificuldade para ouvir, falar e comer. Com nove semanas de vida, parou de respirar por causa de uma bronquite e, provavelmente, de aspiração durante a alimentação. Felizmente, sou enfermeira ligada à área de anestesia e sei como dar suporte às vias respiratórias. (Isso, tenho certeza, foi planejado.) Austin está em tratamento desde os seis dias de vida. Vamos à terapia de quatro a sete vezes por semana, e aprendi e ensinei a toda a minha família a linguagem dos sinais. Austin, agora, consegue correr um pouco, faz sinais maravilhosamente e tem um vocabulário audível de cinquenta palavras. Há um longo caminho a percorrer, mas estamos indo na direção certa. Ele é um dos meus maiores professores nesta vida e, ao mesmo tempo, origem das minhas maiores dores.

Tive uma experiência impressionante em sua palestra em Tampa, durante a primeira regressão. Fui levada a um tempo de diligências e vestimentas antigas.

As roupas eram esfarrapadas e pareciam feitas de aniagem. Eu caminhava por uma montanha; havia muitas outras pessoas, mas não juntas. Eu não parecia saber aonde íamos, e não havia nenhum sentimento de comunidade. Eu estava procurando alguém que tinha fugido. Quando cheguei ao topo da montanha vi uma carroça, sem nenhum cavalo, que tinha deslizado e parado em uma enorme rocha. As pessoas corriam na direção dela – eu não as conhecia –, mas meu coração doeu quando vi que era o meu filhinho que estava ferido. Era o mesmo filho desta vida; a aparência era diferente, mas o espírito era o mesmo. O menino estava sob a carroça, chorando, e ninguém conseguia tirá-lo de lá. Eu só podia ver suas pernas. Muitas pessoas tentavam levantar a carroça, mas ela estava escorregando ladeira abaixo, e tiveram de empurrá-la de volta para cima. Finalmente, conseguiram tirar meu filho de lá e eu pude vê-lo brevemente, mas ele foi levado para longe de mim por aqueles desconhecidos. Estavam tentando ajudar, mas não me escutavam.

Tempos depois, eu estava em um local diferente, para onde tinham levado meu filho. Era um edifício meio alaranjado, de um só andar, feito de barro ou adobe: um hospital. Fiquei parada na porta, mas não pude entrar. Ele morreu ali. Sei que ele queria que eu estivesse ao seu lado, e eu queria estar ao lado dele; não sei por que não entrei. Ele morreu cercado de estranhos, chorando, e eu nunca superei o fato de não ter conseguido estar ao seu lado.

Só posso entender que recebi uma segunda chance em relação a essa vivência. Não consegui proteger meu filho naquela vida passada. Não falei alto o bastante, não o defendi. Fiz o que me mandaram, sem questionar, embora precisasse estar com ele e ele comigo. Não tínhamos mais ninguém. Na vida atual, tornei-me uma profissional de enfermagem. Austin passou por mais de 200 consultas médicas e terapêuticas em seus dois primeiros anos de vida, e em todas as vezes estive ao seu lado. Agora compreendo por que tenho tanto medo de que as pessoas o toquem, e por que não permito que ele passe por algum procedimento ou terapia se eu não estiver presente. Na regressão, ele morreu aos quatro anos, devido a ferimentos na perna e perda de sangue. Na vida presente, ele tinha quase a mesma idade quando começou a caminhar com independência. Criei uma escola sem fins lucrativos, a Halo – Hope, Achieve, Learn, Overcome Academy (Academia Espere, Alcance, Aprenda e Supere) para crianças deficientes, onde elas podem fazer terapia e aprender a linguagem de sinais.

A história toda, do começo ao fim, está completamente conectada e foi uma experiência extraordinária, uma enorme bênção que mudou toda a minha vida. A profundidade do conhecimento que ganhei tem sido maravilhosa.



Christy é uma aluna que está no nível de graduação nessa grande escola terrena. Ela irradia amor e dedicação para Austin e para muitos outros. Sua vida passada na época das diligências ajudou-a a preparar-se para os desafios da vida presente. Ela foi uma ótima aluna.

E é preciso tomar consciência de que as pessoas que se sentam perto de você nesses seminários não estão ali por acaso. Há uma orientação divina, um processo perfeito, que está sempre em funcionamento. Raramente se trata de coincidência, embora possamos não compreender o seu significado ou objetivo no momento. Não importa que rotulemos esses acontecimentos de destino, sincronicidade, graça, campo de força ou qualquer outro nome. Eles não são acidentais. Parece haver um motivo para tudo, e com tempo e reflexão o significado acaba emergindo.

Algumas vezes, uma alma desenvolvida encarna em um corpo físico para nos ensinar importantes lições. Austin fez isso. Seu nascimento, repleto de graves dificuldades de desenvolvimento, ofereceu a oportunidade para Christy tornar-se mestre em amor e compaixão. Seu amor é incondicional. Ela não pede nada em troca. Sua compaixão é universal, a Academia Halo oferece a mais pura ajuda a inúmeras crianças, não apenas ao seu próprio filho.

Muitas vezes me perguntaram por que almas evoluídas escolheriam assumir um corpo com uma condição dolorosa e debilitante. Essa questão é, com frequência, colocada por um parente de alguém que sofra de autismo, esquizofrenia ou qualquer outro tipo de grave desordem mental, pessoas com paralisia cerebral ou outro tipo de debilidade muscular, pois as famílias são testemunhas de como é difícil a vida para essas pessoas. É muito comum considerarem essas condições físicas punições cármicas. Mas, como escrevi anteriormente, o carma não é uma punição; é apenas um meio de aprender e crescer. Muitas almas, em especial as mais evoluídas, como as de Austin, optam por reencarnar em um estado de debilidade, para aprender como é essa experiência. Elas podem ter vivido outras vidas nas quais cuidavam dos deficientes, mas agora vão aprender o que é receber amor. Essa decisão também é tomada para dar a outros a oportunidade de expressar amor. Uma pessoa com autismo precisará ser alimentada e cuidada, e isso oferece aos que a cercam a oportunidade de manifestar carinho e compaixão. Assim, a deficiência não é

resultado de punição ou carma, mas um desejo enorme e generoso de ajudar outras almas a progredirem em seus caminhos espirituais.

Seres que possuem sabedoria e amor estão sempre perto de nós. Podemos não reconhecê-los a princípio, nem enxergá-los como professores. Nossa mente racional questiona: “O que esse pequeno bebê pode *me* ensinar?”

Nosso coração já sabe.

Assim como no caso de Christy e Austin, o nascimento de uma criança pode oferecer uma educação rica nessa escola da vida, mas a perda de uma criança pode ser também uma professora poderosa e devastadora. A história que se segue explora essa ideia mais a fundo.



## EM BUSCA DO SUCESSO

Uma de minhas pacientes, chamada Anna Silvernail Sweat, experimentou essa regressão em 2008. Ela continua usufruindo os resultados desse trabalho. Pedi que ela contasse a história, e eis o seu relato:

Passei muitos anos sentindo que sabotava meu próprio sucesso, desistindo ou abrindo mão de uma posição ou de um relacionamento assim que começavam a dar certo. Perturbada com essa tendência, decidi tentar uma regressão a vidas passadas para verificar se essa questão fora herdada de outra vida.

Como eu ainda não tinha me submetido a nenhuma regressão a vidas passadas e encarava a reencarnação com um certo ceticismo, participei de uma sessão em grupo com alguma curiosidade, mas poucas expectativas. Quando me pediram para escrever sobre o meu objetivo para aquela jornada, reafirmei minha determinação de descobrir por que eu sempre fugia ao atingir algum tipo de realização.

Sentindo-me relaxada e à vontade, explorei uma vida em que eu era Sarah, uma viúva, dona de terras na Inglaterra rural do século XVII. Tinha três filhos, o rapaz mais velho e duas gêmeas idênticas. Era claro para mim que eu era mais próxima do meu filho, que me ajudava a manter o pouco de terra que o pai deixara de herança. Meu único propósito era manter nossa independência como família, sem perder a terra e permanecendo juntos. Era uma vida difícil, cheia de trabalho, mas fui bem-sucedida e tinha orgulho das minhas conquistas, um feito raro para qualquer mulher sem marido naqueles tempos. Mas, inesperadamente,

meu filho foi morto em uma batalha. Ele só tinha 18 anos. Pude me ver em seu velório, completamente arrasada pela perda. Eu sabia que ele não podia ter morrido em uma guerra ocorrida em terras estranhas, já que seu corpo me fora devolvido. Além disso, eu tinha a clara sensação de que ele não se alistara voluntariamente, mas que havia sido forçado de alguma maneira.

Foi o maior dos fracassos. Eu tinha trabalhado tanto, durante todos aqueles anos, para manter a propriedade e dar aos meus filhos uma vida de liberdade e de relativo conforto. Incapaz de proteger meu filho da guerra, eu tinha perdido não apenas meu bem precioso, mas também a única ajuda com a qual podia contar em nossas funções na fazenda.

Quando penetrei mais fundo naquela vida, vi que, apesar das adversidades, continuei a trabalhar na terra, guardando-a para minhas filhas, que permaneceram ali após a minha morte. Mas nunca mais fui a mesma e morri sentindo que os grandes sacrifícios que fizera, todos os sofrimentos que enfrentara, tinham sido em vão, porque, afinal, eu fora incapaz de proteger meu filho.

No fim da sessão eu me senti muito comovida e triste por uma perda que ocorrera havia centenas de anos. Em busca de respostas, fiz algumas pesquisas na internet. Eu não sabia nada sobre guerras ocorridas em solo britânico durante o tempo em que aquela vida ocorrera. Fiquei surpresa ao descobrir que houve uma série de três guerras civis entre o meio e o fim dos anos 1600. Muitos dos soldados alistados em ambos os lados foram forçados a servir por seus patrões, pelos nobres e por oficiais militares. Percebi naquele instante que meu filho daquela existência tinha sido recrutado a contragosto. Embora fôssemos proprietários de terra, não éramos uma família rica ou importante; portanto, meu filho era exatamente o tipo de pessoa que o exército estaria buscando, alguém cuja falta não seria sentida por muitas pessoas, alguém cuja família não conseguiria impedir sua convocação.

No fim, percebi que a tragédia daquela existência me acompanhara durante novas encarnações, deixando em mim a sensação constante de que, por mais que eu trabalhasse e por mais sucesso que alcançasse, o fracasso era inevitável, porque havia sempre fatores incontrolláveis e consequências imprevisíveis. O extremo sofrimento de Sarah continuava presente. Ao tomar consciência disso, fui capaz de me desprender do desamparo de Sarah e de assumir meu sucesso pessoal na vida presente. E mais, consegui reconhecer minha filha mais velha na vida atual como a gêmea que se casou e constituiu família; o filho dela naquela vida (meu neto) era, de fato, meu filho na vida presente. Entendi que a

necessidade de atenção e de aprovação de meu filho e de minha filha nesta vida vinha da sua experiência comigo na vida de Sarah. Abalada demais pela dor e desilusão, ela nunca foi capaz de estabelecer com seus filhos e netos uma ligação tão intensa quanto a que estabelecera com o filho morto na guerra.

Hoje, trabalho para realizar meus sonhos, viajando para a Irlanda, publicando meu primeiro romance e usufruindo de um relacionamento afetivo com meus três filhos. Sou grata pela coragem e senso de ética de Sarah, mas sou ainda mais grata pela oportunidade de relaxar e aproveitar minhas conquistas – algo que jamais experimentara. Saber que o passado ainda me assombrava me permitiu fazer um esforço deliberado de superação, identificar meu medo do sucesso e desapegar-me da dor de Sarah enterrada com o filho na Inglaterra.

*Melanie Harrell*



Anna, a paciente de Melanie, conseguiu superar a dor dos tempos da velha Inglaterra, removendo os bloqueios e libertando-se para escrever, ser bem-sucedida e estabelecer relacionamentos amorosos. Ela também foi capaz de reconhecer várias das almas reencarnadas daquela vida passada, o que a fez compreender seus medos e necessidades atuais. Nós viajamos através do tempo com muitas das mesmas almas que, com frequência, reencarnam em diferentes relacionamentos: como no caso de Anna, um neto retornando como filho. Padrões de comportamento são trazidos e repetidos na vida presente. Através do reconhecimento e do entendimento, os padrões negativos de relacionamento podem ser reparados e melhorados.

Anna foi sábia ao procurar Melanie, uma terapeuta, para descobrir por que lutava contra o próprio sucesso. Durante anos, sobretudo em minha prática psiquiátrica, observei várias pessoas que se sentiam fracassadas por não terem atingido um objetivo que, assim sentiam, as tornaria pessoas de “sucesso”. O objetivo podia ser financeiro, afetivo, um sonho da infância ou qualquer coisa que não tivessem alcançado. Também tratei muitos presidentes de empresas e organizações, atores e atrizes, celebridades esportivas e outros indivíduos considerados bem-sucedidos e que, mesmo assim, sentiam-se descontentes, insatisfeitos ou tristes.

A infelicidade por não alcançar determinados objetivos resulta dos padrões e expectativas impostas pelos pais, comunidades e culturas. Nós somos almas, não robôs! Estamos aqui para aprender sobre amor, compaixão e bondade. O sucesso

deve ser medido por essas qualidades. Estamos nos tornando seres mais generosos e solidários? Se estivermos, somos bem-sucedidos, porque essas são verdades espirituais.

Com pacientes que obtiveram grande sucesso profissional e ainda se sentem infelizes, trabalhamos com um foco nos valores mais fundamentais: ser uma pessoa melhor e mais gentil. Nesse momento, a visão começa a melhorar. Afinal, é por isso que todos nós estamos aqui. O nosso objetivo na vida não é ser um autor de best-sellers, ter uma carreira financeiramente lucrativa ou ser famoso. O sucesso pode ser usado para ampliar o caminho espiritual e influenciar muitas pessoas, mas ele é apenas um meio, não um fim. Quando você abre o seu coração para o amor, o que é essencial se resolve.

O dinheiro não representa o mal. É apenas um objeto, como qualquer outro. Ele pode ser usado de maneiras dignas e caridosas. Mas nós aprendemos através de relacionamentos, não de coisas. Quando nossos corpos morrem, não levamos nossas posses para o outro lado – que é um lugar de energia e consciência superiores, não um estado físico. Portanto, não podemos levar nossas casas, automóveis, contas de banco, diamantes, títulos, prêmios, status ou quaisquer outros sinais de sucesso. Essas coisas são temporárias. O que existe para sempre, o que carregamos conosco quando seguimos em frente, é um coração amoroso. E, uma vez conquistado, ele nunca mais pode ser perdido.

Na próxima história, Brooke nos fala sobre o que ela trouxe consigo para a vida presente: um medo de ficar sozinha, de dois mil anos de idade.



## RELAXE E SE SOLTE

Eu estava participando de uma série de seminários em um cruzeiro, em 2011. Minha cura profunda veio durante a atividade em grupo.

Embora eu seja uma médica muito bem-sucedida, de 40 e poucos anos, sempre fui obcecada pela ideia de me casar. Era uma questão de vida ou morte: eu costumava sentir que morreria se não me casasse. Como era de se esperar, tamanha intensidade afastava e assustava possíveis candidatos.

Durante a regressão, eu me vi no século I d.C., onde hoje é o Afeganistão ou o Paquistão, embrulhada em uma lona azul. Quando o Dr. Weiss pediu que tomássemos consciência dos nossos pés, de repente percebi que não conseguia sentir os meus. Eles eram apenas ossos, e eu estava paralisada da cintura para

baixo. Eu era uma excluída da minha tribo, que havia me abandonado e me mandara esmolar na rua. Sofri muito. Morri no frio, completamente sozinha.

Enquanto flutuava para fora do meu corpo, comecei a gritar para a imagem de Jesus que estava comigo: “Isso não é justo! Ninguém deveria ter de viver assim.” Jesus pediu que eu me acalmasse e me trouxe mensagens sobre aquela vida. Disse também que eu não ia morrer sozinha outra vez e que deveria me curar daquele medo, pois ele pertencia ao passado.

Depois que saí do estado de hipnose, nunca mais me senti a mesma. A ansiedade e o medo desapareceram. Estou namorando e não sinto qualquer medo do que possa acontecer. Minha melhor amiga, que me acompanhava em um cruzeiro, me lembrou que, quando estava deprimida, eu costumava dizer: “Se eu não encontrar um homem, vou morrer sozinha na rua.” É interessante que eu me referisse inconscientemente a uma vida passada. Não há nenhuma possibilidade de morrer sozinha nesta vida, pois tenho uma família ao meu redor. Mas sempre carreguei dentro de mim aquela dor.

Nunca me senti tão bem. Acredito piamente que fui curada, da mesma forma como alguém se cura de uma fobia de água causada por um trauma de uma vida passada.

*Brooke*



É como se nascêssemos com uma forma de transtorno por estresse pós-traumático (TEPT), mas o estresse vem de uma vida anterior. A pessoa que sofre do TEPT tradicional fica ansiosa quando algo lhe provoca uma lembrança dolorosa e perturbadora. Ela revive o trauma, mesmo que ele pertença ao passado. Por exemplo, o barulho de uma moto pode trazer cenas de um tiroteio à mente de um soldado que acaba de voltar da guerra. Embora esteja em segurança, a milhares de quilômetros das trincheiras, em sua mente ele é transportado de volta ao campo de batalha, lutando para sobreviver. E por que não carregamos também nossas fobias, traumas e medos – assim como nossos afetos, interesses e relacionamentos – de vidas passadas? Ainda que não estejam presentes em nossa vida atual, reagimos como se estivessem. O transtorno por estresse pós-traumático de vidas passadas parece ser bastante real e comum.

A boa notícia é que esse transtorno tem tratamento e o problema pode ser curado com uma pequena dose de terapia de regressão. Em apenas um dia, a fobia milenar de Brooke desapareceu. Livre da tirania de sua obsessão e medo,

sua vida logo melhorou. Todos nós estamos protegidos nos mais altos níveis. Nosso universo é benigno e infinitamente amável. Encontraremos o paraíso sobre a Terra quando nos lembrarmos de nossa verdadeira natureza e unirmos nossos corações e mentes a esse amor incondicional.

A história de Brooke me faz pensar que o importante é nos aproximarmos dos outros com bondade, comunhão de sentimentos e desejo de ajudar, sem nos preocuparmos com as consequências. Tanto faz que eu ajude uma pessoa, dez ou dez milhões. Os resultados estão fora do meu controle e são menos essenciais do que a intenção e a atitude de amor. Isso vale para todos nós, para todas as nossas atitudes.

Mesmo que ninguém mais no grupo de Brooke tivesse alcançado uma experiência de regressão, uma cura ou um conhecimento transformador, o seminário teria sido um sucesso estrondoso. Brooke foi curada – que coisa maravilhosa. Cada um de nós é precioso.

Terri, a autora da nossa próxima história, vivenciou um tipo diferente de “transtorno por estresse pós-traumático de vidas passadas”, no sentido de que sua vida anterior era livre de estresse ou preocupações. Lembrar-se dessa existência prévia e recuperar a alegria sentida nela ajudou-a a trazer mais felicidade e contentamento à sua vida presente.



## A VIDA SIMPLES

No fim de 2008, devido a alguns acontecimentos ocorridos em minha família e em minha vida pessoal, passei alguns dias me sentindo deprimida. Esse não é o meu jeito de ser, mas eu estava refletindo sobre tudo o que havia enfrentado: uma discussão áspera com um de meus filhos, o divórcio de outro, a morte de meu pai depois de uma longa luta contra o câncer e o fato de eu mesma ter ficado bastante doente. Por algum motivo, durante esse período, o fato de morar sozinha e trabalhar como secretária me perturbava muito.

Em maio de 2009, fui a San Diego e participei da conferência I Can Do It!, onde assisti a uma aula do Dr. Brian Weiss. Comprei seus CDs de regressão e poucas semanas depois tive uma experiência surpreendente ao ouvir um deles.

Quando voltei de San Diego, criei o hábito de me deitar na cama, durante uma tarde silenciosa, e botar para tocar um dos CDs. Um dia em que estava me sentindo especialmente triste e deprimida, resolvi ouvir um CD. Sentia-me tão

triste, que comecei a chorar. Quando o choro parou, comecei a ouvir com mais atenção a voz de Brian me levando a um mergulho mais profundo. Lembrei-me de uma maravilhosa vida passada, em Chicago. Na verdade, quando meu marido e eu visitamos aquela cidade dois anos antes contra minha expectativa, eu me senti à vontade ali e gostei muito do lugar.

Durante a regressão, eu me vi nos anos 1940, como uma mulher jovem, de vinte ou trinta anos, cujo nome era Jenny. Eu era solteira, magra, linda e tinha uma profissão. Fora promovida a secretária executiva da vice-presidência e, em seguida, da presidência da empresa, uma enorme seguradora situada em um moderno edifício. Embora não estivesse interessada em casar-me e ser mãe, eu me sentia extremamente feliz e satisfeita com a minha vida. Não havia o desejo de constituir família, e eu gostava da minha própria companhia, além de ter várias boas amigas. Não possuía e nem precisava de um carro, pois morava no mesmo quarteirão do escritório onde trabalhava.

Amei a minha vida como Jenny. Era tão feliz e livre, sem qualquer estresse. Eu caminhava no parque ao longo do Lago de Michigan, alimentava os pássaros com farelo de pão e depois ia fazer compras no mercado da esquina. Meu apartamento era pequeno, mas limpo, confortável e espaçoso. Cada promoção me fazia mudar para um lugar maior.

Sinto falta de minha vida como Jenny – *minha* vida. Talvez Jenny tivesse morrido muito jovem, e o que eu sentia, além de saudade, era a falta de ter completado aquela existência. A vida como Jenny foi a chave que me libertou de minha atual depressão e de meus problemas. Acredito que desejei divorciar-me porque sentia minha alma incrivelmente completa quando eu era Jenny. Um dia depois da regressão, eu já estava muito mais feliz do que no dia anterior e imaginei que isso se devia ao fato de ter compreendido por que eu desejava tanto viver sozinha, embora tivesse optado por me casar e ter filhos nesta encarnação. Seis meses depois da regressão, notei que a obsessão que eu sentira antes de experimentar minha vida como Jenny tinha desaparecido sem que eu percebesse. Eu não estava mais preocupada por viver sozinha e trabalhar como secretária. Tudo isso desapareceu da minha mente, e o resultado é que sou capaz de seguir com a minha vida e ser muito mais feliz.

*Terri*



A confirmação das experiências de vidas passadas muitas vezes está no

desaparecimento dos sintomas. O simples fato de fantasiar sobre uma vida mais simples não removeria tamanha tristeza e obsessão. Mas uma lembrança verdadeira tem esse poder curativo – e foi o que aconteceu. A tristeza de Terri acabou, e ela conseguiu retomar sua vida presente com mais paz e alegria, apesar de todos os problemas que pode enfrentar.

O entendimento acontece em vários níveis, não apenas no consciente. O entendimento no nível inconsciente tem o mesmo poder. Nossa mente mais profunda observa os dramas de nossas vidas passadas e constata: “Ah, é daí que vem essa obsessão, ou medo, ou afinidade, ou talento, ou atração, ou sintoma. Entendi. Vou me desapegar dele.” E, assim, somos curados.

A experiência nos ensina uma lição sobre a natureza temporária das emoções. Estar consciente das causas que levam os sentimentos negativos a aflorar e conseguir determinar suas raízes fazem com que se dissolvam com rapidez. Algumas vezes eles são causados por acontecimentos e circunstâncias na vida atual. Entretanto, podem ter sido transportados de encarnações anteriores e se manifestam de novo em nossa vida presente.

Perdoar os que nos feriram e abandonar a raiva é difícil, mas você vai se sentir muito mais livre se o fizer. Uma vantagem de envelhecer e acumular experiências é que ficamos mais conscientes de que já vivemos uma situação semelhante. Eu já senti raiva várias vezes, e o sentimento passou. A raiva surge, fica por um tempo e depois vai embora. É como uma nuvem que paira e então desaparece. Todas as nossas emoções se comportam da mesma forma. A tristeza vem e vai. O medo aparece e desaparece. A ansiedade flui e reflui. As frustrações entram e saem. Tudo é transitório.

Saber que tudo passa é, muitas vezes, suficiente para que a cura ocorra. Mas se as emoções ou sintomas continuarem, a exploração de uma vida passada pode nos trazer a cura.

Isso certamente aconteceu com Tom, um homem de meia-idade que participou de um de meus seminários intensivos. Enquanto fazia um exercício de energia, sua parceira sentiu uma queimação no abdome e percebeu que isso tinha a ver com Tom. Quando o exercício terminou, Tom confirmou que aquela impressão estava certa: ele tinha câncer no estômago e, devido aos tratamentos, sobretudo à radiação, sentia uma queimação naquela área. Para todos do grupo, ele parecia extremamente triste.

No segundo dia do seminário, algumas das razões da tristeza de Tom ficaram claras. Ele contou que perdera o filho e, pouco tempo depois, a mulher. O grupo se emocionou, achando que ambos tinham morrido. De fato, o filho estava

morto – mas não a esposa. Ela o abandonara quando o câncer foi diagnosticado. Todos, é claro, entenderam a dor e a tristeza de Tom, mas ninguém entendeu como a mulher pudera abandoná-lo naquela difícil situação.

Não tivemos de esperar muito para saber a razão. Durante a regressão em grupo, Tom descobriu a resposta. Quando emergiu, ele descreveu para o grupo o que tinha experimentado. Notamos que sua expressão estava mais tranquila, como se um enorme fardo tivesse sido retirado de seus ombros. Ele chegou a sorrir.

Tom regredira a uma vida durante a Guerra Civil Americana, em que estava noivo de uma moça, sua esposa na vida atual. A guerra atrapalhou os planos do casal, e eles não puderam se casar. Já no fim da guerra, Tom voltou para casa. Quando finalmente estava ao lado de sua amada, um grupo de soldados inimigos apareceu. Eles atiraram em seu estômago, exatamente na área onde aparecera o câncer atual. Enquanto flutuava em cima de seu corpo, Tom observou sua noiva inconsolável, soluçando sem parar. Ele morreu no colo da noiva, as lágrimas dela caindo em seu rosto.

Ficou evidente para Tom que, na vida presente, sua mulher não o deixara por outra pessoa ou por uma falha sua. Ela simplesmente não conseguia vê-lo morrer uma segunda vez – e talvez houvesse perdas em outras vidas, que ele ainda desconhecia. Naquele instante, Tom conseguiu liberar a sua dor e o seu medo, sua raiva e sua tristeza. E, através desse entendimento, uma tremenda cura ocorreu.

Durante o resto da semana, Tom parecia um homem diferente. Seu humor estava muito melhor. Foi capaz de ajudar outras pessoas. Entendeu que a partida de sua mulher não foi motivada por questões pessoais. Por razões existentes em outras vidas, ela não suportaria perdê-lo outra vez.

E ele também descobriu que era imortal. Na Guerra Civil fora morto como um soldado, e aqui estava ele outra vez, reunido com a mesma mulher, a mesma alma. Ao tomar consciência de que era um ser eterno, compreendeu que seu filho não estava verdadeiramente morto.

A experiência de Tom foi incrivelmente tocante para o grupo. Todos nós entendemos a dor e a tristeza que ele sentia quando chegou e ficamos abismados diante da mudança imediata em seu humor e aparência. Ele foi capaz de perdoar. Tornou-se livre para seguir em frente. Tom tinha esperanças outra vez. Ficamos aliviados por vê-lo vencer aquela crise e soubemos que ficaria bem.

Nós somos almas e estamos conectados uns aos outros. O que acontece a um de nós afeta todos. Quando uma alma recupera a esperança em um nível mais

profundo, todas as outras almas sentem sua esperança renovada.

A capacidade de Tom em livrar-se da raiva me fez lembrar uma parábola que li recentemente sobre dois monges que estavam se preparando para cruzar um rio de forte correnteza. Uma mulher que estava por perto também queria cruzar o rio, mas tinha medo de fazê-lo devido à força da água. Um dos monges, o mais velho, levantou a mulher e colocou-a sobre os ombros; os monges chegaram a salvo ao outro lado do rio. O monge que levou a mulher colocou-a no chão e cada um seguiu seu caminho.

Passado algum tempo, o monge mais jovem disse:

“Não posso acreditar que você carregou aquela mulher de um lado a outro do rio. Você a colocou em seus ombros. Isso vai contra os nossos votos. Não temos permissão para tocar em mulheres. Como você foi capaz de fazer uma coisa dessas?”

O monge mais velho e mais sábio respondeu:

“Eu coloquei a mulher no chão assim que chegamos na outra margem. Você ainda está carregando.”

Refletindo sobre essa história, percebi que fazemos isso todos os dias. Depois que terminamos as nossas tarefas e resolvemos os nossos problemas, nos esquecemos de colocá-los no chão e deixá-los partir. Nós os carregamos até muito mais longe do que o necessário, criando um fardo que só acrescenta peso e fadiga aos nossos ombros e estresse às nossas mentes.

A cura ocorre quando vivemos o momento presente com uma consciência cada vez maior. É claro que isso é difícil e requer prática, mas vale a pena. É importante aprender lições do passado e lembrar delas, mas depois precisamos deixá-las partir. Não precisamos carregá-las além do outro lado do rio.

## CAPÍTULO 4

# Libertando-se da dor emocional

Medos, fobias, ansiedade e outros estados emocionais podem ser tão debilitantes quanto doenças físicas. Assim como os sintomas físicos, as angústias psicológicas muitas vezes têm origem em acontecimentos do passado. Uma vez descobertos, a cura pode ser rápida e relativamente completa. A liberdade e a alegria são reconquistadas.

Nem todos os nossos males estão enraizados em traumas de vidas anteriores. Os acontecimentos da vida atual muitas vezes são os responsáveis ou podem até estar misturados a sementes de vidas passadas. E o estresse do mundo de hoje, excessivamente competitivo e materialista, só faz aumentar o peso de nossos males emocionais. Tristeza e ansiedade nos assaltam porque nos deixamos distrair e sufocar pelos eventos do dia a dia. Estamos constantemente trabalhando e nos relacionando. Além disso, ficamos muito envolvidos com nossas tarefas cotidianas. E, dessa maneira, esquecemos que somos seres espirituais, o que nos leva a um conflito emocional. A nossa natureza é de seres espirituais que devem pensar e se comportar como tais. Mas quando as circunstâncias da vida cotidiana nos desviam do caminho e nos fazem esquecer da nossa real natureza, a dor, as preocupações e o medo se instalam. É aí que a paz interior, a alegria e a felicidade nos abandonam.

Tudo o que precisamos fazer é lembrar: lembrar quem somos e o que somos, pelo que já passamos, de onde viemos, a razão de estarmos aqui. Ao fazer isso, a cura emocional vem naturalmente, como aconteceu com os autores das histórias deste capítulo.

Quando os sintomas emocionais são sanados, nossos amigos e familiares também se beneficiam. O estresse e o peso da responsabilidade diminuem. Os parentes e entes queridos podem vivenciar, de maneira indireta, os sentimentos e os fatos da regressão e se beneficiar com eles. Ao ouvir as histórias dos outros e compartilhar a emoção contida nessas lembranças, para sua surpresa e felicidade, eles descobrem que seus próprios sintomas e males estão desaparecendo.

Esse foi o caso do namorado de Mira e da extraordinária história que se segue.



## A LIÇÃO DO AMOR

O poderoso processo de experimentar a regressão a uma vida passada começou durante minhas férias de verão, depois do sétimo ano, e tornou-se familiar para mim. Eu tinha crescido na Bulgária comunista, e tópicos de natureza mística ou religiosa não fizeram parte de minha educação. Entretanto, alguns anos antes daquele verão, uma onda de revolução democrática varreu toda a Europa Oriental e as informações espirituais ficaram ao alcance de todos.

Naquele verão, eu tinha 13 anos. Descobri o seu livro *O passado cura*. Embora o conceito de reencarnação jamais tivesse sido discutido em minha presença, não questioneei a possibilidade de sua existência. Tudo aquilo me parecia normal e natural. Como disse Voltaire: “Não é mais surpreendente nascer duas vezes do que nascer uma.”

Amei as histórias daquele livro. Adorei a sabedoria ali contida e as possibilidades que se apresentaram diante de mim. Gostei tanto que, ao ler as últimas páginas, decidi experimentar sozinha uma regressão, usando o roteiro contido no livro. Enquanto me preparava para começar a ouvir a gravação, pensei: *Mas só tenho 13 anos. Não há realmente nada errado comigo. Não tenho fobias, não tenho doenças físicas. Por que eu faria isso?* Mas o impulso e a curiosidade eram fortes demais.

Embora não soubesse o que esperar, apertei o botão para ouvir a gravação. O texto me levou a um maravilhoso estado de relaxamento, e eu me senti muito calma e à vontade. Mas, no momento em que atravessei a porta para uma vida passada, tudo mudou.

Logo me vi no corpo de uma mulher que corria para salvar a própria vida. Meu coração batia forte, eu sentia medo, minha respiração era entrecortada, abrupta, e eu sabia que havia homens correndo atrás de mim e que me matariam se me pegassem.

Minha roupa acinzentada era um conjunto de casaco e saia de lã grossa. Eu usava meias e sapatos pretos, com saltos baixos. Meus cabelos escuros estavam presos em um coque.

Enquanto eu corria, as paredes de tijolos reverberavam com o som dos meus

passos. Havia fileiras de portas em ambos os lados, mas, ao tentar abri-las, eu descobria que estavam todas trancadas. Finalmente, uma das maçanetas cedeu. Entrei na sala e vi que estava vazia e que tinha uma pequena janela com barras quase na altura do teto. Eu sabia que estava encurralada e que iriam me pegar.

Identifiquei a época: Segunda Grande Guerra. Eu era uma médica que, em vez de curar um general alemão, o havia envenenado e matado. Era por isso que eles me perseguiram – queriam vingar-se.

A cena seguinte foi vista por mim de cima para baixo. Colocaram-me em uma cadeira elétrica, com as mãos e pernas amarradas, e fui eletrocutada.

Então algo de grande beleza aconteceu. Vi o meu espírito subir e deixar meu corpo. Ele subiu lentamente. Havia uma trilha de luz branca à minha frente, e eu segui por ela. No fim do caminho havia uma porta aberta, atrás da qual uma magnífica luz branca brilhava. Ao lado da porta havia um ser que cintilava amor e luz, esperando para receber meu espírito. Senti enorme paz, amor e uma sensação de eternidade.

Naquela noite, esperei ansiosamente que minha mãe voltasse do trabalho. Contei a minha experiência e perguntei se existiam cadeiras elétricas durante a Segunda Guerra Mundial. Anos depois, aprendi que elas eram usadas desde 1890.

Aquela foi uma experiência importante na minha formação, e é interessante que tenha acontecido aos 13 anos. Acredita-se que 13 é o número das mudanças. Para os numerólogos e os que leem o tarô, é um número de transformação que leva a um estudo sobre os princípios básicos do indivíduo, as coisas em que ele acredita. O 13 atrai mudanças no modo como uma pessoa define tudo em sua vida, o que leva a mudanças de pontos de vista e de existência. Sem dúvida, fui transformada por minha primeira regressão.

Muitos anos depois, a história que experimentei quando criança desenvolveu-se um pouco mais, durante um seminário no Instituto Omega, conduzido por Brian. Durante uma das regressões em grupo, a imagem de uma longa estrada, ladeada por bétulas, começou a emergir em minha mente. Eu me vi como uma jovem caminhando por uma silenciosa estrada de terra, no campo. Eu carregava uma pequena mala e, na cabeça, trazia um lenço. Estava saindo do meu vilarejo, mudando-me para São Petersburgo, para estudar medicina. parada final do percurso foi em um cemitério, onde visitei os túmulos de meus parentes. Meu coração estava pesado. Levaria muitos anos até eu poder voltar para casa – se voltasse.

Enquanto estava na universidade, fui recrutada pelo serviço secreto da União Soviética. Havia problemas na Europa e até falavam em uma possível guerra. Enviaram-me para a Europa, como espiã.

Eu era uma mulher muito bonita, que sabia usar o próprio charme e que não tinha dificuldade em conseguir informações. Vi uma cena nítida em que eu estava sentada diante de um pequeno aparelho que usava para enviar mensagens codificadas sobre as informações que colhera.

Eu ia muito a uma boate frequentada por norte-americanos, na esperança de me encontrar com determinado indivíduo que tinha conhecido. Fiquei surpresa ao descobrir que estava me apaixonando por ele e que era correspondida.

A cena seguinte descortinou uma enorme escadaria, na frente de um edifício administrativo. Eu recebera ordens de me mudar para outro local na Europa, e tinha ido até lá para me despedir. O homem estava diante de mim, dizendo que me amava, implorando para que eu não partisse e que me casasse com ele. Embora o amasse muito, eu já dera a minha palavra de honra e me sentia comprometida com meu país. Disse que tinha certeza de que, quando ele voltasse para os Estados Unidos, se casaria com uma boa mulher, teria filhos e seria feliz. Eu me despedi e, com lágrimas nos olhos, desci as escadas em direção ao carro que estava me esperando.

Mais tarde, eu me casei com um importante oficial alemão. Isso facilitou muito o meu trabalho e me protegeu. A Segunda Guerra Mundial já tinha começado. Eu exercia a medicina e meus pacientes eram, em sua maioria, militares alemães. Recebera ordens para eliminar um importante general, a quem estavam tratando. Eu me vi de pé, diante de uma mesa. Ao meu lado, sentado em uma cadeira, estava o general. Havia um copo de água sobre a mesa. Eu segurava um pequeno frasco com veneno e olhava para o teto, ansiosa pelo que estava prestes a fazer. Mesmo assim, sabendo que não havia outra opção, derramei o pó no copo.

É nesse ponto que minha primeira regressão, quando criança, se encaixa. Eu me vi outra vez correndo pelo mesmo corredor e sendo capturada. Como agora eu era mais velha e mais capaz de lidar com a história, presenciei os detalhes terríveis dos interrogatórios aos quais fui submetida. Mas não traí meus companheiros. Até o fim, afirmei que tinha agido sozinha. Apanhei, fui torturada, interrogada, e isso se repetiu muitas vezes. A única coisa da qual me pouparam foi de um estupro. No final, colocaram-me na cadeira elétrica e me executaram.

Enquanto meu espírito se elevava para que eu visse de cima a cena, percebi

que aquela vida me dera uma lição de amor: amar em todas as circunstâncias e me abrir para acolher o amor dos outros. Aquela vida inteira fora orquestrada para que eu tivesse a oportunidade de escolher o amor quando fui pedida em casamento. No entanto, escolhi me manter fiel à promessa de servir ao meu país. Eu sabia também que depois da minha partida aquele homem perdera a razão de viver. Morreu em uma vala imunda, abatido por um tiro no meio da testa durante um combate contra o exército alemão.

Nas horas que se seguiram a essa experiência, fiquei muito abalada e triste por ter desperdiçado uma existência e por ter ferido tão profundamente outra pessoa. Mas, sabendo que somos eternos, entendi também que cada existência enriquece a nossa alma com valiosas lições.

Minha alma deve ter escolhido vivenciar e aprender a lição profunda do amor em minha vida presente, pois não há nada que tenha mais sentido e que me realize mais do que trazer amor, luz e inspiração para os outros. Conduzir as pessoas a suas vidas passadas, para que alcancem um entendimento sobre as circunstâncias e personagens que as cercam. Também estou vivendo um relacionamento muito feliz, com um homem que, por coincidência, tem dois medos profundos e irracionais: o primeiro é de me perder, o segundo é de levar um tiro na testa. Isso me faz pensar: será que essa é uma segunda chance de amor com o norte-americano que uma vez conheci?

*Mira Kelly*



Aos 13 anos, Mira, seguindo sua sabedoria intuitiva e sua vontade de saber sobre o crescimento espiritual, ouviu as fitas de regressão. Essa decisão mudou sua vida, fez com que alcançasse seu mais alto potencial, seu trabalho de cura e até uma possível reunião com sua alma gêmea.

O medo que essa alma gêmea tem de perdê-la é típico do tema subjacente da ansiedade da separação. Com frequência, filhos que parecem ter um medo quase irracional de separar-se dos pais realmente os perderam em vidas anteriores. Eles se lembram dessas perdas inconscientemente, assim como o namorado de Mira. A cura para esse tipo de medo é reconhecer que ele tem origem em uma vida passada. O trauma já aconteceu. É proveniente de tempos passados, e não algo a ser temido no presente ou no futuro. A preocupação da alma gêmea de Mira em relação a perdê-la novamente e ser atingido por um tiro na testa origina-se no período da Segunda Guerra Mundial. Sabendo disso, ele pode se libertar desses

sentimentos e usufruir de um relacionamento mais livre das inseguranças profundamente guardadas.

A descrição de Mira do que aconteceu depois de sua morte física, quando seu espírito deixou o corpo, confirma o que revelaram estudos de experiências de quase morte (EQM), dos quais ela não tinha conhecimento aos 13 anos de idade. A luz restauradora e magnífica e o amoroso ser espiritual da história de Mira são universalmente encontrados em EQM. Sua presença reconfortante e seu testemunho da existência da vida após a morte nos ajudam a perder o medo de morrer. Eles nos fazem lembrar de que somos imortais e que a morte é apenas uma passagem para o outro lado.

Com frequência, uma sincronicidade aparece e chama a minha atenção. Eventos sincrônicos são ocorrências aparentemente acidentais de eventos relacionados que para mim possuem uma ligação no nível metafísico. Podemos não entender a ligação causal, mas ela existe.

Quando terminei de escrever minhas reflexões sobre a história de Mira, no início de 2012, recebi um e-mail. Menos de cinco minutos haviam se passado desde que escrevera sobre os medos da vida presente que têm origem em traumas passados.

Na mensagem, uma mulher me falou de como o seu “terrível medo de voar” a impedia de aproveitar a vida ao máximo. Viajar por prazer e para negócios era algo restrito. Em 2003, ela participara de um seminário em Miami. Quando regredi o grupo a uma vida passada, ela começou a se lembrar, com clareza, de um tempo durante a Segunda Guerra Mundial.

“Eu me vi na cabine de comando de um avião... Eu era um homem, o piloto de um avião de transporte de militares”, ela escreveu. O avião caiu “devido a problemas mecânicos, matando todos os passageiros e a tripulação (inclusive o copiloto e eu mesma)”.

O seminário chegara ao fim. Durante um curto período de tempo, os frutos de suas lembranças esperaram para ser colhidos.

“Onze dias depois do seminário”, ela continuou, “recebi uma chamada de emergência e precisei voar para Boston. Não senti nada... Nenhum medo... Absolutamente nada. Desde aquele dia, em 2003, já voei muitas vezes e nunca mais tive um momento sequer de ansiedade. Portanto, embora isso tenha acontecido há muito tempo, quero lhe agradecer, Dr. Weiss.”

Se eu precisasse de um ponto de exclamação cósmico, ali estava ele. Poucos minutos depois de ter escrito sobre o assunto, a confirmação de que medos e

fobias atuais costumam ter origem no passado chegou por e-mail. Ao nos lembrarmos dessas raízes, os sintomas podem ser totalmente curados. Não há mais necessidade de ficarmos ansiosos ou temerosos. O seminário que curou aquela mulher acontecera quase nove anos antes, mas a mensagem chegou na hora exata. Ela poderia ter me contado aquela história em qualquer dia, durante todos aqueles anos. A probabilidade de ser uma coincidência é remota. E, como conexão final, ambas as histórias envolveram mortes traumáticas na Segunda Guerra. Mira nos conta mais uma história.



## APRENDENDO A DAR PERMISSÃO

Esta é a história de Ananachimo e a lição sobre a necessidade de dar permissão.

Em um dos exercícios de regressão que fiz com Brian Weiss, durante um seminário no Instituto Omega, a imagem de um grupo de pessoas rastejando e subindo uma pequena encosta emergiu. Fiquei pensando sobre o significado daquela visão e se eu deveria deixá-la de lado e sair em busca de algo mais válido. Entretanto, lembrei que Brian dissera que aquele poderia ser um fio condutor e resolvi ver o que aconteceria.

A imagem ficou mais clara. O grupo de pessoas era um bando de índios norte-americanos. Imaginei a que tribo pertenceriam, e, em minha cabeça, veio a resposta de que eram da tribo Plain. Em seguida, comecei a tentar me localizar no meio daquele grupo. E ali estava eu. Em um instante, soube que meu nome era Ananachimo. Fiquei repetindo o nome para não esquecê-lo, pois jamais o tinha ouvido.

No instante em que me identifiquei como Ananachimo, lembrei-me de tudo o que experimentara naquela vida e senti suas emoções.

Ananachimo era um jovem rapaz de corpo delgado, ágil e musculoso. Era alto, com longos cabelos negros e uma mandíbula forte e quadrada. Em volta do pescoço usava o dente de um urso branco que caçara em uma viagem ao norte.

A tribo de índios subia a encosta cuidadosamente. No topo havia uma área plana, onde uma casa fora construída. Eles estavam espionando alguns colonos que viviam ali e que tinham invadido as terras da tribo.

Ananachimo levantou a mão direita e fez um voto solene de proteger sua terra e seu povo daqueles colonos.

Ele tinha uma enorme sintonia com a natureza. Ouvia o barulho das árvores quando suas folhas balançavam ao vento. Cada flor, cada arbusto, cada folha de capim carregava uma mensagem que ele era capaz de compreender. Era também um curandeiro e usava ervas para levar saúde ao seu povo.

Um acontecimento importante ocorrera na vida de Ananachimo aos 37 anos. Ele tinha capturado e desenvolvido laços com um cavalo selvagem que possuía grandes manchas vermelhas e brancas. O nome do cavalo era Raio Vermelho. Os brancos ficaram com o animal e prenderam Ananachimo, acusando-o de ter roubado o cavalo. Para puni-lo, os brancos amarraram suas mãos acima da cabeça e o chicotearam. Eu não vivi o horror de cada chicotada, mas vi os brancos castigando-o. O cavalo, que estava perto, observou tudo e compartilhou da raiva e da sensação de injustiça de Ananachimo. Levantava as patas dianteiras, dava coices e fazia um barulho terrível, tentando se libertar.

Entretanto, as tentativas foram inúteis. Esse episódio acabou com o moral de Ananachimo. Ele perdeu o cavalo e a própria capacidade de proteger sua terra e seu povo. Sentiu que estava sofrendo uma grande injustiça e que era impotente para mudar a situação.

Com o tempo, tudo piorou. A tribo foi empurrada para o noroeste, muito longe de sua área de caça. Em um dia frio, aos 42 anos, Ananachimo morreu. Estava deitado em sua tenda, sentindo-se abatido por não ter sido capaz de salvar sua gente, quando seu espírito deixou o corpo. Do lado de fora, mulheres e crianças da tribo (a maioria dos homens tinha morrido) desempenhavam as tarefas do dia a dia. Estavam com frio, fome e totalmente perdidas.

À medida que a regressão chegava ao fim, comecei a procurar a lição da alma naquela vida. Descobri que a lição era sobre dar permissão. Tive de aprender a permitir. Culpei a mim mesma por ter falhado em proteger e salvar meu povo, mas a verdade era que eu não poderia tê-lo salvado ou protegido daqueles dolorosos eventos históricos. Eu precisava permitir que a vida das pessoas fosse como estava escrito, pois aquelas almas precisavam daquelas experiências. Antes de encarnar, elas tinham concordado em enfrentar aqueles desafios para aprender suas lições e atingir a própria iluminação. Eu vira a enorme injustiça causada pelos homens brancos como um mal que prometera vencer; entretanto, eu falhara em ajudá-las no momento em que mais precisavam de mim. As pessoas não precisam ser salvas. Elas precisam de amor, apoio e coragem para poder suportar quaisquer problemas e sair deles mais fortes, mais sábias e compassivas. Não posso proteger ninguém das tempestades da vida. Se o fizer, as

peessoas jamais poderão crescer, aprender e se expandir.

Mas, como permitir? Como manter o equilíbrio entre ser amoroso, solidário e dedicado e, ao mesmo tempo, não querer salvar a qualquer custo as pessoas das injustiças do mundo ou dos próprios erros? Muitos anos e muitas vidas depois, essa lição continuou a ser um desafio para mim. Embora eu tenha mudado meu gênero, meu nome e minha aparência, continuo me sentindo compelido a proteger as pessoas.

Fui para o quarto pensando nisso. E, de repente, a lição ficou clara. Eu deveria sempre ajudar as pessoas da melhor maneira que pudesse, sem poupar esforços. Entretanto, nunca deveria tentar alterar o curso de suas vidas, protegendo-as ou tentando salvá-las de seus problemas, pois poderia impedir valiosas experiências e a expansão de suas almas.

Quase três anos se passaram desde aquela regressão, e aquele entendimento provocou uma incrível transformação em mim. Agora, tenho uma perspectiva diferente sobre a necessidade de salvar as pessoas. Aprendi a permitir, a admirar e a enxergar o imenso valor e poder do desenrolar da vida de cada um.

*Mira Kelley*



Mais uma vez, Mira nos apresenta uma clássica experiência de regressão e importantes verdades divinas. Quando estamos abertos para essas lições e confiamos na sabedoria dos guias em nossos caminhos, observamos as sincronicidades, as manifestações de amor, a mão amiga. Esses acontecimentos não são casuais. Não são coincidências.

Grandes professores sempre usam exemplos, cenários, parábolas e metáforas para nos ajudar a entender seus ensinamentos.

Assim como Mira, Raymond teve um lampejo de reconhecimento quando aprendeu a própria lição espiritual, embora, para ele, parecesse mais um choque elétrico. Em apenas um dia, seu “mundo inteiro virou de cabeça para baixo”. Você já leu o fascinante relato de consciência compartilhada dele com um estranho, mas vamos voltar no tempo para a sua primeira experiência de vida passada.



ENCONTRANDO A ESPERANÇA

Esperança. Talvez a principal consequência de seus treinamentos e experiências seja obter uma esperança que não existia antes. Nossos sistemas de crenças tendem a ser subjetivos e podem ficar abalados por acontecimentos globais ou pessoais. Mas os treinamentos oferecem uma oportunidade privilegiada de adicionar experiências à fé ou às crenças, trazendo um resultado que pode ser racionalizado, mas não negado. Para mim, esse resultado permanente é o mesmo que esperança.

Vamos começar com uma pequena volta ao passado. Sou terapeuta profissional no estado de Oklahoma e passei 25 anos de minha vida trabalhando com pacientes que sofrem de esquizofrenia crônica e estão internados em hospitais. Desenvolvi um sistema comportamental e supervisiono o programa. Assim, como behaviorista e terapeuta, você poderia dizer que meu princípio básico é a estrutura. O que se segue abaixo é o método pouco sutil que o universo tem de dizer: “Sr. Wilson, a sua estrutura é microscópica, e o conforto e segurança que você já experimentou dentro dessa estrutura não está onde ela começa ou termina.”

Há cerca de cinco anos eu descobri que necessitava desesperadamente de algumas horas contínuas de aulas para renovar minha licença como terapeuta profissional. Como muito outros, deixei para a última hora e comecei a procurar por essas aulas, em pânico. Não me lembro de como descobri o seminário, mas achei que ali estava uma oportunidade de ter as aulas de que precisava.

Minha esposa e eu chegamos a Crossing, em Austin, e na manhã seguinte nos juntamos a muitos outros para nossa primeira sessão. Não é preciso dizer que eu me convenci de que estava na sala com um bando de malucos no momento em que as pessoas começaram a identificar-se como terapeutas angelicais, mestres em Reiki e outras coisas de que eu jamais ouvira falar. Tive a sensação de estar no lugar errado. Fui criado em um ambiente batista, severo e conservador, e me afastei da religião organizada. Por isso, eu não me identificava com ninguém. Eu me considerava uma pessoa ética e fortemente ligada a Deus em um nível pessoal, mas não religioso. Em outras palavras, eu criara uma clara definição de Deus e me sentia feliz com ela.

Durante a primeira hora do seminário, muitas vezes tive vontade de sair correndo porta afora. Quando, durante o intervalo, falei sobre isso com minha mulher, ela disse: “Você precisa de tempo. Já que estamos aqui e já pagamos pela semana, é melhor ficar.” Apesar de relutante, concordei. Logo depois, o Dr. Weiss fez uma regressão em grupo. Confesso que fechei os olhos com certo constrangimento e descrença. Tinha certeza de que minha resistência não

permitiria entrar em qualquer estado hipnótico. Impossível imaginar o que iria acontecer.

Eu logo me vi em uma vila à beira-mar como um menino de 10 anos. As casas tinham tetos de colmo e eram cercadas por caminhos empoeirados e cheios de pedras. Havia gansos e cães por toda parte, correndo livres, a grama era muito verde, e eu saltava e brincava pelas passagens. Havia outras pessoas conhecidas na aldeia. Quando virei uma esquina, ouvi atrás de mim uma forte voz masculina gritar o que eu sabia ser meu nome: “Joar” ou “Johar”. Era o meu pai que estava em nossa casa, perto do alto da montanha, amolando machados e espadas, o que era o seu trabalho. Estava claro que se tratava de uma vila nórdica.

Na cena seguinte, eu tinha 18 anos, e meu pai, eu e outros compatriotas estávamos em um navio, indo em direção a um porto estrangeiro com o objetivo de atacar e pilhar. Fiquei de frente para meu pai e disse, sem olhar em seus olhos: “Não sei o que fazer.” Ele respondeu: “Você vai saber quando chegarmos lá.” Em minha vida presente, eu já vi imagens de nórdicos e do que eles usavam; entretanto, foi naquele momento que percebi que o bracelete que eu usava era para me defender de armamentos.

Em seguida, estávamos de volta à nossa vila, e eu me ajoelhei ao lado da cama de meu pai que estava morrendo de um ferimento recebido durante a batalha. Mais tarde, eu também retornara de outra batalha e estava morrendo em minha cama, exatamente como meu pai. Meu próprio filho também estava ajoelhado ao meu lado. Ouvi a pergunta “O que você aprendeu?” e me lembro de ter pensado: *Nós não aprendemos nada. Aqui estamos, geração após geração, ainda lutando e morrendo, e meu filho fará o mesmo.*

Nesse momento, fomos retirados do estado hipnótico, e eu me vi assustado. Naqueles 15 minutos, meu mundo virara de cabeça para baixo. Não havia jeito de negar que a dúvida e a ansiedade haviam se transformado em espanto. Eu não tinha a menor dúvida de que aquelas experiências eram reais e que minha vida presente e futura tinha sido alterada.

Estranhamente, ao mesmo tempo que isso me deixava impressionado, não abalava em nada a minha crença em Deus. Ao contrário, deu início a um processo de tirar “Deus” de dentro de mim e reconhecer o significado da eternidade. Fui embora no intervalo para o almoço, e minha mulher percebeu que algo importante acontecera comigo. Em um período de três horas deixei de ser um conservador convicto para me abrir para muitas possibilidades. Meu sistema de crenças e minhas limitações tinham sido destruídos. Não havia dúvida

de que o que eu experimentara era verdade. Ouvi ser chamado de Joar (pronuncia-se “Jo-har”) e sabia que esse era o meu nome naquela vida. Ao voltar para casa, procurei na internet e descobri esse nome em um site sobre antigos nomes nórdicos, como já esperava.

No dia seguinte eu me sentia entre dois mundos, e fui para o seminário pensando: *O que virá agora?* E, sem dúvida, a regressão seguinte foi ainda mais bizarra do que a primeira. Tive uma experiência cósmica na qual me tornei parte da evolução humana, um sonho que me permitiu conectar-me com todo o universo. Tive também uma experiência compartilhada com um completo estranho, na qual pude enxergar detalhes da regressão *dele*.

Trabalho há 25 anos com crianças debilitadas e esquizofrênicos crônicos. Seu seminário me trouxe uma grande sensação de paz em relação aos resultados que muitas dessas pessoas infelizes experimentam. Inscrevi-me no seminário apenas porque precisava de algumas horas contínuas de aulas para renovar minha licença como terapeuta profissional. Saí dele com provas da consciência universal. Acima de tudo, saí com a esperança que antes me faltava. Creio que se os outros forem capazes de experimentar essa mesma esperança, seu mundo e sua visão pessoal podem melhorar, como aconteceu comigo.

*Raymond Wilson*



Sou muito grato às forças universais que conspiraram para que Raymond participasse de nosso curso de cinco dias. Ele foi uma dádiva: um homem de grande bondade, com os pés no chão, que realiza um trabalho bastante delicado. Raymond nos procurou para conseguir créditos em educação contínua, mas, ao sair, tinha conquistado créditos transformadores de vida. Ele também transformou todo o nosso grupo.

Embora as regressões de Raymond tenham sido sofridas e tenham lhe ensinado sobre a futilidade das guerras e da violência, ele saiu dali com uma sensação de esperança que foi aumentando no correr da semana. Finalmente, ele encontrara a resposta ao seu propósito de vida e expandira sua visão de que Deus e a eternidade existem. A vida não é apenas uma luta contínua e sem sentido para sobreviver. Como ele vai nos descrever em outras histórias relatadas neste livro, em apenas uma semana Raymond se sentiu conectado ao fluxo da existência desde os primórdios da vida sobre a Terra, através de encarnações vikings e muitas outras, até o cosmos e toda a eternidade. Ele se viu e se sentiu como parte

da evolução universal e da indescritível sabedoria que guia todo o processo. Deixou de se sentir separado ou alienado.

Muitas pessoas vêm aos meus seminários movidas apenas pelo desejo de ter uma experiência de regressão a vidas passadas. Leram os livros, conseguem reconhecer o poder de cura das regressões, sabem que milagres acontecem. Durante os seminários, costumo dizer que as pessoas que foram conduzidas até ali por seus entes queridos, as que não têm expectativas nem interesse em passar por uma regressão, são exatamente as que acabam tendo as mais vívidas e convincentes experiências. Raymond, que certamente tinha dúvidas sobre a natureza desse trabalho, é um exemplo perfeito. Ele só veio para ganhar créditos profissionais e, se não fosse pela insistência de sua esposa, teria ido embora. Entretanto, Raymond teve numerosas experiências espirituais poderosas e profundas.

Por que isso acontece? As expectativas e o desejo de reviver uma vida passada são capazes de nos atrapalhar. Queremos tanto que acabamos forçando o processo e, por mais paradoxal que seja, nós o travamos. Mas, na prática, somos capazes de vencer esses obstáculos. Entreguem-se, sem temer frustrações nem alimentar grandes expectativas. Não digam “Eu *tenho* de ter uma regressão”, pois isso acaba evitando que ela aconteça. Não há necessidade de colocar esse tipo de pressão sobre si mesmo. Apenas aceite o que vier à sua cabeça, esteja você meditando, ouvindo um CD sobre hipnose, participando de uma sessão em grupo ou trabalhando individualmente com um terapeuta. Há um processo e uma sabedoria atuando. O nome que você dá a esse processo não importa. O que importa é que você confie que ele irá guiá-lo para onde você precisar ir.

Tenha calma e paciência. Você talvez não se lembre de imediato de uma vida passada, mas pode ter uma experiência mediúnicamente, receber talvez uma mensagem do outro lado. Pode haver uma cura física, a remissão de um sintoma que o perturba. Toda vez que pratica, você vai aprendendo mais a relaxar e a se livrar do estresse. Dessa forma, ajuda o seu sistema imunológico e a sua saúde. Esses são benefícios extremamente terapêuticos para o seu corpo e para a sua mente, e valiosos por si mesmos.

Quanto mais você pratica sem se sentir frustrado, mais profunda é a experiência. Pode levar semanas ou meses, mas os ganhos valem a pena. Eu mesmo levei três meses para me lembrar de uma vida passada. Uma de minhas pacientes tentou durante oito anos até conseguir uma regressão, mas, no momento em que aconteceu, os resultados foram incrivelmente profundos. Ela me relatou que cada minuto do processo que a levou àquelas memórias

ancestrais valeu a pena. Se a sua lembrança do passado lhe provocar uma cura, um crescimento espiritual ou uma sensação de unidade e paz, você não acha que oito anos – ou mesmo oito existências – foram bem empregados?

Tive vários pacientes e participantes de seminários que foram capazes de alcançar a cura emocional simplesmente lembrando-se de suas vidas passadas. Suas histórias permaneceram comigo e algumas estão neste capítulo.

Uma dessas pessoas é Yumiko, na vida atual uma médica norte-americana de ascendência japonesa, que se lembrou de uma vida passada como uma menina pobre, em Londres, há muitos séculos. Naquela vida, ela era a mais velha de seis filhos e aos 10 anos trabalhava muito em casa. Sem a presença de um pai e com uma mãe que estava quase sempre trabalhando fora, Yumiko criou os irmãos e se viu, ainda pequena, cuidando de muitas outras crianças e bebês. Ela se lembrou do único vestido que possuía e do cheiro que ele tinha porque nunca era lavado; ela viu pessoas urinando na rua e, sobretudo, lembrou-se de não ter sabão. As roupas eram lavadas só com água e nunca ficavam realmente limpas.

Yumiko foi obrigada a se tornar uma empregada em uma casa enorme e grandiosa. Lá havia sabão. Tempos depois, como era maltratada pela “madame”, fugiu. Morreu, ainda jovem, de fome e de doenças, e flutuou, deixando para trás aquelas lembranças.

Em seguida, Yumiko lembrou-se da infância na vida presente, em que era a mais velha de três irmãos. Lembrou-se de um incidente em que teve que lavar a fralda do irmão. Mas, dessa vez, ela tinha sabão! Seu pensamento foi: *Isso é muito fácil*. Ela sorria ao reviver aquele momento e pensava em tudo o que pôde fazer quando era criança na vida atual – ler, desenhar – e que jamais pudera fazer na infância da vida anterior, devido à imensa pobreza.

Ela explicou ao grupo, ainda sob hipnose, que aprendera a ser feliz com as pequenas coisas como uma barra de sabão. Como ela nos disse: “Sejam gratos e apreciem o que possuem e não o que não têm.”

A história de Yumiko nos ensina que devemos valorizar tudo o que temos e reconhecer as bênçãos com que fomos presenteados, por mais simples que pareçam. Se precisarmos de pouco, mas apreciarmos tudo, seremos muito mais felizes. Como Lao Tzu disse há mais de duzentos anos: “Rico é aquele que sabe que tem o suficiente.”

Após lembrar-se de duas vidas passadas nas quais morreu sozinha, Tong foi capaz, na vida presente, de apreciar plenamente as bênçãos de estar cercada por familiares e amigos amorosos. Eis a sua história.



## VIDAS DE SOLIDÃO

Durante os cinco dias do curso de treinamento, experimentei várias regressões. Em duas delas, morri em completo estado de solidão. Na primeira vida, eu era professora primária em uma aldeia primitiva e pobre, ao pé de uma montanha. Era solteira e vivia sozinha. Não tinha muita intimidade com meus alunos. Morri acidentalmente na montanha, onde cães selvagens morderam minha barriga. Ninguém soube da minha morte.

Na segunda regressão, eu era uma repórter e, mais uma vez, solteira. Trabalhava muito e de maneira um tanto agressiva, mas morri sozinha, dessa vez em um acidente de trem. Ao contrário de outros mortos e feridos que foram resgatados por suas famílias, ninguém reclamou o meu corpo.

Em ambos os casos, eu era uma pessoa fria e reservada, motivo pelo qual fiquei solitária durante aquelas vidas e aquelas mortes. Mas, nesta vida, optei por ser assistente social. Vou até as pessoas e ofereço ajuda. Adotei duas meninas não apenas para ter minha própria família, mas também para ajudar, amorosamente, essas duas crianças. Aprendi a me doar e a me relacionar com os outros, embora algumas vezes tenha precisado me esforçar para fazê-lo. E sou muito feliz por ter todas essas pessoas ao meu redor. Sei que, nesta vida, não morrerei sem ter alguém comigo.

*Tong*



As regressões de Tong demonstram que padrões de comportamento costumam ser revelados nessas experiências de modo a iluminar nossos caminhos espirituais. Ela precisava expressar e receber amor, e está fazendo exatamente isso. Tong está aprendendo suas lições e descobrindo mais sobre o amor incondicional. Nós nunca estamos sós – mesmo que nos esqueçamos disso. E a opção de Tong por uma carreira como assistente social aconteceu antes da regressão. De maneira intuitiva, ela escolheu o caminho do amor e o ofício de servir.

Essas não foram as únicas experiências de Tong. Ela nos conta mais um pouco a seguir.



## VOLTANDO PARA CASA

Meus pais se separaram quando eu tinha seis anos e se divorciaram alguns anos depois. Eles brigavam frequentemente no meio da noite. Certa manhã, acordei e vi que minha mãe tinha partido; sua cama ficou vazia desde então. Logo depois ela constituiu uma nova família, e meu pai fez o mesmo. Minha infância foi repleta de solidão, ansiedade e rejeição. Tenho três irmãs, mas nos deixavam sozinhas em casa, sem nenhum adulto para nos ajudar. Sendo a segunda irmã mais velha, precisei cuidar das duas menores, providenciando comida e desempenhando as múltiplas tarefas domésticas quando minha irmã mais velha não estava em casa. Quando estava no ensino fundamental, minha mãe se esquecia de me buscar. Eu ficava no portão da escola por várias horas, esperando por ela, sentindo-me sozinha, impotente e cheia de incertezas.

Aos 21 anos eu me casei, algo que ansiava fazer. Como meu marido é um colega do mesmo escritório, podemos nos ver durante as horas de trabalho. Ele é um homem voltado para a família que me deu uma sensação de segurança. No entanto, eu ainda me sentia só quando ele não estava ao meu lado, pois trabalhava até tarde, tinha aulas à noite ou saía para beber com os amigos. E eu temia que ele não fosse maduro o suficiente para lidar com os desafios da vida. Esse medo me perseguia, de maneira sutil.

Comecei, com certo desespero, a querer ter filhos. Achava que só assim eu seria necessária na vida de alguém e acreditava que estaria sempre com meus filhos. Tentei por mais de seis anos e não consegui engravidar. Isso me deixou ainda mais desesperada.

Durante uma regressão que fiz com o CD do Dr. Brian Weiss, voltei a um tempo remoto. Em uma zona rural pouco fértil e bem antiga, eu voltava para casa depois de um longo período de guerra. Eu era um soldado com um corpo enorme e estava sujo e cabeludo. Era um homem duro e forte e carregava um grande martelo como arma de luta. Caminhando como se golpeasse a terra a cada passo, eu voltava para ver minha mulher e meu filhinho. Eu parecia estar andando há muito tempo, cansado, mas ainda forte a cada passo. Estivera sozinho durante todo o trajeto. Só havia pedras e alguns arbustos nos campos, e eu segui em frente sem ver ninguém por perto.

Quando abri a porta de casa, encontrei minha mulher sentada ao lado de um berço. Ali estava meu filho, e eu o reconheci como o meu marido na vida atual.

Tive um vislumbre: eu estava preocupada por ele não ser forte o bastante para ficar sozinho e proteger a mãe enquanto eu estava na guerra sem poder cuidar deles.

Acordei dessa regressão e percebi que a minha preocupação constante por meu marido não ser forte ou maduro o suficiente estava em mim, não nele. Dali em diante, parei de me sentir ansiosa a respeito dele. Eu ainda o perturbo de vez em quando, mas não como antes da regressão.

Durante outra regressão que fiz, quando participei dos cinco dias de treinamento em hipnoterapia no Instituto Omega, em Nova York, não voltei a nenhuma vida passada, mas ao primeiro momento da vida atual, em que me senti só. Eu tinha seis anos e morava na China. O inverno se aproximava e fazia frio. Eu estava no portão da escola, esperando que minha mãe viesse me buscar. Esperei e esperei, mas ela não apareceu. Quando todos os alunos e os ônibus já haviam partido, começou a escurecer. Fiquei em pé na frente do portão fechado. Estava desesperada.

Aquela foi a primeira vez que senti o que era a solidão. Durante a hipnose, pensei: *Por que não tento ir para casa sozinha?* Estava a apenas 15 minutos de casa e talvez me lembrasse do caminho. Senti medo, mas fiquei feliz por sair daquela escuridão. Quando dei o primeiro passo na direção de casa, a cena mudou, e, em transe, eu me vi correndo através de um longo filme. O conteúdo do filme eram todas as situações em que experimentei solidão – e houve muitas outras nos meus trinta anos de vida. No filme, enquanto percorria todos aqueles tempos, eu ficava cada vez mais velha, dos seis anos até minha idade atual. Estava feliz e corria como se voasse, minha blusa batendo contra o vento.

Voltei da regressão para o lugar onde estava, no curso de treinamento do Instituto Omega, e entendi que não era mais aquela criança impotente de seis anos de idade. Aprendi que poderia fazer algo sozinha e por mim mesma, que tenho força e confiança para me libertar da escuridão. Por mais de trinta anos venho trabalhando arduamente para vencer todos os desafios da vida. Sei que posso fazer algo sozinha e não depender dos outros, sentindo-me impotente.

Depois da regressão, nunca mais tive aquele sentimento de solidão. E alguns anos mais tarde adotei duas meninas. Percebi que poderia fazer algo para me deixar feliz, em vez de ficar esperando por uma gravidez. Toda a família está muito realizada com a situação atual. Acho que esta talvez seja a melhor época de minha vida. Sem dúvida, é a mais doce.

*Tong*



As regressões permitiram que Tong tivesse algum controle da sua vida. Ela foi capaz de reconhecer nas vidas passadas as origens de suas dúvidas em relação à maturidade do marido, o que a fez libertar-se de seus medos e ansiedades.

Nem todas as origens dos traumas e de seus sintomas são encontradas em vidas passadas. A sensação de impotência de Tong estava enraizada em sua infância na vida presente. Enquanto observava o seu inconsciente exibir uma série de cenas da sua solidão, ela adquiriu o poder de assumir o controle e ser corajosa. Adotar as meninas representou, de certa maneira, sua decisão consciente de não ser tão amedrontada e passiva, mas ativa, esperançosa e feliz.

Tong, que é chinesa, também demonstra a universalidade das lembranças de vidas passadas e o seu potencial de cura. A experiência de vidas anteriores e do estado de pós-morte é consistente, independentemente da cultura ou religião. Pessoas de nacionalidades e tradições espirituais diferentes são capazes de se lembrar de vidas passadas que aconteceram em qualquer parte do planeta. Elas aprendem as mesmas lições de vida. São capazes de se curar física e emocionalmente, de reparar seus relacionamentos, como Tong fez, e alcançar mais paz e alegria em suas vidas. Os condicionamentos e aprendizados culturais na infância não influenciam o conteúdo das lembranças nem a sua experiência espiritual. Somos todos alunos nessa grande escola da Terra. A localização de nossa sala de aula faz alguma diferença?

Evelyn era uma mulher negra de 40 e poucos anos. Ela sofria de uma grave fobia relacionada à água e ao medo de afogar-se. Embora não tivesse a mínima ideia da origem desses problemas, eles interferiam muito em sua vida. O marido de Evelyn comprou um barco, o que só fez aumentar o pavor dela. Ele sempre sonhara em possuir um barco e não conseguia entender a dimensão da fobia da mulher. Ele permaneceu fora de meu consultório durante a sessão e posteriormente ficou surpreso ao saber que a mulher nem sequer possuía uma roupa de banho – ela sentia que isso a deixaria a um passo de pisar na água. Ela também temia que o medo de se afogar fosse transmitido aos três filhos, e que isso interferisse no prazer deles em navegar no novo barco.

A ansiedade de Evelyn era tanta, que ela atravessou metade do país para me ver. Sempre que punha os pés na água, sentia como se mãos a puxassem para o fundo; mas seu maior medo era de não conseguir respirar. Esses medos pareciam relacionados, mas não necessariamente.

Quando a fiz regredir, Evelyn voltou às suas memórias de infância. Ela se lembrou de que, quando criança, ouviu um barulho que a fez chorar. Enquanto chorava, não conseguia respirar, e foi tomada de ansiedade e pânico. Ela percebeu que seus tios estavam apavorados e ficou confusa. Podia sentir a tensão, mas não entendia, naquela idade, o que estava acontecendo.

Evelyn então experimentou uma lembrança de vida passada que acontecera há centenas de anos, na qual era um menino africano de 12 ou 13 anos. Com outros garotos da aldeia, fora capturado por negociantes de escravos. Sua mãe naquela vida era líder espiritual e provavelmente possuía poderes especiais e de cura, mas não pôde evitar que os jovens fossem levados daquela maneira.

Nessa mesma vida, Evelyn recordou-se de o menino ter sido levado por dois homens brancos que falavam uma língua estranha. Ela foi então “batizada”, ou limpa, em uma grande banheira com um espelho ao lado. A banheira estava cheia de água, e o menino foi mergulhado à força. Quando a água cobriu sua cabeça, ele sufocou e se viu incapaz de respirar. Era realmente apavorante. Esse batismo ocorrera antes de ele sair da África, o que pode ajudar a identificar as culturas que adotavam essa prática, pois havia outras que não forçavam batismos até os escravos chegarem ao novo país.

Sua lembrança seguinte, bastante clara, foi do mesmo menino, agora um rapaz de cerca de 20 anos. Ele não conhecia as regras dos brancos e dissera algo inconveniente para uma mulher branca. De repente, foi agarrado, seus braços foram amarrados às costas, foi colocado em uma pedra e decapitado. Evelyn pôde ver a imagem da mãe do rapaz ali perto; ela tinha morrido algum tempo antes. Ela conversava com o filho, comunicando uma sensação de profunda paz, que o acalmou. Mais tarde, ele viu sua cabeça e seu torso separados. Mas era apenas o corpo; pois sua alma estava bem. Evelyn observou claramente o desprezo no rosto dos homens e mulheres brancos que assistiam a tudo sem se importarem. “Tão bárbaros”, disse Evelyn. “Como podem fazer uma coisa dessas?”

A consciência do rapaz flutuou até as nuvens. Ele estava se sentindo livre, forte e em paz, e conseguia respirar. Seu pensamento logo antes de ser degolado fora: *Nunca mais vou conseguir respirar*. No fim da sessão, depois de flutuar sobre o corpo do rapaz, ver o rosto da mãe e ficar em paz, Evelyn me disse que sentia como se estivesse saltitando, mais livre, leve e feliz.

Quando a sessão chegou ao fim, Evelyn ligou para a mãe, que confirmou que, quando a filha tinha seis anos, certa vez chorara até perder o fôlego. A mãe entrou em pânico e correu até a casa dos tios com a menina nos braços. Eles

conseguiram acalmá-la, e sua respiração voltou ao normal. Estávamos ambos ensofocados de suor; a energia, a intensidade, os detalhes visuais e as emoções foram muito profundos naquela sessão.

Poucos dias depois, Evelyn conseguia caminhar em uma piscina, usando roupa de banho – a primeira comprada em muitos anos – sem nenhuma ansiedade. Ela sabia que não havia nada a temer. O medo vinha de um tempo muito remoto; não tinha nada a ver com o presente ou com o futuro.

A fobia de Evelyn foi curada em uma sessão. O simples fato de se lembrar dos traumas da infância e de vidas passadas foi suficiente para ela libertar-se dos sintomas. Seu medo de água diminuiu e sua respiração melhorou muito.

Quando deixamos para trás a negatividade do passado e olhamos para o futuro sem preocupações, somos capazes de viver mais plenamente na beleza e liberdade do momento presente.

Em sua vida passada como um menino vendido como escravo, Evelyn experimentou de perto os terríveis efeitos do preconceito racial e da desigualdade. Gabriella, personagem de nossa próxima história, também aprendeu importantes lições sobre o mesmo assunto.



## ABRAÇANDO A IGUALDADE

Quando conheci Gabriella, não pude deixar de perceber os brilhos. Suas joias, a bolsa de lantejoulas e os sapatos de verniz lustroso me chamaram a atenção, já que a maioria dos médicos que conheço não usa esses acessórios. Era uma mulher branca, bem vestida, de pele bem tratada, longos cabelos louros, os olhos mais azuis que já vi e uma personalidade borbulhante. Tudo nela cintilava.

Conversamos rapidamente sobre os motivos que a levaram a procurar a sessão de regressão. Gabriella queria entender a ansiedade exagerada que a invadia quando tinha de fazer provas, algo que a incomodava desde pequena. Apesar de preparar-se o melhor possível, mesmo para as provas menos importantes na faculdade, quando chegava a hora deixava-se dominar pela ansiedade. Disse-me que, como filha única, sempre se sentira obrigada a lutar para ser a melhor. A pressão interna para se sair extremamente bem era gigantesca.

Gabriella não teve dificuldade em regressar a uma vida passada, mas ficou surpresa por aterrissar no corpo de uma criança negra, de seis anos de idade, em

meio a um campo de algodão. Sua voz adotou um tom infantil. Não era a cor da pele que a surpreendia, mas a sujeira, o cabelo desgrenhado, os trapos que a menina vestia e os sapatos, tão velhos e usados que mal cobriam seus pés. Ela estava imunda por passar o dia inteiro naquela plantação de algodão. Gabriella começou a chorar ao ver as condições do próprio corpo.

Ao olhar para cima, ela se viu ao lado de uma mulher grande, de uma pele tão negra quanto a sua. Gabriella sorriu ao contemplar as bochechas gordas e o sorriso amoroso da mãe que a chamava de “Sugar”. Gabriella reconheceu de imediato que aquela mulher, em sua vida atual, era sua avó paterna, com quem ela estabelecera um forte vínculo.

A época era nos anos 1800, em Jamestown, na Virgínia. Sugar, sua mãe e outros na mesma posição viviam em um dos muitos casebres situados nos fundos de uma casa-grande, onde moravam o dono da plantação e sua família. A mãe trabalhava o dia inteiro nos campos de algodão. Sugar não sabia onde o pai estava, pois ele raramente aparecia. Ela não gostava de morar ali. “Mamãe me protege contra os brancos, que são maus e cospem em mim. Nem todos são assim. Os homens brancos acham que são melhores, mas não são. Eles me ignoram e são desrespeitosos com minha mãe, mas não com a mãe ou o pai de Lily.”

Lily Williams era a filha mais nova dos donos da plantação. Era uma menina de cabelos dourados, olhos azuis e pele clara. Sua cor predileta era o azul, e sua mãe a vestia com roupas dessa cor, com laços na cabeça para combinar. Ela e Sugar tinham a mesma idade. Lily usava roupas bonitas e coloridas, limpas e impecáveis. Sugar ansiava por usar roupas iguais, viver na casa-grande e ser aceita, como Lily e seus pais.

Dona Ana, a mãe de Lily, era bondosa com Sugar e permitia que as meninas brincassem juntas perto do rio. Elas se balançavam em uma corda, caíam na água e muitas vezes davam-se as mãos. Mas Sugar sabia que não podia fazer isso quando outros brancos estivessem por perto. “Nós gostamos das mesmas coisas”, ela disse, chorando. “Eu apenas sou negra. A pele negra faz com que eu não seja igual. Os pais de Lily não me fazem sentir mal.” “Só não deixe que os outros saibam”, eles pediam.

As meninas cresceram, e Sugar observava Lily ir à escola usando suas belas roupas. Ela também queria ir, mas tinha de aceitar que isso jamais lhe seria permitido.

A casa-grande era em estilo colonial, feita de tijolos, localizada em um amplo terreno. Lá dentro havia móveis grandes e bonitos, como os encontrados nas

residências das famílias mais ricas daquela época. Lily vivia ali com a mãe, o pai e os escravos que serviam na casa e que cuidavam do lugar. Dona Anna era uma mulher gentil, de beleza comum e saúde frágil. Ela sempre tratava Sugar com ternura. Um homem grandalhão, o Sr. Don Williams, pai de Lily, usava os cabelos grisalhos puxados para trás em um rabo de cavalo. Ele era dono de toda a plantação e de todos os escravos que viviam ali. Sugar costumava observar do lado de fora quando a família se sentava à mesa para comer e esperava pacientemente até Lily sair. Como sua mulher, o Sr. Don era gentil com Sugar. Deixava as meninas brincarem juntas e até ajudava Sugar a aprender a ler.

Não demorou muito para que o estado de saúde de dona Anna se agravasse e ela morresse. Logo depois, o Sr. Don casou-se novamente com uma mulher severa, uma típica sulista que não acreditava na proximidade das raças e não permitia que as meninas brincassem ou lessem juntas (Gabriella reconheceu a madrastra de Lily como sua mãe na vida atual). Sugar cresceu sentindo-se ignorada, como se não existisse. Ficava zangada por ser tratada daquela forma apenas por causa da cor da pele, mas sabia qual era o seu lugar e sabia que teria problemas se expressasse a sua raiva. Desejava crescer e ser alguém especial, viver na casa-grande – ser aceita. O fato de saber ler acabaria sendo de grande valia para ela.

O Sr. Don e Lily instruíram Sugar em segredo, sem que a madrastra soubesse. Sugar adorava estudar e contava tudo à mãe, que lhe dizia como estava orgulhosa por ter uma filha instruída. Sugar era uma menina cheia de energia que estava aprendendo a se defender e a valorizar o fato de ser vista e ouvida.

Os tempos mudaram, e Sugar também mudou. Ela sentiu o poder de ser ouvida quando ela e muitas outras mulheres participaram de uma marcha feminista. “O que é certo é certo, o que é errado é errado”, ela dizia, sem ter medo de expor suas ideias. “As mulheres merecem ser ouvidas. Elas serão ouvidas.”

O Sr. Don deu a Sugar a liberdade, e a educação que recebera permitiu que fosse aceita na faculdade de medicina. Ela se formou como um das primeiras mulheres negras médicas no estado da Virgínia e foi trabalhar nas redondezas da cidade de Washington. Possuía uma casa como as “deles” e as belas roupas pelas quais sempre ansiara. Suas portas estavam abertas a qualquer pessoa que precisasse de tratamento, mesmo para quem não pudesse pagar. Para ela, todos eram iguais. A igualdade era tão importante para Sugar quanto para minha cliente, Gabriella, que sempre colocara isso em prática: “Igualdade, seja qual for o sexo ou a cor da pele.”

Sugar casou-se com um fazendeiro que não tinha muita instrução, mas ela não se importava com isso. Ela o amava. Tiveram três filhos. Ela se dedicou à prática da medicina e à luta pelos direitos humanos até sua morte, aos 86 anos. Embora não se sentisse pronta para terminar aquela vida, seu corpo simplesmente estava cansado.

Quando Sugar passou pela luz, foi recebida por muitas pessoas, inclusive sua mãe, que deu um passo à frente para acolhê-la. Seu guia explicou que ela cumprira sua missão, que era lutar pela justiça e pelos direitos humanos. Ela provara, por meio do próprio exemplo, que as mulheres são capazes de ser e de fazer o que os homens podem, não importa a raça ou condição financeira. Ela fora um exemplo vivo dessa luta, pois tinha se tornado uma negra graduada em uma sociedade em que quase nenhuma branca havia se formado em medicina. E na vida atual, como Gabriella, ela continua a ajudar as pessoas. Seus pacientes, qualquer que seja a raça, sentem sua energia e segurança quando ela os escuta. Isso tem ajudado a eliminar os efeitos residuais do racismo.

O guia de Gabriella revelou que era hora de se libertar da autocrítica na vida presente. A lição que sua alma recebera era de não julgar, embora a sensação exacerbada de ser julgada e de ter que provar o próprio valor ainda continuasse. Isso criava o excesso de ansiedade que ela experimentava antes das provas: eram as mesmas sensações de Sugar quando se sentou, pela primeira vez, na sala de aula da faculdade de medicina.

O guia ofereceu a Gabriella um vislumbre de outra vida na qual ela era rica e morava em um castelo na Irlanda. Muitas pessoas de diferentes raças viviam ali. Sua pele era branca e pálida, ela usava roupas bonitas e tratava a todos com igualdade. Empenhava-se para que os trabalhadores do reino não se sentissem cidadãos de segunda classe e para que soubessem que todos eram iguais, independentemente da cor da pele. Era uma mulher inflexível quando se tratava de justiça e igualdade. Gabriella viu esse contraste para constatar que nem em todas as suas vidas passadas, embora sempre trabalhando no tema da liberdade e da igualdade, ela enfrentara as mesmas dificuldades que Sugar. Sua alma vivera ambos os extremos, e ela, agora, podia encontrar o equilíbrio e a tranquilidade.

Ao final da sessão, Gabriella estava exultante. Contou que sempre sentira uma forte conexão com plantações de algodão, algo que a intrigava. Na vida atual, ela nascera em uma família de posses, capaz de oferecer-lhe uma educação de primeira classe, boas roupas e todo o conforto material que ela não tivera como Sugar. Quando criança, na faculdade e agora como médica, ela jamais discriminara qualquer pessoa e defendera sempre a igualdade, insurgindo-se ao

ver minorias serem desprezadas ou tratadas de maneira injusta.

Agora, a ansiedade de Gabriella em relação às provas praticamente desapareceu, porque ela sabe que está preparada e que a aflição não vem do fato de não saber a matéria, mas da experiência passada de dividir a sala de aula com colegas brancos e sentir-se julgada por causa da cor da pele. Tomar consciência disso permitiu que ela controlasse a ansiedade e sentisse paz, diminuindo muito o impacto que essa situação lhe causara no passado.

*Bryn Blankinship*



Somos todos iguais. Já fomos de todas as raças, religiões, cores, sexos e tivemos muitas nacionalidades, pois precisamos aprender de todas as maneiras. Deixar para trás nossos corpos quando morremos significa deixar para trás todas as características físicas. Somos almas, e almas não possuem características externas e transitórias. Se todos entendessem esse conceito, o racismo desapareceria instantaneamente.

Nenhuma alma é superior à outra.

Infelizmente, nem crianças inocentes estão livres de discriminação e preconceito. Quando era criança, Sugar foi impedida de frequentar a escola, e de brincar com sua amiga.

Donna, autora da história seguinte, lembrou-se de uma vida passada como criança nos campos de concentração. Quantas vidas serão necessárias para aprendermos as lições do amor?



## CONEXÕES DA INFÂNCIA

Durante uma regressão em um cruzeiro, em 2011, Dr. Brian Weiss nos conduziu a uma lembrança da infância. Enquanto nos dizia o que fazer, fui levada a um tempo em que tinha quatro anos, quando eu e Debra, uma de minhas irmãs, fomos operadas das amígdalas. Depois de alguns dias internadas no hospital comendo sorvete e gelatina, fomos liberadas para ir para casa. Para sair, precisávamos ser levadas em cadeiras de rodas, e eu me recusei. Minha mãe tentou me obrigar, dizendo que eu levaria uma surra se não obedecesse. É claro

que ela teve de me bater.

O Dr. Weiss nos disse para seguir em frente, para outra vida que pudesse nos ajudar com alguma lembrança. Eu me senti cinza – tudo ficou cinza. Não conseguia enxergar nada. Senti-me presa e longe de tudo. Tinha oito anos. Pediram que olhássemos para os nossos pés, e eu vi que estava descalça e sendo empurrada em uma cadeira de rodas, para morrer na câmara de gás. Quando ele nos perguntou se havia alguém que reconhecíamos na vida atual, não vi os olhos de ninguém, apenas as nuças, e chorei.

Fui uma criança muito esperta e sempre me perguntei por que a cadeira de rodas de minha infância tinha me apavorado tanto. Sou grata ao Dr. Brian Weiss por me ajudar a saber o que aconteceu. Gostei muito dos seus seminários e em cada sessão fui capaz de regressar a uma vida passada. Isso me mudou. Entendo melhor as minhas decisões atuais e o meu caminho.

*Donna Ofterdinger*



Todos nós carregamos medos, fobias, talentos, afinidades e relacionamentos de nossas vidas passadas. No caso de Donna, não havia nenhum motivo racional para a sua reação à cadeira de rodas quando tinha quatro anos. Ela sempre se perguntava sobre a causa daquele medo inexplicável. Quando a regressão mostrou o elo com a cadeira da câmara de gás, o comportamento passou a fazer sentido. A fobia se extinguiu – e nunca mais voltará.

Gail, que nos contou uma história um pouco semelhante à de Donna, tinha terríveis insônias que resistiam a qualquer tipo de tratamento. Na regressão, ela se viu como criança nos campos de concentração. Os nazistas, equipados de metralhadoras, tinham entrado em sua casa enquanto ela dormia. Gail acordou assustada e entrou em pânico quando os nazistas atiraram em seus pais. Ela foi morta no campo de concentração, onde tinha um temor terrível de ser castigada se dissesse o que sentia. No entanto, caminhou para a morte com dignidade, sem demonstrar medo.

Logo após lembrar-se dessa vida traumática, a dificuldade de Gail para dormir desapareceu e não voltou mais. Sua insônia foi resolvida porque ela soube que o acordar repentino e terrível pelos soldados alemães pertencia à sua vida passada, não à presente. A raiz de seu problema foi trazida à consciência, e a ferida da vida passada foi curada. Hoje, Gail pode dizer o que pensa – a sua verdade – sem medo das consequências. Isso também pertence ao passado.

Agora, ela é livre.

A autora da história que se segue também teve de aprender importantes lições sobre calar-se e enfrentar os poderosos. Ela também foi escrava e agora é livre.



## SUPERANDO A ESCRAVIDÃO

*Como aquela poderia ser eu?*, perguntei a mim mesma. A mulher que eu estava vendo era irreconhecível, e, no entanto, era eu mesma. Seu corpo era extremamente magro e enrugado. Ela usava uma túnica feita de juta amarrada ao corpo fantasmagórico por uma corda na cintura. Aparentava ter 80 anos, mas devia estar em torno dos 40. Contrastando com sua abjeta pobreza, ela usava um valioso anel de ouro com uma pedra azul, em forma de lua. Eu tinha começado aquela vida como uma bela jovem loura. Somente a mais dura das vidas e o isolamento poderiam ter causado tamanha mudança.

Ela amava andar a cavalo pelo campo. Como sua mãe morrera e seu pai estava sempre ausente, ela cavalgava livre – livre demais, desconhecendo os riscos que corria. O ditador daquela aldeia, um rapaz ainda jovem, mandou sequestrá-la. Seu cavalo foi brutalmente morto. Seu mundo mudou para sempre do dia para a noite.

David era o sequestrador, um homem influente na cidade. Após engravidá-la, ordenou que o clero local realizasse uma cerimônia de casamento. Alguns homens testemunharam a cerimônia, impedindo a intervenção de qualquer pessoa.

Ao nascer, o bebê foi levado para longe da mãe. A mulher foi aprisionada, ficou doente e perdeu qualquer atrativo que possibilitasse um relacionamento. Sua vida de escravidão era simbolizada pela pedra azul do anel, que todas as pessoas ligadas a David deviam usar.

Ela se tornou entregadora. Transportava itens valiosos, mas os habitantes da comunidade sempre a ridicularizavam, rindo de sua pobreza e de sua condição de escrava. Era como se ela fosse leprosa. Ela ficava contente por ser deixada sozinha em seu casebre, onde sentia um certo alívio por estar livre das constantes ameaças de agressão física. Embora o casebre mal protegesse o braseiro contra o vento frio e a neblina, o fogo era um luxo que seu corpo faminto valorizava.

A sua tarefa mais difícil era buscar com David os itens que precisava

entregar. Ela passava por currais onde via animais sendo espancados e torturados, mas não tinha a menor energia para defendê-los. O sofrimento a havia desumanizado até atingir um estado de existência estagnada.

Ao entrar no quarto do ditador, ela mostrava seu anel de pedra azul. Ajoelhava-se, esperando ser ridicularizada e abusada, o que sempre ocorria. Mas nenhum desses abusos e horrores a afetavam mais. Não havia escolhas ou fugas, a não ser que reagisse, o que a levaria à morte.

Nos últimos momentos de sua vida, eu a vi no casebre, de cócoras diante do fogo. Pude sentir que seus rins e outros órgãos começavam a paralisar devido à fome. Ela caiu perto do fogo e seu coração parou de bater. Foi uma morte cruel, patética e injusta.

Quando deixei aquele corpo, pude ver a escravidão mental que ele guardara. Eu acreditava que era melhor me submeter do que lutar. Aprendi que reagir e morrer era melhor do que viver na escravidão. Além disso, o ditador era cada vez mais poderoso. Eu teria morrido de qualquer maneira.

Os personagens familiares daquela época eram minha mãe, que morreu quando eu tinha 19 anos, e meu pai, que foi emocional e fisicamente distante durante toda a minha infância. O ditador se mostrou abusivo durante os seis meses em que eu e minha filha vivemos com ele.

Aprendi duas lições naquela vida: a primeira é de que não há problema em ser jovem e bela, desde que se tenha apoio, orientação e proteção quando se começa a enfrentar o mundo adulto; a segunda é de que é melhor lutar do que aceitar a escravidão. A submissão é uma morte lenta.

O que eu trouxe para a vida atual foi um amor profundo pelos animais e pelos marginalizados pela sociedade. Passei 25 anos de minha vida trabalhando como advogada de crianças vítimas de abusos ou com algum tipo de deficiência. Criei um elo profundo de amor e proteção com minha filha, a única que tive. Apoio os movimentos contra qualquer situação de injustiça e procuro exercitar a compaixão por todos, sabendo que somos moldados por nossas experiências – tanto as das vidas passadas quanto as da presente.

*Alice*



As dívidas acumuladas da vida passada de Alice serão uma obrigação para David e seus aliados. Abusar, torturar, humilhar e matar animais e seres humanos cria um carma que precisa ser resolvido. Eles terão de compensar Alice

e os outros. As lições que a vida nos ensina são de compaixão e bondade, não de ódio e violência. Porque nós somos, na verdade, seres espirituais.

Nunca é tarde demais para retomar o caminho espiritual e aprender essas lições mais uma vez. O lugar onde você se encontra agora é apenas um ponto no tempo, e o futuro é multifacetado, mudando e se desenvolvendo com você. Não importa como tenhamos agido no passado, cada momento apresenta mais uma oportunidade de tratarmos uns aos outros com cuidado e consideração. Até mesmo David poderia naquela vida ter decidido ser mais bondoso, ter aberto o seu coração e ampliado o seu conhecimento para escolher o amor. Tudo isso são coisas que conhecemos bem, mas que nem sempre colocamos em prática. Uma pessoa que age guiada pelo ego ou apenas pelo intelecto pode se desviar muito de seu caminho, mas aquele que age movido pelo coração não se desvia, porque o coração sempre o traz de volta. Ouça a sua intuição, pois ela é o coração aberto em funcionamento. Opte pelo caminho do amor. Ele nunca deixará que você se perca.

As existências mais árduas oferecem a oportunidade para acelerar o crescimento espiritual. Elas não significam necessariamente carmas do passado. Talvez você tenha escolhido as dificuldades para poder progredir ao máximo. A vida de Alice como entregadora foi muito dura e pesada, mas ela adquiriu uma sabedoria valiosa, e em sua encarnação presente e manifesta enorme empatia, compaixão e amor. As flores mais belas costumam nascer de sementes escondidas e alimentadas pelo frio e pela lama úmida.

Durante um recente seminário de cinco dias, uma atendente chamada Stacy me contou que sua respiração estava ficando mais difícil, embora ela não tivesse experimentado nenhuma lembrança de vidas passadas. Ela achava que poderia ser alergia a pólen, pois grama, flores e árvores estavam florescendo naquele início de verão, no vale do Hudson, em Nova York, local do seminário. Ela também me disse que tinha um histórico de asma. Suspeitei que outros fatores poderiam estar atuando e resolvi fazê-la regredir na frente do grupo. Escolhi uma voluntária para segurar o microfone perto de sua boca, para que o grupo pudesse ouvi-la. Outro membro do grupo, um cirurgião do Alabama, ficou especialmente atento quando comecei o processo hipnótico. Naquela época, eu não sabia que a pessoa que eu escolhera “ao acaso” para segurar o microfone era uma fonoaudióloga, especialista em sistema respiratório.

A primeira lembrança de Stacy foi de estar sufocando com um pedaço de maçã quando era menina. Ela entrou em pânico na época, e sua mãe reagiu

dando-lhe “bolinhas de pão” para ajudar a maçã a descer para o estômago. Isso piorou mais a situação. A menina não conseguia respirar e ficou apavorada. Finalmente, a mãe a segurou pelos tornozelos e colocou-a de cabeça para baixo, batendo em suas costas com firmeza e conseguindo deslocar o pedaço de maçã. Perguntei a Stacy como ela se sentira.

– Morri de medo – ela respondeu.

Aquela frase foi a ponte que usei para descobrir sua vida passada.

– Quais foram as outras vezes em que você se sentiu “morrendo de medo”? – perguntei.

A resposta veio logo.

Nessa outra vida, Stacy era um menino de 11 anos que caíra de um barco a remo em um lago. As correntes arrastaram o barco e levaram o menino para cada vez mais longe da margem. Finalmente, ele se sentiu exausto demais para continuar a nadar. Ninguém estava por perto para ouvir seus gritos de socorro. Ele afundou, engasgando e engolindo água do lago.

A respiração de Stacy era rouca e acelerada, mas quando a consciência do menino flutuou por cima de seu corpo e acima do lago e das nuvens, ela mudou completamente. Quando eu a trouxe de volta, sua respiração continuava relaxada e permaneceu assim, mesmo enquanto o público lhe fazia perguntas sobre sua experiência como a menina sufocada e o menino afogado. Ela teve uma forte sensação de que seus problemas respiratórios não reapareceriam.

A fonoaudióloga que segurava o microfone também observou as incríveis mudanças. Explicou que a respiração clavicular de Stacy havia se transformado em respiração diafragmática. O cirurgião concordou.

Experiências do passado fazem entender as fobias e as condições atuais. Uma vez lembradas, situações semelhantes nunca mais nos fazem “morrer de medo”.

A história de Renata, contada a seguir, reforça esse conceito.



## DO MEDO À SATISFAÇÃO

Eu tive lembranças de uma vida anterior, de uma época da infância, e percebi, instintivamente, que não deveria discutir essas experiências com ninguém.

Nasci na Itália, em 1952, e morei em uma cidade à beira-mar. Minha mãe costumava me levar à praia, à qual chegava atravessando uma estranha construção de concreto. Tínhamos de subir uma escada estreita, caminhar por

um amplo corredor e descer do outro lado, em direção à praia. O corredor era ladeado por parapeitos acima dos quais havia arame farpado de forma a impedir que as pessoas alcançassem outras edificações. Não sei dizer com precisão como era o lugar, porque eu só tinha dois anos.

Toda vez que passávamos ali, eu me sentia estranha. Ficava ao mesmo tempo desconfortável e atraída pelo lugar, uma sensação intensa e hipnotizante. O calor era forte no verão, pois o sol batia diretamente no concreto. Quando eu ia ali, era como se um filme passasse em minha cabeça: imagens de uma mulher correndo e de um homem a seguindo logo atrás. A mulher usava uma roupa escura e tinha cabelos longos e cacheados. Eu sabia que eles estavam fugindo de algo e que corriam grande perigo. Não sei explicar como uma menina de menos de dois anos podia saber uma coisa dessas. Eu era aquela mulher, e o lugar era o Norte da África.

Eu tinha também pesadelos recorrentes. Em um deles havia um mar cinza, e uma onda de repente se levantava e me submergia. Algumas vezes, eu estava na praia, em outras, perto do píer de concreto, mas a sensação era sempre de pânico total, e eu acordava. Os pesadelos continuaram na adolescência, e aos poucos mais detalhes apareciam: uma praia sombria, homens em uniformes escuros nos perseguindo com armas, eu e meu companheiro entrando na água. Eu nadava abaixo da superfície para me proteger das balas, mas as ondas ficavam maiores e me faziam bater a cabeça no fundo do píer, até não haver mais espaço para eu respirar, e eu me afogava.

Eu tinha um problema curioso com minhas roupas. Minha mãe costurava muitas delas, e era preciso colocar zíperes longos que nenhum vestido comprado pronto teria. Se eu vestisse um suéter, ela precisava me ajudar a passá-lo pela cabeça, mantendo a abertura longe do meu rosto. Uma vez, quando uma costureira tentou passar um vestido de decote mais estreito por minha cabeça, entrei em pânico e comecei a chorar e a mover os braços freneticamente, sem conseguir respirar.

No verão eu costumava ir à praia e, embora soubesse nadar, sempre ficava nervosa quando me deitava para tomar sol, sentindo um medo ilógico de que uma onda pudesse aparecer de repente e me submergir. Por esse motivo, eu nunca me deitava de costas para o mar. Certa vez, quando eu tinha mais ou menos 18 anos, estava deitada mais perto do mar do que costumava fazer, e a espuma de uma onda bem maior chegou até a toalha de uma amiga. Todos riram, mas eu fiquei paralisada de terror.

Aos 19 anos, fui para a universidade. Um dia, eu estava na enorme biblioteca.

As mesas eram bem grandes, com a superfície escura coberta de um vidro que refletia as imagens. De repente, vi o reflexo do meu rosto no vidro da mesa. Mas não era o meu rosto, pelo menos não o que eu conhecia. Eu sabia que era eu, mas de novo apareceu aquela jovem, de pouco mais de 30 anos, com cabelos cacheados e olhos escuros. A sala era diferente, muito menor e com um grande ventilador girando. Havia um policial francês falando comigo, amigavelmente. Ele disse que precisávamos fugir porque a Gestapo descobrira nossos nomes. Então tive uma lembrança mais clara da praia, do nosso medo e da nossa morte. Essa experiência foi forte e me pegou de surpresa.

No início de setembro, fui visitar uma amiga que morava em uma cidade à beira-mar. Fomos caminhar ao longo da praia, conversando e rindo. O mar é raso naquela parte da Itália, e a longa praia é dividida, de vez em quando, por pequenas construções de pedra, como pequenos píeres. Eu tinha acabado de voltar de um congresso em que apresentara dois trabalhos e estava contando para minha amiga como me sentia feliz por eles terem sido tão bem recebidos. De repente, chegamos até uma das construções de pedra que, para serem contornadas, exigiam que caminhássemos no mar, com água até os tornozelos. De repente, senti meu corpo paralisar-se, descontrolado, e minha mente ser tomada de um pânico silencioso. Mais tarde, minha amiga me disse que eu tinha ficado pálida como um fantasma. Ela me levou de volta, devagar, para uma pedra que havia ali perto, na qual fiquei algum tempo sentada. As primeiras palavras que consegui dizer foram: “Então, é tudo verdade.” É óbvio que ela não entendeu e precisei explicar.

Sempre neguei a ideia de reencarnação, achando que tudo o que me acontecera no passado não tinha qualquer significado especial. Aquela experiência calou fundo em mim. Foi tão intensa e inesperada, tão repentina, que voltei para buscar meus velhos livros sobre reencarnação, comprei mais alguns e mergulhei neles.

De uma forma ou de outra, essas experiências têm definido minha trajetória. Dediquei minha pesquisa acadêmica e pessoal aos temas de reencarnação, simbolismo e jornadas ao outro mundo. Meu doutorado foi baseado no estudo de uma viagem medieval a outro mundo, comecei a ler livros sobre regressão hipnótica e experimentei algumas técnicas com amigos que compartilham as mesmas ideias. Qualifiquei-me como hipnoterapeuta, estudei técnicas mais avançadas que podem ser aplicadas em regressões a vidas passadas e há alguns anos tenho um consultório particular de hipnoterapia em Londres. Embora lide com todos os tipos de problemas que a hipnoterapia pode ajudar a resolver, fico

feliz em dizer que as regressões a vidas passadas estão entre as técnicas que mais uso com meus pacientes.

*Renata Bartoli*



As lembranças de Renata, tão poderosas e persistentes, levaram-na a dedicar seu trabalho e sua vida a ajudar os outros usando a regressão a vidas passadas. Ela sabia que suas experiências eram reais. Sentiu o medo e a paralisia fortes que os traumas de vidas passadas podem causar no presente e hoje ajuda seus pacientes a se libertarem de sintomas semelhantes.

É claro que nem todas as regressões são resultado do uso de técnicas de hipnoterapia. Renata experimentou vislumbres de lembranças quando estava perto da água, em sonhos recorrentes e até na biblioteca da faculdade, onde viu o próprio rosto de uma vida anterior. Seu inconsciente estava lhe oferecendo informações e ferramentas para curá-la no presente e, além disso, guiá-la na direção do trabalho da alma. Renata teve a sabedoria e a coragem de responder aos anseios de sua mente.

Também precisei vencer o meu antigo sistema de crenças, o meu ceticismo e os condicionamentos do lado esquerdo do cérebro, para dedicar meu trabalho e minha vida a ajudar as pessoas, da mesma maneira que Renata. Tive a sorte e a bênção de descobrir esse caminho.

Judith, personagem da última história deste capítulo, também se descrevia como uma “pessoa cética, guiada pelo lado esquerdo do cérebro”. Apesar de suas dúvidas, ela se abriu e foi capaz de ter uma maravilhosa experiência intuitiva de cura durante um seminário. Esse incidente ajudou-a a alcançar não apenas a eliminação de um sintoma físico que a perturbava há muito tempo, como também um entendimento emocional mais profundo que mudou sua vida para sempre.



## NÃO É PRECISO JULGAR

Eu me considero uma pessoa regida principalmente pelo lado esquerdo do

cérebro. Sou cientista e veterinária, profissão que praticava havia 11 anos quando fui pela primeira vez a um seminário do Dr. Brian Weiss. Eu e uma amiga tínhamos lido *Muitas vidas, muitos mestres* e estávamos tão animadas que fizemos nossas inscrições com nove meses de antecedência. O fato de um médico tão respeitado e experiente ter feito essa incrível descoberta nos deixava impressionadas. Sabíamos que ele tinha sido ridicularizado e menosprezado pelos colegas cientistas e médicos por apresentar uma técnica “mística” para resolver, a curto prazo, dores inexplicáveis, fobias complexas e outros males.

Eu tinha comprado o CD do Dr. Weiss depois de ler vários de seus livros. Uma noite, enquanto ouvia o audiolivro *O passado cura*, tive uma visão totalmente inesperada e nítida de uma mulher olhando em um espelho de moldura dourada. Seu rosto era longo e fino, branco e europeu, e eu tive a impressão de que seu cabelo e suas roupas eram dos anos 1700. Na sequência, “minha” mão estava percorrendo uma parede curva, como a de uma torre, e eu sabia que estava em um jardim. Saí do transe bastante surpresa porque eu, que nem consigo me lembrar dos meus sonhos, tinha tido uma experiência desse tipo.

O dia do seminário finalmente chegou, e minha amiga e o marido dela me esperavam no centro de convenções. Estávamos ansiosos para ver o Dr. Weiss pessoalmente e tínhamos assentos na segunda fileira. Ficamos impressionados com o número de pessoas que tinham trazido cobertores, travesseiros e tapetes de ioga (elas é que foram espertas). Durante a primeira manhã de regressão, algo incrível aconteceu. No início, não vi nada de significativo naquela minha existência. Mas, quando fui levada à cena de minha morte, senti a lâmina de uma guilhotina e observei a cabeça rolando na direção do povo que se aglomerava. A cabeça parou, e eu percebi que ela me pertencia. Uma mulher de 30 e tantos anos e cabelos escuros aproximou-se e gritou insultos para ela. Nesse momento ouvi uma mensagem: “Você sabe o que é ser julgada.” Acordei do transe e, para meu espanto, uma dor crônica no pescoço que me incomodava há quatro anos tinha desaparecido. Com medo de acreditar, fiquei virando a cabeça de um lado para o outro – não havia nem sinal de dor.

Depois do intervalo, cada participante selecionou uma pessoa que não conhecia e trocou com ela itens pessoais. Escolhi uma mulher que estava sentada perto de mim, entreguei-lhe meu telefone celular e peguei o anel dela. Durante esse exercício, o Dr. Weiss nos disse para nos abirmos para as imagens que poderíamos receber. Minha única visão clara era da janela triangular de uma pequena lancha. Tive a ligeira impressão de ver um lago, com montanhas e uma

floresta ao fundo. Ao sair do transe, contei à mulher o que tinha visto. Ela disse que minha visão não se aplicava a ela, mas que sua tia (que viera do norte do país e que estava sentada na mesma fileira) morava perto de um lago cercado de montanhas e florestas e possuía uma pequena lancha.

Minha parceira comentou que assim que entrou em transe sentiu um aroma penetrante de sabonete – não desagradável, mas forte demais. E disse que viu um pássaro branco voando por ali. A tia ouviu a descrição da sobrinha e afirmou que tivera tido exatamente a mesma sensação: um intenso cheiro de sabonete e um pássaro branco voando, enquanto ouvia a mensagem: “Não é preciso julgar.”

Entusiasmada com esses eventos que desafiavam meu ceticismo, resolvi me levantar e falar para a plateia sobre aquela experiência e o que ela significava para mim. Quando me sentei, duas mulheres à nossa frente se viraram e disseram que tinham sentido o mesmo cheiro de sabonete e que ouviram várias vezes a mensagem “Desapegue-se, desapegue-se.” Associei o cheiro à minha avó paterna que morrera anos antes, pois era o aroma do sabonete que costumava usar.

Havia algum tempo que eu vinha pensando na minha vida e no que queria mudar. Um dos meus principais defeitos é julgar os outros com muita rigidez, sem considerar os fatos e com base em poucos fatos. Acho que a origem dessa falha está na minha formação. Durante os jantares de família, na minha infância, meus pais criticavam as crianças das vizinhanças, acrescentando: “Ainda bem que vocês nunca fariam uma coisa dessas. Temos filhos maravilhosos.” Imagino que fizessem isso com a melhor das intenções, mas esse procedimento nos levou a julgar os outros sem qualquer compaixão ou tentativa de entendimento das razões que levavam aos comportamentos criticados.

Nos últimos tempos, eu também vinha pensando em minha linda e amorosa avó paterna, Sally, que passou os últimos anos de vida isolada depois de cuidar do meu avô, que morreu em decorrência do mal de Alzheimer. Ela morava sozinha e não recebia muitas visitas. Eu a visitava uma vez por ano, quando ia à sua cidade fazer uma pesquisa na biblioteca local. Como trabalhava o dia inteiro, na véspera de partir, passei correndo por sua casa de manhã, dizendo que voltaria com mais tempo no fim do dia. Ela respondeu, meio que brincando: “Não se preocupe, venha se puder.” Mas havia uma grande tristeza em seu olhar. Nem preciso dizer que, quando terminei o trabalho, estava tão cansada que fui diretamente para a cama. Foi a última vez que a vi e sempre me arrependi dessa escolha. Sei que vovó usou aquele seminário para me dizer que eu devia me desapegar da minha culpa e que alguém estava me dando uma boa lição, ensinando-me a não julgar os outros.

Minha vida mudou consideravelmente desde aquele seminário. Tenho uma história para transmitir, mas, sobretudo, minha experiência estimula o interesse por um assunto do qual poucas pessoas têm conhecimento. A terapia de vidas passadas mudou a minha maneira de pensar sobre os outros, fez de mim uma pessoa mais amorosa, acabou com minha terrível dor no pescoço e me deu as ferramentas necessárias para ajudar os que me cercam e ensinar-lhes que a lição mais importante que podemos aprender na Terra é amar uns aos outros incondicionalmente.

*Judith Oliver*



Julgar o outro e julgar a nós mesmos é uma atitude negativa e até destrutiva, que muitas vezes nos conduz a uma grande dor e desconforto. Judith acabou aprendendo a mais importante das lições, a do amor incondicional. Nós continuamos a reencarnar para aprender essa grande verdade e em todas as suas manifestações.

Vemos muitas lições na história de Judith. Uma pessoa pode ser cientificamente treinada e cética, e mesmo assim e ter experiências transformadoras e ricas. É só manter a mente aberta para as possibilidades.

A consciência não termina com a morte do corpo físico. Na cena da guilhotina, Judith não estava naquela cabeça separada do corpo; sua consciência planava sobre e em volta dela, observando as pessoas próximas e as reações da mulher de cabelos escuros. Ela recebeu instruções espirituais enquanto vivenciava o ódio da multidão. A lição sobre julgar as pessoas transcende as existências. Além disso, o fato de lembrar-se do trauma da guilhotina curou a sua dor crônica no pescoço.

Através dos tempos, nós nos encontraremos com nossos entes queridos diversas vezes, seja do outro lado ou aqui, no estado físico. A avó de Judith parecia estar presente, seu cheiro de sabonete foi sentido por muitas pessoas na sala, lembrando a neta de seu amor e da importância de desapegar-se dos julgamentos e da culpa, para seguir crescendo. Porque, no fim das contas, *só o amor é real.*

## CAPÍTULO 5

# Curando sintomas físicos e doenças

É comum as lembranças de vidas passadas livrarem as pessoas de sintomas físicos ou doenças. Essas curas mais uma vez confirmam o conceito de reencarnação, pois imaginação e fantasia não curam males crônicos.

As curas físicas podem ser surpreendentes e rápidas, permitindo que os pacientes deixem para trás os problemas que os limitam e roubam a alegria de viver. Eles sentem que recuperam a saúde e se tornam ágeis e livres outra vez. Um corpo mais saudável tem mais energia, mais tempo e mais oportunidades de cumprir, com sucesso, as missões que viemos desempenhar aqui.

O corpo e a mente estão interconectados. O que cura um e frequentemente cura o outro. O estresse pode provocar doenças físicas e emocionais. Lembrar-se de traumas de vidas passadas ou de eventos que deram origem a um sintoma na vida atual costuma ser suficiente para provocar a cura. Se uma ferida sofrida pelo corpo em uma vida passada provocou um sintoma semelhante no corpo presente, a consciência que os conecta – a alma – deve ser a ponte entre os dois. E todos nós somos essas almas conectadas, ultrapassando o tempo para se manifestarem outra vez sob a forma física.

A alma em si nunca é ferida, pois sua natureza é espiritual e eterna. Mas a dor e a incapacidade causadas pela doença física podem trazer grande sofrimento e dificultar o progresso da alma durante a encarnação. A terapia de regressão a vidas passadas é capaz de ajudar as pessoas a se livrarem da dor, voltar a respirar normalmente, recuperar funções e energias prejudicadas ou perdidas e curar o coração e outros órgãos.

Aqui estão alguns casos fascinantes de pessoas que conseguiram livrar-se dos sintomas e recuperar a saúde na vida presente ao lembrar-se das causas em suas vidas passadas.



## MEDALHA DE HONRA

A primeira regressão que conduzi foi muito significativa. Aconteceu no Instituto Omega, no verão de 2006. A paciente era uma mulher bonita, de trinta e poucos anos, com longos cabelos louros e olhos azuis. Ela veio me procurar pedindo que eu conduzisse uma regressão usando-a como cobaia. Após avisá-la de que não poderia “prometer nada”, concordei em realizar a regressão naquela mesma tarde. Ela se deitou sobre algumas almofadas, e a regressão aconteceu ali, na grande e barulhenta sala de reuniões.

A moça era solteira, mas mantinha um longo relacionamento com um rapaz. Ela lera *Muitas vidas, muitos mestres*, mas não sabia o que esperar da regressão. Eu também não. A vida dela em Nova York parecia ir muito bem, mas uma dor nas costas a castigava havia muitos anos, sem um diagnóstico preciso. Anotei essa informação para verificar se poderia ser significativa para a regressão.

Embora eu nunca tivesse estado ou estudado com Brian e Carole Weiss, eu possuía certo conhecimento sobre como conduzir regressões. Lera todos os livros de Brian e ouvira vários de seus CDs sobre regressão. Mas ainda precisava ler o roteiro que me fora fornecido durante a aula para atuar de maneira apropriada. Eu já vinha trabalhando como psicoterapeuta havia muito tempo. Não estava nervoso e conduzi a regressão com naturalidade, aproveitando o processo.

Quando cheguei ao terceiro estágio, percebi sinais de que a paciente já atingira um nível de grande profundidade. Todos os músculos do seu rosto e do seu corpo estavam relaxados. Logo, ela teve uma bela lembrança de um aniversário quando era ainda menina. Lembrou-se da festa, dos amigos e dos presentes que recebera. A moça ficou impressionada com a juventude e a beleza dos pais. Eu a deixei sorver toda aquela experiência e em seguida levei-a para mais longe no tempo, para uma lembrança importante em uma vida anterior.

Os olhos da moça começaram a se mover de um lado para o outro, rapidamente, sob as pálpebras. Eu sabia que aquele era um sinal de que ela estava começando a ver algo. Ela se viu em uma floresta repleta de árvores. Olhando para baixo, observou que usava mocassins indígenas e trazia um arco na mão. Às costas, carregava uma aljava para guardar as flechas, e sua roupa era feita de pele de veado. Ela era um belo índio norte-americano em plena caça. Contou sobre suas impressões sobre a beleza da floresta e mostrou uma grande preocupação por estar ali, pois o local não era seguro. Perguntei a razão, e ela respondeu que havia duas tribos lutando pelo direito à área de caça e que guerreiros foram mortos naquela floresta devido às constantes lutas.

Ela estava prestes a atirar uma flecha em um veado, quando sentiu outra flecha atingi-la com força nas costas e caiu no chão. Um índio da outra tribo a acertara. Petrificada de medo e sofrendo uma dor excruciante, ela ficou caída, esperando que o inimigo se aproximasse. Seu nível de sofrimento era tão grande que apliquei, pela primeira vez, a técnica de fazer flutuar por cima do corpo. Funcionou. Quando começou a flutuar e a observar a cena de cima, ela ficou muito mais calma e pôde descrever o que estava acontecendo.

O índio que a atingira se aproximava com um machado de guerra para matá-la. Embora não sentisse mais dor e experimentasse uma sensação de afastamento do que via, a respiração dela continuava rápida e seu rosto começou a mostrar um medo crescente.

“Ele vai acabar comigo com esse machado”, ela gritou.

Para sua surpresa, ao levantar a arma para atingi-la, o índio mudou de ideia e guardou o machado. Ajoelhou-se, levantou-a e jogou-a sobre os ombros.

“Ele está me levando para sua tribo, para me torturar ou me matar”, ela exclamou.

O índio que a ferira carregou-a até o lugar onde vivia, um círculo com cerca de vinte tendas, sendo o centro uma grande área comum. Levou-a ao curandeiro da tribo. Quando o curandeiro começou a remover cuidadosamente a flecha e a aplicar algum tipo de mistura feita de ervas sobre a ferida, o chefe da tribo se aproximou. Ele não estava satisfeito.

“Por que você trouxe esse guerreiro até aqui? Ele deveria ter sido deixado morto na floresta, como exemplo para outros que queiram roubar nosso território de caça”, ele disse, com raiva.

O jovem guerreiro respondeu que nos tempos antigos todos os índios viviam em paz e que eles não deviam matar seus irmãos por causa de um território de caça. Declarou que não os mataria e que todos deviam agir da mesma forma.

O chefe, furioso, mandou o curandeiro matar o índio ferido.

“Eu não mato os meus irmãos. Eu os curo”, respondeu o curandeiro, enquanto fazia um curativo na ferida. “Esse guerreiro está certo. Não devemos matar nossos irmãos, mas fazer a paz.”

Levei minha cliente mais adiante no tempo, para o próximo acontecimento importante.

“Já se passaram alguns dias, e estou me sentindo bem o suficiente para caminhar. Vários guerreiros estão me acompanhando até a minha vila, na margem do rio”, ela disse.

O grupo foi bem recebido quando o rapaz explicou o que tinha acontecido e

por que estavam ali: para selar a paz entre as tribos.

O chefe da tribo ficou visivelmente emocionado.

“Sim, isso está certo”, ele disse.

“Durante muito tempo, muitos de nossos guerreiros morreram por causa desse território de caça. No passado, nós partilhávamos essa terra. Vamos partilhá-la outra vez. Vamos fumar o cachimbo da paz e abandonar a guerra contra nossos irmãos.”

Foi feito um acordo, a matança acabou e a terra foi compartilhada. O guerreiro ferido recuperou-se totalmente e viveu por muitos anos, sendo sempre considerado um instrumento de paz. Morreu tranquilamente, cercado de seus familiares e amigos.

Pedi à moça que identificasse as lições daquela vida.

Ela parecia estar chorando de alegria.

“Nós vivemos muito tempo como irmãos naquele lugar, nos ajudando, dividindo as nossas vidas de várias maneiras. Matar nossos irmãos era errado. Só existe o caminho do amor. Fui um instrumento de paz naquela vida. Que bela lição eu vivi para contar. Acredito que venho usando meu ferimento nas costas como uma medalha de coragem e honra na vida atual. Em algum lugar dentro de mim, eu me lembrei dessa vida passada e fiquei confusa.”

“Por que você ficou confusa?”

“O lugar onde minhas costas doem é o mesmo que foi atingido pela flecha, naquela existência. Fiquei extremamente orgulhosa desse ferimento e não quis abandoná-lo. Eu o usava como uma medalha de coragem e honra, já que ele trouxe vida e paz a ambas as tribos”, ela disse. Lágrimas rolaram por seu rosto.

Perguntei se ela aprendera aquela lição, se poderia orgulhar-se de tudo o que ajudara aquelas tribos a alcançar e se agora estava pronta a abrir mão da dor, já que ela não era mais necessária na vida presente. Ela respondeu que sim, que estava pronta.

“Então, vamos em frente. Ache um lugar para deixar essa dor e afaste-se dela. Ela não é mais necessária”, eu a orientei. “Foi algo de que você se orgulhou, mas já serviu ao seu propósito. Desapegue-se dela. Tire essa medalha.”

Ainda em transe, ela descreveu como deixou a medalha sobre uma cepa na floresta, perto de onde fora atingida e, em seguida, afastou-se.

Então eu a trouxe de volta do transe, dei-lhe algum tempo para se reajustar ao ambiente e pedi que me contasse como se sentia. Ela suspirou profundamente e disse que se sentia mais leve, aliviada e muito calma. Então, com um curioso tom de espanto, acrescentou: “Minhas costas não doem mais. Nem um pouco.”

Parece que abandonei mesmo aquela medalha de honra. Não sinto mais dor.”

Também fiquei abismado. “É verdade. Você não precisava mais dela. Entendeu de onde ela vinha e foi capaz de deixá-la. Maravilhoso!” Regredi mais sete pessoas naquela primeira semana no Omega, mas nenhuma experiência foi tão significativa ou memorável quanto essa.”

*Michael Brown*



Michael é um terapeuta talentoso e empático, e fez um excelente trabalho em sua primeira regressão. Sempre enfatizo a importância da revisão de vida, porque ela coloca uma perspectiva para toda a existência, além de identificar conexões com a vida presente. No caso descrito, a cura física da dor nas costas foi imediata assim que a causa da ferida foi descoberta. A cura da dor, de distúrbios psicossomáticos e de outros sintomas e doenças físicas é clássica, e com frequência aparece quando realizamos regressões a vidas passadas.

Repito: a consequência mais preciosa da regressão a vidas passadas é a lição de vida que ela traz. Optar pela paz e pela comunhão de sentimentos, em vez de pela guerra e pela violência. Estamos aqui para aprender sobre o amor, a bondade e a cooperação. Devemos renunciar ao ódio e ao preconceito e vencer nossos medos. Eu não me surpreenderia se, ao lembrar-se de uma vida subsequente ou mesmo num sonho, a paciente de Michael reconhecesse o guerreiro que optou por salvar sua vida naquele tempo ancestral como alguém em sua vida presente. O elo cármico entre eles é essencial. Esses laços nos ajudam a estabelecer conexões com almas gêmeas.

As culturas indígenas possuem uma grande sabedoria intuitiva. Elas compreendem o equilíbrio e a harmonia, a moderação e a simplicidade, os cuidados com a natureza e com o planeta. Os índios caçavam para comer e se abrigar, mas sabiam que não deviam eliminar espécies e arruinar ambientes onde há vida. Só usavam o que precisavam e não acumulavam nada excessivamente. Quando examinamos essas culturas através das lentes da terapia de vidas passadas, esses traços e valores nobres emergem constantemente. É bom nos lembrarmos de nossas raízes.

Nas sociedades nativas, xamãs e outros curandeiros usavam substâncias naturais para tratar seu povo. Quando as religiões organizadas assumiram o controle, esse tipo de cura se tornou perigoso para os que a praticavam. Uma inquisição de mil anos aconteceu. A história de Valerie, que vem a seguir, retrata

esse longo e sombrio pesadelo.



## DOENÇA DA INQUISIÇÃO

Um chamado da alma geralmente vem de duas maneiras. Para alguns, é um saber que cresce e se transforma em profunda convicção, levando à ação. Para outros, parece mais uma pancada na cabeça, que serve para acordar o indivíduo. Foi o que aconteceu comigo, quando li pela primeira vez *Muitas vidas, muitos mestres*.

Completamente absorvida por aquelas maravilhosas histórias, cheguei ao fim do livro e lá estava o endereço de Brian Weiss. Naquele instante, tive uma sensação de déjà-vu, em que me vi com clareza nos Estados Unidos, treinando com ele, e também experimentei uma profunda convicção de que tinha encontrado no trabalho de regressão o sentido da minha alma. Foi uma certeza repentina de que aquele era o meu propósito aqui na Terra.

Fazer as malas, deixar a família e me aventurar sozinha do outro lado do mundo não foi muito fácil, mas os chamados da alma não podem ser ignorados. Ainda me lembro da surpresa de alguns participantes do treinamento profissional, em Nova York. “Você veio da *Austrália?*”, todos perguntavam, sem acreditar. Embora houvesse mais de 100 profissionais ali de todas as partes do mundo, nenhum tinha vindo de tão longe.

Durante o treinamento, experimentei uma cura das mais poderosas, que me pegou totalmente de surpresa. Brian estava conduzindo regressões no palco com alguns participantes selecionados. Eu adoraria ter sido um deles, mas ele só pôde fazer um número limitado de demonstrações individuais antes de nos estimular a praticar em pequenos grupos.

Imagine uma centena de pessoas em uma sala lotada, com pequenas regressões em grupo acontecendo. Um barulho quase ensurdecedor. Eu estava decepcionada por não fazer uma regressão com Brian e, quando chegou a minha vez de ser regredida por uma mulher, pensei, deitada no chão: *Como é que pode dar certo com tanto tumulto acontecendo?*

Minha mente começou a passear por diferentes partes do salão, ouvindo trechos de conversas aqui e ali, até que senti meu corpo dar um solavanco e minha cabeça se virar para o lado direito. Mais tarde me contaram que meu corpo tinha ficado imóvel.

Surpresa, eu me vi olhando para baixo, para a roda de madeira de uma carroça, enquanto ela avançava aos solavancos por uma rua de pedras. Enquanto meu inconsciente registrava essa imagem, minha mente consciente pensava: *Ah, é por isso que está sacudindo, porque foi feita de um único pedaço de madeira. Eles não conseguiam fazer uma roda perfeitamente redonda naqueles dias.* Foi bizarro experimentar algo em um nível e entender em outro, mas naquele momento parecia a coisa mais natural do mundo.

Logo depois percebi uma sensação desconfortável em minhas pernas, como se estivessem amarradas de alguma maneira. Quando saí do transe, as mulheres do grupo me contaram que eu esfregava uma perna na outra, como se tentasse desamarrá-las. Mais tarde isso fez todo o sentido.

Aparentemente, era a época da Inquisição, e eu estava sendo levada para ser queimada, acusada de bruxaria, simplesmente por praticar minhas artes de cura. Estranhamente, eu não estava com medo, só com raiva. Como eles ousavam punir-me (e a muitos outros como eu) por tentar ajudar as pessoas que precisavam de cura? Estava frustrada pela estupidez, não pelo ato de violência em si, e tinha consciência de que esse sentimento era direcionado aos homens que me levavam.

Tenho uma vaga lembrança de chamas e de vários rostos que debochavam de mim. Essa regressão aconteceu há dez anos, e, embora os detalhes não estejam mais tão claros, a experiência continua tão vívida como antes.

Descobri mais tarde que a experiência que pareceu durar poucos minutos levou quase uma hora. O desconforto nas pernas era mesmo causado por estarem amarradas com uma corda. O que mais me surpreendeu foi que eu tinha passado os últimos vinte anos sofrendo de psoríase no lugar exato onde sentia a fricção das cordas. Na verdade, a aparência das minhas pernas me constrangia tanto, que eu usava sempre calças compridas.

Após a regressão, a facilitadora, uma mulher maravilhosa que também estava lá como participante, me disse que percebeu, intuitivamente, que a raiva que eu sentia dos homens estava ligada às erupções em minhas pernas. Felizmente, alguém teve a ideia de tirar uma foto das feridas, para referência futura. Estou feliz por ter essa foto, pois agora, dez anos depois, minhas pernas estão quase totalmente curadas. O processo de cura começou logo depois da regressão e continuou durante seis meses, até eu me livrar da doença.

É interessante ressaltar que ainda sofro uma pequena recaída sempre que fico estressada, o que me adverte para deixar de lado qualquer emoção negativa ligada àquela experiência.

Hoje, trabalho como terapeuta de regressão, atuando em Perth, no oeste da Austrália, e testemunho muitos resultados semelhantes em meus próprios clientes. A crença de Brian, de que nossas experiências acontecem de acordo com nossa memória celular, faz todo o sentido quando reflito sobre a cura emocional e espiritual que eu e muitos de meus clientes experimentamos durante nosso trabalho de regressão. Quando a lembrança é liberada e tornada consciente, o processo de cura acontece automaticamente, na maioria dos casos.

Testemunhei um caso de cura espontânea de uma dor no seio que existia havia anos, apesar de a mulher que eu estava regredindo duvidar da veracidade de sua experiência. Mais tarde, ela me escreveu para dizer que esse sintoma nunca mais voltara.

*Valerie Coventry*



Esse é um maravilhoso relato sobre o poder da terapia de vidas passadas. O resumo da história de Valerie foi expresso de maneira clara: “Quando a lembrança é liberada e tornada consciente, o processo de cura acontece automaticamente, na maioria dos casos.” A psoríase pode ser muito difícil de sanar, mas Valerie conseguiu curá-la apenas com a lembrança. Em seu caso, ela não precisou de medicação ou qualquer outro tratamento. Quando usamos a terapia de regressão a vidas passadas para tratar doenças ou sintomas mais graves do que a psoríase, pode-se continuar com os tratamentos convencionais enquanto o paciente se submete às regressões. Essa é a essência da medicina complementar – o uso de modalidades terapêuticas simultâneas. Não importa qual das técnicas é a mais eficaz, desde que a cura seja alcançada.

A regressão de Valerie demonstra outras características de uma experiência de vidas passadas, além da remissão dos sintomas. Sua sensação de distorção do tempo (uma hora parecia poucos minutos) é sinal de que ela alcançou um nível profundo de relaxamento e concentração. Nesse nível, os medos podem ser dissolvidos e/ou a cura emocional, obtida. O barulho do ambiente não interferiu, pois o inconsciente percebeu a oportunidade de cura e ignorou as distrações. Não é necessário um local livre de estímulos sensoriais para atingir esse estado profundo e altamente focado. Além disso, a mente consciente de Valerie observava e comentava, enquanto ela experimentava as cenas de vidas passadas. Ela compreendeu o detalhe da roda de madeira, embora permanecesse em um alto estado de concentração. O caso de Valerie deve ser conhecido e divulgado,

pois revela, genuinamente, as nuances e a essência da terapia de regressão a vidas passadas.



## ALERGIAS ANTIGAS

Tudo começou quando eu estava saboreando uma sopa em um agradável restaurante mexicano e comecei a sentir coceira nos olhos e no nariz. Achando que era reação alérgica, tomei um antialérgico e fui para casa.

Ao chegar, comecei a sentir dificuldade de respirar. Meu rosto estava vermelho e inchado, minha garganta foi se fechando e entrei em pânico. Peguei um táxi e corri para um hospital. A enfermeira que me recebeu levou-me imediatamente para a emergência, aplicou uma medicação intravenosa e chamou ajuda. Reuniram-se vários médicos e enfermeiras ao redor da minha cama. Aos poucos fui melhorando, mas fiquei extremamente assustada, sem saber o que causara aquela reação quase fatal. Como sou enfermeira, eu sabia que devia ser algo que eu tinha ingerido.

No dia seguinte voltei ao restaurante e conversei com o chefe de cozinha, que foi muito atencioso. Ele me entregou pequenas embalagens com os temperos que usara na sopa, e eu as levei ao alergista, para fazer um teste de sensibilidade de alergias de pele. Tive uma reação tão violenta ao cominho que o alergista precisou administrar adrenalina ali mesmo, no consultório. Ele me disse que nunca tinha visto uma reação tão forte a um tempero.

O alergista me encaminhou a um centro de pesquisas, na esperança de que descobrissem algo sobre aquela grave reação ao cominho. Depois de uma semana passando por toda a sorte de exames, ninguém conseguiu determinar o que teria causado a reação. Eles também nunca tinham visto nada parecido.

Nos seis meses seguintes sofri cinco choques anafiláticos após ingerir alimentos que, segundo garçons e chefes, não continham cominho, mas que possuíam esse tempero na massa ou no molho. Essa alergia era um risco à minha vida, e o mais perturbador era o fato de que o cominho podia estar escondido em qualquer comida e qualquer tipo de molho. Isso fez com que eu passasse a me alimentar só de salada e sorvete. Entretanto, como não podia me conformar com a situação, entrei em contato com especialistas em nutrição e alergistas, e li tudo o que encontrei sobre o assunto. Mas nada resolvia o problema. Um dia, desesperada e louca para descobrir algum tratamento alternativo, liguei a

televisão e assisti a uma entrevista na Oprah Winfrey com o Dr. Weiss. Enquanto ele falava, por alguma estranha razão eu fiquei atenta. Algo mexeu comigo, e procurei informações na internet sobre regressão a vidas passadas. Comprei dois livros do Dr. Weiss e li mais sobre esse fenômeno. Dois anos depois e localizei um seminário em Chicago, no qual o Dr. Weiss ia falar. Minha filha e eu voamos para lá, mas, depois de participar de três sessões de regressão com o Dr. Weiss, nada aconteceu.

A última sessão daquele seminário chamava-se “Entrando em sintonia com O’Brien.” Naquela época, eu não sabia o que isso significava, mas, como tínhamos duas horas livres até o nosso avião partir, resolvemos participar. Minha filha foi selecionada para fazer uma pergunta para O’Brien. Quando ela perguntou sobre minhas reações alérgicas ao cominho, ele respondeu: “Ah, eu sei, e ela também é alérgica a dois outros temperos.” Minha filha quis saber como poderíamos tratar o problema, e O’Brien respondeu que eu precisaria de uma regressão a vidas passadas, pois eu morrera por causa daqueles temperos em duas vidas anteriores. Fiquei chocada.

Descobri uma mulher em Houston, no Texas, que poderia me ajudar a fazer uma regressão. Voltei para uma vida passada em que estava grávida de cerca de cinco meses e tinha muitos enjoos. Uma vizinha tentou me ajudar, oferecendo-me um condimento e água. Eu me vi usando um vestido branco, sentada numa cama, morando em um chalé de madeira, com o chão sujo. Era provavelmente alguma época do século XIX. Eu tinha vinte e poucos anos, e éramos as duas únicas pessoas em casa naquele momento. A mulher cometeu um erro e colocou cominho em excesso na água para acalmar o meu estômago, o que provocou minha morte. Eu me senti culpada por ter matado o bebê dentro de mim e chorei. A pessoa que conduzia a regressão me pediu para localizar a alma do bebê, mas não consegui. Percebi, então, que eu não estava realmente grávida como imaginara. Era um tumor, mas naquele tempo não havia exames para determinar isso, e, como minha barriga só fazia crescer, concluí que se tratava de gravidez. Assim que soube que não era responsável por dar fim à vida do que eu achava que fosse o meu bebê, eu me senti bem. Voltei ao alergista para um teste de pele com cominho, e dessa vez, ao contrário do que acontecera anteriormente, o teste deu negativo. O médico me fez comer comida mexicana com cominho em seu consultório, enquanto a enfermeira me observava. Não houve reação. Foi incrível; eu sentia que tinha recuperado a minha vida. De fato, descobrir minha vida passada me devolveu a vida presente.

*Sandy*



Como não tenho muita familiaridade com o cominho, fiz algumas pesquisas depois de ler a história de Sandy e aprendi que ele é um dos temperos mais antigos e usados em todo o mundo.

No sul da Ásia, o chá de sementes de cominho é um remédio tradicional para problemas gastrintestinais e enjoo matinal. Assim, Sandy, no século XIX, por acreditar que estava grávida e que sofria de dor de estômago, recebeu chá de cominho. Mas a Sandy do século XXI não tinha ideia de que essas práticas existiam.

A história de Sandy ilustra muito bem todo o processo. Ela realmente precisou lembrar-se de uma vida passada específica para curar sua grave alergia ao cominho. Por acaso, Sandy ligou a televisão e me viu no programa de Oprah Winfrey. Então, voou até Chicago, tentou três regressões em grupo, compareceu à sessão de sintonização porque havia tempo antes do voo e viu sua filha ser selecionada para fazer uma pergunta, o que confirmou a causa de sua alergia em uma vida passada. Ela foi a Houston e descobriu os detalhes. A alergia que ameaçava sua vida desapareceu, até mesmo quando testada diretamente no consultório médico.

Existe uma inteligência sábia, amorosa e infinitamente compassiva guiando as nossas vidas todo o tempo. Nossa profunda sabedoria intuitiva é capaz de acessar esse processo, discernir a direção e entrar em contato com o divino.

Em uma lembrança de vida passada que aconteceu na Noruega, há centenas de anos, Margareth caiu de um arado. Ela nunca tinha estado na Noruega em sua vida presente, mas soube, na regressão, que se tratava desse país. Ela caiu de costas e feriu-se na nuca. No dia seguinte, a dor intensa que ela sentia nos ombros e no pescoço na vida atual tinha desaparecido.

Natalia lembrou-se de uma vida passada, quando era criança, na Europa, séculos atrás, na qual ela precisava esconder suas habilidades mediúnicas, sua capacidade de curar e seu conhecimento sobre ervas. Seus familiares também eram forçados a mascarar seus talentos, pois seriam mortos se as autoridades os descobrissem. Anos depois, quando jovem, naquela mesma existência, ela resolveu mostrar o que sabia e foi queimada, confirmando o risco de vir a público naquela época. Em outra vida passada, ela foi torturada e morta por ser uma “bruxa”, apenas porque curou com suas ervas. Na vida presente, a forte dor nas articulações que tanto a incomodava melhorou depois dessas duas

lembranças.

Recebi uma mensagem de uma australiana contando que sofria de terríveis dores nas mãos devido à artrite havia mais de uma década. Ela já estava conformada em conviver com a dor. Após participar de meu seminário em Brisbane, em 2011, ela não teve mais dores nas mãos – nada. A cura, ela disse, foi poderosa e intensa.

Outra pessoa que participou do mesmo evento em Brisbane escreveu contando sua história de cura. Sendo hindu, a mulher aprendera sobre reencarnação na infância. Entretanto, nunca soubera que meditação e regressão a vidas passadas poderiam curar. Ela sofria de asma desde pequena e usava remédios diariamente. Um mês após o seminário, tinha se recuperado dessa doença. Aquietar a alma e abrir as portas ao passado pode nos ajudar, literalmente, a respirar com mais facilidade.

As pessoas que têm lembranças de vidas passadas ou experiências espirituais costumam curar-se ou minorar males físicos, agudos e crônicos, inclusive artrite, enxaqueca, asma, sangramentos, dores agudas, problemas nas articulações e até derrame ocular. Os indivíduos que escreveram as quatro histórias que se seguem pertencem a culturas totalmente diferentes, mas a semelhança entre seus relatos é impressionante.



## CURANDO O CORPO E A MENTE

Eu li todos os livros do Dr. Weiss e eles mudaram a minha vida. Por volta de 2003, eu tinha perdido a fé por causa de uma série de acontecimentos. Um dia, um colega de trabalho de minha mãe lhe deu de presente o primeiro livro do Dr. Weiss, dizendo que sua leitura poderia mudar a vida dela. Ele tinha razão. Nós duas o lemos, e acredito que ambas crescemos em todos os aspectos.

Em 1998, sofri um acidente gravíssimo. Quase perdi a perna esquerda. Por um longo tempo perguntei a mim mesma por que aquilo acontecera. Durante uma regressão, eu me vi em uma vida passada na qual morrera muito jovem devido a um acidente que me amputou a perna. Eu vivia em uma bela casa e conhecia as pessoas ao meu redor: minha mãe naquela vida era a minha irmã mais velha na vida atual; minha prima era a minha irmã do meio; e minha avó era nossa mãe atual. Acredito que é por isso que somos tão próximas e nos

amamos tanto. Vi a minha morte e todos os preparativos para o funeral. Mais tarde, descobri que o que eu vira eram os rituais tradicionais nas ricas famílias da Espanha, nos anos 1800. Depois de muito meditar, percebi que ter cicatrizes profundas de acidentes nesta vida não era o pior que poderia ocorrer. Isso me ajudou a lidar com a dor, e hoje ela não me afeta mais.

Em outra ocasião, eu me vi como uma mocinha em uma casa enorme, que parecia um castelo. Eu tinha uma irmã, que reconheço como minha prima mais velha. Meu pai é o mesmo desta vida. Ele era um homem poderoso. Eu tinha um casamento arranjado com o homem que hoje é o meu marido. Eu me sentia tão feliz quanto sou atualmente. No início, não entendi muito bem o significado daquela lembrança. Mais tarde me disseram que era uma resposta à pergunta que eu me fazia havia muito tempo. De fato, eu sempre me perguntei se tinha tomado a decisão certa ao me casar. Desde então, não sofro mais dessa insegurança.

Particpei do seminário do Dr. Weiss em Orlando, em 2010, com minha mãe e uma prima que veio de outro país. Naquele dia, tive a oportunidade de me livrar permanentemente de uma dor no lado esquerdo do quadril que me incomodava havia meses. Hoje faço meditações sempre que posso, e elas têm me ajudado com a artrite no joelho esquerdo.

*Jessica*



A “perda de fé” de Jessica foi revertida graças a sua coragem, sua motivação em ajudar a si mesma e o poder terapêutico de suas regressões. Ela não apenas curou a perna e o quadril esquerdos, mas também descobriu conexões de vidas passadas com muitos membros da família. Suas questões particulares foram respondidas e suas dúvidas e inseguranças, resolvidas.

Os males físicos foram sanados através de regressões também no caso do paciente de Maria, que conto a seguir.



## LEMBRANÇAS DE ENXAQUECAS

Sou assistente social e venho utilizando hipnoterapia e regressão a vidas passadas

em meu consultório desde que participei de um dos treinamentos de uma semana de duração no Instituto Omega, em 2001. Tenho paixão por abrir para as pessoas a porta para a existência do pós-vida e para a imortalidade de suas almas. Além de sessões individuais, também realizo seminários e participo de programas de rádio e televisão locais, sempre com o intuito de tornar nosso trabalho conhecido. Uso a seguinte história como exemplo de cura através da regressão a vidas passadas.

Aos 35 anos, David veio me procurar como último recurso. Ele sofria de terríveis enxaquecas desde os 22 anos, quando se alistou na marinha. Tentara tratamentos médicos convencionais, sem conseguir bons resultados. As enxaquecas afetavam seus estudos, seus empregos (já que ele faltava ao trabalho e acabava demitido) e sua carreira. Descobrimos três vidas passadas nas quais ele morreu devido a um golpe na cabeça.

Na mais significativa das três, ele, aos 22 anos, estava na marinha, durante a guerra hispano-americana, servindo em um navio no Caribe, escavando carvão, quando um colega o atingiu na cabeça acidentalmente com uma pá, deixando-o paralisado e em uma cadeira de rodas. Ele foi dispensado e viveu mais um ano em profunda depressão, sentindo dores excruciantes, até a sua morte.

As enxaquecas de David melhoraram de maneira significativa após a regressão e se tornaram mais controláveis. Cada área da cabeça onde as enxaquecas ocorriam na vida atual correspondiam a cada um dos três golpes que ele sofrera nas vidas passadas.

*Maria Castillo*



A enxaqueca é um problema que maltrata a humanidade há milênios. Embora novos e eficazes medicamentos tenham sido desenvolvidos, todos têm efeitos colaterais. Lembrar-se de vidas passadas é algo não invasivo e sem efeitos colaterais. É uma terapia que permite que a enxaqueca seja aliviada, ao mesmo tempo em que uma sabedoria espiritual maior vai sendo alcançada. David beneficiou-se bastante desse processo.

O Dr. K. C. Vyas, que nos conta a história a seguir, não usava regressão a vida passadas com seus pacientes, como Maria fazia. Em vez disso, usava todo o seu arsenal de ferramentas como cirurgião aqui, no plano físico, para ajudar a curá-los, e depois consultava o reino dos céus. Há muito mais milagres do que a medicina moderna pode sequer começar a explicar.



## ANJOS DA GUARDA

Minha filha é psicóloga na Índia e fez seu treinamento nos Estados Unidos. Nós dois lemos os seus livros. Uma vez, ela me falou sobre anjos da guarda. Em caso de dificuldades, nós, na Índia, pedimos a Deus e a outros, como Hanuman ji, Bheru ji e Ganesh ji, para nos ajudar. Eu gostaria de compartilhar uma experiência que tive com esses anjos.

Eu estava operando uma paciente com problemas de vesícula. Após remover o órgão, houve um sangramento torrencial no local adjacente à vesícula. Em apenas um minuto, a paciente perdeu meio litro de sangue. Como eu não sabia a origem da hemorragia, coloquei compressas e orei. Pedi aos anjos da guarda que ajudassem a salvar a paciente. Ela foi levada para a UTI, onde a situação foi administrada.

Setenta e duas horas depois, levei a paciente para remover as compressas. Com toda a precaução, reabri o abdome, retirei as compressas e o sangramento aconteceu outra vez. Recoloquei as compressas e pedi aos anjos que nos ajudassem.

Para minha surpresa, a hemorragia cessou. A área ficou totalmente seca, como se nenhum sangramento tivesse acontecido. Até hoje não sei de onde o sangue vinha. A paciente sobreviveu, graças aos seus anjos da guarda.

Em outro caso, ao operar um senhor mais velho que tinha uma úlcera no duodeno, precisei fazer uma laparotomia e uma duodenotomia a fim de ligar o vaso que estava sangrando. No quinto dia, houve uma hemorragia que normalmente leva a uma fístula duodenal, com grande perda de fluido, e à morte. Naquela noite e na manhã seguinte orei a Deus, pedindo que ele intercedesse. O sangramento parou e o paciente recebeu alta. Está vivo até hoje.

As nossas orações são ouvidas. O universo inteiro conspira para o bem-estar do paciente.

*K. C. Vyas*



O que chamamos de graça é a intervenção de uma força sábia, amorosa e divina para nos ajudar de alguma maneira. É a essa força que chamamos de Deus? Talvez todas as energias e manifestações – pessoas, animais, plantas,

pedras, qualquer coisa sob a forma física – venham de uma força suprema, seja ela chamada de “Deus”, “poder superior” ou qualquer outra denominação. E todos nós também nascemos do divino, pois o divino está em cada átomo do nosso ser. Os anjos também podem nos ajudar aqui? Talvez todos os seres superiores sejam intermediários de Deus na Terra e manifestações da fonte de energia. Lidar com todos os seres com compaixão e cuidado é reconhecer a divindade comum que todos compartilhamos.

Outro notável caso de cura física nos é apresentado por Miriam.



## VISÃO PERFEITA

Sofri um derrame no olho esquerdo há cerca de quatro anos. Naquela época, eu fazia viagens de ida e volta entre minha casa em Stuart, na Flórida, e a de minha filha, em Port St. Lucie. Minha filha é advogada, e, como acabara de dar à luz seu primeiro filho, fui ajudar. Nós nos encontrávamos no fórum às oito da manhã, e ela deixava a criança aos meus cuidados. Era um ritual diário que eu adorava. Entretanto, o estresse que causava dirigir em uma autoestrada com tanta frequência acabou prejudicando meu olho esquerdo, que já havia tido problemas cerca de trinta anos antes, quando eu lecionava no ensino médio. Ao atravessar um grande ginásio, uma bola de basquete me atingira no rosto. Um pouco mais tarde, um acidente de automóvel adicionou mais um trauma a esse olho.

Fiquei com dificuldade de dirigir em estradas, pois o derrame ocular afetou seriamente minha visão. Quando consultei os médicos sobre o problema, eles disseram que nada poderia ser feito.

Particpei do seminário no Centro de Convenções de Tampa. O Dr. Weiss conduziu a sessão com um exercício para relaxar e livrar-nos de qualquer dor. Naquela tarde de domingo, ao voltar para casa, em Stuart, descobri que conseguia enxergar com o olho esquerdo. É claro que a visão não é tão clara quanto a do direito. Mas, de qualquer forma, me surpreendi.

*Miriam*



Em meus seminários, ajudo as pessoas a alcançar níveis profundos de paz e

de concentração focalizada. Nesse nível de profundidade, os medos e as doenças podem ser dissolvidos. O corpo e a mente ficam incrivelmente relaxados. A cura através de lembranças de vidas passadas, de meditação ou de qualquer outro meio espiritual ocorre com frequência. Muitas vezes, a remoção dos sintomas é tão sutil que a pessoa só percebe algumas horas depois, como aconteceu com Miriam.

Dizem que os olhos são as janelas da alma. Os olhos de um indivíduo podem estar repletos de assombro e entusiasmo, enxergando cada experiência como uma aventura e uma novidade. Os olhos de uma alma antiga já viram tudo isso antes e são vastas bibliotecas de tempos imemoriais. Imagine quanto nossos olhos já viram durante nossas encarnações: os horrores, a beleza, a felicidade. Eles examinaram a área de cada país, de cada continente, das montanhas da lua, da face de Deus. Por eternidades, eles viram de cima os nossos corpos – esse, aquele e aquele outro, totalmente diferentes –, sabendo que eles não são o que somos. Quando entramos em estado hipnótico durante uma regressão, fechamos os olhos e só então começamos a enxergar.

Por tudo isso, não é de admirar que as aflições de uma vida passada possam se manifestar nos olhos. A visão de Miriam foi restaurada depois de participar de um exercício em meu seminário, como aconteceu à de minha filha Amy, cuja história conclui este capítulo.



## VISÃO ÀS ESCURAS

Por ser filha de Brian Weiss, já me perguntaram várias vezes sobre minhas próprias regressões e se eu descobri todas as minhas vidas passadas. A verdade é que, embora eu tenha participado de centenas de seminários conduzidos por meu pai, raramente vivencio qualquer experiência. Talvez isso se deva ao fato de que, para mim, é só o meu pai lá no palco. De qualquer maneira, não espero, quando participo de regressões em grupo, reviver uma vida passada. Em geral tiro um delicioso cochilo.

Há alguns anos, eu estava trabalhando em um hospital na Filadélfia que se dedicava ao tratamento holístico de pacientes com câncer de mama. Muitos dos profissionais, alguns dos quais praticavam o Reiki, foram trabalhar lá com medicina complementar. Vários deles conheciam o trabalho de meu pai, e todos eram pessoas abertas para aceitá-lo. Por isso, ao vir visitar-me, papai fez uma

demonstração para todos os funcionários do hospital.

Foi justamente nesse seminário, em que minha chance de ter qualquer tipo de experiência de regressão era a menor possível, por estar cercada de colegas e dos meus chefes, que ela aconteceu.

Quando eu tinha 25 anos, fui fazer um exame oftalmológico de rotina e fiquei absolutamente abismada quando a médica disse que eu tinha catarata. Ainda me lembro de estar sentada no estacionamento, logo depois, telefonando para meus pais e dizendo: “Eu tenho catarata!”

Consultei vários médicos e fui submetida a vários exames. Todos concordaram: eu tinha uma catarata congênita, o que queria dizer que eu nascera com ela. Isso era inacreditável, porque eu já tinha feito muitos exames de vista quando era criança e ninguém descobrira catarata em meus olhos. Se eu tivesse nascido com esse problema, será que não teriam descoberto antes? De qualquer maneira, nos anos que se seguiram, toda vez que meus olhos eram examinados, além da catarata ter progredido, havia outros problemas oculares. Chegaram a me avisar que alguns dos problemas mais graves poderiam resultar em uma perda permanente da visão. Ninguém sabia ao certo a causa desses problemas, e eu fui ficando extremamente ansiosa. O que teria acontecido com os meus olhos? Por que, de repente, eu parecia ter os olhos de um velho?

Naquele dia, quando meu pai estava conduzindo a regressão em grupo no hospital, pediu que os participantes pensassem em alguma doença física ou um sintoma em particular, e que fossem até uma vida passada que pudesse explicá-los. Como nós já tínhamos conversado muito sobre o assunto em casa, eu o olhei bem nos olhos e ele sorriu. Aquela ordem, embora relevante para todos os presentes, tinha como alvo o meu problema. Mesmo assim, eu não esperava voltar a uma vida passada, já que, apesar de tantos anos de tentativas, nunca tinha conseguido.

Para minha surpresa, logo me vi como um velho que vivia na Idade Média, talvez nos séculos XIV ou XV. Eu sabia que estava nas florestas da Alemanha ou da França. Eu morava no meio da floresta, meu nome era “Althrimus”, ou “Althrymus”, e eu tinha 50 ou 60 anos, um rosto cansado e cabelos brancos. A pequena cabana de pedras em que eu vivia era circular, com telhado de colmo: só havia um cômodo, muito simples e aconchegante. (Em minha vida presente, sempre me senti confortável em pequenas cabanas ou quartos que outras pessoas achariam apertados.) Eu me vi andando pela floresta todos os dias, catando pedras, folhas e ervas que guardava em minha casa. As pessoas que viviam nas vilas mais próximas se referiam a mim como um “mago”, embora eu não fosse

inteligente de maneira especial, nem tivesse qualquer poder especial. Na verdade, eu era mentalmente incapaz. Mas elas me viam passar tanto tempo lidando com objetos da natureza que concluíram que eu os usava para fazer magia. Não me entendiam, mas eu pouco me importava e não me considerava um mago.

Eu vivia sozinho e raramente me comunicava com outras pessoas. Meu lar era a floresta, e nada me dava mais prazer do que ficar dentro de casa ou andando pela mata. Isso me fez sorrir durante a regressão, pois reconheci que algumas dessas características, embora não tão extremas, tinham me acompanhado até minha vida presente. Mas, por acharem que eu estava planejando algo de mal, as pessoas vieram até minha casa carregando tochas e queimaram tudo o que estava dentro e em volta de minha casa. Não apenas os meus pertences, mas toda a floresta ao meu redor, todas aquelas belas árvores, as minhas amigas. Fui forçada a fugir, deixando para trás minha casa e a vida que eu sempre conhecera. Entretanto, antes que eu conseguisse escapar, o fogo me cegou. Pude ver Althrimus de pé, na minha frente, puxando para baixo as pálpebras inferiores e me mostrando seus olhos, cobertos por uma membrana branca como leite.

*Ah, Althrimus*, eu disse em minha mente, tomada de compaixão por aquele homem tão triste e angustiado. Ele era eu, é claro, mas eu o via a partir da perspectiva de nossa alma do século XXI. O homem que eu era então foi consumido por sua dor psicológica. Ele não entendia por que aquelas pessoas tinham causado tamanha destruição. Ele nunca lhes fizera nada e só queria ser deixado em paz. Era impossível para alguém como ele compreender tanta brutalidade gratuita. Não era a perda da casa ou da visão o que me sufocava mais: era saber que aquela gente queria destruir a minha vida por razões incompreensíveis para mim. Fiquei amargurada, zangada, cheia de autopiedade e me sentindo uma vítima.

Althrimus nunca superou aquela sensação de desespero. Como areia movediça, esse sentimento o engolfou e engoliu. Meu coração se conectou ao dele e senti a sua dor como se fosse minha, o que, na verdade, era, embora, ao mesmo tempo, não fosse. Fiquei sentada, na frente de meus colegas de trabalho, com lágrimas correndo pelo rosto, chorando de compaixão.

Nesse momento meu pai perguntou ao grupo se havia alguma mensagem a ser aprendida na vida que estávamos experimentando. Como resposta, Althrimus continuava apontando para seus inúteis olhos brancos. “Nuvens de tristeza”, ele me disse.

O duplo sentido da mensagem logo me chamou a atenção. Uma catarata é

uma nuvem no cristalino, a lente do olho. Os olhos de Althrimus anuviaram-se fisicamente por terem sido queimados; meus olhos tinham nuvens físicas por eu ter sido Althrimus. Ele jamais se libertou daquela profunda dor, nem depois de sua morte, nem depois de ter reencarnado no corpo que eu agora habito. Por isso, eu também permiti que minha visão do que é a Terra ficasse nublada, a visão da bondade ou da maldade dentro das pessoas, a visão das dores da vida. Por certo, nesta vida eu também tive minhas tristezas, como todo mundo, e muitas vezes achei que não iria superá-las. Talvez eu estivesse permitindo que aquela nuvem negra e obstinada continuasse a pairar sobre a minha cabeça para obscurecer a minha visão na vida presente. Talvez meus olhos estivessem mesmo feridos, mas não da maneira como eu tinha entendido.

Por mais significativa que tenha sido essa descoberta naquele momento, acabei me esquecendo dela. Então, algum tempo depois, consegui marcar uma consulta num centro de oftalmologia reconhecido nacionalmente. A médica que me atendeu, uma famosa especialista na área, examinou a minha catarata. Dessa vez, porém, a descrição foi bem diferente.

“Sua catarata não é congênita”, ela disse. “É resultado de um trauma.” Fez um desenho das minhas lentes, mostrando como algum evento traumático desconhecido tinha ferido o meu olho. Deixei então de me preocupar com o problema. Ele não progrediria, afirmou a médica, porque tinha sido um “acontecimento pontual”. Ela não podia saber que aquilo acontecera na Idade Média. Não estava afetando a minha visão, ela disse – e não afetaria. (De fato, seis anos e meio após meu diagnóstico inicial, ao fazer outro exame de rotina, me informaram que não havia mais nenhuma catarata.) Parece inacreditável e ao mesmo tempo perfeitamente possível que minha lembrança do passado tenha sido responsável por reverter esse quadro.

Cerca de três anos após a regressão no hospital, quando eu estava me formando em hipnose, aprendi a hipnotizar a mim mesma. Um dia, tentei, através de um transe autoinduzido, visitar Althrimus e falar com ele. Eu o encontrei em sua pequenina cabana queimada, onde nos sentamos e colocamos em dia as novidades dos últimos 700 anos. Contei-lhe tudo o que nós dois tínhamos nos tornado. Ele ficou radiante, seu rosto irradiava orgulho enquanto ouvia como era o seu eu futuro. Mas talvez a parte mais divertida e desafiadora tenha sido contar para ele quanto eu gostava de fotografia. Foi complicado explicar o que era uma câmera e como ela funcionava. Ele ficou fascinado, sua expressão era intensa enquanto ele, um homem medieval, imaginava o que uma fotografia poderia ser. Na minha vida atual, sinto que poucas coisas são melhores

do que estar sozinha, em meio à natureza, fotografando os pássaros e as flores. Althrimus ficou feliz em saber que seu amor pela floresta não morrera e que a beleza da natureza estava sendo guardada para a posteridade.

Ele e eu ainda estamos aprendendo a enxergar o mundo com clareza. É um processo que se estende por séculos e existências, e pode prosseguir por muito mais tempo. Mas acho que nós dois concordamos que estamos prontos para que as nuvens sejam retiradas de nossos olhos.

*Amy Weiss*



Desde que era apenas um bebê, Amy tinha o dom de iluminar tudo ao seu redor. Sua luz era suave e reconfortante, uma luz interior, mais como uma lanterna de papel do que uma tocha ardente. Era uma luz cheia de suave compaixão, e ela sempre gostou de cuidar de animais e da natureza. À medida que foi entendendo a origem de seu problema visual, seus olhos físicos se desanuviaram. Mas os olhos do seu coração sempre foram claros e abertos, e, como os olhos de uma águia, também são aguçados e conseguem enxergar a fraude e a hipocrisia no cerne de uma pessoa. Nossos corações enxergam o que nossos olhos não conseguem ver.

Há quase 800 anos, o monge Zen Dogen Zenji escreveu: “Aproxime-se de todas as coisas e de todos os seres com bondade em seu rosto.” Essas palavras permanecem sábias e verdadeiras. Desde o começo da história do ser humano, a bondade é reconhecida como uma virtude suprema. Quando nossos corações se abrem e derramam benevolência, amor e compaixão, o gênero humano atinge o seu mais alto potencial.

Althrimus, um homem simples, foi capaz de sentir e expressar bondade para tudo o que o rodeava, os animais e a natureza. Ele não foi confundido pela instrução ou pelo intelecto. Como uma criança, manteve sua inocência até que a multidão enfurecida lhe roubasse a alegria, além da visão.

Roubar a felicidade e a alegria de uma pessoa é um ato terrível. Nutrir as pessoas e ajudá-las a alcançar a paz, a felicidade e a realização de seus sonhos é um ato divino.

“Amy” é a essência espiritual, ou alma, conectando suas várias existências. Ela não é um determinado corpo ou mente. Ao contrário, ela é a essência contínua e eterna. Ela é imortal, como todos nós. Por isso, Althrimus, no final de

sua existência, não morreu. Apenas o seu corpo morreu, mas ele seguiu em frente, reencarnando como Amy no século XX. Reconhecer a nós mesmos como almas, não como corpos, muda a nossa forma de perceber a morte, tanto a nossa quanto a de nossos entes queridos, pois estamos sempre nos reconectando. O próximo capítulo retrata, com bastante clareza, a nossa imortalidade e nos mostra como a consciência da eternidade pode aliviar a força sufocante da dor.

## CAPÍTULO 6

# Libertando-se do luto

O luto pode ser tão devastador e doloroso que suga toda a alegria da vida, tornando o nosso cotidiano um fardo insuportável. Dez anos depois da morte de meu primeiro filho, Adam, aprendi, no silêncio do meu consultório, enquanto Catherine começou a se lembrar de suas vidas passadas, que nós somos almas, não apenas corpos, que somos todos eternos, e que nos reuniremos aos nossos entes queridos. Mas eu não sabia de nada disso quando Adam morreu.

A morte inesperada de Adam, em 1971, com vinte e três dias de vida, acabou por ser o fio condutor do meu trabalho. Sofri após a morte do meu pai, mas muito mais com a morte de Adam, pois a perda de um filho é uma aberração da ordem natural das coisas. Todas as esperanças são destroçadas, e o coração fica partido. A dor é incomensurável e assombrosa. Conheci a sua profundidade na pele e por isso entendo completamente a dor daqueles que estão vivendo esse processo. Desde aquela época, aprendi sobre a continuidade da consciência após a morte do corpo físico. Aprendi que nossos entes queridos continuam vivos, apenas estão do outro lado, e que vamos nos reencontrar muitas e muitas vezes. Quando o medo da perda definitiva é removido, o luto deixa de ser asfixiante.

As cinco histórias que se seguem demonstram como o fato de adquirir uma sabedoria espiritual pode curar o luto e restaurar a paz interior em nossas vidas. Elas nos lembram que o amor nunca se perde. As lembranças de vidas passadas, da fase pré-natal e da infância, assim como as experiências místicas, são apenas algumas das maneiras pelas quais esse conhecimento pode ser adquirido. Talvez a leitura de cada palavra deste capítulo seja outra maneira.

Quando o terrível fardo do luto é tirado de nossos ombros, nós nos sentimos mais leves e mais vivos outra vez. Vivi esse processo e me sinto extremamente grato por ter revivido.

Deixe que essas histórias regenerem também a sua vida.



## UMA VASTA EXPLOSÃO DE AMOR

Meu marido, Richard, e eu tivemos um casamento problemático e quatro filhos maravilhosos. Quando ele se aposentou como piloto de uma companhia aérea, nós nos mudamos para o meu país de origem, a África do Sul, para a pequena cidade de McGregor, na despovoada região do Cabo. Ali, cercada de montanhas e da beleza das estepes, eu ansiava por algo que, dentro de mim, chamava grandiosamente de “o significado da vida”. Descobri os cinco livros do Dr. Weiss e os li e reli com alegria, sentindo uma ressonância imediata. Aquilo tudo era verdade; aquele era o significado pleno e abrangente que eu tanto buscava. Meu marido comentou: “Lee, você está esquisita.”

Nos anos que se seguiram, vivemos como antes – não infelizes, mas dando o melhor de nós mesmos. Passei seis semanas fora, visitando nossos filhos, e quando voltei Richard estava diferente. Ele também tinha lido os livros de Brian. Com enorme prazer, descobrimos que podíamos falar abertamente sobre qualquer assunto, e os meses seguintes foram os melhores de nossas vidas juntos. Pela primeira vez, conseguíamos dizer um ao outro que nos amávamos de maneira incondicional e começamos a fazer as mudanças necessárias e, agora, possíveis.

Em 2002, fomos à França para tomar conta da casa de nosso filho mais velho, Will, enquanto ele e a esposa estavam viajando. A alegria do relacionamento entre nós prosseguiu e cresceu. Fomos a Andorra e, durante um jantar naquele belo país, falamos sobre a imensa felicidade que ambos sentíamos. Richard me disse:

“Se eu morresse esta noite, Lee, tudo teria valido a pena só pelo que temos agora.”

Richard morreu dois dias depois de um ataque cardíaco fulminante. Eu estava com ele na UTI do hospital. Suas últimas palavras para mim foram: “Eu a amo para sempre” e um sussurrante “nós *vencemos!*”.

Nossos dois filhos mais velhos vieram correndo e nos abraçamos aos prantos, sentindo uma dor lancinante e repetindo o nome de Richard. Naquela noite, Will e James levaram nosso cachorro para caminhar. Quando atravessaram o portão, ouvi Will dizer: “Papai construiu essas colunas para mim no ano passado.” Então James abraçou uma das colunas e permaneceu ali.

Sozinha no terraço, andei de um lado para outro, chorando. De repente, dei um pequeno passo e entrei em um estado de paz total. Prendi a respiração para não dissolver aquele momento, mas precisava respirar outra vez. A paz

permaneceu. Arfando, sussurrei para mim mesma: “Ah, Richard, se você estivesse aqui e eu lhe contasse isso, você diria: ‘Lee, você está esquisita de novo.’”

Naquele instante, os braços de Richard me envolveram e me seguraram com força. Ele disse: “Esquisita? Lee, você não sabe da metade. É tão... maravilhoso!”

Foi como se eu me transformasse em um bloco de gelo. Percebi, vagamente, a chegada de meus filhos. Carinhosamente, eles me fizeram sentar em uma cadeira no terraço. Mantive os olhos fechados, desejando poder dizer-lhes o que acontecera, mas ambos eram céticos e pensariam que eu estava delirando. Então, apenas segurei as mãos dos dois.

De repente, James tirou abruptamente as mãos da minha. Olhei para ele e vi que seu rosto estava vermelho enquanto ele gritava: “Não adianta! Preciso contar. Talvez eu esteja maluco, mas, quando fiquei perto da coluna, fui tomado por uma paz maravilhosa. Estava começando a me achar culpado, quando senti papai me abraçar e dizer no meu ouvido: ‘James, James, está tudo bem. Tudo está exatamente como deveria ser.’”

Antes que eu pudesse reagir, Will colocou os dois braços sobre a cabeça e exclamou: “Ah, meu Deus, obrigado. Obrigado, James! Achei que estava louco também. Aconteceu o mesmo comigo. Fiquei ali, na cerca, e senti um alívio e uma paz total. Então, quando comecei a me sentir culpado, papai me abraçou, um verdadeiro abraço de pai, e me disse no ouvido: ‘Will, Will, tudo está exatamente como deveria ser.’ Ele me pediu para abrir os olhos e ver, e eu consegui enxergar através de tudo... e tudo era amor!”

Então contei a minha experiência. Passamos o resto da noite em silêncio, exceto quando Will e James diziam um ao outro: “Com certeza!”

A sensação de paz nos amparou nos dias seguintes quando meu filho mais novo foi para McGregor comigo e me ajudou a estabelecer uma nova rotina. Eu estava angustiada outra vez. Minha dor era tanta que eu só conseguia seguir em frente se carregasse comigo um dos livros do Dr. Weiss, mesmo que fosse ao mercado. Contei à minha irmã o que acontecera a mim e a meus filhos na noite em que Richard morreu. Ela, que pertencia a uma religião fundamentalista, reagiu de forma indignada, chamou-me de bruxa e, dali em diante, parou de falar comigo e de responder a minhas mensagens. Entretanto, eu estava determinada a continuar a mudar, a me tornar a pessoa que nasci para ser. Chorando a maior parte do tempo, passei a investir para aprender a ser não apenas amorosa, mas a ser amor. Caminhei muitas vezes sozinha pelas estepes.

Em uma manhã de domingo levei meus quatro cachorros para uma de nossas longas caminhadas por lugares completamente desertos. Foi então que comecei a

ter lembranças claras de uma vida passada há muito tempo. Tentei abandonar esses pensamentos, até que me vi sentada a uma mesa coberta de pétalas, em um jantar à luz de velas. Era durante a Idade Média. Estava ao lado de um homem de grande cultura, para quem eu não conseguia olhar devido à minha timidez. Eu tinha 16 anos e estava apaixonada por ele. De repente, vi a mão do homem, seus dedos brincando com uma noz, rolando-a de um lado para outro, exatamente como Richard fazia com moedas e pequenos objetos. Meu coração acelerou. Quem quer que fosse aquele homem, era Richard. A visão se desvaneceu e eu me acalmei. Então, os quatro cães saíram correndo, subindo um aclive onde Richard costumava me esperar quando caminhávamos juntos por ali. Os cães se sentaram em semicírculo, abanando os rabos, e eu tive certeza de que encontraria a paz da presença de Richard naquele local.

E encontrei, por um instante. Mas ouvi, com toda clareza, Richard dizer ao meu lado: “Você nasceu no ano 1100.” Levei um susto e voltei, arrastando meus pobres cachorros e gritando a cada passo “Prove! Prove!”, enquanto corria para casa.

Em busca de apoio, fui ver um amigo que, embora naquela época não aceitasse a reencarnação, tinha sido muito bom para mim e conhecera Richard muito bem. Esse amigo, Manie, também não acreditava que os sonhos tivessem alguma importância. Eu o encontrei deitado na cama, com uma perna dobrada e o tornozelo da outra sobre o joelho. Ele estava olhando para fora, para um jacarandá em plena floração. Assim que me viu, Manie disse:

“Lee. Tive um sonho muito impressionante.”

Ainda olhando para a janela, ele prosseguiu:

“Sonhei que estava num jardim lindo. Um gramado muito verde e as flores, ah, o perfume das flores. Caminhei pelo gramado e então vi Richard andando em minha direção. Nós nos encontramos e nos abraçamos. Ele me pediu para fazer uma coisa por ele. ‘É claro’, eu respondi, ‘qualquer coisa, Richard.’ ‘Lee estará aqui mais tarde’, ele disse. ‘Você lhe daria um recado?’”

Então Manie sentou-se na cama e se desculpou:

“Lee, a mensagem não tem o menor sentido. Nenhum. Mas eu prometi a Richard.” Ele me olhou com muita tristeza. “Richard pediu: ‘Diga a Lee que há 900 anos e eu sou um grande, um enorme golfinho.’”

Trinta anos antes, quando era piloto de caças, Richard voara pela Royar Air Force com o 19º Esquadrão e ficou encantado ao saber que o emblema do esquadrão era um golfinho. Quando viu golfinhos pela primeira vez, ele se apaixonou por eles. Mostrando uma foto do gigantesco avião de guerra, com seu

nome escrito do lado, ele apontou para o golfinho na cauda e disse, com orgulho: “Agora eu sou um golfinho!” Mais tarde, quando saiu da RAF e foi para a British Airways, perguntei se ele sentia saudades de ser um golfinho. Conversamos sobre a ameaça de uma guerra nuclear, e Richard disse que, se sobrevivesse, me mandaria uma mensagem, mas que eu só deveria acreditar que a mensagem era dele se aparecessem nela as palavras *Eu sou um golfinho*.

Até o momento em que Manie repetiu aquelas palavras, trinta anos depois, eu tinha me esquecido completamente do assunto. Pela primeira vez na vida, desmaiei. Quando voltei a mim, contei tudo a Manie. E ele, maravilhado, também viveu experiências de regressão e acabou aceitando o conceito de reencarnação.

No entanto, eu continuava angustiada. Meus filhos me perguntaram qual era a coisa que eu mais desejava, e respondi, sem hesitar: “Gostaria de ter um encontro com o Dr. Brian Weiss.” Meia hora depois, eles tinham feito todos os arranjos para que eu participasse de um cruzeiro saindo de Nova York em que Brian ia fazer um seminário. Foi na primeira sessão com Brian, que exalava amor e luz no palco, que, guiada por sua voz suave e gentil, voltei a uma vida anterior, na Paris medieval. Tudo começou com um caso de amor com o antigo Richard. E terminou quando eu, aos 18 anos, fui forçada a me tornar freira. Richard se tornou um monge, e passei o resto da vida desolada e infeliz. Eu o vi em sua cela monástica batendo a testa e os braços contra uma parede de pedra até sangrar, gritando o meu nome. Se naquela vida eu soubesse desse fato, meus muitos anos de agonia como freira teriam encontrado alívio.

Mas aquela vida era o oposto da que levo hoje. Na Idade Média, eu não tinha liberdade, enquanto que na minha vida presente sou incrivelmente livre. Fiquei exultante por experimentar aquela regressão. Ela causou a colossal mudança de que eu tanto precisava. Curei-me da dor que me dilacerava o coração desde a morte de Richard. A bênção que recebi ultrapassou qualquer expectativa. Além disso, recebi uma carta de minha irmã que não falava comigo havia muitos anos. Ela se referiu à história que contei sobre os meus filhos quando o pai morreu. Minha irmã escreveu: “Esta manhã, durante minha conversa silenciosa com Deus, Ele me disse que você e sua família receberam uma ampla manifestação de amor e que eu não devia me meter nisso.” E assinou: “Com amor.” Minha vida tem se tornado mais bela, suave e magnificamente plena desde o primeiro momento em que peguei aqueles livros.

*Lee Leach*



Essa história é tão comovente e bela que quero insistir para que você a releia e ouça e sinta as mensagens de Richard como se você fosse Lee, James ou Will. As mensagens são absolutamente verdadeiras. Eu digo “Acredite no processo”, e Richard diz “Tudo está exata-mente como deveria ser”, mas os conceitos são os mesmos. Enquanto escrevo que nós nunca morremos, que nossas almas ou nossas consciências continuam após a morte do nosso corpo físico, Richard vem até nós para demonstrar isso e acrescentar: “Você não sabe da metade. É tão maravilhoso!” A regressão de Lee a novecentos anos atrás promoveu uma compreensão mais abrangente que a deixou em paz. Seu luto foi curado.

Nos anos 1980, quando era chefe do Departamento de Psiquiatria do Centro Médico Monte Sinai, em Miami Beach, na Flórida, eu costumava meditar antes de voltar para casa à noite. Certa noite de inverno, quando comecei minha viagem de volta, observei uma lasca perfeita de lua suspensa baixinho no céu. Uma brisa do mar, de aroma suave, entrava pelas janelas abertas do carro. Uma sensação de profunda paz tomou conta de mim. Naquele momento, uma mudança em minhas percepções ocorreu abruptamente, como se fosse um cofre cuja combinação tivesse sido digitada. Objetos sólidos tinham uma luz dourada ao redor e não pareciam mais tão compactos. Eu quase podia enxergar através de sua transparência. A sensação de paz se expandiu. Eu sabia que tudo era perfeito, que não havia acidentes nem a necessidade de preocupação ou medo. Uma voz suave sussurrou-me aos ouvidos: “Tudo está como deve estar. Tudo está perfeito do jeito que está.”

Eu sei perfeitamente quanto as coisas estão longe da perfeição no mundo físico. Violência, acidentes, doenças e outros traumas parecem acontecer constantemente. Vidas podem ser arruinadas em um instante. É apenas no nível cósmico que tudo é perfeito como deve ser.

A vida física é como uma peça teatral, na qual mudanças inesperadas acontecem o tempo todo no roteiro e o caos reina nos bastidores. Quando os atores deixam o palco e as cortinas se fecham, a comoção da peça termina. Os atores tiram suas máscaras e reassumem suas identidades, deixando de ser os personagens que estão, temporariamente, representando. Nossos corpos atuais são os personagens no palco; nossas almas, os atores. Enquanto estão no palco, durante a peça, os personagens podem experimentar uma terrível calamidade, até mesmo a morte. Mas os atores nunca ficam feridos,

No contexto da própria imortalidade, na eternidade que transcende o tempo, tudo está exatamente como deve estar.



## UM ABRAÇO DE MÃE

Há alguns anos participei de um dos seminários do Dr. Weiss em um cruzeiro no Alasca. Em uma das sessões, o Dr. Weiss conduziu uma regressão em grupo na qual fomos levados de volta ao nosso nascimento. Eu me vi no útero de minha mãe, me vi nascendo, e em seguida aconteceu algo inacreditável. Revivi o momento em que fui colocada nos braços de minha mãe pela primeira vez.

Meus pais morreram com a diferença de cinco meses entre um e outro, quando eu tinha oito anos. Devido a esse trauma, não tenho lembranças de minha mãe. Naquele seminário, durante a regressão, o Dr. Weiss me devolveu uma lembrança muito especial.

Enquanto o Dr. Weiss conduzia a regressão, lembro-me de ter pensado *Esse médico é uma graça*, e, no instante seguinte, eu estava nos braços de minha mãe, que me olhava e sorria. Naquele momento, o Dr. Weiss conduziu o grupo a uma vida passada, mas eu pensei: *Não vou deixar minha mãe de jeito nenhum. Não pude estar com ela durante 43 anos e vou ficar aqui mesmo para aproveitar essa sensação*. E foi o que fiz até que o grupo fosse tirado da regressão.

Antes dessa experiência, eu era um ser adulto sem grandes problemas, mas, desde então, trago no coração um brilho extra que tem se traduzido em uma calma e confiança que não estavam ali antes. É mais ou menos como uma criança que duvida das próprias capacidades e floresce depois que recebe da mãe a certeza de seu amor e apoio.

No dia seguinte ao que minha mãe teria completado 84 anos não pude ligar para ela, então comuniquei-me através de um sonho que atribuo à regressão. A conexão que estabeleci naquele dia deixou uma porta entreaberta para o outro lado, que posso acessar sempre que preciso de minha mãe. Serei eternamente grata por esse maravilhoso presente.

*Patricia Kuptz*



Eu me considero um homem abençoado por poder ajudar as pessoas a terem essas experiências. Lembranças do período pré-natal e dos primeiros dias de vida já foram confirmadas inúmeras vezes por pais e outras pessoas da família. Elas são reais e precisas. Não é difícil recuperar as lembranças dos primeiros momentos de nossas vidas. Primeiro, ajudo a pessoa a entrar em um nível profundo de concentração e relaxamento. Então voltamos no tempo e atravessamos a adolescência e a infância, até chegar no útero. Faço uma contagem regressiva de cinco até um, enquanto o paciente se concentra em uma imagem, uma cena, um cheiro ou um evento. No início pode haver uma imagem parecida com uma fotografia, embora, algumas vezes, pareça mais como um filme. Em outras, não há imagem, mas um sentimento, um saber. Quando aprofundo ainda mais o nível, a cena, em geral acompanhada de sensações, sentimentos e emoções, nos lembra que o amor nunca tem fim, que nossos entes queridos estão vivos em nosso passado, assim como em nosso futuro.

Naquele momento eu não me dava conta de que nas águas geladas do Alasca um milagre estava acontecendo. A vida de Patricia mudou para sempre. O luto que ela trazia no peito havia 43 anos estava se dissolvendo. Um portal para o outro lado se abria. Atravessá-lo pela primeira vez foi uma cura para Patricia, e o que é ainda mais maravilhoso, hoje tornou-se um hábito.

Nossos entes queridos também usam esse portal para falar conosco, embora nem sempre possamos perceber. Eles nos visitam, se necessário todos os dias, para expressar o seu amor, amenizar a nossa dor e, como Jessica descobriu em nossa próxima história, para nos abraçar e dançar conosco pela última vez.



## DANÇANDO PELOS CAMPOS

Jessica, uma professora de trinta e poucos anos, cabelos louros, olhos azuis e voz suave, dirigiu durante várias horas, saindo da parte central da Flórida, para me ver em meu consultório. Ela já era mãe de duas crianças, cujos partos foram feitos por cesariana. Ao engravidar do terceiro filho, optara pelo parto normal, em casa. Durante o processo, o útero de Jessica rompeu-se, a placenta se soltou e Elliot sofreu uma falta de oxigenação fatal enquanto era levado às pressas para o hospital. Foi atendido com presteza, mas era tarde demais. Morreu dez dias depois.

Quando Jessica me contou essa história, senti um enorme peso no coração. Ninguém merece perder um filho, é claro, mas aquela mulher diante de mim era tão gentil e calma que eu jamais poderia imaginar que algo tão devastador lhe tivesse acontecido. Eu pensava na enorme culpa que ela devia sentir por ter feito uma opção que contribuíra para aquele resultado. Jessica lera os livros de meu pai e encontrou consolo neles. Ela se consultava com um terapeuta que a estava ajudando a superar a perda. Fiquei bastante impressionada com a tranquilidade com que ela enfrentava tudo aquilo. Era evidente que uma força de aço se escondia sob o doce exterior de Jessica. Entretanto, era como se ela usasse a dor na parte externa do corpo. Eu podia ver, quase estender a mão e tocá-la. Sua profundidade sem fim me assustou: eu era uma terapeuta jovem ainda, por certo não tinha muita experiência com hipnose, e temia que a viagem até meu consultório acabasse se revelando uma enorme perda de tempo. O que eu poderia dizer para aliviar o sofrimento de Jessica? O que poderia fazer para ajudá-la, pelo menos um pouco, a enfrentar aquela dor?

Jessica descreveu as dificuldades que teve com seus médicos quando deu à luz os dois primeiros filhos. Sua voz suave ficou mais tensa quando ela disse que não confiava nos médicos, que erros tinham sido cometidos nos dois primeiros partos, e que por isso ela escolhera um método diferente para trazer Elliot ao mundo. Tinha pesquisado cuidadosamente os benefícios e os riscos de um parto normal e de uma cesariana. Sua decisão não poderia ter sido mais embasada. Quanto mais falávamos sobre Elliot, na tentativa de tirá-la daquele trauma, mas eu sentia que era como se, enquanto nossos corpos estavam sentados conversando, nossas almas estivessem pairando no ar juntas, olhando uma para a outra com tristeza e descrença. *A vida pode ser assim tão dolorosa? E como sobrevivemos quando a vida, invariavelmente, se torna tão difícil?* Quando Jessica levantou a hipótese de ter outro filho, sua raiva se transformou em puro pânico. O que ela deveria fazer? Como poderia confiar nos médicos outra vez? E se qualquer decisão acabasse sendo errada? Ela vinha pensando muito no passado e no futuro, e estava claro que essas questões lhe causavam enorme aflição.

Quando eu a hipnotizei e a levei a uma vida passada, ela só viu cores vagas, aparecendo como ondas e pontos. “São só luzes?”, perguntou, ao ver só isso nos primeiros dez minutos, viu apenas luzes. *Oh, não*, pensei, colocando as mãos em forma de prece e olhando para o teto, agradecida por minha cliente estar de olhos fechados. *Anjos, Deus, quem quer que esteja aí em cima, vocês precisam fazer mais do que isso.* Eu sempre rezo pedindo ajuda antes de atender cada paciente, mas, naquele dia, o pedido foi mais veemente.

De repente, no meio daquelas formas pulsantes de luz, a imagem de um avental apareceu na mente de Jessica. *Obrigada*, eu disse ao céu, respirando aliviada. Jessica viu a si mesma como uma jovem, em uma grande varanda de madeira. Ela estava apoiada em uma coluna, suando muito porque era verão e pelo esforço físico que fizera. O trabalho era difícil e cansativo, um enorme fardo. Jessica podia sentir a tensão no pescoço e nos ombros não apenas por causa do trabalho braçal, mas também pela esmagadora solidão. Ela sentiu que queria ter filhos e uma família, mas estava sozinha. “Tudo é tão pesado.” Ela suspirou.

Seguimos em frente no tempo, para uma noite na qual a mulher estava deitada na cama, pensando em pegar sua Bíblia no criado-mudo, mas sentindo-se cansada demais até para fazer aquele pequeno gesto. Jessica viu a mulher soluçando, sentindo-se triste, frustrada e nervosa. Ela possuía uma casa grande, mas tomar conta dela era uma tarefa sufocante demais, e a área rural em que vivia era isolada e não oferecia a oportunidade de fazer amigos. As pessoas da cidade a consideravam uma mulher de sorte, por ser proprietária de uma casa-grande, com uma bela varanda e uma vaca. Mas ela não se sentia feliz com nenhum desses bens. Embora tivesse apenas 20 e poucos anos, ela se sentia cansada demais e desanimada com a vida.

Avançamos no tempo outra vez, mas a história continuava a mesma: a mulher trabalhava no jardim da frente, esforçando-se para sobreviver àquela existência sem alegria. E então Jessica viu uma menina dançando e rodopiando em volta da mulher. “A mulher não a vê”, ela disse, confusa, “mas essa menina continua dançando.” Jessica viu também um homem o marido daquela mulher, de pé, em um dos lados da varanda. Ele e a menina estavam muito perto da mulher, dando-lhe amor enquanto ela trabalhava, amando-a quando ela se sentou na varanda e chorou, sem se dar conta de que estavam ali. Afundada na própria dor, ela não enxergava mais nada além da solidão.

De onde teriam vindo aqueles espíritos? Para descobrir, voltamos no tempo. Houve um acidente, uma carroça que bateu quando um cavalo escorregou em algumas pedras com limo. A carroça, que levava a criança e o marido, virou, e eles morreram na hora. A mulher tinha querido ir junto, planejara fazê-lo, mas, por algum motivo, no último minuto desistiu. Ela os amava muito e se sentiu imensamente culpada e responsável por suas mortes.

“Mas não foi culpa sua. Não foi culpa nem do cavalo. Algumas vezes, acidentes simplesmente acontecem”, eu disse, pensando também em Elliot.

Jessica concordou acenando com a cabeça, as lágrimas escorrendo de seus olhos, mas não parecia acreditar.

“Parece que você queria ter estado lá com eles”, eu disse com suavidade.

“Queria mesmo”, ela gemeu.

A mulher viveu muitos anos, sempre sozinha. Todos os dias, ela trabalhava na varanda da frente, onde o marido a observava com os olhos repletos de amor, enquanto sua filha dançava perto dela.

Quando Jessica flutuou acima do próprio corpo velho e cansado, começou a balançar a cabeça, lastimando a maneira como tinha vivido.

“Nós não devemos ser infelizes!”, ela afirmou. “Havia tantas coisas boas que eu poderia ter feito.”

A mulher vivera tão afundada na dor da perda que nunca se recuperou. Pensando em como Jessica estava agora, perguntei:

“Mas como você poderia ter se recuperado daquela perda?”

“Tão facilmente”, Jessica respondeu, sorrindo, “se pelo menos ela os pudesse ter visto dançando ao seu redor.”

A menina e o marido apareciam todos os dias no jardim, tentando dizer-lhe que estavam bem, que a amavam e que nunca a deixariam, mas ela não podia ver.

“Ela sofreu, mas não precisava ter sofrido. Eles estavam muito felizes”, disse Jessica. “Era amor, amor puro exalando deles e parando bem ali, na frente dela! Mas ela não percebeu.”

Essa foi uma lição extraordinária que ajudou a aliviar algumas das dores de Jessica. Se ela tivesse visto a menina dançando tão pertinho e o marido olhando-a amorosamente... Se soubesse que Elliot ainda a amava e que estava tão perto quanto o ar que ela respira, Jessica nunca mais teria motivos para sentir aquela dor insuportável.

Na sessão do dia seguinte, Jessica entrou e saiu de várias vidas passadas. Em uma delas, ela era a filha de um tipo de curandeiro, uma alma sábia e à frente de seu tempo. Ela constituiu a própria família, mas morreu jovem, deixando para trás um filho pequeno e muito amado. Jessica sentiu que Elliot era aquela criança.

“Parece que ele e eu trocamos de lugar dessa vez. Eu o deixei ainda pequeno naquela vida, ele me deixou cedo nesta. Ah”, ela disse, fazendo uma nova descoberta, “na vida presente, ele não estava me castigando. Estava apenas me mostrando o que sente aquele que fica para trás, em vez de ser o que parte cedo. Mas o amor não vai embora. Nós vamos, mas o amor nunca vai.”

Na regressão, ela sentiu também que Elliot fora seu pai muito amado.

“Ele parecia ter tudo planejado”, ela explicou. “Era muito amoroso. Nada o perturbava. Tudo o que fazia era com gentileza e bondade para o bem da

humanidade.”

As vidas de Jessica com Elliot eram antigas, inúmeras, enquanto suas almas se entrelaçavam muitas e muitas vezes para ensinar, para aprender, para amar. Não foi por casualidade que ele apareceu na vida presente; estava ligado a ela intrinsecamente, era parte dela, mas a forma, o relacionamento e as circunstâncias sempre variavam. Sentada diante de mim, a expressão do rosto de Jessica mudou. Não havia mais linhas de tristeza e olhos abatidos; somente amor, alegria, até entusiasmo. Por mais estranho que pareça, com seus cabelos louros e sua expressão de beatitude, ela mais parecia um anjo, um espírito bem-aventurado, brilhando com uma paz indescritível.

Foi o nosso último encontro. Não achei que Jessica pudesse ficar mais feliz do que estava, o que me pareceu quase perverso, considerando-se o motivo que a levava até meu consultório. Foi algo inacreditável. *Vocês realmente fazem um bom trabalho*, eu disse para o céu. Terminei a sessão trazendo Jessica para um campo repleto de flores e de paz e fazendo-a visualizar seu guia juntando-se a ela para orientá-la sobre como continuar a curar-se depois de sair do consultório. O guia de Jessica, seu sábio e amoroso professor era, é claro, Elliot. Ela imaginou que segurava nos braços aquele corpo de bebê, de onde uma forte luz começou a jorrar. Elliot abriu os olhos. (Depois da sessão, Jessica ficou maravilhada com esse fato. “Ele teve morte cerebral logo ao nascer”, ela explicou. “Eu nunca cheguei a ver seus olhos.”) Em sua mente, Elliot piscou para ela, como se tudo aquilo, todos aqueles baques por tantas existências juntos, aquele infundável fervilhar de nascimentos e mortes fizesse parte do plano cósmico. Para Jessica, Elliot, o bebê que agora a acariciava e piscava para ela, era claramente o adulto, e ela, a criança. A alma dele era antiga e amorosa, um professor muito desenvolvido.

Enquanto Jessica carregava o filho nos braços, o corpo dele começou a desaparecer, dissolvendo-se em uma luz forte que aumentava cada vez mais, até que ele ficou imenso, maior do que qualquer corpo, e sua luz preencheu todo o campo. As flores, a grama e o gigantesco céu azul brilhavam com a luz dele. Ele ficou maior do que Jessica, maior do que qualquer coisa que ela pudesse imaginar. Fiz Jessica refletir sobre os seus sentimentos de responsabilidade, sabendo que uma alma tão vasta, capaz de abraçar o mundo todo, nunca seria destruída por uma única decisão, um único acidente. Ela apenas riu, como se a própria pergunta que se fazia há tanto tempo não fizesse mais sentido. “De quem foi a culpa da morte dele? Minha, dos médicos, de ninguém. Não importa. Simplesmente não importa.”

Jessica, então, se viu grávida e, logo depois, com o bebê saudável nos braços em um quarto de hospital. Elliot não era a criança, mas ele estava ali, ao lado dela, sua luz brilhando.

“Ele está iluminando todo o quarto”, ela disse. “É como se cada parede estivesse coberta por raios de luz.”

Quando Jessica segurou o novo bebê, Elliot segurou Jessica. Ele beijou a cabeça da criança muitas e muitas vezes. Não havia tristeza, não havia dor. Apenas o amor mais puro, enquanto Elliot zelava por eles. Embora Jessica não tivesse certeza se ela e o marido queriam ter mais filhos, eu me lembro de como ela descreveu detalhes dos planos para o nascimento, o parto e os médicos, o que poderia acontecer, o que deveria acontecer, o que realmente aconteceu. Achei que isso a ajudaria a saber como seria o parto, mas ela sorriu, como se achasse aquela questão irrelevante.

“Não importa. Aquelas são detalhes humanos. Respondendo a sua pergunta, foi uma cesariana, mas não importa. Estou apenas ninando o bebê.” Ela olhou para baixo, para a criança em seu colo, sabendo muito bem quanto Elliot estava presente no quarto e em suas vidas. “Estou apenas ninando.”

Jessica tinha lágrimas de alegria nos olhos, e eu também. Estava perplexa diante da alma e do amor infinitos de Elliot. Nada poderia feri-lo, o que significa que nada nos pode ferir também. Que lugar existe para o luto no amor? O que a morte de alguém significa, quando podemos estar juntos outra vez em nossas mentes, quando podemos abraçar novamente os corpos de nossos seres queridos e sermos abraçados por eles, quando podemos, finalmente, olhar nos olhos que nunca pudemos ver claramente na Terra? Nossos próprios olhos permanecem fechados a todo o amor que nos rodeia, e sofremos ao nos imaginarmos sozinhos ou abandonados, quando tudo o que precisamos fazer é abrir os olhos para descobrir nossos entes amados, dançando, dançando, dançando conosco, ali, nos campos, até o fim dos tempos.

*Amy Weiss*



Amy disse tudo. Se apenas pudéssemos enxergar os nossos entes queridos que já morreram dançando ao nosso redor, continuando a nos amar, a nos proteger, a esperar por nós, nosso luto seria muito menor.

Em meu livro *Muitas vidas, muitos mestres*, mudei o nome do médico que tanto ajudou Catherine e que a mandou procurar-me. Foi ele que, sem saber,

começou todo esse processo, essa descoberta de vidas passadas. Mudei o seu nome para Edward, para preservar sua identidade. Seu verdadeiro nome era Elliot.

Uma vez, em profundo estado de hipnose, a cabeça de Catherine começou a se mover de um lado para outro.

“Um espírito... está olhando”, ela me disse.

“Para você?”

“Sim.”

“Você reconhece esse espírito?”

“Não tenho certeza... acho que pode ser Edward.” Edward morrera no ano anterior. Ele parecia estar sempre perto dela.

“Como era a aparência desse espírito?”

“Só... só branco... como luzes. Ele não tinha rosto, não como nós conhecemos, mas eu sei que é ele.”

“Ele estava se comunicando com você?”

“Não, só estava olhando.”

“Ele estava ouvindo o que eu dizia?”

“Sim”, ela sussurrou. “Mas, ele já se foi. Só queria ter certeza de que estou bem.”

Eu pensei na figura do anjo da guarda. Por certo, Edward (Elliot) aproximava-se dessa figura angelical no papel de um amoroso espírito flutuante que zelava por ela.

Todos nós temos um Elliot, dois ou três, em nossas vidas.



## SOFRIMENTO E ESPERANÇA

*Clop, clop, clop.* O cavalo seguia a passos firmes e cautelosos quando saiu da área da floresta e entrou na cidade. A mulher sobre o cavalo atravessou a rua principal, cheia de lojas e escritórios acenando para os rostos conhecidos. Ela usava saia de montaria, casaco de lã escura, e suas longas tranças estavam presas junto à cabeça. Por ser muito pequena, ela mais parecia uma boneca montada em um garanhão puro-sangue. O pessoal da cidade demonstrava respeito e admiração quando essa mulher passava. Ela trabalhava entregando itens de cidade em cidade, atravessando territórios isolados e perigosos do sudeste dos Estados Unidos, nos anos 1800.

Ela amava a velocidade e a própria habilidade em montar cavalos. Era uma pequena amazona que manejava o animal com grande destreza pelo terreno seco e poeirento. Seu foco estava no trabalho, no amor pelo cavalo e na administração dos perigos que enfrentava.

Em uma de suas rotas, ela subia uma montanha e passava por planaltos escarpados. Isso exigia que ela andasse devagar, atenta a cada passo do cavalo. Sua lentidão fazia dela um alvo fácil para os guerreiros Apaches, famosos por seus ataques.

Ela já passara ali várias vezes, mas, na última, um grupo de cinco índios escondeu-se e atacou-a. Ela viu seu cavalo ser morto com fúria e insensibilidade. Foi estuprada seguidas vezes pelo líder do grupo, um gigante se comparado ao tamanho quase infantil da mulher. O rosto pintado do índio e sua cabeça coberta por um cocar de penas lhe provocaram náuseas. Ela ficou desgostosa e traumatizada pela morte sem sentido daquele cavalo tão valioso, mas não se deixou aterrorizar, como seu agressor pretendia.

O bando de índios guerreiros abandonou-a para morrer ali mesmo, mas ela conseguiu andar de volta até o rancho de sua família. Quando chegou e se recuperou, vestiu sua saia e seu casaco de lã, cortou os cabelos e sentou-se na cadeira que dava de frente para as montanhas por onde costumava cavalgar. Passou o resto da vida de luto pelo cavalo e pelo trabalho como mensageira.

Nos bastidores de sua vida havia um homem que trabalhava no estábulo e que a amava e admirava em segredo. Ele se dedicou totalmente a zelar pela mulher, que não prestava atenção em sua presença e em seu amor. Ela nunca se recuperou e desperdiçou a juventude.

Eu, é claro, era essa mulher. Trouxe para a vida atual amor e respeito pelos cavalos e algumas habilidades de montaria. Trouxe também energia para lidar com as dificuldades, e posso viver com esperança, algo que perdi quando era aquela mensageira. E, sobretudo, enquanto observava a triste mulher sentada na cadeira, aprendi que devemos seguir em frente depois das tragédias. Do outro lado das dificuldades existem sempre dádivas, como o amor do empregado do estábulo.

*Alice*



O tempo não é medido em minutos, horas ou anos. O tempo é medido em lições aprendidas. Alice conquistou essa sabedoria. Aprendeu a vencer o poder que a dor tem de imobilizar, de congelar o tempo, e hoje é capaz de seguir em frente. Existem sempre dádivas – existe sempre amor – do outro lado.

Os seres humanos criam enorme tristeza no mundo com sua inclinação para a violência e para a destruição. Os seres espirituais, conscientes das dimensões

mais elevadas, das múltiplas vidas e do carma cósmico, restauram o mundo alimentando e protegendo todas as vidas.

Como todos evoluímos de seres humanos para seres espirituais, devemos consolar e curar a dor uns dos outros, não causá-la.

Alice desapegou-se do sofrimento que experimentou na vida anterior, como mensageira. Michelle, a autora da próxima história, conseguiu um feito semelhante. A perda pode ser recente ou antiga, mas, com a consciência da duração de nossos laços e de nossas almas, seu fardo pode ficar mais leve e desaparecer em menos tempo.



## DESVENCILHANDO-SE DO LUTO

Quando olhei para aquele mar de rostos cheios de expectativas diante de mim, meu coração disparou. Eu não tinha percebido quantas pessoas estavam no auditório até que subi no palco e me sentei ao lado do Dr. Brian Weiss. Meu rosto ficou vermelho e quente quando me dei conta de que estava prestes a ser hipnotizada diante de centenas de pessoas que iriam assistir a tudo.

*E se eu não me lembrar de uma vida passada?, pensei. E se fizer papel de idiota?* Aos poucos, fui vendo os rostos sorridentes e acolhedores das pessoas que me olhavam e me senti mais serena.

O Dr. Weiss virou-se e falou diretamente comigo. Concentrei-me em suas instruções, no tom calmante de sua voz, que logo me tranquilizou. *Tudo vai dar certo*, eu disse a mim mesma. Ele sorriu e me fez um sinal com a cabeça, como se tivesse ouvido os meus pensamentos e concordasse. Relaxei um pouco na cadeira, pronta para me entregar ao que estava prestes a acontecer.

Ouvi a voz do Dr. Weiss, que parecia distante, me dizendo que eu veria uma porta diante de mim. Do outro lado da porta, eu encontraria uma lembrança da minha infância. Ele fez uma contagem regressiva a partir de três e, em minha mente, a porta começou a se abrir, exatamente como ele disse que aconteceria. Ansiosa para descobrir o que encontraria do outro lado, eu a atravessei.

Penetrando na luz brilhante do outro lado da porta, precisei piscar devido à claridade, embora meus olhos estivessem completamente fechados. Olhei para baixo e vi um chão de linóleo, com estampa amarela e branca. Havia balcões, armários e uma pia com uma janela logo acima, coberta de bonitas cortinas

amarelas. Ao lado da pia estava uma grande geladeira verde-oliva, que emitia um zumbido baixo e repetitivo. O Dr. Weiss começou a perguntar o que eu estava vendo, e, quando respondi, fiquei surpresa ao perceber que falava com uma voz muito mais suave e baixa do que a habitual.

“Estou em minha cozinha”, eu disse, embora inicialmente o local não me fosse nem um pouco familiar. Mas então me veio à mente que era a cozinha da casa de onde nos mudamos quando eu tinha apenas três anos.

Assim que me dei conta disso, olhei para baixo, para meu próprio corpo, e percebi que eu era quase um bebê e estava sentada na cadeirinha de comer. Vi minhas pernas gordinhas e senti o vinil do assento da cadeira. Essa imagem era, sem dúvida, de uma época anterior às minhas lembranças mais antigas, pois eu não me recordava de nada dos poucos anos que passei na casa onde nasci.

“O que você está fazendo?”, perguntou o Dr. Weiss.

“Comendo purê de maçã na minha cadeirinha.”

Essa resposta automática me surpreendeu. Eu quase podia sentir o gosto da comida de bebê na minha boca. Então eu a vi. Ela estava sentada em uma cadeira de madeira, na minha frente, segurando uma pequena colher. Seu sorriso amplo iluminava o rosto rosado, e seus lindos olhos azuis se enrugavam nos cantos. *Mamãe*, pensei, enquanto as lágrimas começaram a rolar pelo meu rosto.

“Minha mãe está comigo”, sussurrei.

No instante em que as palavras saíram de meus lábios, senti uma poderosa sensação de amor. *Seria mesmo a minha mãe?* Eu não achava que me lembraria dela, mas ela estava ali, sentada na minha frente. Meu coração estava tão cheio de emoção que senti que ele poderia explodir. Minha mãe morrera havia tantos anos, e no entanto ali estava ela, diante de mim, fazendo barulhos divertidos e sorrindo. Eu me senti como se tivesse sido transportada para o passado. Minha mãe era real, e eu estava lá, ao lado dela.

Fiquei de olhos fechados, saboreando a sensação de ser cuidada por minha mãe. Ela, que não vivera para me ver crescer e virar a mulher que sou hoje, e que deixou um enorme vazio dentro de mim, estava me alimentando. Minha alegria foi indescritível.

Admirando o rosto sorridente da minha mãe, senti quanto ela me amava, quanto adorou ter sido minha mãe e como gostava de passar o tempo comigo. Pude ouvi-la falar, com voz suave e calma, e o som do meu nome escapando de seus lábios foi o mais belo que jamais ouvi. As lágrimas continuavam a cair, e não existia mais nada além daquele momento, a não ser o puro êxtase. Mas eu estava consciente de que era apenas uma lembrança. Ah, que saudades senti de minha

mãe!

Depois ouvi de novo a voz serena do Dr. Weiss dizendo que estava na hora de deixar aquela cena para trás. Meu coração doeu, mas eu estava disposta a fazer o que ele me mandava. Suas palavras eram gentis, levando-me para a frente no tempo e prometendo que eu me lembraria daquela cena. Essa lembrança fora trazida à superfície depois de ter passado muito tempo enterrada no meu inconsciente. Eu sabia, sem a menor dúvida, que a imagem do rosto de minha mãe nunca mais se apagaria.

O Dr. Weiss me instruiu a voltar até a porta que eu construía em minha mente, e, ao fazê-lo, a cena na cozinha desapareceu de imediato. Eu me sentia estranha, vibrante, quase como se tivesse levado um choque, completamente alerta e viva, embora meu corpo não passasse de um objeto paralisado na cadeira.

De repente, uma segunda porta apareceu na minha frente e se abriu. No instante em que a atravessei, senti um forte cheiro que logo reconheci como o aroma salgado do mar. *Estou perto do oceano*, pensei, embora soubesse que, fisicamente, estava dentro de um salão de conferências.

Ao ser orientada a olhar para baixo, vi um par de pés sujos e descalços. Minhas roupas consistiam em um saco de aniagem que fora transformado em calça amarrada por uma corda na cintura. Eu podia sentir o material áspero em minhas pernas. Espantei-me ao olhar para as minhas mãos. Meus dedos eram gordos, e minhas mãos, enormes, sujas e cheias de calosidades. Elas pertenciam a um homem, alguém que fazia um trabalho muito pesado. *De quem são essas mãos?*, pensei. A resposta veio do meu interior e se espalhou pelo meu corpo. *Essas mãos são minhas.*

Olhei ao meu redor e vi os navios. Eu estava em um deque de madeira em um porto de algum lugar e descarregava pesados barris dos navios que acabavam de chegar do Novo Mundo. O ano de 1689 me veio à cabeça, aparecendo não sei de onde, assim como o nome da cidade portuária: *Barcelona*. Dentro daqueles barris havia rum importado do Novo Mundo. O trabalho era difícil e fisicamente exaustivo, mas eu não me importava muito, nem sentia vontade de reclamar. Eu não era muito inteligente e talvez não soubesse fazer mais nada a não ser aquele trabalho massacrante.

Quando o Dr. Weiss me tirou daquela cena, eu me vi dentro de uma estrutura pequena, feita de madeira, com o chão sujo, parecendo um casebre – minha casa. Só havia um cômodo, e eu podia perceber que éramos muito pobres. De um lado, numa lareira de pedras, um grande pote de metal estava pendurado acima do fogo com alguma coisa picante cozinhando. Vários colchões recheados

de palha estavam espalhados pelo chão, com alguns cobertores ásperos jogados sobre eles. Logo percebi várias presenças na casa. Ao me virar, vi três crianças pequenas, de pé, vestidas com trapos rasgados e imundos. A ligação que senti com elas era tão palpável que quase me sufocou. Eu não podia ver seus olhos, já que seus rostos eram vagos e fora de foco. Entretanto, o sentimento de familiaridade era inegável, e eu sabia, sem a menor sombra de dúvida, que eram meus filhos. Eu amava de todo o coração aquelas três pequenas almas que eu jamais vira.

Olhei outra vez na direção da lareira e vi uma mulher com aparência de camponesa usando um vestido comprido. Na cabeça, ela tinha uma touca branca e misturava algo no pote sobre o fogo. Era a minha esposa. Um nó de amor e saudade formou-se em minha garganta quando a olhei. Ela se virou, e eu me assustei ao notar que, ao contrário das crianças, os detalhes de seu rosto eram bastante nítidos. Olhei bem nos olhos dela e o reconhecimento se fez imediatamente.

Era a minha mãe.

Quase sem acreditar, fiquei observando com os olhos da mente. Ela possuía os mesmos olhos e o mesmo rosto luminoso que tem na vida atual. No entanto, ainda mais forte do que sua aparência, era o fato de que eu a podia sentir energeticamente. Aquela amada esposa era a mesma mulher que me deu à luz nesta vida e que morreu precocemente. Eu sabia disso no fundo do meu ser. Quando a olhei, pude sentir o quanto nos amávamos. Comecei a ver cenas rápidas de nossa vida juntas, revelando um relacionamento baseado em adoração mútua. Embora fôssemos pobres e lutássemos muito para sobreviver, éramos felizes. Ela aceitava a nossa vida simples, cheia de dificuldades. *Esse é o verdadeiro amor*, refleti. Um pensamento me veio à cabeça, uma percepção repentina de que meu casamento atual parecia de segunda classe perto daquele. *É isso que eu quero*, disse a mim mesma, enquanto usufruía o amor perfeito, equilibrado e espiritual que eu tivera ao lado daquela mulher.

Encontrar o verdadeiro amor é a coisa mais importante que podemos fazer na vida. E, quando o encontramos, devemos retribuí-lo. Esse pensamento me veio à cabeça como se fosse uma canção. E eu me surpreendi com a sabedoria dessa mensagem que eu não me considerava capaz de formular.

Avançando alguns anos no tempo, eu me vi na mesma casa. Eu estava de pé, no chão sujo, sentindo uma tristeza aniquiladora me penetrar como uma faca. Minha mulher estava deitada sobre um dos colchões de palha, muito doente. Sua pele acinzentada e sua tosse me assustavam, provocando dor e angústia intensas.

Eu tentara de tudo para ajudá-la, mas nossa pobreza extrema não permitia cuidados médicos. Ela estava prestes a morrer. Quando percebi isso, a dor foi substituída por muita raiva. Eu estava sendo puxada para baixo, para uma tristeza profunda, diferente de tudo o que conhecera. Minha raiva, que se mesclava a uma tristeza inimaginável, de repente saiu de mim, deixando para trás um vazio entorpecido.

Eu estava sentada em uma cadeira, olhando para o nada, envolta em minhas tenebrosas emoções. Meus três filhos pequenos estavam lá, no canto, abraçados uns aos outros. Pude sentir o medo deles, enquanto observavam a mãe moribunda. Sem fazer nada para reconfortá-los, sem ajudá-los a enfrentar aquela experiência tão dolorosa e assustadora, permaneci sentada à mesa.

Observando a mim mesma ignorando meus filhos, eu me senti mal com a maneira como estava lidando com a situação. *Por que você não os abraça?*, eu me perguntei, pensando em quanto os amava. *Isso está errado; eles precisam de mim.* Fiquei envergonhada quando olhei o rosto das crianças. Voltando-me para o canto onde minha esposa estava, vi que ela tinha morrido. Não me levantei da cadeira, não fui até ela, nem consolei meus filhos, que agora estavam aos prantos. Em vez disso, fiquei sentada olhando para o nada, como se fosse o meu corpo que estivesse morto, não o de minha amada mulher.

Imagens começaram a flutuar em minha mente, mostrando os anos que sobrevieram à morte dela. Eu me tornei um homem reservado e amargo, que passava a maior parte do tempo sozinho e infeliz. Perdi o brilho e o amor pela vida, e nunca mais recuperei aquela parte de mim. Meu trabalho, que antes não me incomodava, agora era insuportável. Passava as noites sentada na cadeira, olhando para o espaço. Podia sentir minha incrível solidão, apesar de ainda ter três filhos que precisavam de mim mais do que nunca. *Quanto egoísmo da minha parte*, pensei, enquanto o remorso me invadia. Eu os amava. Por que os estava negligenciando?

Avancei no tempo até o último dia daquela existência e logo senti uma esmagadora pressão no peito. Era uma sensação tão intensa, que tive de lembrar a mim mesma onde eu me encontrava, para saber que era impossível que algo realmente estivesse me esmagando. Mas era tão real, que tive de lutar contra o pânico que começou a me dominar. Era difícil respirar, e meu peito subia e descia com grande esforço. O ambiente tinha cheiro de mar; eu estava de volta às docas, onde trabalhava. E então, de repente, fiquei mais leve. Quando respirei fundo, o oxigênio encheu facilmente meus pulmões. A sensação que fizera meu peito parecer tão pesado desaparecera, e eu podia ver o que estava acontecendo,

pois não havia mais escuridão ao meu redor. Eu flutuava por cima do corpo daquele homem que eu fora. Ele estava deitado sem vida, no chão, com alguns daqueles pesados barris por cima do corpo. Eles tinham rolado do navio e, por acidente, caído em cima dele, esmagando seu peito.

Eu me senti leve como o ar, enquanto pairava sobre a cena terrível da minha morte. O contraste entre o peso que sentia naquele corpo e a total falta de peso que experimentava agora me deixava surpresa. Era como se eu fosse feita de nada, embora soubesse que ainda era o que sou. Meu corpo quebrado permanecia ali, inútil e abandonado, mas eu ainda existia. Comecei a subir, sentindo-me magnífica e livre, experimentando uma enorme euforia.

Uma luz brilhante apareceu ao longe; estava diante de mim, mas era mais alta, ficava nas nuvens que começaram a se transformar em névoa. As cores dessas nuvens eram de todos os tons, e tão vívidas que eu sabia que não poderiam ser percebidas pelo olho humano. Eu me senti sendo gentilmente puxada na direção daquela luz de um brilho impressionante, e um tremendo sentimento de paz tomou conta de mim quando olhei para ela. Um estranho zumbido aumentava de intensidade à medida que eu me aproximava da luz, reverberando por todo o meu ser. Essa vibração elétrica me consumia, e era como se eu estivesse sendo recarregada. Não conseguia descobrir a origem da luz; ela apenas me envolvia, até que eu me fundi nela. Embora eu ainda tivesse consciência de mim mesma e de onde estavam os meus limites, era como se eu fosse a luz. Estava de volta ao lar, ao lugar ao qual pertencia, sentindo-me completamente em paz.

E então, eu a vi. Ela estava lá, olhando para mim com seu sorriso afetuoso e suas bochechas rosadas. Minha mãe, que fora minha esposa, esperava por mim. Ao vê-la, senti um amor tão pleno acontecendo dentro daquela luz. Ela não disse uma única palavra, mas me abraçou. Não tínhamos forma humana para impedir a nossa conexão total, e nosso amor absoluto passou diretamente de uma para a outra. Eu estava repleta dela, e ela, de mim.

Nesse estado de total harmonia, ouvi o Dr. Weiss fazer uma pergunta. “Que lição você aprendeu nessa vida que seja importante para a sua vida atual?”

Não precisei nem pensar na resposta, pois fui envolvida por uma onda de remorso pelo meu comportamento como aquele homem que negligenciara os filhos. “As pessoas morrem, isso faz parte da vida”, eu disse. “Não podemos permitir que a perda nos impeça de viver o mais plenamente possível. Meus filhos precisavam de mim, mas não consegui escapar do meu próprio luto e ajudá-los. É importante sofrer pelas nossas perdas, mas precisamos aceitá-las e

seguir em frente.”

Ao terminar a última frase, a conexão com minha vida presente tornou-se clara. Minha mãe morrera devido a um linfoma de Hodgkin, em 1977, e eu passei a maior parte da vida chorando essa perda. Foi muito difícil, sobretudo nos últimos anos, depois que também me tornei mãe. O luto era constante e inexorável.

Naquele momento eu me senti pronta para colocar de lado a dor e seguir em frente com a minha vida. Eu sabia, sem a menor sombra de dúvida, que a veria de novo, e que nosso amor jamais morreria. Um peso foi retirado do meu coração, e eu percebi que nunca me sentira tão livre, enquanto lágrimas jorravam dos meus olhos. Minha dor profunda fora substituída por um agradável bem-estar. Eu tinha vivenciado diretamente a verdade de que minha mãe continuava a existir – e existiria para sempre.

Quando emergi do estado hipnótico, suspirei profundamente e bem devagar abri os olhos. Semicerrando-os para focalizar a sala onde estava fisicamente, logo notei que havia algo diferente. Diante de mim, aquelas centenas de rostos que eu vira mais cedo e que tinham testemunhado a incrível experiência; mas, agora, de cada um deles emanava um brilho suave e etéreo. Esse brilho aparecia em vários tons, com tamanhos diferentes. Senti meu corpo formigar dos pés à cabeça quando tive essa visão gloriosa e sobrenatural. *Auras*. Nunca vira nada tão belo quanto aquelas pessoas e, ainda me sentindo leve e energizada, absorvi cada uma delas com toda a reverência.

*Michelle Brock*



Em sua bela e abrangente descrição dos ciclos da vida, da morte e da vida outra vez, Michelle confirma e valida a lição de Alice, e a mesma sabedoria percebida por Jessica, a paciente de Amy. Jessica disse:

“Nós não devemos ser infelizes! Havia tantas coisas boas que ela poderia ter feito.”

Alice afirmou:

“Devemos seguir em frente depois das tragédias. Existem sempre dádivas... do outro lado das dificuldades.”

Michelle sabia, no fundo de sua alma, que é “importante sofrer pelas nossas perdas, mas é preciso aceitá-las e seguir em frente.” Cada uma viu e sentiu a dor e os danos que a paralisia provocada pelo luto pode causar.

Michelle acreditava não ter lembranças da mãe. Porém, em poucos minutos, apesar do desconforto de estar diante de tantos observadores, ela se lembrou de cenas com bastantes detalhes. Suas lembranças não foram apenas visuais. Ela sentiu o assento de vinil, o gosto do purê de maçã, ouviu a voz suave da mãe e foi tomada de emoção. As décadas de separação foram imediatamente superadas, e a sua solidão e o seu luto jamais voltariam a ser tão profundos.

Podemos nos lembrar de tudo. Assim como Michelle, nós guardamos uma enorme riqueza em forma de lembranças no baú do tesouro trancado em nosso inconsciente. Elas foram esquecidas, mas não estão perdidas. Podem sempre ser trazidas de volta. Para destrancar o baú e recapturar as cenas e imagens de nossos entes queridos quando eram jovens e saudáveis só precisamos da chave. E a chave é a técnica de regressão, tão segura e simples. Através dela nós também poderemos, mais uma vez, ver seus rostos sorridentes, sentir o seu abraço, sentir o seu perfume e usufruir o seu amor.

Além disso, podemos acessar determinada vida passada, algo que frequentemente desejamos e do qual necessitamos, assim como fazemos com nossa memória consciente. Talvez nem todas as lições e compreensões das vidas passadas que experimentamos durante uma regressão possam ser extraídas na primeira vez. Somos capazes de voltar no tempo para recuperar mais detalhes ou explorar as lembranças em níveis mais profundos. Nossas memórias não têm data de validade.

Mas nossos entes queridos não são apenas lembranças. Suas almas sobrevivem à morte do corpo físico. Michelle foi reunida à alma da mãe duas vezes, além da magnífica reunião do outro lado, quando sua mãe a esperou na luz. Nós nunca perdemos nossos entes queridos.

Isso tudo me faz pensar no que ouvi e vivenciei tantas vezes com meus pacientes. Seja em um sonho no qual alguém que já partiu nos aparece, seja na meditação, durante uma regressão, ou apenas sussurrado em nossos ouvidos, como Richard fez com Lee e os filhos, a mensagem é clara e consistente: “Não sofra tanto por mim. Ainda estou aqui, estou sempre com você e vou amá-lo para sempre.”

## CAPÍTULO 7

# Intuição e outras habilidades parapsíquicas

Nós possuímos muito mais habilidades intuitivas do que percebemos ou utilizamos. A sabedoria que pode ser recuperada através desses talentos inexplorados é extraordinária e espelha os impressionantes conhecimentos que podem ser acessados através das lembranças de vidas passadas.

Em meu livro *Mensagens dos mestres* descrevi um exercício que incluo nos meus seminários há muitos anos. O exercício se chama *psicometria* e é algo que tem conduzido a momentos surpreendentes e arrebatadores, muitos dos quais serão descritos neste capítulo.

Nesse exercício empírico, que conduz habitualmente em pares, os participantes trocam entre si pequenos objetos que lhes pertencem. O objeto pode ser um anel, um relógio, uma pulseira, chaves, medalhões e assim por diante. O item escolhido deve ser algo utilizado e manuseado basicamente pelo seu proprietário.

Início a experiência com um breve exercício de relaxamento, que ajuda os participantes a focar e a aquietar suas mentes. De olhos fechados e num estado de relaxamento, as duas pessoas seguram gentilmente o objeto de seu parceiro. Os participantes são instruídos a tomar consciência de quaisquer pensamentos, sentimentos, impressões ou sensações que lhes ocorram.

As impressões podem ser psicológicas (sentimentos, temperamentos ou emoções), físicas (sensações corporais), psíquicas (visões, mensagens, pensamentos, cenas da infância ou de vidas passadas) ou espirituais (mensagens ou imagens de outras dimensões).

Decorridos cinco minutos, instruo o grupo para que cada pessoa divida com seu parceiro todos os aspectos da sua experiência. É muito importante que compartilhem cada sensação, pensamento e impressão, mesmo que possam parecer tolices ou que sejam estranhos, porque, frequentemente, essas são as observações mais precisas e poderosas. Muitas vezes a validação dessas

impressões estranhas é imediata e extremamente significativa.

Seja qual for o motivo que faz com que isso aconteça, seja porque a energia do objeto facilita a transferência intuitiva da informação, seja devido ao estado de relaxamento da mente, o que importa é que o resultado representa um despertar e uma confirmação da capacidade intuitiva que todos nós possuímos.

Esse exercício é seguro, simples, instrutivo e bastante divertido.

Informações sobre nossas vidas passadas e as dimensões espirituais também podem ser coletadas através de conhecimentos intuitivos, assim como de sonhos, meditação ou mesmo espontaneamente, como é o caso das experiências de déjà-vu. A qualidade e os detalhes dessas percepções parapsíquicas são semelhantes aos encontrados nas regressões a vidas passadas. Por exemplo, o relato seguinte de um encontro através da psicometria evoca muitos dos mesmos sentimentos e mensagens que Lee vivenciou após a morte de Richard, naquela maravilhosa história do capítulo anterior. Ambas as histórias refletem a poderosa e imediata presença de um ente querido morto há pouco tempo, trazendo um consolo que vem do outro lado. Não faz diferença se o caminho para o outro lado for estabelecido através de regressões a vidas passadas, de psicometria ou de canais intuitivos espontâneos. Todos os caminhos levam ao mesmo lugar, à mesma consciência. Somos sempre amados. Nunca estamos sozinhos.



## A CASA DO LAGO

Minha primeira experiência com o fato de que “estamos todos conectados”, como diz Brian, aconteceu no primeiro dia de um treinamento de uma semana de duração, no verão de 2006. Brian estava explicando o processo de psicometria a uma turma de aproximadamente 130 pessoas. Eu nunca tinha sido exposto a isso, e, com toda a franqueza, não achava que pudesse fazê-lo. Ouvi Brian afirmar que imagens poderiam vir às nossas mentes enquanto segurávamos um objeto pessoal de um colega do grupo. Nossa tarefa, ele disse, seria apenas permitir que isso acontecesse e observar o que eram as imagens, sem fazer julgamentos. Depois, compartilhá-las.

Ao meu lado, estava uma mulher atraente, vestida de maneira simples, de 50 e poucos anos. Também era sua primeira experiência. Quando o exercício começou, as luzes diminuíram e nós trocamos nossos relógios. Eu não esperava, de maneira alguma, “passar” naquele pequeno teste de minhas habilidades

parapsíquicas, mas lembrei-me de que Brian dissera para observar o que víssemos sem questionar ou julgar.

Enquanto eu segurava o relógio daquela mulher, a primeira imagem que me veio foi a de uma adorável casa à beira de um lago, cercada de altos pinheiros. O telhado e os lados da casa eram cobertos de placas de cedro. À beira do lago havia uma bela canoa verde, com um remo descansando ao lado. Havia também ali por perto um velho barco com dois remos. Na varanda, uma bicicleta de dez marchas e, ao lado, um braseiro feito de pedras grandes. Dentro dele ardia uma fogueira. Vi um trem movendo-se rapidamente em uma cidade grande e, em seguida, outra vez o campo, com um disco Frisbee azul-claro na varanda da casa e o mesmo fogo delicioso no braseiro. Experimentei uma forte sensação de paz, amor e felicidade, sem saber de onde vinha ou por quê. As luzes foram acesas, e Brian pediu que contássemos tudo ao nosso parceiro, por mais estranho que nos parecesse.

Quando comecei a descrever as imagens que me vieram à mente, minha parceira se pôs a soluçar. Eu quis parar, mas ela insistiu para que eu prosseguisse. Quando terminei, perguntei o que aquilo significava para ela. Ainda chorando, ela começou a revelar o que se segue.

Ela e seu companheiro de muitos anos nutriam um pelo outro um amor profundo e espiritual. Ele morrera havia pouco tempo de uma forma rápida e agressiva de câncer. A doença fora diagnosticada em janeiro, e ele se foi poucos meses depois. Ela vivia um luto profundo. Os dois possuíam uma casa de campo à beira de um lago, onde adoravam ir para relaxar, revigorar-se e recuperar-se dos respectivos empregos exaustivos. Um lugar agradável em um bonito cenário, com placas de cedro no telhado e nas laterais. À beira do lago havia uma canoa verde, que usavam com frequência, e um barco a remos. Eles gostavam de ficar juntos e jogar um disco Frisbee azul-claro. A bicicleta de dez marchas era dele, e estava sempre ali. Do lado de fora havia um braseiro grande. Eles costumavam se sentar sob as estrelas e ficar conversando, admirando o fogo.

Ela se encarregou do funeral, e ele avisara que queria ser cremado. Sua morte deixou a companheira arrasada e sem saber o que fazer. Agora, finalmente, ela começara a juntar forças para organizar uma cerimônia em memória daquele homem a quem tanto amava. Mandara mais de 100 convites, pois tinha amigos e parentes por todo o mundo. Na frente do convite havia uma grande fotografia da fogueira.

Fiquei impressionado e surpreso. Falei-lhe do sentimento de paz, amor e felicidade que me envolvera enquanto segurava o relógio dela. Ainda chorando,

ela me disse que não tinha dúvida de que a imagem e os sentimentos tinham sido transmitidos por seu companheiro. Ela podia senti-lo ali, na sala, ao nosso lado, e agora tinha certeza da sua presença, do seu amor e de que estava feliz e em paz. Sentiu também que ele queria que ela usufruísse os mesmos amor, paz e felicidade. Agora, finalmente, ela sentia que podia começar a parte final do seu processo de luto e seguir em frente com sua vida. Ela e eu, dois estranhos escolhidos ao acaso, estávamos sentados juntos durante uma conferência. Momentos depois, uma experiência profundamente pessoal, tocante e de limpeza espiritual passara a existir entre nós.

*Michael Brown*



Michael é um terapeuta maravilhoso, mas não é um parapsicólogo ou sensitivo. Na verdade, ele tinha pouca confiança em suas habilidades parapsíquicas e, como explicou, esperava que sua parceira não se decepcionasse muito.

Todos nós, na verdade, somos parapsicólogos e médiuns. Todos possuímos incríveis talentos extrassensoriais que o nosso ego e nossa mente lógica mantêm escondidos de nós mesmos. Com minha permissão para deixar o dom intuitivo emergir das sombras do lado esquerdo de seu cérebro, Michael foi, em segundos, capaz de descrever essa imagem tão detalhada e emocional. Ele chegou a ver quantos remos havia, a canoa verde e o velho barco a remos.

Suas visões intuitivas trouxeram enorme alívio para sua parceira naquela tarde de verão. Michael é modesto e minimiza sua contribuição, mas ele mudou a vida daquela mulher naquele dia. Ele a ajudou a vencer o desespero e a curar-se, permitindo sentir o amor, a paz e a alegria que o companheiro tanto queria dividir com ela.

Jacqueline, a autora da história seguinte, também participou de um exercício de psicometria com um estranho e também foi capaz de transmitir e receber mensagens que ajudaram a diminuir a sensação de luto.



## OS TRÊS PORQUINHOS

Há muitos anos participei de um dos seminários do Dr. Weiss no Instituto Omega. Ele pediu que trocássemos um item pessoal com um desconhecido, e eu o fiz com uma mulher que estava sentada na fila da frente. Ela me deu um colar, e eu lhe entreguei meu anel. Enquanto nos sentamos, com os olhos fechados, o Dr. Weiss nos guiou por uma meditação e nos disse para não deixar de lado nenhuma imagem que aparecesse em nossa mente, por mais sem sentido que ela pudesse parecer.

A minha parceira falou primeiro. O anel que passei para a desconhecida era a aliança da minha nora que fora assassinada três anos antes, quando estava grávida de oito meses. A desconhecida descreveu em detalhes os cabelos louros dela e a viu sentada em uma cozinha vermelha, com vista para uma extensão de água, e um casal brincando em um cais. Minha nora queria enviar uma mensagem de amor para o meu filho, seu namorado desde a infância, e que, com a nova esposa, acabara de adquirir uma casa à beira de um lago, onde havia uma cozinha vermelha.

Dizer que fiquei chocada é pouco. Além disso, fiquei sem graça de dizer àquela desconhecida o que eu tinha visto. Confessei, me desculpando, que a única imagem que me viera à cabeça fora a de três porquinhos sapateando. Por mais que tentasse me livrar da imagem, os porquinhos insistiam em continuar dançando de um lado para o outro da minha mente, recusando-se a ir embora. E, para piorar a situação, eles estavam dançando perto de uma piscina.

A desconhecida começou a chorar. Ela tinha me entregado um medalhão que continha uma mecha dos cabelos de seu pai, falecido havia pouco tempo. Ela costumava visitá-lo muitas vezes, e os dois ficavam no jardim, ao lado da piscina que ele tanto amava. Por mais incrível que pareça, nesse jardim havia uma estátua dos Três Porquinhos fazendo uma pose de dança.

Nós duas ficamos em estado de choque. Se o Dr. Weiss não tivesse nos pedido para compartilhar as imagens que enxergamos, por mais estranhas que fossem, eu jamais teria falado sobre os porquinhos. Nós duas concordamos: isso não poderia ser coincidência, mas comunicação verdadeira. Embora não compreendêssemos, não nos restava outra alternativa senão acreditar.

*Jacqueline*



Os detalhes exatos que confirmaram as cenas e imagens de Jacqueline e de sua parceira, uma completa desconhecida, surpreendem. Como uma informação

recebida de outra pessoa, talvez ajudada pelo objeto que tinha nas mãos, poderia ser tão clara e precisa? Isso desafia a lógica, e, entretanto, já testemunhei resultados semelhantes milhares de vezes.

Nós temos a capacidade de usar canais que vão muito além dos cinco sentidos usuais. Fomos projetados para nos conectarmos em níveis muito mais profundos e detalhados do que podemos imaginar. Nem a escolha do parceiro para o exercício foi coincidência. Tudo faz parte do processo que nos conduz por nossos caminhos espirituais.

Todos podemos nos conectar e ser consolados por presenças amorosas do outro lado, o das dimensões divinas. Uma estranha descreveu a nora assassinada de Jacqueline de pé, em uma casa à beira de um lago, que ela não conheceu enquanto estava viva. A nora não é vingativa, não está torturada e nem sente ciúme. Ela tem mensagens de amor para seu amigo de infância com quem, mais tarde, se casou. Ela parece estar perto de Jacqueline, fazendo-a ver que está bem e transmitindo amor.

Em mais de 23 anos conduzindo esse exercício de psicometria, ninguém além de Jacqueline disse ter visto os Três Porquinhos da famosa história. Ela os descreveu para a parceira, que talvez precisasse disso mais do que qualquer outra pessoa sobre a face da Terra. Seu pai tinha colocado uma estátua dos Três Porquinhos no jardim, ao lado da piscina. Quem mais faria isso? E ele morrera havia pouco tempo. Que melhor mensagem ele poderia mandar através de uma estranha à sua filha enlutada?

Nós nunca perdemos aqueles a quem amamos. Eles estão sempre conosco, sempre perto de nós. Seus corpos não são físicos, e sentimos imensas saudades. Mas ainda estão aqui, nos cingindo em seus braços com sua energia de amor.

O marido de Shirley a fez saber que ele estava por perto enviando-lhe não apenas mensagens, mas dádivas extraordinárias do outro lado. Sua história será contada a seguir.



## ARRANJO DE FLORES

Aconteceram inúmeras experiências extraordinárias para mim nos cruzeiros dos quais participei com o psiquiatra Dr. Brian Weiss e um famoso sensitivo, mas talvez a mais incomum tenha sido quando recebi flores vindas do outro lado.

Estávamos no Taiti. Era a primeira semana de outubro de 1999 e os

seminários estavam chegando ao fim. No encontro da tarde com o Dr. Weiss fomos convidados a escolher um parceiro, alguém que nunca tivéssemos visto, e trocar temporariamente com ele um objeto de uso pessoal. Embora não me ocorresse nada, minha parceira ficou agitada e começou a descrever meu marido, falecido havia pouco tempo. Ela o descreveu com precisão, falando de um casaco de tweed que ele adorava e que chamava a atenção por onde passasse. Como aquela minha primeira experiência me deixou em estado de choque, pedi a ela que não contasse para as outras pessoas. Foi um erro, pois esses acontecimentos são muito interessantes para todos.

No dia seguinte, o último em Bora Bora, peguei um barco e fui procurar uma flor para colocar no cabelo. Escolhi uma das lojas da ilha, onde vi um lindo hibisco rosa. A vendedora, uma senhora de certa idade que não falava inglês nem francês, começou a encher um grande chapéu de palha com flores de uma cor rosa semelhante. Tentei impedi-la, mostrando que eu só queria uma flor, mas ela me ignorou. Uma mulher um pouco mais jovem entrou na loja, e eu pedi que ela explicasse à vendedora que eu só queria comprar o hibisco. Ela respondeu: “Você está enganada. Esse chapéu é um presente.” O último barco estava para sair, e só tive tempo de dar um abraço em cada uma e correr. Mais tarde, várias pessoas me disseram que o chapéu parecia iluminado.

O último seminário com o sensitivo estava prestes a começar. Em estado meditativo, eu o ouvi chamando meu nome e dizendo que um homem usando cartola e fraque queria dançar comigo. Eu sabia que era meu marido. Quando nos casamos, costumávamos dançar na biblioteca. O sensitivo prosseguiu com a mensagem em que meu marido me agradeceu por ter respondido todas as cartas tão significativas que recebi quando ele morreu e comentou sobre o fato de eu ter trocado a moldura de sua fotografia. Tudo era verdade. Então ele disse que sabia que eu amava flores e estava me enviando algumas, com amor.

Alguém no grupo observou: “As flores estão ao lado dela, no chapéu. Elas são lindas!” Imaginem minha surpresa. Como aquela mulher da Polinésia teria recebido a mensagem?

Uma semana depois fui convidada, com um pequeno grupo de mulheres, para participar de uma festa na famosa loja de artigos de luxo Neiman-Marcus, que apresentaria uma nova linha de cristais. Cada uma de nós recebeu uma caixinha contendo um brinde guardado em um cristal. O meu foi uma pequenina flor de hibisco, de cristal cor-de-rosa.

*Shirley*



O falecido marido de Shirley insistiu em transmitir-lhe sua gratidão e seu amor enviando as flores e o hibisco cor-de-rosa. O amor é capaz de fazer isso.

As mensagens espirituais podem transcender os cinco sentidos e ser recebidas de várias maneiras. Elas não precisam de palavras ou de linguagem. A vendedora polinésia não falava inglês nem francês, mas recebeu um impulso e transformou-o no presente florido. Talvez isso seja normal em Bora Bora, mas para nós foi um pequeno milagre.

Como diz a autora de nossa próxima história, “tudo é possível”.



## CURA E FELICIDADE

Há pouco tempo fui ver o Dr. Weiss em um seminário, em Boston. Eu nunca tinha estado em eventos desse tipo. Já lera todos os livros dele, e sou muito interessada no tema de vidas passadas e da terapia de regressão. Durante o seminário só fui regredida uma vez, e, embora curta, a experiência foi verdadeiramente impressionante.

No auditório, fomos orientados a trocar um objeto pessoal com nosso vizinho. Entreguei à minha vizinha o colar que estava usando. Depois devíamos fechar os olhos e seguir as instruções para tentar “ver alguma coisa” sobre a vida de nosso parceiro. Quando o processo terminou, contei à minha parceira o que vira enquanto segurava o item que ela me entregara. Fui tão precisa na descrição do que estava acontecendo na vida dela naquela época que a fiz repensar algumas decisões que tinha tomado.

Em seguida, minha parceira contou o que vira sobre a minha vida. Começou falando sobre um menino de cabelos louros que estava brincando do outro lado de um rio. O menino parecia feliz; sorriu e acenou com uma flor branca. Ela fez uma pausa e tocou o meu braço com suavidade, dizendo: “Há uma coisa que preciso lhe dizer. Não sei se devo falar, porque não faz muito sentido, mas sinto que devo fazê-lo. O menino me pediu para dizer-lhe que ele está bem. Que está feliz. Para você não ficar triste por causa dele.” Lágrimas me vieram aos olhos, mas eu tentei controlá-las na frente daquela desconhecida. Simplesmente agradei e fui embora.

Fiquei muito emocionada porque, quando eu era mais jovem, fiz um aborto.

Eu não queria abortar, mas fui pressionada pelos meus pais e por meu namorado. Na época, acreditava firmemente, e ainda acredito, que a criança era um menino. Eu me sinto culpada por isso desde que aconteceu. Passei esses anos todos pensando no menino que eu devia ter deixado nascer.

Essa experiência me ajudou a ver que o bebê está feliz, brincando, e isso me reafirmou que eu também posso ser feliz. Por que outro motivo essa estranha sentiria a necessidade urgente de me contar o que o menino dissera? Por que, no meio de tantas pessoas no seminário, eu me sentei ao lado dela? Acredito agora que tudo é possível. Finalmente, eu me sinto muito melhor sobre coisas que não posso mudar.

*T. H.*



Carregamos tantas dores desnecessárias sobre os ombros, sem saber que podemos nos libertar desse fardo através do entendimento. A parceira de T., uma desconhecida, viu o menino com clareza e sentiu uma pressão, uma necessidade de passar a mensagem dele.

O rio separa nosso mundo físico do mundo do outro lado. É um símbolo ancestral, famoso na mitologia grega e em muitas culturas e religiões. O conceito de outra margem está presente no Sutra do Coração e em inúmeros textos espirituais por todo o mundo. A visão do rio não foi acidental.

A alma nunca pode ser ferida – nem pela morte, nem pelo aborto. A alma está evoluindo e se desenvolvendo do outro lado. Portanto, o filho de T. foi a Boston para dizer-lhe que não sofresse tanto porque ele está feliz, ele está bem. O menino está falando com todos nós, porque já perdemos e ainda perderemos entes queridos. E quando eles nos visitam depois que morrem, seja em sonhos, devaneios, meditações, através de estranhos ou de qualquer outra forma, sua mensagem será semelhante à enviada a T.: “Não fique tão triste. Estou bem. Estou feliz. Nós sempre estaremos juntos.”



## CÉREBRO

Fazer escala no Aeroporto Internacional da Islândia, voltando para minha casa,

em Tel Aviv, foi um final perfeito para minhas maravilhosas férias. Eu tinha participado do seminário do Dr. Weiss a bordo do luxuoso cruzeiro que saiu de Fort Lauderdale e seguiu para as ilhas do Caribe.

Enquanto caminhava pelo aeroporto, vi na vitrine de uma loja pequenas estatuetas em forma de cabeças humanas. Eram feitas de vidro transparente colorido e brilhante. Aproximei-me e levantei uma totalmente transparente, mas logo a coloquei de volta, pois parecia um crânio. Em vez dessa, escolhi outra estatueta de um verde bem vívido, com uma máscara prateada. Era o trabalho de um escultor sueco, um artista de Estocolmo. Na parte de trás da cabeça havia uma sombra azul que parecia um cérebro humano. O artista chamou a peça de “Cérebro”, recomendando que as pessoas a usassem no dia a dia como um objeto para reduzir o estresse. Comprei a estatueta.

Um ano depois participei mais uma vez de um dos seminários em um cruzeiro, dessa vez saindo de Porto Rico. Durante uma sessão de meditação ouvi o som de uma furadeira atrás de minha cabeça, mas não me dei conta do que se tratava.

Voltei para casa e, dois meses depois, fui operada para a retirada de um tumor cerebral.

Após uma longa licença no trabalho, aposentei-me como advogada. Agora, faço coisas que me dão prazer: visito minhas netas, escrevo contos e pinto. Nunca parei de pensar sobre essa profunda experiência mística que tive com o meu cérebro e com o “Cérebro”.

*Aviva Shalem*



O que consideramos acidentes, coincidências e acontecimentos casuais, na verdade não o são. Aviva começou a receber alertas, sinais ou premonições sobre o seu tumor cerebral mais de um ano antes do diagnóstico e da cirurgia. Ela deixou de lado a estatueta que pegara inicialmente, talvez guiada por sua intuição, talvez pelas experiências vividas no seminário, e certamente pelo exercício de psicometria. Depois sentiu-se atraída e comprou o “Cérebro”. O barulho de uma furadeira durante a meditação, no ano seguinte, foi outro sinal. Tudo acabou bem, e sua vida atual é muito mais pacífica e menos estressante, exatamente como era a intenção do escultor sueco.

Ao selecionar aquele objeto, segurá-lo nas mãos e captar sua energia e suas mensagens, Aviva estava realizando seu exercício pessoal de psicometria. Todos

nós podemos fazer isso a qualquer momento com os milhões de objetos que nos rodeiam – e também com as pessoas que conhecemos. Imagine como o nosso mundo se ampliaria se ficássemos abertos para tomar consciência da maravilhosa energia que compõe os mais simples objetos. Finalmente entenderíamos a magnitude do amor e da sabedoria que nos cerca a todo instante.

Até mesmo desconhecidos, pessoas que nunca vimos, podem nos trazer mensagens e entendimentos, como Lori, a autora da próxima história, descobriu durante um seminário.



### LIGUE PARA A SUA MÃE!

Quando eu participava de um seminário no Instituto Omega, percebi uma mulher que parecia muito pouco interessada no tema da reencarnação. Ela dormiu durante a maior parte da palestra, o que me fez pressupor que ela não estava aberta para as coisas que o Omega pudesse oferecer.

Mais ou menos na metade do dia, o Dr. Weiss pediu que cada um escolhesse um parceiro, um completo desconhecido, e que meditássemos segurando um objeto dessa pessoa. Nossa tarefa era observar todas as imagens e pensamentos que viessem à mente enquanto segurávamos o item e, em seguida, descrever tudo para o outro.

Quando as pessoas do auditório começaram a escolher seus parceiros, ficou claro que ninguém tinha vontade de escolher aquela mulher. Resolvi então pedir-lhe para ser meu par. Por um lado, queria salvá-la daquela situação embaraçosa, por outro, minha intuição dizia que valia a pena tentar provar-lhe a importância daquela prática.

Segurei o item que ela me entregou, concentrei-me com todas as forças e recebi várias imagens: um cachorrinho branco, uma piscina com uma cerca ao redor, uma varanda coberta por um toldo e que levava até a piscina, a sensação de que fazia muito calor e o que parecia ser uma mensagem do cachorro, que dizia estar bem.

Chegamos ao fim da meditação, e eu estava tão ansiosa que fui a primeira a falar. Enquanto eu descrevia essa lista de imagens, a mulher dizia: “Hum. Não. Hmm... uma piscina, não. Eu moro no Bronx. Calor, não. Moro lá desde que nasci. Cachorro branco, não.”

Um pouco decepcionada pela sua falta de conexão com qualquer dos meus detalhes tão precisos, sentei-me para ouvir o que ela tinha recebido do meu objeto. Não esperava muito, já que ela parecia ter dormido durante a maior parte da palestra. Não poderia estar mais enganada!

Com seu forte sotaque nova-iorquino, a mulher passou a descrever toda a minha vida. “Ligue para a sua mãe”, foi como ela começou, e continuou dizendo que minha mãe precisava me falar sobre problemas que estava tendo, decisões a tomar e outras questões. Fui correndo telefonar para minha mãe e tudo se confirmou. Fiquei tão emocionada que mal pude esperar para contar a todos o que acontecera. Quando o Dr. Weiss me pediu que contasse o que eu vira, voltei a ficar impressionada. O que eu tinha enxergado era direcionado a outra participante, sentada na fila da frente, e que perdera um cachorro recentemente. Cada detalhe da minha visão se encaixava em sua vida.

Essa maravilhosa experiência me mostrou como estamos realmente conectados e que não precisamos nos preocupar com o futuro ou viver no passado, mas aproveitar cada momento presente ao máximo.

*Lori Bogedin*



É por esse motivo que não devemos julgar um livro pela capa. Na verdade, não devemos julgar de forma alguma. Lori teve um gesto amável ao escolher sua parceira e foi recompensada com uma série de importantes mensagens que acabaram se confirmando.

A projeção é o ato de atribuir nossos pensamentos, sentimentos ou julgamentos a outros, e essa atitude cria, com frequência, distorções da realidade. As coisas podem não ser como você as interpreta. Por exemplo, talvez a parceira de Lori estivesse apenas cansada, não desinteressada. Várias hipóteses são possíveis.

Estamos conectados a mais pessoas do que àquelas que se encontram fisicamente mais próximas. Lori recebeu informações precisas de alguém que estava em outra parte diferente do salão e que tinha acabado de perder um cachorrinho branco. A mesma mensagem pós-morte garantia que tudo estava bem. Os animais também têm alma.

Lori sentiu uma profunda paz, o fluir de uma sabedoria infalível que afirma que tudo está como deve ser. Sabendo disso, ela pôde viver o momento presente, que é onde reside a felicidade, em vez de viver no futuro ou no passado. Todos

nós devemos seguir o exemplo de Lori e ficar atentos. Em meu livro *Só o amor é real*, eu me debrucei mais sobre esse conceito.

O monge e filósofo budista vietnamita Thich Nhat Hanh escreve sobre como apreciar uma boa chávena de chá. Precisamos estar totalmente concentrados no presente para apreciar o chá. Apenas com a consciência no presente, as nossas mãos são capazes de sentir o agradável calor da chávena. Apenas no presente podemos apreciar o aroma e saborear a delicadeza do sabor do chá. Se ficarmos ruminando sobre o passado, ou preocupados com o futuro, perderemos por completo a oportunidade de apreciar a chávena de chá. Olharemos para a chávena, e o chá terá terminado.

A vida é assim. Se não estivermos totalmente concentrados no presente, quando olharmos à nossa volta o chá terá desaparecido. Teremos perdido a sensação, o aroma, a delicadeza e a beleza da vida.

O passado terminou. Aprendamos com ele e nos desapeguemos. O futuro ainda nem está aqui. Planejemos, sim, mas não percamos tempo nos preocupando com ele. A preocupação é uma perda de tempo. Quando pararmos de nos preocupar com o que já aconteceu, quando pararmos de nos preocupar com o que poderá nunca vir a acontecer, então estaremos no momento presente. Só então começaremos a experimentar a alegria de viver.

Precisamos dedicar algum tempo para apreciar o chá – e nossas vidas. É tão simples e, ao mesmo tempo, não é fácil. Abandone a preocupação e o medo. O medo é uma emoção tóxica e debilitante que nos rouba a alegria, colocando em seu lugar a ansiedade, o estresse e o terror. Em vez disso, preste atenção à doçura que cada dia nos traz. A vida é tão plena de belezas delicadas e raras. Assimile-a em toda a sua plenitude.

Assim como Lori, eu também descobri que estar no Instituto Omega, ou em qualquer seminário, me deixa em um estado de consciência alterado, no qual posso viver no momento presente e sentir a interconexão entre todos os seres. Isso me traz uma profunda paz e calma interior.

O filósofo místico Krishnamurti, um homem de magnífica sabedoria, escreveu que você pode preparar a mesa para essa consciência alterada, mas não pode fazer o convidado aparecer. Em outras palavras, você pode criar as condições para isso, mas tem de esperar que aconteça. Com frequência, em minhas aulas no Instituto Omega, minha esposa, Carole, e eu terminamos a semana com esse sentimento sublime. Ambos sabemos que ele não vai durar por muito tempo, mas ficamos atentos para observar quanto será. Muitas vezes, ao chegarmos ao aeroporto em Nova York, saindo do Instituto, o barulho e a

movimentação frenética e agressiva nos trazem de volta à consciência comum. A transição é muito abrupta e, embora saibamos disso, é difícil retornar ao outro estado. Entretanto, na última vez em que estivemos lá, o processo se deu de forma mais violenta.

Saindo do Omega, a caminho do aeroporto, Carole e eu paramos em uma loja de conveniência durante uma forte tempestade. Ela entrou na loja, enquanto eu fui procurar uma vaga. Inadvertidamente, parei na vaga que outra pessoa desejava. De imediato, um homem mais ou menos da minha idade, usando apenas uma camiseta, começou a dar voltas ao redor do meu carro, berrando comigo. Eu não tinha a menor ideia do motivo, até que o ouvi dizer: “Você tomou a minha vaga. Eu quero essa vaga.”

Parecia surreal. Eu ainda estava naquele estado de distanciamento e repleto de paz, que começava a dissipar-se. Observei o homem ao lado da janela do carro e vi que usava uma corrente no pescoço com um medalhão da Virgem Maria. Achei contraditório que um homem com um medalhão de Maria estivesse agindo de forma tão violenta. A Virgem Maria é um símbolo de amor, bondade e de ajuda ao próximo. Eu sabia que o homem seria capaz de qualquer coisa naquele estado de total descontrole. Mas naquele momento a mudança aconteceu. Talvez a ansiedade, o susto ou o medo tenham me feito voltar ao estado regular de consciência. Eu disse com a maior suavidade possível: “Desculpe. Não percebi que você aguardava esta vaga. Estou esperando minha mulher, e, se eu mudar de lugar, talvez ela não me encontre. Mais uma vez me desculpe.” Ao ouvir isso, ele foi embora. Não sei exatamente o que se passou na cabeça daquele homem, mas o fato é que ele sumiu.

Quando Carole chegou, conversamos a respeito. Ficamos pensando que as pessoas que meditam regularmente, ou as que alcançam um nível mais alto de consciência, precisam aprender a lidar com essas situações. Como você se relaciona com elas? Como manter um estado de paz, amor e comunhão de sentimentos num mundo agressivo que tenta manipulá-lo, agredi-lo ou tirar vantagem de você? Essa é uma tarefa muito difícil. Meditação, contemplação, introspecção e até a leitura de um livro espiritual ajudam. Descobri durante todos esses anos que quando nos lembramos de como nos sentíamos naquele estado voltamos mais facilmente a ele. Como era a sua respiração? O relaxamento do seu corpo? A sensação interior?

Também sinto algo semelhante quando acordo de um sonho especial. Sei que não devo comer ou ler o jornal logo em seguida para poder permanecer naquele estado em que minha consciência fica ampliada. Tenho a sensação de saber das

coisas em um nível mais profundo, de compreender através da intuição. Entretanto, quando saio para o trabalho e tenho de enfrentar o trânsito ou algo semelhante, é necessário voltar ao estado de consciência normal e atenta.

É importante lembrar sempre que cada passo é sagrado, cada respiração é sagrada. Se você tomar consciência dessa verdade, uma mudança de consciência vai ocorrer. Você terá uma sensação de completa paz. É extremamente saudável fazer isso – saudável para o seu corpo, saudável para a sua mente. Você é um ser espiritual – essa é a sua condição natural.

Em 1994, tive a oportunidade de estar com alguns mestres tibetanos na Universidade de Michigan. Durante uma calorosa discussão sobre o tema da reencarnação, perguntei-lhes por que eu nunca tivera um paciente atormentado por um espírito maligno.

Eles acharam graça. Será que minha pergunta fora simplista demais?

“Não”, um dos lamas explicou, através de um intérprete. “A sua energia não permite algo assim, com tanta proximidade.” Eles riram outra vez. Entendi que a questão não era simples; eu só não tinha pensado nela em termos de campos de energia. Havia certo tipo de força que impedia esses espíritos de interagirem comigo.

Na primavera de 2010, eu ainda não tinha me deparado com um caso desses com meus pacientes. Naquela época, eu estava viajando pela China, onde tive uma audiência com um dos mais importantes líderes taoistas, ao pé das montanhas perto de Xian. Vários estudiosos taoistas de universidades próximas também estavam presentes. Conversamos durante uma hora, abordando vários tópicos. Resolvi repetir a pergunta que fizera 16 anos antes. Mais uma vez minha dúvida provocou risos. Dessa vez, dois intérpretes foram necessários, um para traduzir do dialeto regional para o mandarim e outro para traduzir do mandarim para o inglês, mas tenho certeza de que não houve distorções.

“Aquela energia ficaria muito pouco à vontade na sua energia. Ela não poderia fluir ali. Não poderia acontecer.”

Não há nada de especial em relação ao meu campo energético. Eu medito com frequência, o que pode elevar a vibração de um indivíduo. Essa prática está à disposição de todos. A resposta dos lamas e do mestre taoista se aplica a todos nós. Manifestações ou espíritos “malignos” podem se sentir tão desconfortáveis no seu campo de energia quanto no meu, porque, ao dominar nossas lições espirituais, nós nos tornamos incompatíveis com esse tipo de energia. É assim que você pode expulsar os próprios demônios.

Além da meditação, outra forma de aumentar a vibração é encher o seu coração e sua mente de amor, bondade, tranquilidade e paz. Essas qualidades são muito importantes para nos livrarmos diariamente de nossas aflições. Se incorporar essas práticas e princípios a sua vida diária, você se livra das aflições. Pode haver bênção maior?

Os comentários dos monges e estudiosos refletem a aceitação da ideia da existência de espíritos negativos. Mas a minha impressão sobre a conversa que tivemos é de que *ignorante* é um termo mais apropriado do que *maligno*. Não existe o verdadeiro mal. Espíritos ignorantes podem parecer obscuros, mas se encontram apenas em um nível que não é iluminado (ou seja, “no escuro”). São como alunos da primeira série em um pátio escolar, um pouco selvagens, desobedientes e agressivos – mas não são maus. Essencialmente, os alunos da primeira série são iguais aos que estão se formando. A única diferença é o seu nível de conhecimento e maturidade. Os meninos são jovens e ignorantes, mas, com o passar do tempo, também vão se formar.

## CAPÍTULO 8

# Casos sem paralelo

Algumas histórias desafiam qualquer tipo de classificação, porque tocam em conceitos novos ou raros. Os casos descritos neste capítulo estão nessa categoria e oferecem fascinantes entendimentos sobre nossa natureza mais profunda e sobre as características da alma. Somos seres eternos e multidimensionais que habitam os corpos físicos por um tempo breve para aprender importantes lições espirituais. Como disse o místico jesuíta Teilhard de Chardin: “Nós não somos seres humanos passando por uma experiência espiritual. Nós somos seres espirituais passando por uma experiência humana.”

Os seres espirituais não são restringidos pelos limites comuns de tempo, espaço ou corpo físico. Isso soa como uma liberdade extraordinária – e, entretanto, é o nosso estado natural. É quem somos; nós apenas nos esquecemos disso.

Permita que as histórias deste capítulo o façam lembrar-se dessa verdade.



## PROGRESSÃO PARA O FUTURO

Tive uma experiência pessoalmente tocante durante o curso no Instituto Omega, em 2007. Aconteceu em uma sessão que acabou sendo uma progressão, em vez de uma regressão.

O que me levou a fazer o treinamento de terapia de regressão a vidas passadas foi o desejo de expandir o meu arsenal terapêutico. Tenho um consultório de prática complementar que oferece intervenções baseadas em técnicas tiradas do campo da Psicologia Energética. Em 2006, chamou-me a atenção a quantidade de pacientes que não estava respondendo a uma variedade de terapias que ofereci. Pensei então que as causas de seus problemas poderiam estar em outras vidas.

A aula prática começou com a turma formando pares com algum desconhecido. Quando fizemos a técnica de indução rápida, minha parceira, uma norte-americana, pareceu responder bem à indução. Prossegui guiando-a por detalhes de lembranças de uma vida passada como pioneira na exploração do Oeste americano.

Quando trocamos de papéis, eu também fui receptivo à indução rápida, e ela guiou a minha mente através de uma série de portas que levavam a vidas passadas. Atravessei uma porta feita de várias tiras de contas que eram muito populares para economizar espaço de entrada em cozinhas, por exemplo. Do outro lado daquela entrada fui recebido por dois seres fisicamente interligados: as cabeças eram coladas pelas bochechas, as testas eram mais altas e mais largas do que o usual, os olhos azuis cristalinos eram um pouco maiores do que os de humanos. Os corpos pareciam estar fundidos em uma forma trançada em que os membros eram quase indiscerníveis e as pernas desapareciam em meio a uma roupa de material fino.

Senti uma energia de bondade e amor emanando daquele ser e vindo em minha direção. Eu sabia que eram os meus guias, os chamados “anjos da guarda”, numa terminologia religiosa. Eu não tinha conhecimento de para onde eles estavam me guiando enquanto estendiam as mãos para segurar as minhas antes de voarmos pelo espaço, deixando a Terra para trás.

Depois de uma viagem pelas estrelas, que me pareceu breve, começamos a nos aproximar de outro mundo, um planeta com uma atmosfera e um globo azul e branco, semelhante à Terra, que acabávamos de deixar para trás. Começamos a flutuar por cima daquele estranho mundo, bem alto, na estratosfera. Os guias ainda me levavam pela mão, embora eu pudesse sentir que estavam me encorajando a me soltar e cair no meio da atmosfera nublada logo abaixo. Fiquei apreensivo, mas eles me asseguraram que meus medos logo iriam dissipar-se se eu confiasse em mim mesmo e neles. O que eu precisava ver estava na superfície daquele planeta.

Consegui largar as mãos dos dois e começar uma descida lenta, planando pelas nuvens. Logo em seguida vislumbrei a terra abaixo: um tapete de vegetação verde, em uma zona climática temperada e, ao longe, campos e fileiras de cerca viva. No mesmo instante eu me vi em uma pastagem que parecia se inclinar bem lentamente na direção de um rio que não estava visível para mim. Fiquei parado no meio da campina, assimilando esse lindo cenário. Percebi naquele momento que havia alguém de pé, ao meu lado. Era um indivíduo alto, de cabelos cor de prata, com um semblante sereno. Ele vestia uma túnica leve em tons pastel.

Era eu! Um eu mais velho, mas, certamente, eu. Eu me vi virando a cabeça para o lado esquerdo e olhando para o alto da colina, para uma construção que ficava a menos de duzentos metros. Era uma mansão de três andares, bem grande, aninhada no meio das árvores. Eu sabia que era um lugar de aprendizado, um santuário ou um retiro. Eu sabia que estava na França, que o ano era 2037, e que o “eu” diante de mim fazia parte do corpo docente do estabelecimento de ensino no topo da colina. Era uma cena do meu futuro, e eu era um professor, claramente em harmonia consigo mesmo e com o seu papel.

Nem é preciso dizer que minha parceira ficou maravilhada quando descrevi minha experiência e falei da certeza de ter progredido até os 84 anos. O que me fora mostrado pelos meus “anjos da guarda” era algo que eu nunca tinha planejado. Eu jamais considerara a possibilidade de me tornar um professor; ao contrário, essa era uma profissão que eu sempre rejeitara, achando-a cansativa e mal remunerada.

No ano seguinte, através de estudos e de um trabalho de regressão a vidas passadas com clientes e comigo mesmo, acabei percebendo que o meu verdadeiro propósito na vida era um só: ensinar. Foi como uma inspiração divina que já me fora mostrada, um ano antes, por meus guias espirituais. O que eu ensinaria? A resposta me veio rapidamente: eu ensinaria o que aprendera sobre a natureza do seres através de meus estudos nos últimos 25 anos. Fazer pelos outros o que eu fizera por mim mesmo: integrar o conhecimento da ciência, metafísica, filosofia e espiritualidade em uma orientação prática e sólida que levasse à descoberta do propósito de cada um na vida presente. Hoje, sei que esse conhecimento é a chave para uma vida de valor e alegria. É um conhecimento inerente à mudança de consciência que a humanidade está vivendo no presente.

*Chris Johnson*



Na terapia de regressão o paciente é levado de volta para algum ponto anterior no tempo, seja nesta vida, em uma vida prévia ou a algum lugar que fica nesse intervalo. A terapia de progressão, por outro lado, leva o paciente adiante no tempo e, como a história de Chris ilustra bem, pode ser igualmente terapêutica. Esse é um assunto sobre o qual escrevi e documentei extensamente em meu livro anterior, *Muitas vidas, uma só alma*.

Há muitos futuros possíveis, tanto pessoais quanto globais. Nossas decisões individuais e coletivas ajudam a determinar quais serão realizados, embora

muitos ou todos possam acontecer simultaneamente, em diferentes dimensões.

Entretanto, parece haver uma mais provável de acontecer. No caso descrito, os guias espirituais de Chris (ou a manifestação de sua sabedoria inconsciente) permitiram que ele vislumbrasse o que o deixaria mais feliz e realizado, fazendo-o refletir para alcançar seus objetivos. As decisões no presente podem levá-lo ao futuro que ele mais deseja.

Mesmo que não possamos enxergar com clareza o nosso futuro mais favorável, podemos confiar em nossa sabedoria intuitiva para nos guiar até lá. Não deixe que medos ou dúvidas obscureçam a sua visão e o seu caminho. Ouça o seu coração.

As localizações geográficas de nossas próximas vidas não são importantes. A qualidade é que realmente importa. Se estivermos nos encaminhando para vidas repletas de bondade e compreensão, chegaremos, infalivelmente, à dimensão adequada.

Leia agora a história de Donna para entender melhor o que é uma regressão envolvendo vidas quase simultâneas.



## TRILOGIA DO TEMPO

Uma de minhas lembranças prediletas de vidas passadas é uma trilogia. Vi três existências consecutivas que foram muito tocantes e que demonstraram como aprendemos com nossas experiências.

Na primeira cena, eu me vi usando o uniforme verde de um soldado da SS alemã. Eu e mais três companheiros estávamos próximos do nosso veículo militar estacionado no acostamento de uma estrada isolada na Alemanha. Fumávamos, conversávamos e ríamos, enquanto escrevíamos um relatório sobre a missão que acabávamos de completar. Fazia frio, e eu podia ver a nuvenzinha branca que sai da boca quando respiramos no ar gelado. À nossa direita havia uma gleba de terra cultivada, rodeada por uma cerca de madeira, algumas vacas, belas casas e os Alpes ao fundo. À esquerda, do outro lado da estrada, uma floresta de pinheiros, imaculada, intocada – exceto pelo acampamento de judeus que acabávamos de dizimar com nossos rifles e metralhadoras. Um fazendeiro vira uma fogueira durante a noite e alertara as “autoridades”. Nós fomos enviados para investigar a denúncia e encontramos um grupo de famílias judias, homens e mulheres de todas as idades, e muitas crianças. Nós os exterminamos e

reviramos os seus pertences para ver se havia algo de valor que pudesse nos interessar.

No segundo seguinte a cena mudou. Agora eu era uma judia polonesa um pouco robusta, dentro de um dormitório feminino, em um campo de concentração. Meu filhinho de cinco anos estava parado diante de mim. Fazia frio, e ele usava um suéter tosco, grande demais, com as mangas enroladas nos punhos, e que chegava até os pés. Ele tinha cabelos lisos e louros que lhe caíam nos olhos e que precisavam ser lavados. Com surpresa, reconheci nele o meu filho na vida atual. Ouvi um grande barulho, e as portas do dormitório foram abertas de repente. Guardas entraram gritando “*Alle der kinder aus*” (“Todas as crianças para fora”) e empurraram as crianças com os cabos de seus rifles. As mães gritavam e as crianças choravam e se agarravam às mães. Quando um guarda se aproximou do meu filho, ele se agarrou à cama. Meu coração explodiu de dor e horror quando o vi ser arrastado junto com as outras crianças.

Então a cena mudou outra vez. Agora eu era um oficial alemão. Usava um uniforme marrom e pesadas botas de couro. Estava em um escritório vazio; podia ouvir o eco dos meus passos quando me encaminhei para a escrivaninha no centro da sala. O pé-direito era alto, e a sala estava quase escura, iluminada apenas pela luz acinzentada que conseguia entrar pela única janela. Procurei nas gavetas e encontrei um selo para marcar os documentos que carregava no bolso interno do casaco. Esses documentos iriam servir para ajudar alguns judeus a escapar. Intuí que, mais tarde, eu seria presa e executada por um pelotão de fuzilamento, mas não sem antes ter ajudado na fuga de um grande número de judeus.

*Donna West*



No momento em que deixa o corpo físico, você traz para o outro lado seu conhecimento, sua sabedoria e os frutos da sua experiência na Terra. Você precisa enfrentar as consequências de seus pensamentos e das atitudes da sua estada temporária neste planeta físico. Suas boas ações são recebidas com grande alegria, pois você realmente assimilou as lições que veio até aqui para aprender. Suas ações violentas e más são recebidas com decepção. Você sente a dor das pessoas que feriu. Você compreende, em um nível profundo, que esse não é o caminho espiritual. Em vidas futuras, você deve pagar a essas pessoas com amor e compaixão. Você as compensa, as regenera, e uma grande cura acontece. Esse

pagamento não é uma forma de punição no outro lado – é apenas um aprendizado: as consequências de nossas ações devem ser reparadas.

Em sua primeira lembrança dessa trilogia, o comportamento de Donna feriu os outros. Na segunda, como mãe no campo de concentração, ela vivenciou o que é ser vítima daquele tipo de comportamento. A existência final a presenteou com a oportunidade de ser novamente um soldado alemão, mas, dessa vez, ela estendeu as mãos com amor para salvar vidas – mesmo sacrificando a sua. Não houve mais cenas depois dessa; não havia necessidade. Donna não apenas aprendeu sobre amor e compaixão, mas concretizou esses sentimentos com imensa beleza. A lição estava completa.

A lembrança das três vidas simultâneas de Donna não é improvável. Ela reflete as lembranças compartilhadas por seu grupo de almas. As almas não são afetadas pelas limitações do corpo físico. Estamos conectados no nível da alma e podemos compartilhar todas as experiências. Talvez todos nós sejamos emanações ou centelhas do Um. Talvez sejamos originários de uma energia invisível e abrangente. Ou, quem sabe, como disse Catherine, “existem muitos deuses, pois Deus está em cada um de nós”.

A mente consciente, que fica do lado esquerdo do cérebro, pode atrapalhar as nossas experiências, interrompendo um encontro espiritual com questões e especulações intelectuais. Ela nos diz que somos os nossos corpos, que o tempo é linear, que existimos apenas na dimensão física. Mas, quando adormecemos e sonhamos, o poder de nossa mente consciente diminui e nosso inconsciente assume o controle, como acontece quando nos submetemos a hipnose. Por esse motivo, os sonhos são, com frequência, os cenários em que nossas lembranças de vidas passadas e nossos entendimentos místicos se revelam, como descobriu a autora de nossa próxima história.



## VOO NOTURNO

Há alguns anos, eu e uma amiga estivemos em um dos seminários do Dr. Brian Weiss. Participei das palestras e das sessões de hipnoterapia e fiquei impressionada com o dos outros participantes, embora eu não tivesse obtido qualquer resultado pessoal. Fiquei um pouco frustrada, mas, ao mesmo tempo, fascinada.

Estávamos hospedadas em um pequeno hotel, e na última noite ali, enquanto

dormia, tive um sonho bem nítido, do qual jamais me esquecerei. Com vibrações cada vez mais intensas, voei para fora da janela do quarto e me vi “flutuando” sobre um vale verdejante, com casas espalhadas de maneira aleatória. Eu sabia que era uma remota vila, embora não soubesse onde estava localizada. Os telhados eram de colmo. Tive um sentimento profundo de que estava observando um lugar onde já vivera. Então voltei para a cama e a experiência se repetiu.

A lembrança permaneceu comigo devido à intensidade das vibrações. Na manhã seguinte percebi que eu tinha vivenciado um episódio de lembrança de vidas passadas, não durante as sessões, mas durante o sono. Portanto, a hipnoterapia tinha “funcionado” para mim, mas eu devo ter resistido a ela durante as sessões.

Eu sempre me pergunto onde era a tal vila, e adoraria voltar lá.

*Victoria*



Os fragmentos de lembranças de vidas passadas emergem durante os sonhos. São lembranças de verdade, não símbolos freudianos ou metáforas. A experiência de Victoria foi desse tipo e incorporou elementos de voo ou sonhos fora do corpo. As regressões durante o dia, que não foram muito bem-sucedidas para ela, podem tê-la ajudado a montar o cenário para essa ocorrência. Já observei várias vezes esse efeito retardado, quando a experiência de regressão acontece depois da sessão, seja através de um sonho, ou de maneira espontânea, em forma de déjà-vu ou de outras maneiras. A mente se torna receptiva e as lembranças aparecem. Paciência e prática facilitam esse processo.

Se eu estivesse submetendo Victoria a uma regressão em meu consultório, seu sonho seria a porta de entrada que eu usaria para que ela se lembrasse da outra vida com os telhados de colmo.

O importante é a experiência, não o método utilizado para alcançá-la.

Para ilustrar esses pontos, vou relatar o que aconteceu um dia depois de eu ter conduzido um seminário na cidade de Nova York, quando recebi mensagens semelhantes e simultâneas de duas pessoas presentes que não se conheciam. Uma delas escreveu que não teve nenhuma lembrança de vidas passadas durante o evento e que, na verdade, adormecera, tal como ocorrera em outros seminários dos quais tinha participado e como acontecia todas as vezes em que ouvia os meus CDs de regressão. Na manhã seguinte, ela resolveu ouvir os CDs

consecutivamente e de novo adormeceu. Mas, dessa vez, acordou em vários momentos enquanto eles tocavam, e não viu uma, mas muitas vidas passadas. No CD, estimulo os ouvintes a visualizar suas vidas passadas como se fossem um colar de pérolas. Essa mulher nunca fora capaz de visualizar nada em suas muitas tentativas de regressão, mas, de repente, viu com clareza o seu “colar de diferentes pérolas feito na infância”. Foi uma conquista surpreendente, ela escreveu, e eu tenho de concordar.

A outra participante do seminário não acessou qualquer lembrança de vidas passadas, mas, naquela noite, teve uma série de sonhos. “Ao acordar”, ela descreveu, “entendi completamente o que precisava fazer na vida. Foi impressionante ter essa clareza. Suponho que minha via de comunicação tenha ficado mais aberta no estado de sonho. Agora, sou muito mais capaz de interpretá-los.” O empenho em fazer meditações durante o seminário daquele dia pode ter parecido inútil no início, mas, durante a noite, ela teve sonhos que elucidaram o seu propósito na vida. Que enorme dádiva lhe foi concedida!



Os físicos se transformaram nos místicos da nossa era, construindo uma ponte entre milagres e ciência. Eu me lembro das palavras do grande físico Albert Einstein: “O ser humano é parte de um todo ao qual chamamos universo, uma parte limitada no tempo e no espaço. Ele vivencia a si mesmo, em seus pensamentos e sentimentos, como algo separado do resto... uma espécie de ilusão de ótica de sua consciência. Essa ilusão é uma prisão para nós, restringindo-nos aos nossos desejos pessoais e à afeição somente pelas poucas pessoas que nos rodeiam. Nossa tarefa deve ser de nos libertarmos desse cárcere, ampliando o nosso círculo de compaixão e abraçando todos os seres vivos e toda a natureza.”

Podemos usar os princípios científicos, tais como os encontrados na física e na química, para entender a nossa natureza divina com tanta eloquência. Por exemplo, em meus seminários costumo usar uma metáfora sobre cubos de gelo para ajudar a explicar a natureza humana e a relação entre o corpo, a mente e a alma.

Imagine se cubos de gelo boiando na água gelada tivessem consciência. Haveria discussões sobre os diferentes formatos dos vários cubos. “Nossas beiradas são mais finas do que as suas” ou “Nós somos mais claros e mais simétricos do que vocês”. Com o passar do tempo, essas discussões levariam a brigas, depois a guerras, e teríamos o equivalente ao que acontece aqui na Terra.

Mas, se aquecêssemos a água, todos os cubos de gelo derreteriam. Os cubos das mais diferentes formas passariam a ser água.

A água sempre foi uma metáfora para o espírito. Os cubos de gelo nunca tiveram uma existência independente. Eles se originaram da água e voltaram a esse estado líquido quando aquecidos. A essência do cubo de gelo era, na verdade, a molécula de  $H_2O$  vibrando em um ritmo mais lento. Quando o calor foi acrescentado, o ritmo de vibração aumentou e os cubos derreteram. O tempo inteiro, sua existência foi uma ilusão. Todos eles eram apenas a molécula de  $H_2O$ , mera água, o tempo todo.

O que acontece se você continuar a aquecer a água? Com o tempo, tudo vira vapor, fica invisível – mas não vazio. A molécula de  $H_2O$  ainda está lá, mas, agora, vibrando em um ritmo extremamente rápido. A água se torna vapor apenas por uma alteração de velocidade da molécula. Nós sabemos disso porque, se você condensar ou esfriar o vapor, ele volta a ser água. Se continua esfriando a água, coloca-a em formas para fazer gelo e as põe dentro do congelador, depois de algum tempo terá cubos de gelo outra vez. Esse é o ciclo.

Agora imagine que você continue aquecendo esse vapor. Quando a molécula de  $H_2O$  se divide, você tem partículas subatômicas, quasares, quarks e outros elementos desse tipo. Portanto, até mesmo depois do vapor existem outros estados e, avançando ainda mais, eles se tornam indescritíveis pelos pensamentos ou palavras humanas.

Isso reflete a nossa própria natureza. Aqui, nesses corpos terrenos, somos como cubos de gelo: vibramos em nosso ritmo mais lento, sólido e pesado. O que acontece quando somos aquecidos? Em nosso caso, o aquecimento não se dá com calor, mas com amor. É isso que aumenta a nossa vibração – a presença do amor incondicional, da capacidade de abrir nossos corações, de viver com empatia, compaixão, bondade e altruísmo. De ajudar os outros a atingir o seu potencial.

O equivalente aos cubos de gelo derretendo e virando água seria voltarmos ao estado de espíritos. *Nossa verdadeira natureza é a de seres espirituais*. Quando continuamos a aumentar a nossa vibração, o que seria equivalente ao vapor? Seria o que quer que exista além do espírito – e ainda além. O que significa que somos, sob esse aspecto, como cubos de gelo. Temos muitas dimensões, e todas elas estão conectadas através do ritmo da vibração.

Podemos falar da existência de Deus e de planos mais elevados, mas não temos palavras ou compreensão para entendê-los por completo. Esse é um dos motivos pelos quais é muito difícil responder à pergunta: “Por que Deus criou a

Terra? Qual seria o seu propósito?” Não temos como saber o que está acontecendo nessas esferas que são equivalentes às partículas subatômicas, na analogia do gelo. O que sabemos é que estamos aqui e que somos a manifestação física dessa mais alta energia. Nossa energia é o amor – não a molécula de H<sub>2</sub>O, mas o amor.

Nesse sentido, não precisamos saber todas as respostas. Com frequência, respondo às pessoas “Eu não sei”, porque realmente desconheço a resposta a algumas dessas perguntas mais difíceis. Mas o que realmente sei é que somos seres espirituais, cuja essência básica é o amor, a empatia, a bondade, a compaixão e o altruísmo. São essas as ações e as atitudes que elevam a nossa vibração, aumentam a nossa consciência e nos tornam capazes de retornar àquele lar onde tudo é um e tudo está conectado.

Uma vez, enquanto explicava a metáfora dos cubos de gelo, da água e do vapor para uma plateia, tomei consciência de que estava sentado em uma cadeira no palco. Percebi, naquele momento, que o fato de sentar-me na cadeira estava ligado à ideia daqueles cubos de gelo. Aqui, na Terra, a cadeira era sólida para mim. Confiei nela para suportar o meu peso, sentei-me nela, levantei-me, sentei-me outra vez. Mas eu sabia que, em outro nível, a cadeira era composta de moléculas: algumas constituíam o tecido do assento; outras, da madeira, e assim por diante. Essas moléculas também poderiam ser divididas em seus componentes energéticos. Portanto, apesar de a cadeira ser sólida e suportar o meu peso, ela era também moléculas, átomos, núcleos, partículas subatômicas e partículas ainda menores – e, é claro, energia. Interessante que um objeto no qual eu podia tocar e onde podia me sentar era, na verdade, pura energia.

Nós somos como essa cadeira: somos físicos, mas somos também energia pura. Portanto, quando dizemos que não somos seres humanos passando por uma experiência espiritual, mas seres espirituais passando por uma experiência humana, tudo isso, na verdade, acontece ao mesmo tempo. Somente a menor parte de nós está no corpo; a maior parte não se encontra. A consciência não está limitada pelo cérebro ou pelo corpo, ela os ultrapassa. Como os cubos de gelo, a água, o vapor e o estado além do vapor, nós existimos simultaneamente no reino material, no espiritual, nos que existem além deles e também no reino da luz e em outros que nem sequer podemos imaginar.

Pense em todos os sistemas solares, sistemas estelares, galáxias e universos que, segundo os cosmólogos, estão sendo constantemente criados. Eles são ilimitados e, apesar de terem uma magnitude que ultrapassa em muito a nossa compreensão, são apenas o começo. Também existem dimensões não físicas,

dimensões energéticas, que desafiam a nossa imaginação. Tudo isso nos desconcerta e nos traz de volta ao conceito de que somos humanos e, ao mesmo tempo, energia.

Isso é apenas um vislumbre de nossa natureza e da natureza de Deus. Quando você pensa nesses termos, é obrigado a admitir a existência de algo que já existia antes de tudo o mais: algo que não teve nenhuma causa, algo sem precedentes. Quando temos uma cadeira ou um cubo de gelo, temos uma causa, um precedente. Havia a molécula de água, ou a água que existia antes de ser congelada. A cadeira existiu como árvores e plantas antes de ser transformada em cadeira, e aquelas árvores e plantas existiram em sua forma precursora, talvez como sementes. Mas existe algo que não teve precursor, que sempre existiu e existe, que é incompreensível para nós, que nunca foi formado, que nunca desaparece. Tudo não passa de diferentes estados de energia, como a cadeira ou o cubo de gelo – exceto esse algo.

Em culturas ancestrais, algumas pessoas chamavam isso de Tao. Nós falamos a mesma coisa quando dizemos “Confie no processo”. Isso significa seguir o Tao, ou o caminho, ou o fluxo. As palavras não importam; é o conceito de uma inteligência sábia e amorosa que existia antes da criação, que sempre existirá e da qual emana todo o resto: todos os cubos de gelo, água e vapor, a cadeira, nossos corpos, nossa natureza espiritual e o que quer que exista além disso. É algo que possui sabedoria, que está oculto, que é total e incondicionalmente amoroso e que constitui a base, a fundação, de todas as coisas e seres criados.

Ao entender isso, somos capazes de nos libertar daquilo que não é importante: fama, sucesso, reconhecimento, dinheiro, objetos. Não carregamos nada disso conosco. O que trazemos de volta são as lições que aprendemos e dominamos. Trazemos de volta a abertura de nossos corações. Não importa se não temos o entendimento completo de tudo isso no momento presente. Nosso coração compreende em sua essência mais profunda, e ao seguir o nosso coração e a nossa intuição somos conduzidos de volta para casa.

O conceito de reencarnação e de regressão a vidas passadas relaciona-se a muitos ramos da ciência, não apenas à física. Susie, na próxima história, discute como aplicou esse trabalho no campo da anatomia e da fisiologia.



## HIPNOSE E GRAVIDEZ

Sou reflexologista, especializada em sessões pós-gravidez, e parte do motivo que me levou a participar do treinamento no Instituto Omega, em 2010, foi descobrir mais sobre o feto.

Um dos tópicos mais fascinantes que discutimos foi como podemos ser regredidos até o útero de nossas mães. Já fiz isso pessoalmente e descobri que não é apenas interessante, mas também emocionante experimentar os sentimentos de uma pessoa tão pequena antes de colocar o pé aqui no plano terrestre.

Nos últimos meses, desde que o treinamento acabou, estive com dez mulheres cujos bebês estavam na posição pélvica. Todas tinham de 35 a 38 semanas de gravidez e estavam desesperadas, dispostas a tentar qualquer coisa para virar seus bebês. Enquanto trabalhava nos pés dessas grávidas, eu as orientei a se conectarem com seus filhos no útero por meio de uma técnica de visualização que criei para ajudá-las. A técnica consiste em, através da mente, fazê-las andar nas pontas dos pés até penetrarem no útero, onde simplesmente conversam com os bebês, transmitem-lhes confiança de que tudo está bem e, sobretudo, dizem a eles quanto os amam. As mulheres ficam lá por alguns minutos, e, em seguida, eu as trago de volta, termino o trabalho em seus pés e as acordo, caso tenham adormecido. Para minha grande surpresa, todos os dez bebês se viraram e nasceram de parto normal.

Sei que apenas uma pequena parte das grávidas desenvolve esse problema, mas, até agora, o processo tem alcançado cem por cento de sucesso. O outro fato interessante é que a imensa maioria dessas mulheres tinha sofrido um aborto espontâneo antes daquela gravidez. Se minhas conclusões espirituais estiverem corretas, posso dizer que elas não haviam lidado integralmente com o trauma emocional do aborto, que ainda existia emoção presa no corpo e que o feto estava captando esses sentimentos.

*Susie Gower*



Seria esse um fenômeno extraordinário, ou será que não entendemos ainda a ciência e a psicologia no que se refere a bebês virando-se e adotando a posição pélvica? O que sei é que a comunicação entre mãe e filho é profunda e verdadeira, mesmo durante o período pré-natal. Susie está ajudando a validar esses múltiplos níveis dos laços uterinos – esses pequenos milagres.

Ainda que nossas mentes não consigam compreender por completo os

acontecimentos descritos nas histórias deste livro, é essencial que elas se mantenham abertas e questionadoras, para que experiência e aprendizado possam ocorrer, como é o caso da próxima história.



## DEIXANDO DE LADO O CETICISMO

Em abril de 2011 participei do seminário do Dr. Weiss em Sydney. Eu estava insegura em relação a participar, pois começara a duvidar desse negócio de “Nova Era”. Eu achava que participaria apenas da sessão matinal, observaria e iria passear no Porto de Darling, caso não ficasse convencida do valor desse trabalho.

Ao mesmo tempo em que estava um tanto cética, tinha esperança de poder reduzir ou eliminar a minha fobia de usar roupas justas, livrando-me da sensação claustrofóbica de estar comprimida. Essa sensação resultava em ataques de pânico que afetavam a minha vida pessoal e o meu trabalho.

Durante o segundo exercício no seminário, a pessoa sentada ao meu lado que segurou minha aliança teve a sensação de um trem avançando por uma cidade suja, enfumaçada e escura. Quando atravessou um túnel, o trem passou para uma linda paisagem verde, com belas vistas e pastos. O mais incrível é que ela intuiu um aperto em meu peito e dificuldades para respirar. É exatamente assim que eu me sinto com minhas roupas justas.

Embora não possa afirmar que de imediato senti uma enorme diferença, já que eu estava usando roupas largas, fiquei bastante satisfeita por não ter ido embora na hora do almoço. No ônibus, a caminho de casa, pensei em todos os exercícios dos quais participara no seminário. Naquela noite consegui dormir de um jeito como não fazia havia anos, sem acordar no meio da noite e ficar preocupada com o trabalho. Não houve problema para pegar no sono.

*Cherelle*



Mudanças estavam ocorrendo na psique de Cherelle. Ela dormiu como não fazia havia anos. Para os que sofrem de insônia, isso é de extrema importância. Ter dúvidas é normal, desde que elas não nos impeçam de abrir a mente para

viver a experiência. Tente não se prender por argumentos excessivamente racionais sobre o que você está descobrindo. Não pare de ler sobre o assunto, não pare de aprender e não pare de se desenvolver só porque você tem uma objeção intelectual. Talvez haja uma resposta para a sua pergunta, mesmo que você ainda não a tenha descoberto. Não deixe que os julgamentos e críticas irrefletidos dos outros influenciem as suas atitudes sinceras e a sua natureza compassiva.

A Dra. Helen Wambach, uma psicóloga bastante descrente em relação à ideia de vidas passadas, conduziu uma pesquisa em ampla escala sobre o tema nos anos 1960. Ela começou a sua série de experimentos com a intenção de contestar a teoria da reencarnação, mas os resultados tiveram o efeito contrário: ela descobriu que uma quantidade enorme de detalhes lembrados durante as regressões a vidas passadas eram confirmados por dados e eventos históricos. Após publicar as descobertas em livros como *Vida antes da vida* e *Recordando vidas passadas*, a antiga cética concluiu: “Eu não acredito em reencarnação – eu sei que ela existe!”

Nossas feridas de vidas passadas e da vida presente se estendem por todo um espectro que vai desde sintomas leves, como claustrofobia e insônia, à depressão grave e ideias de suicídio. A próxima história ilustra a questão que surge com frequência numa das pontas desse espectro: quais são as consequências de tirar a própria vida?



## ENTENDENDO O SUICÍDIO

Em muitas das minhas vidas cometi suicídio, e nesta existência, como já seria de esperar, de acordo com o meu carma, perdi um irmão que se suicidou. Também já “convenci” vários amigos a não tirar a própria vida muito antes de me tornar um terapeuta e já trabalhei com muitos pacientes com tendências suicidas.

*Gregg Unterberger*



Embora eu tenha falado sobre suicídio em um capítulo anterior, acrescentei esse pequeno trecho de uma das histórias de Gregg porque ele nos traz várias

questões adicionais. Gregg tirou a própria vida em muitas de suas encarnações anteriores. Com o tempo, ele reconheceu que não era bom para a sua educação aqui, nesta escola terrestre, sair das aulas tão cedo. Ele aprendeu uma parte dessa lição. Mas, para compreender e sentir de verdade como suas decisões afetaram seus entes queridos naquelas existências, ele teve de vivenciar isso pessoalmente, através da morte do irmão. Assim, ele se viu do outro lado da ação. A morte do irmão não foi uma punição cármica por ele ter tirado a própria vida no passado e, embora tenha sido um acontecimento difícil e doloroso, ela ofereceu a Gregg uma nova perspectiva para entender o impacto e os efeitos do suicídio. Tendo aprendido de ambos os lados, Gregg estava, finalmente, em posição de colocar o seu conhecimento em prática para ajudar os outros.

A alma não pode ser ferida. Depois de um suicídio, a consciência desperta do outro lado, verifica que está intacta e que deve retornar para o plano terrestre a fim de enfrentar e aprender as mesmas lições das quais tentou escapar. “Então, essa não foi a solução”, ela percebe. “Eu devia ter ficado; eu devia ter feito outras escolhas.” Com frequência, a alma vai precisar enfrentar circunstâncias semelhantes às que podem ter precipitado a decisão de tirar a própria vida para encontrar outra maneira de lidar com elas sem ferir o corpo físico, essa grande dádiva que oferece às nossas almas tantas oportunidades de evoluir e crescer. As lições precisam ser aprendidas, não importa quantas existências forem necessárias.

Gregg aprendeu as suas lições e transformou-se em um salva-vidas para os que estão desesperados. Ele adquiriu um entendimento especial e empatia para ajudar os que pensam em suicidar-se, e essas pessoas seriam prudentes se o ouvissem.

Algumas formas de suicídio têm consequências menores do que outras. Um indivíduo que aos noventa anos sofre de uma dor incapacitante, permanente e incurável e que dá fim à própria vida, ou uma pessoa que sofre de uma doença mental grave e acaba fazendo isso (já que a própria doença pode ser a responsável por tal decisão) são casos diferentes, carmicamente falando, do que um empresário de quarenta anos que se mete em algum escândalo financeiro e decide se matar. Entretanto, descobri que existe algo em comum entre os seres que tiram a própria vida – assim como acontece entre crianças que morrem cedo – no sentido de que suas almas retornam à Terra mais rapidamente, pois ainda há muito a ser aprendido.

Acredito que nós continuamos aprendendo até os últimos instantes da nossa vida física. Por esse motivo, o suicídio nunca faz parte do plano da alma. Nossas

vidas sempre têm mais a nos ensinar. Como alunos nesta escola terrena, alguns de nós podem estar no primeiro ano, no sexto ano ou no ensino médio, mas, no fim, com ensino suficiente, nós nos formaremos e deixaremos para trás essa escola. Existem outras escolas, dimensões ou níveis mais elevados, onde continuaremos o nosso progresso espiritual. Mas, enquanto *todos* não se formarem, ninguém termina o curso, pois somos todos um. Podemos retornar voluntariamente para ajudar outras pessoas, ou animais, ou seres sensíveis, a evoluir. Podemos também ajudar do outro lado, mesmo que não encarnemos em corpos físicos, e ali continuaremos a trabalhar para dar assistência às almas com quem estamos conectados há tantas eras.

Não se preocupe com quantos milênios serão necessários para você completar o seu curso. Se você vai progredindo e se tornando uma pessoa mais bondosa, mais amorosa, menos egoísta e menos violenta, você está indo na direção certa. A direção é mais importante do que a velocidade. Não faz diferença se é a primeira ou a última vez, ou se você tem ainda muitas pela frente. Somente o fim é importante.

É claro, o ato de ferir ou matar o corpo não está limitado ao eu. A história está repleta de exemplos de como temos exercido a ignorância, o ódio e a violência, magoando uns aos outros. Mas esses exemplos oferecem um legado através do qual aprendemos, e suas lições são valiosas, como ilustra tão lindamente a próxima história.



## O TEATRO ORIENTAL DE OPERAÇÕES

O primeiro seminário de que participei foi no final dos anos 1990, na Feira de Livros Judaicos, e o segundo foi há muitos anos, em St. Louis. Desde a infância, eu via “cenas” do que pareciam ser histórias de diferentes períodos. Fosse lendo nas aulas de história na escola ou assistindo a filmes, muitas vezes eu experimentava, com clareza, os acontecimentos retratados como se estivesse lá, vendo, ouvindo, cheirando e sentindo tudo ao meu redor. Uma experiência de vida passada, em especial, terminou de forma trágica, na Segunda Guerra Mundial, no Teatro Oriental, e continuou a me perturbar muito durante vários anos.

Quero explicar que, embora eu não tenha sido educada como judia, sou descendente de europeus, índios norte-americanos e também de judeus. Eu sabia

pouco ou nada sobre o judaísmo. Nos anos 1990, comecei a ser atraída fortemente por essa religião e frequentei a comunidade judaica e a sinagoga. Matriculei-me também em um curso de extensão de dois anos sobre estudos judaicos, oferecido pela Universidade Hebraica, além de começar a estudar hebraico. Naquela época procurei um terapeuta e pedi para ser hipnotizada, pensando em descobrir mais sobre o que pareciam ser lembranças.

Daquele momento em diante passei a desenhar tudo de que me lembrava. Fiquei surpresa ao observar que as ilustrações pareciam partes de uma história que poderia ser colocada em ordem cronológica devido à minha idade em cada uma delas. Apesar das dificuldades, fui me permitindo lembrar cada vez mais e anotar trechos e detalhes do que ia me recordando. Esta é a minha história:

Naquela vida, nasci no final dos anos 1920, na Europa Oriental, perto de Praga, em uma simpática família. Havia um irmão e uma irmã mais velhos do que eu. Minha mãe tinha algum parentesco com a família que governava a Polônia e meu pai era um agente da resistência judaica no lugar que hoje é Israel. Como ambos estavam engajados em movimentos para promover a paz na Europa, a atração foi natural. Não houve resistência por parte do meu avô judeu, que sorriu quando anunciaram o casamento. Viajávamos com frequência por cidades da Europa onde fatos históricos estavam se desenrolando com a desculpa de que meu pai era um mascate. Mas ele só carregava uma pasta de couro cheia de papéis datilografados.

Ainda naquela existência, quando eu era uma menina de dois anos, visitei uma fazenda no sul da Polônia, onde havia uma casa com vista para um vale. Acordei depois de tirar uma soneca e, ao ouvir o choro abafado de um bebê, fui até a janela e subi em uma caixa de madeira. Vi minha mãe e uma jovem prima conversando lá embaixo, sob um varal de roupas que mais parecia uma teia de aranha. Pude ouvir o barulho das folhas dos altos pinheiros batendo nas beiradas do roçado estreito. Ventava muito. Vi o cesto cheio de roupas e tive medo de que o bebê pudesse estar lá dentro. Tentei gritar, mas o vento abafou minha voz. Quando olhei para o vale, percebi nuvens densas vindo da direção errada. Havia um vago aroma de medo no ar, o que me provocou um arrepio. Eu ainda não sabia, mas era um presságio do que estava para acontecer. (Acho que sentimentos como alegria, medo e raiva estão molecularmente presentes no ar e são reveladores para as crianças muito sensíveis para captar ameaças de perigo.)

No início dos anos 1930, quando eu ainda era uma menininha visitando meus avós judeus perto de uma cidade da Europa Central, o inverno estava especialmente rigoroso. Eu amava o meu avô paterno. Ele era sábio, bondoso e

dominava vários idiomas. Estávamos atravessando uma rua coberta de neve, e eu vi uma árvore frutífera. Eu devia ter uns três anos e perguntei ao meu avô se a árvore não ia morrer. Ela parecia deslocada no meio de uma cidade alta e fria. Ele respondeu: “Se Deus assim o quiser.” Um vento cortante provocou medo em mim.

Eram tempos difíceis para os meus avós. Minha mãe levava comida quando os visitávamos. Uma vez, “acidentalmente”, ela deixou para minha avó um belo e delicado xale de lã feito na Rússia. O nome de minha avó era Lisa, mas uma vez ouvi meu avô dizer para ela, de maneira suave e afetuosa: “Leah, solte seus cabelos.”

Durante algum tempo minha mãe levava os três filhos no trem para visitar papai, que viajava a negócios para diferentes cidades da Europa. Ele ficava sempre feliz ao vê-la. Mas, à medida que a situação foi se tornando mais difícil, ela só podia levar a mim, talvez para proteger-me. Uma vez, nós nos encontramos no nordeste da Europa – acho que era Berlim – com um homem de negócios bastante corpulento. Como não tinham com quem me deixar, eu participava desses encontros desde que me comportasse bem. Eu amava muito os meus irmãos. Todos tínhamos nomes diferentes para esconder nossa herança judaica. Eu era Anna Shoshana, o que quer dizer Ana Rosa.

Passei alguns dias em uma área residencial de Praga, perto da família de minha mãe. Eu me lembro dos automóveis e da fumaça malcheirosa dos escapamentos. Uma vez, na fazenda, quando olhei por cima das galinhas que ciscavam pela estrada, vi o cavalo da família, grande e amigável, aproximar-se puxando uma carroça aberta conduzida por um homem velho vestindo roupas de trabalho. Era um tempo de coisas novas e velhas, com carruagens puxadas a cavalo e automóveis novos. As roupas eram lindas.

Entretanto, de noite, meus parentes se reuniam e ouviam discursos no rádio. Eram momentos de grande tensão, e todos ficavam em silêncio. Minha tia favorita usava um lindo vestido feito de um tecido floral. Eu me lembro de alguns dos discursos, da linda música que era tocada e do barulho que o rádio fazia quando o canal era trocado.

Quando eu tinha uns oito anos, frequentei uma escola em Amsterdã. Mas, certo dia, partimos às pressas da cidade em um barco a motor. Nossa família foi a uma reserva na parte nordeste da Polônia, onde havia uma pequena casa arredondada feita de blocos de granito. Papai disse que era uma construção da época dos invasores normandos. O tempo estava agradável e dormimos ali. Acordei cedo e fui até a beira do lago. Havia um velho cais de madeira e, ao pisar

nele, uma coruja branca assustou-se e voou por algum tempo. Ela me fez lembrar do dia em que vi Adolf Hitler de pé, em seu automóvel, olhando para o povo. Eu estava no meio da multidão, em uma posição elevada para ver melhor. Outra vez, eu era a pequena menina de cabelos louros para quem Hitler deu um buquê de rosas quando desfilava em carro aberto. Imaginei como ele se sentiria se soubesse que a garotinha loura era parte judia.

Quando eu tinha cerca de quatro anos, meus pais queriam ir a um restaurante sofisticado, e não havia ninguém para tomar conta de mim! Então fui com eles. Lá estava de novo Hitler, cercado de convidados alemães. Ele tinha um jeito esquisito de bater palmas, suave e ria muito, divertindo-se a valer. Eu não gostava dele. Ele parecia malvado.

Certa manhã, um rapaz dos correios trouxe uma carta. Meu irmão entregou a carta para minha mãe, que vestia uma roupa bem solta e confortável. A carta era de um amigo do meu avô judeu. Escreveu para avisar que, quando meu avô não aparecera para jogar xadrez, ele resolveu procurá-lo, pois sabia que meu avô não escondia sua discordância da anexação da Áustria por Hitler e que minha avó fora levada em um caminhão para ser interrogada pelos nazistas. O amigo acabou descobrindo que meu avô se enforcara. Depois disso, minha mãe nunca mais foi a mesma. Teria sido mesmo suicídio ou eles prepararam tudo para dar essa impressão? Eu não sei responder.

Depois me lembrei de uma época em que meu pai arranhou emprego perto de uma pousada no norte da Polônia. Ele fora contratado como cozinheiro e garçom, e nossa família servia as refeições. Estávamos preparando a mesa para o jantar dos oficiais depois de uma reunião. Papai me orientou: “Quando alguma taça estiver ficando vazia, ou quando eles quiserem algo, você providencia.” Eu senti raiva, pois percebia que aqueles homens eram maus e perigosos, e reagi agressiva: “Eles que se virem sozinhos!” Meu pai aproximou-se de mim e sussurrou zangado: “Você quer que sejamos todos mortos?” Fiquei assustada e servi os convidados com todo o cuidado.

O chão estava coberto de neve quando desci as escadas que levavam à cozinha dos fundos. Eu tinha ouvido alguns ruídos abafados vindo dali e fui ver o que era. Dois jovens soldados chutavam o meu irmão que estava caído na neve, e não podia se defender. Um terceiro soldado fumava, encostado na parede. Os dois chutavam meu irmão nas costelas, nas costas e no rosto. A neve ficou escura de sangue, e eu voltei correndo para dentro, aterrorizada. Tropecei nos degraus de madeira e machuquei o ombro direito. Depois disso, passei a sentir uma dor constante no ombro, meu braço ficou debilitado e eu tinha uma tosse terrível.

Paramos de trabalhar na pousada. Papai estava tentando manter a família unida, e ele e minha mãe ajudavam no esforço de guerra. Mas, apesar do empenho de tantos, a Alemanha conquistou a Polônia. Passamos por um posto de controle e ficamos alojados em algumas barracas. O comandante era um homem bom que procurava não ser muito metucioso. Ele também era prisioneiro do rápido desenrolar dos acontecimentos.

Uma noite, fomos embora, nos arrastando pelo campo, de mãos dadas, seguindo as margens de um rio de águas geladas. Um homem se ofereceu para me carregar e me colocou nas costas, procurando me aquecer. Alguns soldados apareceram na estrada e nós ficamos em silêncio, ouvindo os latidos de seus cães. Mas os soldados seguiram em frente.

Quando nos sentimos mais seguros, continuamos a nossa viagem. Ao chegarmos ao oeste da Rússia, a neve estava começando a cair com toda a força, mas conseguimos entrar em um caminhão de transporte.

Quando chegamos ao nosso destino, os homens e as mulheres foram colocados em barracas separadas. Meus pais, que sempre concordavam em tudo, dessa vez discutiram sobre o que fazer: partir para algum lugar da Europa ou permanecer e lutar pela sua causa. Mas os riscos eram tantos que decidiram ir embora de trem, seguindo para a Rússia Oriental ou para a China. Colocamos nossas melhores roupas e saímos carregando uma pequena cesta de piquenique em direção à estação ferroviária, como se fôssemos passear. Meu irmão usava um chapéu para cobrir as cicatrizes deixadas em seu rosto pela surra que levava, e eu sentia muita pena dele.

O despachante do trem tinha lábios finos, formando um quase sorriso, e seus olhos eram escuros. Parecia prestativo, mas, apesar de saber que era nossa última esperança, não confiei nele. Só conseguimos transporte em um vagão de gado, onde havia alguma palha. Eu me lembro de rever aquelas montanhas verde-azuladas. O balanço do trem, combinado ao barulho constante, nos trazia uma certa paz. Caí no sono e dormi a noite inteira, sem me dar conta de que havia algo errado. Quando acordei, havia muitas outras pessoas no vagão onde estávamos. Elas nos olhavam sem qualquer expressão no rosto. De repente, percebemos que tínhamos sido traídos.

Em vez de ir para o sul e depois para o leste, tínhamos sido levados para um campo de prisioneiros. Quando descemos do trem, havia rampas e gado ao lado dos trilhos que nos fizeram atravessar em direção a um oficial. A mão dele sinalizava para onde as pessoas deviam se dirigir. Minha irmã foi mandada com outras moças para uma rampa que levava a um caminhão pronto para partir.

Meu pai e meu irmão foram para uma construção sem janelas, cercada de arame farpado. Fiquei com minha mãe, e foi a última vez que vi meu pai, minha irmã e meu irmão.

Mamãe e eu ficamos num alojamento com outras mulheres. Um dia, um sargento alto e gordo apareceu e se encaminhou em direção à minha mãe. Ali, na frente de todas nós, ela foi obrigada a se deitar no chão enquanto ele a estuprava, sem tirar o casaco. Eu tinha quase 13 anos e explodi de raiva. Fiz um movimento para pular nas costas dele, mas minha mãe fez um sinal com a mão me mandando parar.

As lembranças começam a ficar mais sofridas. Fui deixada em um sótão completamente despida. Não me davam comida ou bebida. Algumas vezes, uma pequena janela na porta se abria, uma mulher olhava para mim e a fechava outra vez. Só havia uma lâmpada no teto. Vi barras em uma janela alta, formando pequenas cruces. Tentei me lembrar de tudo, sobretudo da família que tanto amava. Pensava incessantemente em cada um deles. Não sei quanto tempo fiquei lá. Perdi a consciência. Não sabia de mais nada.

Então eu me vi sobre algo que parecia uma mesa de aço inoxidável com rodinhas sendo examinada por pessoas que usavam jalecos brancos. Estava perto da morte, mas vagamente consciente. Havia dor, muita dor. Acho que eles examinaram o meu fígado, ou outros órgãos próximos, e depois me costuraram.

Quando dei por mim, estava de volta ao alojamento, deitada com a cabeça no colo de minha mãe. Não podia ver muito bem, mas conseguia perceber as outras pessoas que a rodeavam. Minha mãe me disse: “Não tenha medo de morrer.” Mas eu queria viver. Ela deixou de me dar água e comida para acelerar a minha morte. Uma amiga a consolava.

Na manhã seguinte, um pouco depois das dez horas, acordei no topo de um monte de corpos. Eu fora revivida pelo sereno da manhã e tinha consciência de que um homem sujo me apalpava. Estava consciente de duas coisas naquele momento: de estar viajando espiritualmente por lindas nuvens no céu, na direção de uma luz de amor e, ao mesmo tempo, de estar sendo cremada e jogada com as cinzas de outras pessoas em uma vala comum. Em seguida, só tive consciência de uma beleza e de um amor indescritíveis.

Algum tempo depois fiz duas tentativas de retornar à vida terrena: uma que não cheguei a completar e outra em que nasci surda e morri logo, ainda no berço. Finalmente, decidi nascer na vida atual, em que posso me lembrar de tantos detalhes daquela vida anterior. Acho que, depois da Segunda Guerra Mundial não havia lares judeus suficientes para almas judias nascerem, então Deus nos

enviou para a casa mais próxima possível. No meu caso foi um lar onde fui estimulada a lembrar-me de outras vidas, sobretudo as passadas durante a Segunda Guerra Mundial, para, aos poucos, reconciliar-me com aqueles trágicos acontecimentos.

A pessoa que eu escolhi ser nessa encarnação deveria tentar exercer um papel transformador no mundo. Na vida atual, recebi um Prêmio do Governador e dois prêmios da comunidade por serviços sociais prestados aos necessitados, além de outros reconhecimentos, inclusive na área de ensino. A perturbadora sensação das lembranças da Segunda Guerra Mundial foi eliminada quando, nesta vida, optei por fazer parte da comunidade judaica, tornando-me oficialmente judia. Só então eu me senti bem, porque finalmente me tornei quem deveria ser.

Analisando a minha vida passada, fico abismada por ter testemunhado acontecimentos do drama da Segunda Guerra Mundial. E embora tenha procurado em muitos lugares, sempre me perguntei por que não conseguia encontrar fotos da minha família, já que estávamos bem ali, participando como testemunhas de eventos importantes que foram fotografados. Então, certo dia, quando estava assistindo no canal History ao programa *Os Espiões de Gideon*, uma foto de agentes da Segunda Guerra foi mostrada. Ali, no fundo, estava o homem que fora o meu pai e que tinha sido agente e espião. Esse era o motivo pelo qual eu nunca encontrara fotografias históricas – como espiões, meus pais não queriam ser fotografados! No programa foi dito que o Mossad só libera fotos de seus agentes quando todos os membros conhecidos de suas famílias estão mortos.

Finalmente, ouvindo que toda a minha família estava morta, consegui seguir em frente, com a sensação de liberdade em relação ao passado. Depois de ver a fotografia do Mossad, percebi que todas as pessoas que eu conhecera e amara tinham morrido e seguido em frente. Hoje, continuo a me lembrar de muitas outras vidas por vários motivos – para saber mais sobre assuntos diferentes, para ganhar sabedoria e entendimento, mas, principalmente, para aprender sobre Deus e amor. Uma pessoa pode sobreviver ao pior e curar-se se tiver consciência de amar e ser amada. Guardo comigo a beleza, a bondade e o amor. Eles duram para sempre.

*Kaaran Bowden*



A bela e tocante história de Kaaran retrata os horrores do ódio e a esperança do amor. O processo de trazer paz a este planeta requer coragem e paciência. Vencer a ignorância é difícil. Mesmo assim, essa é a tarefa que cabe à alma iluminada, e nós receberemos muita ajuda para alcançar esse objetivo.

Como mencionei em um capítulo anterior, a vida na dimensão física é cheia de dor e sofrimento. É inevitável que nossos corpos e os daqueles a quem amamos cheguem ao fim através de acidentes, doenças ou quaisquer outras causas. Mas a dor adicional causada pela ignorância e pelas ações violentas por parte de alguns pode ser evitada. À medida que um número maior de pessoas toma consciência de sua natureza mais elevada e do verdadeiro propósito de suas existências sobre a Terra, crimes, guerras e outros atos de crueldade diminuirão e, com o tempo, desaparecerão. Nós somos capazes de atingir um ponto na evolução de nossas almas em que escolhemos nos engajar para dar fim a todo o preconceito, todo o ódio, toda a violência e todas as guerras. Pessoas como Kaaran estão dedicando suas vidas a esse objetivo. E devemos fazer o mesmo.

Os seres espirituais escolhem o caminho da compaixão, não o da violência.

## CAPÍTULO 9

# Relacionamentos eternos

Nós retornamos muitas e muitas vezes com aqueles a quem amamos, reunindo-nos inúmeras vezes. Nossos corpos mudam de uma encarnação para a outra, mas nossas almas são as mesmas. Quando reconhecemos o outro como uma de nossas amadas almas gêmeas, o abismo da separação desaparece. Alcançamos a tranquilidade e o consolo. A solidão e o desespero se extinguem.

Aprendemos que nossos relacionamentos nos oferecem oportunidades de dar e receber amor, praticar a paciência, a compaixão e a caridade. Os relacionamentos são também testes que nos mostram se aprendemos ou não essas e outras lições. Somos pacientes e amorosos uns com os outros, ou vivemos temerosos e frustrados? Nossos relacionamentos nos fornecem respostas e apontam o caminho para o crescimento espiritual.

As histórias que se seguem ilustram os copiosos tesouros contidos em nossos relacionamentos e nos mostram como podemos colher os frutos desses tesouros para acelerar o nosso progresso. Ao fazer isso, não apenas trazemos a cura para nós mesmos e para nossos entes queridos, mas também para todas as almas na Terra.

Ser capazes de ver e apreciar a alma das pessoas com quem nos relacionamos é um alto estado de consciência. Enxergar apenas as características externas nos fornece uma perspectiva limitada e incompleta. A personalidade que temos hoje, assim como o corpo físico, não passa de manifestações temporárias. As pessoas com quem convivemos já tiveram vários corpos e várias personalidades, mas apenas uma alma duradoura, somente uma essência espiritual contínua. Procure ver essa essência e enxergará a pessoa real.

Nós nos relacionamos com todos os seres. Os relacionamentos podem ser breves, como com o garçom em um restaurante, o vendedor em uma loja ou o vizinho de banco em um ônibus. Cada um deles teve muitas vidas e foi, portanto, muitos personagens. Cada um já teve sua infância e adolescência no corpo atual. Eles trouxeram todos esses elementos de vidas passadas e da vida atual para o momento presente, o momento em que se relacionam com você. Se você puder

entender e apreciar a beleza e a profundidade de suas almas, toda a sua história e suas experiências espirituais, seu relacionamento com eles será muito mais significativo e gratificante. Porque você estará se relacionando com suas almas.



## O CAMINHO DE ESPINHOS

O número de regressões que experimentei no seminário do Dr. Weiss de fim de semana em 2002, em Los Angeles, permitiu que eu resolvesse uma mágoa que vinha me perturbando há muito tempo. Eu tive três experiências diferentes, todas com o mesmo homem, um indivíduo que me disse na vida atual:

“Eu nunca senti por ninguém o que sinto por você. Nunca me senti tão à vontade e tão atraído por alguém em minha vida. Mas você precisa entender que, só porque somos almas gêmeas, isso não quer dizer que vamos nos casar. Porque nós não vamos.”

“Tudo bem, desde que você também entenda que eu não vou voltar para você outra vez”, respondi.

Na época, eu não tinha certeza do motivo que me levou a dizer isso, mas sabia que era para valer.

No fim de semana do seminário, tive três regressões a vidas passadas que compartilhamos. Em uma delas, éramos ambos alunos de um druida, e nossas mãos foram amarradas uma à outra, em uma cerimônia de noivado celta. Mas, quando o druida morreu, meu noivo não quis se casar. Em outra regressão, eu era o irmão mais novo dele. Ele prometera aos nossos pais, quando fomos para a guerra, que tomaria conta de mim. Mas, quando entramos na cidade e fomos atacados pelos soldados inimigos, ele fugiu e me deixou sozinho, um garoto novo e apavorado. Uma flecha atravessou o meu pescoço, outra, o meu peito, e eu fui o primeiro a morrer. Na terceira vida, eu era, mais uma vez, aluna de um druida, e aquele homem, um guerreiro. Ele partiu para a guerra com meu pai, e eu saí andando pelo bosque. Ao voltar, a aldeia estava em cinzas e todos mortos.

Essas foram as três vidas nas quais eu o vi repetir o mesmo comportamento: ele me amava muito, mas sempre me deixava sozinha, quebrando uma promessa. Na vida atual, não foi diferente, e eu sabia que tinha voltado para ele pela última vez.

Na regressão final, eu estava em uma cama no meio de um jardim e tentava fazê-lo pegar a minha mão. Ele esticou o braço para segurá-la. Mas, em vez disso,

gritou e saiu correndo por entre uns espinheiros, usando uma foice para abrir caminho, mesmo que ficasse cheio de arranhões e cortes.

Eu estava sentada na cama com meu guia, um ser de outro lugar, e perguntei por que ele tentara abrir caminho por entre os espinhos quando eu lhe tinha oferecido uma saída. A resposta:

“Você só pode fazer escolhas para si mesma. Você pode ajudar os outros a encontrar um caminho, mas só eles podem decidir se querem aceitar a sua ajuda. Você não pode forçá-los a aceitá-la, mesmo que esteja certa. A opção pelo caminho a ser percorrido pertence a eles. Se tiverem muito medo, seguirão por um caminho errado. Você não pode fazer nada a não ser lamentar-se pela perda deles e pela sua.”

Por entre lágrimas, olhei para baixo e vi uma luz dentro de mim.

“Estou grávida?”, perguntei, e meu guia respondeu:

“Somente aqui, não no seu mundo.”

Não entendi como aquilo era possível, e o guia explicou:

“O que você vê dentro de si e que está esperando para nascer não é um filho seu com um homem; é você mesma como pode ser, se não mudar o seu caminho. É você que espera para nascer. A escolha é sua: você pode abraçar essa criança e vê-la desabrochar, ou deixá-la morrer enquanto também força o seu caminho pelos espinhos. Só você pode fazer essa escolha, assim como só o seu amado pode fazer a dele.”

Optei por deixá-la desabrochar e crescer. E, embora o caminho que eu escolhi tenha, muitas vezes, parecido mais difícil do que atravessar um espinheiro, sei que fiz a escolha certa. Ainda me perco, ainda me esqueço e ainda preciso que me ajudem estendendo a mão quando tropeço, mas prefiro aceitar as mãos que me são oferecidas a caminhar revestida de uma armadura, sem deixar ninguém entrar.

Brian, Carole e muitas pessoas que conheci frequentando os seminários e grupos de formação profissional têm me oferecido a sua mão amiga, como eu espero ter oferecido a minha. Isso enriqueceu a minha vida, e espero ter também tocado o coração deles. Nós todos caminhamos juntos por esta estrada da vida.

*Faith Susan*



Faith optou pelo caminho da coragem. O destino nos leva a momentos de escolha, mas o nosso livre-arbítrio seleciona o caminho que vamos seguir. O

namorado de Faith não escolheu com a mesma coragem e sabedoria.

Antes de nascer, a sua alma planeja a trajetória da vida que está por vir. Quem serão as pessoas importantes para você e quando irá encontrá-las? Quem você escolherá como pais? Você será professor, artista, ou vai assumir algum outro papel? O destino vai lhe proporcionar essas circunstâncias. Ele vai determinar que você encontrará determinada pessoa, em determinado momento e, talvez, em determinado lugar. As pessoas que o destino nos faz encontrar são, com frequência, aquelas com quem já vivemos em uma vida passada. Existe um carma coletivo. Elas podem ser nossas almas gêmeas, empurrando-nos na direção de um maior crescimento espiritual.

Quando as conhece, você exercita o seu livre-arbítrio: você fica? Vai embora? Caminha pelos espinhos, ou aceita a mão que lhe é estendida em sinal de ajuda? Você pode optar por amá-las, por ser amigo delas, por trabalhar com elas, por casar-se com elas. Ou pode rejeitá-las, argumentando que elas não têm a aparência que você queria que tivessem, que professam uma religião diferente da sua, ou que moram do lado errado do mundo. Essas são as suas escolhas, e é assim que você aprende. Tudo faz parte de um plano maior, que visa ao crescimento da alma.

O ato de tomar essas decisões determina futuros distintos: o futuro com aquelas pessoas, o futuro sem elas, e assim por diante. É aí que o destino e o livre-arbítrio interagem, e é aí que as coisas se tornam interessantes.

As almas desenvolvidas podem apontar e iluminar o caminho, mas não podem decidir por nós. No final, o caminho é uma viagem interior que devemos fazer sozinhos. A regressão final de Faith foi uma metáfora sobre escolher com sabedoria. Seu guia espiritual apresentou uma convincente explicação sobre o processo. Ao ler a história de Faith, logo me lembrei das mensagens que os Mestres me enviaram através de Catherine, a paciente que descrevi em *Muitas vidas, muitos mestres*. Nem os Mestres podem tomar as decisões por nós. Devemos aprender e subir os degraus de nossa escada espiritual por nós mesmos. Precisamos ter fé.



## PRISIONEIRO DE GUERRA

“Eu sei que está chegando”, ele disse, sem respirar, uma expressão de terror no rosto. “Está mais perto agora. Posso ouvir as explosões.” Sua mandíbula

estava rígida, sua respiração, rápida, e seu rosto, contraído. “O problema é que não consigo ver nada. Não podemos enxergar acima das valetas.” A voz dele ficou ainda mais tensa, seu corpo, agitado, o terror aumentava. Eu sabia que tinha de agir com rapidez antes que a experiência o sufocasse.

“Vamos voltar para um tempo mais feliz”, eu disse, com voz suave, “um tempo anterior às explosões.”

John inspirou profundamente e expirou, o terror se desfazendo em seu semblante enquanto ele se ajeitava na cadeira. Embora seu corpo estivesse em meu consultório de psicoterapia, no século xx, em Austin, no Texas, sua mente estava em outro profundo estado de consciência, e seu estado de alerta se encontrava em algum lugar na Bavária, havia mais ou menos cem anos, vivenciando uma existência anterior.

Muito antes de ser terapeuta, eu já era fascinado pelo conceito de reencarnação. Quando criança, sempre imaginava quem eu teria sido em outra vida. Já adulto, descobri o trabalho do Dr. Brian Weiss através do famoso livro *Muitas vidas, muitos mestres*. Fazendo um treinamento sob a supervisão direta do Dr. Weiss, fiquei impressionado em constatar que ele se recusava a dar um caráter sensacionalista ao trabalho, não tinha medo de falar sobre os limites da terapia de regressão nem de lembrar às pessoas que as regressões, por si mesmas, não eram “prova”, no sentido científico, da existência da reencarnação. Entretanto, ele não deixou dúvidas de que a terapia de regressão pode ser profundamente curativa.

Por que alguém iria querer fazer uma regressão a vidas passadas? Não é por pura curiosidade. Para a regressão ser curativa, é necessário descobrir e entender as raízes de um padrão negativo de comportamento ou de um sintoma recorrente, que, em geral, reflete eventos de muitas existências. Essa descoberta e compreensão provocam uma liberação emocional e uma mudança profunda nos sintomas e comportamentos.

Sendo um cientista bem-sucedido, John estava curioso em aprender mais sobre a reencarnação. Mas ele também me procurou para fazer uma regressão porque tinha dificuldades em se conectar com as outras pessoas. John tinha sessenta e poucos anos, cabelos ralos, um bigode grisalho e olhos penetrantes. Sua mulher afirmou que ele era frio e distante algumas vezes e que seus dois filhos adultos tinham se afastado dele. Meu primeiro contato com John foi respeitoso e afável, mas longe de ser caloroso.

*Esse cara nunca poderia trabalhar como caixa em um supermercado, pensei comigo mesmo quando ele anunciou que achava que não poderia ser*

hipnotizado. Já regredi milhares de pessoas, tanto individualmente quanto em grupo, e muitas delas afirmaram o mesmo. Embora eu saiba que as pessoas não podem ser hipnotizadas contra a própria vontade, aprendi que a grande maioria é capaz de ser hipnotizada, em algum nível, desde que haja tempo e um profissional competente. Acho que noventa por cento de meus clientes de regressão atingem uma consciência profunda em sua primeira tentativa de resgatar alguma lembrança de vidas passadas.

Com isso em mente, tomei o cuidado de induzir a hipnose devagar e com suavidade, sempre lembrando que ele poderia sair dela em segurança a qualquer momento que desejasse. Aos poucos, ele foi se aprofundando, seguindo minhas instruções. Cerca de trinta minutos após induzir o estado de transe, sugeri a John que fosse até os acontecimentos que o levaram a essa indiferença fria e crônica. Seu inconsciente o levou a uma experiência na Primeira Guerra Mundial, quando ele era um ambicioso soldado do exército alemão mergulhado no inferno da guerra de trincheiras. Fiquei preocupado, temendo que esse incidente pudesse ser confuso ou sufocante, e dei instruções para que ele fosse para um passado ainda mais distante em que pudesse relativizar essa experiência na batalha.

Seguindo as minhas instruções, John descreveu a si mesmo adolescente, naquela mesma encarnação, e seus seis irmãos, fazendo parte de uma família de classe média que vivia em uma fazenda verdejante. Ele se apaixonou por uma atraente moça da aldeia, cujo nome era Helga, e se viu indo até a casa dela para fazer-lhe a corte. “A verdade é que eu mal a conheço. Já nos beijamos uma ou duas vezes, quando a acompanhei de volta da igreja.” Ele exibia um sorriso largo no rosto. “Mas acho que estou apaixonado e quero me casar com ela. Ela vem de uma boa família: gente trabalhadora e de valor, como eu.” John apresentou-se como voluntário no exército para “servir à pátria” e porque era a sua única chance de conseguir dinheiro suficiente para casar-se com Helga.

John prosseguiu narrando histórias de infindáveis marchas. “É exaustivo, mas não tão ruim quanto pensei. O problema é que você não pode nunca se deitar e descansar. Você precisa marchar o tempo todo. Precisa, precisa...” Ele sentiu um nó na garganta e tentou controlar a dor e o cansaço; sempre um bom soldado. Com uma risada abrupta, livrou-se da intensidade daqueles sentimentos. “Os homens fazem brincadeiras enquanto marchamos.”

Seguindo as minhas instruções, John voltou à sua chegada às trincheiras, onde a intolerável espera pela guerra começou. “Eu sei que está perto”, ele disse, assustado, “mas não sabemos quando. Estamos esperando há muitos dias.”

Perguntei o que faziam para passar o tempo: “Rimos e fazemos brincadeiras”,

ele respondeu com um sorriso pouco entusiasmado, “mas nunca falamos sobre nossas famílias ou sobre as namoradas que ficaram em casa. Seria difícil demais, pessoal demais. Acho que temos medo de que, se pensarmos muito nelas, acabemos desertando.”

De repente, ele ficou mais agitado. “Está aqui, agora”, ele disse, os olhos se agitando sob as pálpebras. “Está aqui e tem fumaça e luzes, e não posso enxergar nada.” A respiração de John acelerou-se. “Ah, Deus! Ah, Deus, estamos atirando no escuro, sem saber o que estamos fazendo e... e...” Sua voz foi sumindo, tomada de emoção.

Disse-lhe que aquelas eram lembranças e que ele não poderia ser fisicamente ferido por observá-las agora, sob hipnose. Ele estava em segurança no meu consultório.

“Está tudo bem”, ele disse. “Acabou. Eu não senti dor.” Ele fez uma longa pausa, a expressão do rosto enigmática. “Estou olhando para baixo, para o campo de batalha. Devo ter deixado o meu corpo para trás. Há corpos por toda parte. A única coisa que consigo ver é a minha perna.”

De repente entendi o que ele queria dizer: tudo o que sobrara dele era a perna. John franziu o cenho e a dor se tornou palpável.

“É tão triste. Eram bons companheiros, o sargento era legal.” O rosto de John ficou tenso, sua respiração, mais pausada. Uma lágrima desceu por seu rosto. “Mas se todos eram tão bons, como isso pôde acontecer?” Ele mal conseguia falar. “Como isso pôde acontecer?”

Permaneci sentado em silêncio por vários minutos, permitindo que ele liberasse toda aquela descarga emocional. Depois de algum tempo, ele suspirou.

“Há uma luz lá longe, no horizonte.” Observei que o rosto de John ficou banhado por uma suave luz. “Está silencioso aqui, sem fumaça, sem explosões”, ele disse, melancolicamente. “Acho que é o sol. Não, espere.” Ele parecia surpreso. “Não, é mais brilhante do que o sol. Toda a fumaça está indo embora.”

“Veja a si mesmo indo em direção à luz”, sussurrei. A expressão de John suavizou-se, o horror da carnificina foi se dissipando e ele se viu flutuando em uma luz brilhante e sagrada. Ele estava fazendo contato com algo eterno. Um sorriso gentil e repleto de paz tomou conta de seu rosto, e as lágrimas que escorreram eram de um tipo diferente.

Perguntei o que ele aprendera com aquela vida.

“Fui leal e trabalhador naquela vida e continuo sendo na vida presente. Vi a falta de sentido da guerra, mas também aprendi que ela é inevitável.” Isso lhe proporcionou vários anos felizes na vida presente, dedicando-se ao trabalho

comunitário, mas também o fez largar a faculdade para alistar-se na Guerra do Vietnã, porque, como ele disse, “iam me convocar de qualquer jeito”.

O mais importante em ambas as vidas, John percebia agora, era que ele tinha reprimido os seus sentimentos e evitado entrar em contato com os sentimentos dos outros.

“Aprendi a não fazer perguntas pessoais aos meus companheiros. Nas trincheiras, essas perguntas eram dolorosas, só serviam para magoá-los”, ele disse, as lágrimas reaparecendo em seus olhos. “Mas agora, não. Preciso perguntar aos meus filhos e à minha mulher como eles estão!” Sua voz ficou embargada. “Eles não são soldados – são pessoas e querem me contar sobre seus sentimentos e eu quero saber... quero saber...”

Coloquei a mão sobre o seu ombro, deixei-o chorar por alguns minutos e percebi que John estava alcançando, em uma simples sessão de uma hora, uma clareza imensa que talvez levasse meses para ser atingida através da terapia tradicional. Ele reconheceu que a sua maneira habitual de lidar com sentimentos desconfortáveis, sem discuti-los, era adequada na guerra, com os companheiros, mas não funcionava no relacionamento com a família. Até aquela regressão a uma vida passada, John era, inconscientemente, dirigido pelo eco de uma vida anterior que o levava a evitar discutir e expor seus sentimentos.

Como terapeuta, reconheço que a regressão a lembranças de vidas passadas não é um passe de mágica que resolve, de maneira absoluta, todos os problemas da vida em uma única sessão. Entretanto, depois de milhares de regressões em seminários por todo o país, descobri o enorme potencial de cura dessas lembranças, levando do trauma à felicidade. Uma mulher lembra que seu marido foi seu grande amor em outra vida, e a consciência de que foram reunidos na vida atual revigora o seu casamento. Um homem que sofria há trinta anos de uma fobia por médicos é curado quando se lembra de suas raízes em uma época tribal, quando os médicos não conseguiram curá-lo. Todas são experiências diferentes. Todas são curativas.

*Gregg Unterberger*



Fico particularmente satisfeito por Gregg ter proporcionado a John a oportunidade de reviver uma experiência passada, com todas as suas lições, e de entender as conexões com sua vida presente. John tratava familiares e amigos como se fossem soldados. Nesse tipo de revisão de vida, o terapeuta guia o

paciente para extrair e compreender os temas e lições importantes da encarnação de que ele acaba de se lembrar. Quando o paciente experimenta a morte de seu corpo em uma lembrança de vida passada, sente-se como se flutuasse sobre aquele corpo e entrasse em um estado espiritual sereno e repleto de luz. É aí que o terapeuta começa a conduzir a revisão da vida e fazendo perguntas do tipo: “Que lições você aprendeu com essa vida que acaba de chegar ao fim?” Depois que as lições são identificadas, o terapeuta pode perguntar: “E como essas lições se ligam à sua vida atual, ao tempo presente?” O reconhecimento dessas conexões é um componente crucial do processo de cura; o que cura não é apenas o fato de reviver uma vida passada, mas a capacidade de entendê-la e de relacioná-la à vida atual.

Com frequência, o terapeuta conduz esse tipo de revisão de vida com o paciente durante a sessão de regressão. Mas outro tipo de revisão acontece quando morremos e nossa consciência deixa o corpo físico no final de cada existência. Essa revisão não é feita com o terapeuta, mas com nossos guias espirituais ou outros seres de sabedoria. Não é uma revisão de vida clínica, mas uma revisão cármica. Enquanto somos reabastecidos com a magnífica luz, nossa consciência é dirigida para fazer uma revisão dos resultados de nossas ações quando estávamos no plano físico. Vemos as pessoas a quem causamos algum mal e sentimos as suas reações emocionais de maneira bastante ampliada. Da mesma forma, sentimos as emoções, também ampliadas, daqueles a quem ajudamos e amamos. Dessa maneira, examinamos todos os nossos relacionamentos e experimentamos em profundidade a raiva, a dor e o desespero que causamos – mas também a gratidão, a admiração, o amor e a esperança que obtivemos. Essa revisão de vida não é feita com o intuito de punir ou culpar. Ao entender profundamente as consequências de nossos comportamentos, aprendemos a importância da bondade, do amor e da compaixão.

Na história que você acabou de ler, Gregg, como terapeuta, demonstra o primeiro passo da revisão de vida. Como paciente, na história que você vai ler agora, ele demonstra o segundo. Nossas almas, aqui ou do outro lado, são abençoadas com infinitas oportunidades de aprendizado e crescimento.

Assim como John, muitos de nós morremos repetidamente em situações de batalha. Nascemos, morremos em uma guerra e reencarnamos para lutar e morrer de novo. Em algum momento, perceberemos que estamos aqui para aprender a amar. Sempre que matamos outras pessoas, matamos também uma parte de nós mesmos. A violência e o ódio são atitudes erradas. Se não aprendemos a lição, precisamos repetir o curso. Em nível mais profundo, não

podemos nunca ser mortos, porque somos consciências, somos almas. É tempo de agir como os seres espirituais que realmente somos.



## UMA EXPLORAÇÃO DA EMPATIA

Fiz um treinamento com o Dr. Brian, em 1999, no Centro de Conferências Mount Madonna. Fiquei feliz de subir ao palco para ser cobaia, enquanto ele supervisionava uma terapeuta que me submetia à regressão a uma vida como um monge francês, nos anos 1600. Eu tinha passado por algumas experiências místicas durante aquela vida, mas não comentava nada, com medo do que as outras pessoas poderiam dizer. Eu tinha desenvolvido um relacionamento com um colega monge (que foi minha primeira esposa na encarnação atual) e falei-lhe, em segredo, sobre minhas experiências com Deus e sobre a minha convicção de que Ele jamais puniria ou condenaria as pessoas. Meu colega concordou com o conceito, mas recusou-se a expressá-lo em público comigo. Entretanto, ele me estimulou a falar, e eu me confrontei raivosamente com o padre Francesco, que dirigia o monastério. Ele me deu uma surra por causa daquela blasfêmia e me expulsou da igreja. O monge que concordara comigo ficou mudo, paralisado, e por fim tomou o partido da igreja, enquanto eu partia. (Isso pode explicar, em parte, por que minha ex-mulher tinha um medo constante de que eu a abandonasse.) Arrasado, aos prantos e desesperançado, subi até o alto de uma montanha e deixei-me morrer sozinho na neve, um suicídio de fato.

Inesperadamente, no fim daquela sessão no palco, fiz uma revisão de vida parcial e espontânea. Nela, fui apresentado a alternativas que eu poderia ter adotado e soube como a vida teria sido se eu as tivesse seguido. Eu poderia ter falado com o padre Francesco de maneira mais suave e tranquila, causando não uma revolução, mas uma evolução no monastério, que passaria a enfocar mais a piedade e o amor de Deus, e menos o inferno e o pecado. Essa abordagem teria atraído mais pessoas para a igreja e consolado os pobres, que costumavam achar que sua situação de miséria era um castigo de Deus por seus pecados.

Durante uma regressão posterior, revi, intencionalmente, a vida do padre Francesco. Eu estava curioso para saber se, sob hipnose, poderia ser direcionado a reviver a experiência de *outra pessoa*. Um colega de curso conseguiu me levar até lá. Primeiro, vi Francesco, ainda criança, ser espancado até sangrar pelo próprio pai, e vivenciei diretamente o seu tormento emocional, enquanto ele se

contorcia e berrava. O pai acreditava que, batendo no filho, expusaria dele os demônios através da dor.

Senti uma enorme comunhão de sentimentos com meu antigo inimigo. O pobre Francesco tinha todos os motivos para crescer considerando-se um pecador e acreditando que seu Pai Celestial era um ser raivoso. Ele agiu com os outros como tinham agido com ele. Nossos espíritos se encontraram, e eu, em lágrimas, perdoei o padre Francesco quando ele se desculpou comigo, dizendo que não sabia o que estava fazendo.

Padre Francesco retornou em minha encarnação presente como Frank, meu conselheiro supervisor, atuando como um mentor muito mais saudável para mim, no papel de terapeuta. Voltei para ele como um aluno entusiasmado durante muitos anos nesta existência. Antes de ter essa lembrança de vida passada, muitas vezes confrontei Frank por achar que ele não me oferecia apoio emocional suficiente. Ele respondia que era quase impossível se aproximar de mim para ajudar. Ambos estávamos certos, e eu me tornei mais aberto à orientação de Frank, que foi demonstrando cada vez mais suavidade e empatia por mim. Ele, literalmente, mudou a minha vida. Na verdade, fizemos o nosso treinamento juntos.

*Gregg Unterberger*



Há inúmeras lições a serem aprendidas nesta escola terrena – são tantas que não podemos aprendê-las em uma só vida. Lições de compaixão, esperança, fé, tolerância, caridade, empatia, ausência de preconceito e outras que requerem muitas, muitas existências. Recebemos várias oportunidades de pagar nossas dívidas e reparar nossos relacionamentos. Gregg e seu supervisor alcançaram esses objetivos. Nós também podemos alcançar curas semelhantes, mesmo com os parceiros mais difíceis. Amor e perdão, expandidos pelo entendimento e pela paciência, podem reparar tudo isso.

Escolher o caminho da paciência e da bondade nos recompensa com inacreditáveis bênçãos. Não é pela recompensa que escolhemos esse caminho, pois a recompensa está na própria ação. As bênçãos virão de qualquer maneira. Através da empatia e do entendimento, Gregg e Frank puderam se reunir e crescer, tanto como indivíduos quanto no seu relacionamento.

Ter consciência significa enxergar de uma perspectiva mais ampla e completa. Gregg nos ofereceu um exemplo claro de como isso pode levar à cura

quando conseguiu visualizar as surras que Francesco teve de enfrentar quando criança. Assim, Gregg pôde fazer a conexão com o comportamento e com os valores de Francesco na vida adulta. Ao entender isso, Gregg parou de julgá-lo e o perdoou. Dessa forma, o relacionamento de Gregg com Frank – a encarnação atual de Francesco – foi aprofundado.

Como já dissemos antes, ao tratar do tema da terapia de progressão, nosso futuro não está definido, não é um caminho fixo e inalterável. Ele é um sistema de possibilidades e probabilidades, com algumas consequências mais possíveis de acontecer do que outras. Uma potencial consequência, o futuro provável, é a que tem mais chances de acontecer, mas, certamente, não é garantida. A descrição de Gregg das alternativas mostra isso. Se nos anos 1600 ele tivesse optado por uma abordagem mais suave em vez de confrontar com raiva, sua vida teria sido diferente. Suas vidas futuras, inclusive a encarnação presente como Gregg, também teriam sido alteradas e aprimoradas. Seu relacionamento com Frank teria começado em um nível mais intenso e até mais saudável. O tempo que leva não importa, pois o progresso sempre acontece. E a cada passo para a frente o caminho espiritual se torna mais claro.

A história de Cynthia, que também explora a importância do relacionamento entre professor e aluno, nos oferece outro relato tocante da natureza atemporal do amor.



## O RETORNO DE UMA ALMA GÊMEA

Tive o privilégio de estar presente em um dos seminários de treinamento do Dr. Weiss, no verão de 2010. Naquela época, eu lera todos os seus livros e estava interessada em dividir experiências com aqueles que tinham o mesmo sistema de crenças que eu, como resultado das suas publicações. Esse sistema de crenças incluía a vida como um ciclo interminável de evolução com aqueles a quem amamos, que podem nos ensinar cada vez mais.

Estou com 61 anos, mas comecei a ter sonhos recorrentes antes de completar 30 anos de idade. Neles, eu estava no Monte Vesúvio, como uma jovem de menos de 20 anos, apaixonada por um homem com quem não podia me casar devido a problemas culturais. Quando a terra tremeu e a lava começou a fluir, refugiei-me perto da água, onde encontrei abrigo. Um homem correu para a

mesma caverna onde eu estava. Era o meu amado. Sem dizer uma única palavra, ele me abraçou e tive certeza de quanto ele me amava, embora não fosse permitido. O sonho acabava nesse momento – sem dor, sem experiência de morte, apenas o profundo entendimento de que o amor que eu sentia em meu coração era correspondido.

Tenho esse sonho de vez em quando há trinta anos. Quando conheci o trabalho do Dr. Weiss, achei que a intensidade e a clareza do sonho, assim como a sua natureza repetitiva, poderiam significar que se tratava de uma experiência de vida guardada na memória da minha alma. Depois de ler mais sobre o trabalho do Dr. Weiss, juntei os fatos que se aplicavam à minha vida presente.

Aos 14 anos, fui enviada a uma escola paroquial, onde tive um professor cuja voz reconheci imediatamente. Nós nos tornamos amigos, e fui aluna dele durante o ensino médio. Continuei meus estudos e mantivemos contato. Casei-me, e meu antigo professor nos visitou durante cerca de 12 anos, enquanto gozava de boa saúde. Nessas visitas, meu marido, minha filha e eu o recebíamos com carinho, oferecendo-lhe hospedagem. Certa vez, eu e meu marido descobrimos que nossa filha tinha nascido exatamente cinquenta anos depois do meu professor.

Sempre senti uma atração distante por esse homem, embora, quando jovem, eu não entendesse esse sentimento e não soubesse o que fazer com essa memória remota. A voz dele era inconfundível. Depois do treinamento com o Dr. Weiss e de testemunhar as histórias dos outros participantes, falei com meu professor sobre essa experiência, dizendo-lhe que acreditava que já tínhamos nos conhecido em tempos ancestrais. Pouco depois, ele ficou muito doente. Fui ao seu encontro para ajudá-lo, chamei membros da família e verifiquei se ele estava sendo bem cuidado. Hoje, seus remédios o mantêm equilibrado, e ele gosta de mim como amiga e protetora. Agora assumi o papel de professora e nós nos reencontramos. Não tenho a menor dúvida de que estamos aqui outra vez para apoiar a alegria e o crescimento um do outro.

Descobri também, assistindo a um programa do History Channel, que vivi em Herculano, uma pequena cidade perto de Pompeia, que foi gravemente afetada pela erupção do Vesúvio. Há pouco tempo, vários corpos foram descobertos perto das docas, corpos dos que se refugiaram ali achando que ficariam a salvo. Observando os mapas da região e vendo as ruínas e o local onde foram descobertas, minha alma soube que foi lá que me refugiei e encontrei aquele homem tão querido, que amei por tantos séculos.

No seminário, recontei a mesma história sob hipnose. Hoje, eu e esse homem

desfrutamos um delicioso relacionamento. Converso com ele várias vezes por semana. Ele adora saber dos progressos de minha filha já moça, e ele e meu marido têm um enorme respeito um pelo outro. Sinto-me em paz e feliz, sabendo que temos a eternidade.

*Cynthia*



O poder de um vulcão não se compara ao poder de uma alma gêmea. O amor das almas gêmeas nem sempre tem a ver com romance. Ele é eterno e incondicional, transcende o tempo e o espaço; pode ser o amor entre pais e filhos, entre grandes amigos, irmãos, avós e primos. Talvez a sua alma gêmea seja um professor apaixonado pelo que ensina e que exerce uma profunda influência na sua trajetória profissional. Quando você termina o curso, segue em frente, e essa pessoa também. O trabalho que deviam desempenhar juntos nesta vida foi completado.

Nós temos famílias de almas, não apenas uma alma gêmea, e estamos nos conectando o tempo todo. Algumas vezes, são momentos simples capazes de mudar nossa vida completamente. Os dez minutos, dez meses ou dez anos que passamos juntos importam menos do que as lições aprendidas, as orientações e as lembranças que ocorrem quando esses encontros acontecem. Existe uma sensação de familiaridade, um saber profundo. Um relacionamento na mesma vibração, algo inesperado em um encontro tão recente. Almas gêmeas reencontram-se muitas e muitas vezes para interagir. Existe um carma, ou destino, juntos.

É bom constatar como o relacionamento das almas de Cynthia e de seu professor foi valorizado por toda a família, sem ciúme, ressentimentos ou medo.

O amor incondicional não pede nada em troca. Esse amor puro jamais cria dependência ou dívidas. Ele simplesmente existe. É uma energia absoluta que nunca termina. Ele conecta, de imediato, existências que estão há séculos de distância umas das outras e garante que todos os entes queridos estarão interligados por toda a eternidade.

Observe como Carla, autora de nossa próxima história, colocou esse conceito em ação quando estendeu a mão para a irmã, com um amor que ultrapassou o tempo e as tensões.



## LAÇOS FRATERNALIS

Há muitos anos tive o privilégio de ver o Dr. Weiss no Instituto Omega, em Nova York. No fim do dia, ele ainda teve tempo de fazer uma regressão à infância para a qual eu, com a maior alegria, me apresentei como voluntária. Fiquei meio intimidada de subir ao palco e me expor, mas sabia que estava em boas mãos e confiei no trabalho dele. Estava também curiosa para ver a experiência que viveria.

Não levou muito tempo para que me viesse à mente uma lembrança. Eu tinha quatro anos e estava segurando a mão de minha irmã, que tinha dois, ajudando-a a descer as escadas, em uma manhã de Páscoa. Estávamos muito animadas. Lembro-me da sensação do carpete sob meus pés. Ao chegar no primeiro andar, encontramos várias cestas de Páscoa esperando por nós – junto com um pintinho! Senti um certo nervosismo, com medo de que o pintinho fosse comido por um dos cachorros, mas foi uma lembrança muito feliz.

Quando estava saindo do estado hipnótico, fiquei emocionada e comeci a chorar. O público perguntou por que eu estava triste com uma lembrança tão agradável. Acontece que, na ocasião do seminário, aquela mesma irmã e eu estávamos brigadas, sem nos falar. E tudo o que me veio à mente foi o amor inocente e verdadeiro que eu sentia por ela. Tive saudades de nossa proximidade, dos laços que sempre nos uniram durante quase toda a nossa vida.

O ensinamento mais importante que extraí dessa experiência foi que só o amor é real. Assim, depois que o seminário terminou, entrei em contato com minha irmã e contei o que acontecera. Choramos ao telefone e começamos a rir, perguntando uma à outra: “O que será que aconteceu com aquele pintinho?” A sessão da qual participei reuniu-me à minha irmã mais nova. Hoje ainda compartilhamos esses laços tão fortes. Nós duas participamos de outro seminário, fizemos algumas regressões em grupo e percebemos que já dividimos muitas vidas e tivemos muitos relacionamentos diferentes.

Aquela regressão que fiz diante de um auditório foi muito especial para mim. Mudou para sempre a minha vida.

*Carla White*



Há uma mensagem muito poderosa na curta história de Carla sobre a sua lembrança da infância. O amor nunca termina. Sua energia é absoluta, eterna.

Uma simples lembrança de duas irmãs de quatro e dois anos fez com que Carla percebesse a importância dos laços do amor. A briga temporária pareceu insignificante quando comparada ao amor que as unia. Com um telefonema, o relacionamento foi prontamente refeito. Raiva e ressentimentos foram eliminados.

A lição de Carla se aplica a todos nós. Como é possível permitirmos que discussões, brigas e desentendimentos nos roubem a alegria de nossas interações de amor com as pessoas importantes em nossas vidas? Nosso ego e orgulho interferem. Será que temos coragem de pegar no telefone e curar nossos relacionamentos, como Carla fez?

O amor transcende todo o resto.



## O BAR INGLÊS

Meu marido e eu estávamos participando de uma conferência em Nova York. Após a segunda regressão, acordamos e perguntamos um ao outro o que tínhamos visto. Eu disse que me recordara de estar em um bar inglês.

“Um bar inglês nos anos 1800?”, ele perguntou.

“Sim”, respondi. Para resumir, ele se viu nos anos 1800, do lado de fora de um bar inglês, onde não podia entrar, só olhar o interior pelas janelas. Meu marido descreveu a decoração do bar e disse que não havia ninguém lá dentro.

O bar era exatamente igual ao que eu tinha visto durante a minha regressão; eu era uma garçonete (possivelmente, também uma prostituta) e ele tinha me estrangulado até a morte. Hoje, estamos nos divorciando, mas não por causa dessa regressão.

Um amigo me viu lendo um dos livros do Dr. Weiss e perguntou o que eu achava. Conteí sobre a regressão e de ter sido assassinada no bar. Ele ficou surpreso e me lembrou de que meu ex-marido e eu tínhamos comprado uma casa em estilo vitoriano, construída em 1887, em Connecticut, e que o único cômodo que meu marido quis redecorar foi o que acabamos chamando de “salão de bar”. Por algum motivo inexplicável, eu nunca pensara nisso, mas meu amigo tinha toda a razão. Meu marido reformara o cômodo inteiro ao estilo de um bar inglês, com um típico balcão de mogno e um jogo de dardos!

*Bonnie*



Lembrar-se simultaneamente das mesmas cenas de vidas passadas oferece uma validação a essas lembranças. O mesmo acontece com a recriação inconsciente do cenário. Mas, dessa vez, não houve violência. As duas almas já tinham progredido bastante.

O relacionamento entre as almas nem sempre é harmonioso e pacífico. Até almas gêmeas podem se mostrar nocivas se uma delas não for tão desenvolvida ou evoluída quanto a outra. O relato de Bonnie sobre sua vida passada demonstra esse conceito, e a história que vem a seguir nos oferece mais um exemplo.



## CONFIANÇA E ILUSÃO

Fiz um treinamento com o Dr. Weiss durante uma semana, em Nova York, em 2009, e hoje trabalho na Austrália, usando a terapia de regressão a vidas passadas. Amo esse método e meu sonho é torná-lo acessível às pessoas que sofrem de vários males que poderiam ser resolvidos com facilidade, deixando-as livres para seguir em frente com suas vidas.

No ano seguinte ao meu treinamento, ministrei um curso em Sydney, na Austrália, onde conheci uma mulher maravilhosa. O caso dela pode aumentar a nossa percepção sobre os motivos que levam tantas mulheres a lutar para engravidar, ou sobre a razão pela qual são julgadas por não quererem ter filhos.

Charlotte foi a primeira pessoa a concordar em subir ao palco e ser submetida a regressão na frente dos colegas. Sua experiência começou quando ela se viu de pé, em uma rua de paralelepípedos, com várias lojas ao redor. Ela era uma menina, de cerca de 11 anos, usando um vestido e um avental imundos. Isso aconteceu na Inglaterra, em 1845. Pedi que ela fosse para casa, mas era impossível, pois a menina morava nas ruas da cidade.

Charlotte não conheceu pai ou mãe. Ela voltou para o passado, quando tinha cinco anos, e descobriu que um acidente tirou a vida de seus pais, deixando-a órfã. O orfanato era frio e solitário. Havia uma amiga, uma menina de quatro anos, chamada Sally, que ela reconheceu como a sua melhor amiga na vida presente. As meninas tomavam conta uma da outra.

A regressão continuou, e ela se viu aos 19 anos, apaixonada por um homem

que reconheceu como seu ex-marido na vida atual. Estava grávida dele, muito feliz, e acreditava que ele também a amava muito.

Uma tristeza imensa logo tomou conta dela, e Charlotte começou a chorar. “Ele levou o meu bebê! Ele levou o meu bebê!” Ela só conseguia repetir essas palavras, soluçando sem parar. O homem que ela tanto amava era casado, rico, e sua esposa não podia ter filhos. Por isso, ele enganara Charlotte para lhe tirar a saudável criança.

Eu a conduzi a um tempo no qual ela viu o filho como um homem de 21 anos, muito bonito, impecavelmente vestido, saindo do que parecia ser um edifício do governo, com enormes pilares na entrada. Ela ficou sem ar. O rapaz era lindo, e Charlotte estava orgulhosa. Então ela reconheceu o pai do rapaz, que também a viu, mas ela percebeu que a mãe vinha logo atrás. Charlotte não queria falar com o filho, porque estava envergonhada da própria aparência, mas ficou feliz ao saber que ele tinha uma vida que ela jamais poderia ter-lhe dado.

Seguindo até o seu último dia, Charlotte se viu bem envelhecida, apesar de ainda ser jovem. Ela morreu na rua, onde sempre vivera. A lição que aprendeu naquela vida foi de não confiar tanto nas pessoas.

Em sua vida presente, Charlotte não tem filhos. Ela também me contou que, mais tarde, naquela mesma noite, ligou para a melhor amiga (Sally, do orfanato), que morava no Reino Unido, para contar a história. Para sua total surpresa, quando estava descrevendo a parte em que a criança fora roubada, a amiga disse:

“Isso aconteceu porque a mulher dele não podia ter filhos.”

“Como você sabe disso?”, Charlotte perguntou.

“Não tenho certeza”, a amiga respondeu. “Mas, por algum motivo, eu sei.”

*Toni Reilly*



O medo de perder um filho outra vez pode levar à decisão consciente ou inconsciente de não engravidar. Estaria Charlotte pagando uma dívida cármica de uma encarnação ainda mais remota? Nós não sabemos. Mas seu amante e a mulher dele naquela vida por certo têm um débito com ela em vidas futuras. Não há como fugir de nossas dívidas e obrigações. Devemos compensar as pessoas a quem magoamos em existências anteriores. Quando o fazemos, e quando praticamos a bondade e a compaixão por todos os outros seres, progredimos com rapidez em nosso caminho espiritual. Nossa vibração aumenta.

Houve muitas oportunidades para o amor e a empatia se expressarem na vida

de Charlotte no século XIX. Seu namorado naquela existência poderia tê-la tratado com mais generosidade e menos egoísmo. O orfanato poderia ter sido um lugar mais acolhedor, mais amoroso, e não tão “frio e solitário”. A sociedade poderia ter sido mais caridosa, impedindo que aquela mulher tão crédula vivesse e morresse nas ruas. Somente Sally demonstrou compreensão e consideração.

Nosso mundo atual não mudou muito. Boa vontade, altruísmo e bondade precisam tornar-se virtudes universais, estendidas a todos. Quando isso acontecer, Charlotte e todos os demais poderão ter confiança plena na humanidade em um nível muito mais profundo.

Charlotte e seu amante tiveram várias oportunidades de resolver o seu carma e tratar um ao outro como os seres espirituais devem fazer. Judi, a autora da próxima história, também foi abençoada com numerosas ocasiões para desenvolver um relacionamento com sua alma gêmea. Ela se encontrou com Patrick muitas, muitas vezes em sua vida presente – e continuará a se encontrar com ele muitas e muitas mais.



## GOSTARIA QUE VOCÊ ESTIVESSE AQUI

Um dia, no final do ensino fundamental, eu estava sentada nos degraus que levavam à varanda da frente de minha casa quando um rapaz da vizinhança apareceu caminhando com um amigo. Esse garoto, que se chamava Patrick, aproximou-se, sentou-se ao meu lado e começou a conversar. Ele era muito bonito e pareceu gostar de falar comigo. Perguntei o seu nome, mas não entendi a resposta.

Meu amigo disse que os pais de Patrick estavam vindo para buscá-lo. Ele não queria ir embora, mas não podia ficar porque já tivera problemas com o pai em outras situações. Mais tarde, alguém me contou que ele já fora espancado pelo pai.

Depois que ele foi embora, falei com meu amigo sobre o nome de Patrick, e ele disse que o sobrenome dele era estrangeiro, que ele tinha uma série de problemas com o pai e que talvez fosse mandado de volta para seu país de origem. O rapaz tinha sido espancado de tal maneira que alguém chamou a polícia. Fiquei com pena do garoto e naquela noite rezei para que ele ficasse bem. Foi a primeira e única vez que me lembro de ter rezado por alguém.

Quando estava no ensino médio, havia um garoto que, todos os dias, parava na porta da loja onde eu trabalhava e conversava comigo. Ele aparecia como que por encanto. Perguntei seu nome, e ele respondeu: “Pat”, acrescentando que era da Irlanda. Durante aqueles meses, ficamos muito amigos, mas um dia ele me disse que não poderia mais me procurar. Quando foi embora, comecei a chorar. Pensei que, um dia, eu o veria outra vez e me casaria com ele, o que me consolou.

Houve muitos outros acontecimentos: um rapaz com quem senti uma forte conexão, que sempre me dizia alô depois da aula de francês e me dava um tapinha quando saía da sala. Outro com quem eu tinha conversas de que gostava muito em um local que chamávamos de “o muro”. Eu me lembro, no tempo da faculdade, de uma discoteca que eu frequentava todos os fins de semana. Havia um homem no palco, trabalhando com o som e a luz, que ficava olhando para mim. Ele era bonito, e eu sorria e acenava. Como eu sempre sentia que havia alguém olhando para mim lá, parei de frequentar o lugar, mas fiquei com a estranha sensação de ter perdido uma oportunidade que a vida me oferecera de encontrar o homem do palco e de que havia algo especial entre nós. E então, certa vez, um amigo falou de um colega de trabalho chamado Patrick, que era irlandês. Embora meu amigo me garantisse que não se tratava do garoto das minhas lembranças, fantasiei que era ele. Fiz uns pães de banana e tortas de abóbora para meu amigo dividir com Patrick. Com o passar do tempo, eu me esqueci de tudo isso e me casei com outro homem.

Trinta anos depois da última vez que vi Patrick, ele entrou em contato comigo pela internet e me convidou para encontrá-lo. No encontro inicial, eu não o reconheci. Ele me perguntou se eu realmente me lembrava dele e me olhou fixamente nos olhos. Eu reconheci aquele olhar – ele me veio à cabeça lentamente. Mais tarde ele disse que devíamos nos encontrar outra vez. Quando o fizemos, senti uma conexão tão grande com ele que fiquei apavorada. Tive a forte sensação de que ele deveria ser meu marido, mas fiquei com medo, porque meu último relacionamento fora com um homem que me abandonara. Conversamos e percebi que fora ele o tempo todo: a época em que o pai o espancara, “o muro”, a aula de francês. Perguntei sobre meu amigo, seu colega de trabalho, e descobri que Patrick era o rapaz com quem ele dividira as comidas que eu tinha feito. Também fora Patrick no palco, na discoteca, cuidando do som e da luz.

Meu último dia com Patrick foi em julho de 2008. Tivemos um encontro maravilhoso, mas não foi possível nos reencontrarmos de novo, por causa da distância. A última semana em que Patrick e eu conversamos foi pouco antes do

seu seminário. Ele me pediu que contasse sobre a minha experiência quando voltasse para casa. Eu também disse que tinha marcado uma consulta com um cardiologista. Naquela mesma semana, poucos minutos antes do meu exame, fiquei sabendo que Patrick tinha morrido de um ataque cardíaco. Não pude me despedir dele.

Depois de sua morte, Patrick comunicou-se comigo. Essas experiências me mostraram que o amor nunca morre. Quando eu estava saindo para vê-lo, em nosso primeiro encontro, pedi a Deus que me enviasse um sinal para mostrar que eu encontrara a pessoa certa. Então vi uma estrela cadente ao mesmo tempo em que tocava no rádio a música “Wish you were here”, ou seja, “Queria que você estivesse aqui”, de Pink Floyd. Entendi isso como um sinal e contei para Patrick. Ele repetiu uma frase que faz parte da letra da música, que dizia algo como: “Somos apenas duas almas perdidas nadando em um aquário.”

Depois de sua morte, enquanto me dirigia ao dentista, pedi para Patrick ficar ao meu lado. Eu disse: “Quero ouvir aquela música mais uma vez antes de chegar lá.” Assim que entrei no estacionamento do edifício onde ficava o consultório, a música tocou. Fiquei arrepiada e feliz; ele estava comigo. Depois da consulta, fui para casa, e, ao entrar, minha filha veio me mostrar um retrato que ela tinha pintado, de Syd Barret, membro e fundador do Pink Floyd. Eu nunca contara para ela a minha história com Patrick, nem falara sobre o significado daquela canção. Ao lado do retrato, os dizeres: “Somos apenas duas almas perdidas nadando em um aquário.”

Com frequência, somos muito indecisos no que se refere ao amor. Paramos, hesitamos, racionalizamos, temos medo e nos afastamos.

*Judi*



Mas o amor não é indeciso conosco. Ele volta muitas vezes para mais uma tentativa, criando novas oportunidades. O amor é persistente.

O amor nunca morre. Nós ouvimos as suas canções sempre que paramos para escutar. Sentimos o perfume dos nossos entes queridos depois que eles morrem. Vemos os seus mensageiros: os pássaros e os animais, o céu e outros sinais. Sentimos o seu toque. Recebemos os seus sinais. Sentimos a sua presença.

Como disse Pink Floyd em outra canção, e como Patrick, sem dúvida, diria a Judi: “Estarei sempre aqui. Estarei sempre olhando por detrás desses olhos. É só uma existência. É só uma existência.”



## A ALMA DIVIDIDA

No ano de 2001 eu estava vivendo com o amor da minha vida. Eu respirava amor, enxergava amor, era amor. Sentia-me mais eu mesma do que jamais senti. Sentia-me forte, fascinante e privilegiada por ser perfeitamente completa. Tinha o filho mais maravilhoso e o homem mais incrível em minha vida. Minha família estava bem. E eu me sentia invencível, bem-sucedida. Ganhava muito dinheiro. A vida não poderia ser mais perfeita. Descubri os segredos mais profundos da minha sexualidade e cada célula do meu corpo era sensual. Estava feliz. Era amor.

O verão de 2004 chegou, e o homem da minha vida se foi. Teve de escolher entre construir uma vida comigo e meu filho nos Estados Unidos ou voltar para o seu país, na América do Sul. Precisei decidir entre deixá-lo partir ou ficar ao seu lado. E podia fazer qualquer das duas escolhas. Nós dois sabíamos que o nosso amor era o mesmo, pois não existe o tempo, o passado ou o futuro – ele apenas era. Deixei-o partir.

Os anos passaram. Não podia me dar ao luxo de ficar deprimida e por isso fui à luta. Minha renda caiu drasticamente. Minhas economias foram usadas para pagar as contas do mês. Agora estou adoecendo; meu sistema imunológico luta contra mim. Fiquei desesperada. Deitada na cama, tive tempo para pensar e mudar minhas prioridades. Deus está comigo. Voltei à antiga rotina, mas não sou mais eu mesma. Acho que aquele homem levou embora o meu desejo e me deixou vazia. Minha mente diz que eu tenho de fechar a porta e esquecer-lo, mas meu coração ansia pelo toque dele e minha alma continua completa e irrevogavelmente apaixonada.

No ano passado comecei a usar os CDs do Dr. Weiss para que me guiassem a minhas vidas passadas. Minha vida passada está ligada à minha vida presente, e eu percebo isso. O fato mais inacreditável que entendi, enquanto fazia a regressão, é que, em uma vida, por volta de 1850, eu me vi no corpo do homem a quem amo na vida atual. Eu era ele, o homem da vida que me fazia sentir completa e perfeita, o homem que me ensinou a amar a mim mesma e, assim, ser capaz de amar o universo.

Eu era ele. Eu sou ele.

Naquela época, eu o vi (eu!) como alguém totalmente irresponsável, abandonando a mulher. Sem motivo, por pura ignorância e egoísmo. Minha

mulher naquela vida era uma querida amiga que perdi há dez anos na vida presente. Ela era cuidadosa, bela, inteligente e alegre naquela vida, como também nesta existência.

Quando voltei àquela época, durante a conferência em Toronto, a experiência foi muito nítida. Eu me vi no corpo dele, não me importando com ninguém além de mim mesma. Eu me vi morrendo sozinha em uma estação ferroviária. O que eu precisava aprender? Como ser sozinha e como ser responsável. Eu não aprendi isso naquela vida. Sinto uma enorme culpa por ter abandonado minha mulher, minha amiga. É difícil expressar em palavras.

Durante a regressão, minha querida amiga apareceu, junto com meu tio. Ambos já partiram e ambos vieram me consolar, me acalmar. Durante a conferência, eu não conseguia parar de chorar, me sentindo tão culpada. “Está tudo bem, não importa, está tudo bem. Fique tranquila. Está tudo bem”, foi o que me disseram.

Devagar, estou aprendendo as minhas lições. Sou muito responsável nesta vida. Crio meu filho sozinha e trabalho muito para oferecer o mundo a ele. O homem que eu amo (que sou eu!) hoje também é responsável, lá no país dele, criando os próprios filhos.

Finalmente, estamos entendendo e agindo com responsabilidade. E sozinhos. Por que sozinhos? Seríamos uma alma dividida?

*Violet*



Mesmo após a morte, nossos entes queridos nos ajudam do outro lado, nas dimensões espirituais. Violet contou como foi consolada por uma amiga querida e por um tio, ambos já falecidos. No estado de regressão, quando nossas barreiras mentais ficam relaxadas, essas visitas de ajuda da nossa família espiritual são percebidas com mais clareza.

A alegria e a felicidade verdadeiras e duradouras não devem depender dos outros. São estados interiores. Namorados podem nos abandonar, mas o amor, não. É a nossa verdadeira natureza. Violet está aprendendo essas difíceis lições e descobrindo um amor interno, que é permanente. O seu carma é sentir os efeitos de suas decisões e da sua irresponsabilidade nos anos 1850. A situação se inverteu. Sua amiga, que fora sua esposa naquela existência, já a perdoara.

Existe uma metáfora nessa lembrança. Ela era o próprio marido na outra vida? Ou seria o seu inconsciente lhe mostrando as conexões com a vida

presente, as dívidas cármicas, apontando as lições a serem aprendidas?

Outras regressões poderiam trazer à tona detalhes mais esclarecedores. Entretanto, o trabalho verdadeiro já fora feito.

Mark e Kathleen, marido e mulher, cuja história encerra este capítulo, descrevem as próprias jornadas com o trabalho da regressão a vidas passadas. Suas experiências os ajudaram a entender, em um nível muito mais profundo e empático, não apenas um ao outro, mas também significativos relacionamentos familiares.



## REGRESSÕES DE RIVALIDADE

No final da minha adolescência na vida presente eu ficava perplexo pelo fato de minha mãe, uma pessoa tão amorosa e escrupulosa, sempre colocar algum defeito em minhas namoradas, sobretudo se achasse que o relacionamento poderia se transformar em algo mais sério. Eu costumava pedir que ela desse uma chance às garotas. Com o passar do tempo, concluí que ela, provavelmente, enxergava minhas namoradas como rivais que disputavam com ela o amor de seu único filho.

Aos 20 anos, no início de um ano de pós-graduação acadêmica na França, como assistente de um professor de inglês, conheci Kathleen. Ambos éramos assistentes em duas escolas distintas na mesma cidade. Eu vinha da Inglaterra, e ela, dos Estados Unidos. Nosso relacionamento tornou-se sério, nós nos casamos e decidimos ir morar no país dela.

A interferência de minha mãe continuou durante 16 anos, desde o meu casamento, em 1976, até sua morte, em 1992. Passei por todos os tipos de manipulação por meio de telefonemas, e nossas visitas à Inglaterra eram marcadas por explosões de raiva, em geral por motivos que só minha mãe poderia explicar. Logo percebemos que ela estava tentando criar uma barreira entre mim e Kathleen. A única forma de lidar com a situação foi nos unirmos, o que realmente fizemos. Minha mãe percebeu isso e, embora parasse de tentar interferir em nosso relacionamento, prosseguiu com suas explosões.

Consegui passar ao lado dela suas duas últimas semanas de vida, em um hospital onde fora internada como paciente terminal de um câncer. Pouco antes de minha chegada, um derrame causado pelo câncer tirou-lhe a fala, mas ela continuava ouvindo e entendendo. Apesar de tudo o que ocorrera nos últimos 16

anos, eu estava grato pelo fato de poder estar presente em seus últimos dias de vida.

Depois da morte de minha mãe, eu e Kathleen conversávamos sobre sua personalidade instável, desejando que nosso relacionamento com ela tivesse sido mais sereno.

Quinze anos se passaram. Então começamos a ler o trabalho do Dr. Weiss e a usar seus CDs de regressão. Desde a primeira vez, visitei com facilidade vidas passadas. Uma de minhas primeiras lembranças foi a de uma vida na qual eu era administrador de uma grande propriedade em Derbyshire, na Inglaterra, em algum ano do século XIX. Imagine a minha surpresa ao perceber que minha mulher naquela vida era minha mãe na existência atual, e que Kathleen era uma empregada da propriedade, um membro da equipe de cozinha, algo que ela também confirmou nas próprias regressões. Kathleen e eu sentíamos uma forte atração mútua naquela época, mas tivemos que nos conter, já que eu era casado.

Regressões posteriores àquela existência forneceram-me mais informações. Certa vez, minha mulher (minha mãe na vida presente) e eu fazíamos compras na cidade mais próxima. De repente, Kathleen e outros empregados entraram na loja onde estávamos. Virei-me para cumprimentá-los e, quando olhei para minha mulher, reconheci em seu rosto a mesma expressão de aborrecimento, frustração e desprezo que vira tantas vezes no rosto de minha mãe nesta vida, principalmente depois que eu e Kathleen ficamos noivos.

Durante outra regressão àquela vida, vi a mesma expressão no rosto de minha mulher quando Kathleen apareceu em nossa casa para perguntar sobre a minha saúde, pois eu estava sofrendo de uma doença respiratória que, com o tempo, me levou à morte. Eu fora pego por uma tempestade e contraí uma gripe que se transformou em bronquite e depois em pneumonia. Interessante notar que eu tive várias crises de bronquite quando criança na vida presente.

Essas lembranças reforçaram nossa certeza de que as almas encarnam em grupos. Não sei se Kathleen, minha mãe e eu estivemos juntos em outras vidas além dessas duas. Antes de começar o trabalho de regressão a vidas passadas, achávamos que a reação de minha mãe ao nosso casamento de devesse ao seu sentimento de posse e ao desejo de controlar. Regressões àquela vida passada, somadas à meditação, reflexão e outros trabalhos espirituais, revelaram quanto as reações de minha mãe eram baseadas no medo: medo de perder a pessoa com quem ela construía a sua realidade. Não adiantaria dizer que ela não precisava ter medo de perder o seu leal marido naquela vida, ou o amor de seu filho nesta, pois o medo era real para ela e se manifestou da maneira como descrevi. Agora,

podemos entender as atitudes e as reações de minha mãe, e ter compaixão por ela. Nós a vemos como uma alma ferida, e desejamos sua cura e paz interior.

É fascinante observar quantos temas e aspectos de vidas passadas voltam a ocorrer na vida presente. Ao regredir, visitei, em ordem cronológica, vidas como a da mulher de um nobre indiano, de um senador romano, um construtor europeu nos tempos medievais, um ferreiro, um soldado de cavalaria a serviço de um rei na guerra civil inglesa, um cravista profissional da corte, um fuzileiro naval, um administrador imobiliário, uma cantora do teatro francês e um jovem alemão que vivia em Berlim antes e durante grande parte da Segunda Guerra Mundial (a existência imediatamente anterior à atual). Arquitetura e construção me interessam muito na vida presente, assim como música. Participo como amador de recitais de canto, e há pouco tempo comecei a aprender a tocar piano. E minha profissão na vida atual? Antes de me aposentar, passei 32 anos ensinando francês e alemão em uma faculdade. Não tive qualquer dificuldade em aprender esses dois idiomas.

A regressão a vidas passadas é uma ferramenta valiosa para o crescimento pessoal. Quando acompanhada de uma conexão cármica, ela nos leva a uma compreensão mais profunda e espiritual da realidade. Estamos todos aqui para aprender, para nos curar e para ajudar outras almas a fazer o mesmo. Kathleen e eu somos profundamente gratos por termos tido a oportunidade de ser reconectados como almas gêmeas na vida presente e por podermos desenvolver um relacionamento afetivo que tem sido gratificante, pleno e, acima de tudo, espiritualmente estimulante. Nós encontramos a nossa bússola, e essa bússola é o amor.

*Mark e Kathleen*



Triângulos amorosos são muito mais complexos e duradouros do que percebemos. Na história de Mark e Kathleen, sogra e nora na vida presente foram rivais românticas no século XIX, e o ciúme daquela época foi trazido para a vida atual. Embora os relacionamentos tenham mudado, e a mulher que fora a esposa de Mark tenha reencarnado como sua mãe, as inseguranças persistiram. A terapia de vidas passadas é capaz de curar essas feridas emocionais, e a mãe de Mark poderia ter se beneficiado disso se tivesse tido a oportunidade de experimentar uma regressão à vida no século XIX.

Muitas outras emoções e sentimentos podem ter origem em vidas passadas.

Raiva, amor, medo de perdas ou de separações, rivalidades, desconfiança, preocupação com traições, afinidades, um sentimento de impotência e excesso de proteção são apenas alguns exemplos. O relacionamento é reparado quando as causas desses problemas são identificadas em vidas passadas e, dessa forma, liberadas. Então, o relacionamento pode ser completamente novo, aberto e acontecer no momento presente. Toda a bagagem antiga é descartada.

Se problemas de relacionamento parecem inexplicáveis na vida presente e se mostram resistentes a terapias convencionais, é possível que tenham se originado em uma ou mais vidas passadas.

Nossas almas estão sempre se reunindo para crescer e evoluir. Conhecer o passado pode curar o presente e iluminar o futuro.

Mark e Kathleen fecharam sua história e este capítulo com uma metáfora lindamente adequada. “Nós encontramos a nossa bússola”, eles escreveram, “e essa bússola é o amor.” O amor é, de fato, o instrumento mais perfeito, ajudando-nos a navegar pelos terrenos rochosos deste plano terrestre, guiando-nos pelo espaço em direção ao nosso lar. Sempre que nos perdemos, ele nos reorienta com um toque gentil, colocando-nos de volta em nosso caminho. Sua força é magnética; sua sabedoria, infalível. O amor é o instrumento, a direção e o destino. Ele aponta o caminho e é o caminho. O amor é a nossa verdadeira natureza. É a nossa verdadeira bússola.

## CAPÍTULO 10

### Lições que os animais nos ensinam

Nós estamos ligados aos animais e compartilhamos este planeta com eles desde o começo da vida humana. Como já dissemos, estamos conectados a todos os seres sensíveis, e a ilusão de estarmos separados é o que traz tanta dor e sofrimento ao nosso mundo. Os animais também possuem almas e têm as próprias lições a serem aprendidas. A breve mas brilhante vida da borboleta pode ser uma rápida incursão pela experiência no mundo físico. A tartaruga, em sua passagem de cem anos sobre a Terra, pode encontrar uma ampla variedade de lições. Ao seu redor, os anos vêm e vão, ensinando sobre a *impermanência* – a verdade de que tudo passa. No entanto, os animais também são os instrutores. O beija-flor suga o néctar da vida, lembrando-nos de provar a sua doçura. Os cães são, com frequência, a personificação da lealdade e do serviço de amor. Testemunhar minúsculas formigas trabalhando juntas, de maneira incansável, para construir cidades e civilizações surpreendentemente intrincadas é entender o poder da comunidade e da perseverança. Os animais têm muito a nos ensinar sobre amor incondicional, sobre intuição, instinto e a vida com destemor.

Nossos animais de estimação podem nos ajudar durante a nossa transição após a morte. Frequentemente, eles estão do outro lado para nos receber e confortar depois que morremos e deixamos o nosso corpo físico. Eles também reencarnam, como muitos donos de animais já perceberam. Eles podem voltar até nós e nos ajudar mais de uma vez durante uma determinada existência. Eles podem se reunir conosco em nossa vida futura.

A expressão do amor deles por nós nunca termina. Muitas vezes, os animais sacrificam a própria vida por seus donos. Os seres humanos não tendem a fazer isso uns pelos outros.

Os animais são seres amorosos que nos ajudam a retomar nosso caminho espiritual caso nos afastemos dele. É comum que se diga que o gato tem sete vidas. É claro que tem. Todos os animais e pessoas têm sete e muitas, muitas outras. Que grande dádiva é compartilhá-las.



## LEMBRANÇAS DE MAGIA

Nos anos em que trabalhei como adestradora de animais sentia-me sempre tocada pelo impacto de cura que existe no fato de compreendermos o nosso relacionamento com eles. Um dos laços mais intensos e emocionalmente complicados que tenho é com meu cavalo, Magic. Somos próximos, mas, com o passar dos anos, nosso relacionamento trouxe desafios inexplicáveis que não foram resolvidos com facilidade, apesar de todos os recursos que procurei. Um dia, em minha fazenda, enquanto lutava para compreender a profundidade dos meus sentimentos por Magic, meu espírito viajou: primeiro, pelas lembranças dele nesta vida e, em seguida, para um tempo remoto em que índios norteamericanos e cavalos viviam lado a lado. Essas visões me ajudaram a entender meu conflito atual com Magic. Descobrir minha conexão de almas com ele abriu uma porta que pacificou uma dor de que eu não tinha consciência.

Minhas emoções em relação a Magic intensificaram-se durante o verão de 2006. Quando o calor atingiu o ponto máximo, o mesmo aconteceu com a minha frustração.

“Estou com tanta raiva de você!”, gritei, de pé ao lado dele, segurando o chicote acima de minha cabeça, pronta para atingi-lo nas costas. “Eu odeio você! Eu odeio você!”

Apertando a mandíbula, acertei Magic no pescoço com a palma da mão. Recuei tensa e prendendo a respiração. Seu corpo preto e branco congelou na posição em que estava, mas sua pele tremia junto com os músculos de um lado a outro de seu pescoço.

Deixei cair o chicote e me pus a soluçar.

“O que há de errado comigo?”, gritei, assustada, diante dessa intensa hostilidade que eu estava sentindo por um cavalo que eu amava profundamente. Cobri minha cabeça com o moletom que estava usando, sentei-me no chão e continuei a chorar.

Enquanto estive sentada ali, o odor familiar de cavalo que impregnara o tecido do moletom transformou-se em um cheiro suave de sálvia doce. Tirei o moletom da cabeça e procurei fragmentos dessa erva, mas não encontrei nada. Inspirei outra vez, e o perfume que estava no ar me encheu as narinas. O cheiro de sálvia atuava como um condutor ao passado mais próximo e, em seguida, a uma vida passada, e imagens começaram a se revelar em minha mente. Fechei os

olhos e recuei no tempo até o dia em que vira pela primeira vez meu amado e difícil cavalo, seis anos antes.

Eu e Magic nos encontramos em um estábulo onde eu trabalhava. Seu corpo magro de três meses de idade me pareceu familiar e, quando as batidas do meu coração aceleraram, tive certeza de que era ele. Semanas antes, depois de pedir ao meu anjo da guarda que me orientasse na compra de um novo cavalo, fui avisada de que ele viria. E também que nós dois teríamos uma ligação muito intensa. Parecia incrível, mas nós dois tínhamos sobrevivido a incêndios. A visão das pernas maltratadas e queimadas de Magic, devido à corrida pelo feno em chamas, trouxe de volta a lembrança da agonia que senti quando meu carro pegou fogo depois de ser atingido por um trailer, deixando-me presa em seu interior. Acabei escapando através das chamas, em pânico absoluto. Eu tentava, desesperadamente, esquecer esse trauma, mas não podia abandonar o meu cavalo, apesar da lembrança dolorosa que suas pernas queimadas me traziam. Precisávamos um do outro. Com o tempo, eu o ajudaria a curar suas pernas, e ele, a curar minhas profundas feridas emocionais.

Estávamos juntos havia quase seis anos, mas os dois últimos me pareceram insuportáveis devido à nova natureza atrevida e obstinada de Magic. Entretanto, durante os seus breves momentos de calma, era como se ele me dissesse várias vezes: “Sinto muito” e “Me perdoe”. Por que um cavalo se importaria tanto com essas questões? Eu ficava sempre impressionada ao perceber que eu sentia muito mais raiva na presença dele do que de qualquer outro animal ou pessoa.

Então, uma noite, depois de andar de caiaque com sua amiga Mary, tudo começou a fazer sentido.

“Está escurecendo. É melhor tirar nossos caiaques da água”, eu disse, tremendo, enquanto olhava para baixo e via a água escura do córrego. “Não sei por que fico tão assustada neste lugar. Eu me sinto assim sempre que estou aqui, e isso já dura muitos anos.”

Juntas, puxamos os barcos pela margem enlameada até a grama. Para levá-los de volta para casa precisaríamos da minha caminhonete, que estava estacionada em minha fazenda, não muito longe dali. Mas em vez de irmos logo embora, resolvemos ficar um pouco mais, conversando.

De repente, senti uma forte, porém afetuosa, mão nas minhas costas. Essa mão me tocou como se fosse um peregrino tocando um lugar sagrado. Não tive medo e endireitei as costas para sentir aquela conexão profunda e suave. Virei-me para ver quem era, mas não havia ninguém. Confusa, balancei a cabeça e pisquei.

“Mary, um homem acabou de tocar nas minhas costas. Juro que não estou maluca.”

“Eu sei”, ela respondeu.

“Você sabe? Como?”

“Acabei de ver umas vinte pessoas de pé, atrás de você. Elas estavam vestidas... não, veja você mesma”, ela disse, com paciência. “Veja com os olhos da sua mente.”

Fechei os olhos, suspirei profundamente e pedi para ver quem estava lá. No mesmo instante, apareceu um grande grupo de índios diante de mim emanando amor e, por telepatia, enviando-me as seguintes palavras. “Nós a amamos. Estamos muito felizes por você estar aqui. Por favor, saiba que nós a perdoamos. Você está livre de todos os seus erros.”

O homem que tocara as minhas costas parecia um sábio, como um pai em quem se pode confiar. Ao lado dele, uma mulher alta e forte, que irradiava amor, segurou-me com ternura, e cada um dos presentes enviou-me o que senti como um caloroso abraço.

“Nós vamos enviar mais visões para lhe trazer uma compreensão completa e perdão para você mesma e para o seu cavalo”, eles disseram.

Eu sabia que eles se referiam a Magic. Não fazia a menor ideia do que devia ser perdoado em mim e me perguntei o que Magic teria a ver com tudo aquilo.

Abri os olhos e atravessei o campo escuro com Mary. Meus ossos vibravam dentro do meu corpo, e eu me sentia como uma semente que estivesse germinando, mudando e crescendo. Não tinha certeza de que estava pronta para isso. Mas sementes brotam e crescem, apesar das consequências.

Algumas semanas se passaram antes que a visão seguinte emergisse durante uma meditação profunda, na qual eu me vi em uma vida passada, como uma índia norte-americana com minha filha pequena e meu marido.

“Ei, pare com isso!”, eu estava dizendo, e ria enquanto meu marido me pegava pela cintura. Pude sentir o calor que irradiava de seu corpo tenso ao meu lado.

“Eu vou pegar você, Shayna”, ele brincou, enquanto se ajoelhava sobre as peles de couro cru que cobriam o chão, no interior de nossa cabana. Seus olhos grandes brilhavam, e ele se colocou entre mim e nossa filhinha.

“Você é apenas um pequeno urso, Pequeno Urso”, eu disse. “Você acha que é tão grande e forte que devia se chamar Grande Urso. De jeito nenhum! Você sempre vai ser o meu Pequeno Urso.” Continuei a provocá-lo, peguei Ayasha, nossa filha, e saí correndo para fora da cabana, à luz do sol.

“Grr”, ele rugiu, com suas mãos grandes formando garras. “Lá vou eu!” Com Ayasha na cintura, correremos pelas árvores até o campo. “Estou chegando, Shanya. É melhor vocês correrem.”

Olhei para os cabelos escuros de minha filha e fomos nos esconder junto com a manada de cavalos. Movimentando-nos pelo gramado aberto, um sopro de vento com cheiro de terra beijou nosso rosto. Ayasha deu um gritinho e jogou os braços para o alto ao ver os cavalos ao nosso redor, em diferentes tons de preto, branco e dourado.

Aninhadas no meio da manada, olhamos por cima da crina branca de Magic, procurando o meu marido. Eu mal acabara de dizer “Onde está papai, Ayasha?”, quando ouvi “Buu!” e senti as pontas dos dedos dele tocando os meus ombros. Virei-me, e ele estava atrás de nós. “Como você chegou aqui?”

“Está vendo, cara esposa, sou um guerreiro veloz.”

Levantei as sobrancelhas e balancei a cabeça, concordando. Então o nariz branco e preto de Magic me atingiu, como se ele quisesse participar da brincadeira. Coloquei as mãos na cabeça, pois o toque fora forte, e senti dor.

“Esse cavalo é muito bruto”, reclamei. “Você devia trocá-lo.”

“Nunca”, ele respondeu. “Esse cavalo tem poder.”

“Poder demais. Ele vai acabar machucando um de nós”, eu disse, e então a imagem se dissipou.

Abri os olhos quando a lembrança dessa vida passada terminou. Ela me mostrou quanto eu amava meu marido e minha filha. Mostrou também que Magic já era desafiador naquela vida. Relaxei os ombros, aliviada por saber que aquele comportamento atrevido não começara comigo, na vida presente.

Uma semana depois, vi outra cena daquela vida passada. Nela, havia um pequeno ajuntamento de pessoas chorando e se debruçando sobre um homem deitado na grama aquecida pelo sol. Algumas cantavam baixinho enquanto sacudiam folhas de sálvia no ar. Uma mulher grande e pesada, enfeitada com uma saia feita de couro e contas, um pouco afastada, balançava uma criança no colo. Perto dela, uma jovem mulher, de cabelos escuros, estava ajoelhada no chão usando um simples vestido de pele de gamo.

O cheiro de sálvia encheu as minhas narinas de maneira tão intensa quanto naquele dia, no estábulo, com Magic. Cuida do semente, atravessei o gramado para ver melhor. *Quem são essas pessoas?* Então ficou claro que a jovem mulher ajoelhada no chão, chorando inconsolavelmente, era Shanya. Dessa vez, eu era testemunha da cena, mas não a vivenciava diretamente.

O sol bateu nos cabelos dela, refletindo um halo resplandecente como um arco-íris. Olhei para o homem caído no chão. Era Pequeno Urso. Meu rosto se contraiu quando vi o sangue fluindo de sua cabeça, manchando a grama. Ele não respirava. Seu rosto irradiava bondade, mesmo depois de morto. Espalhados ao redor da cabeça, seus longos cabelos, embaraçados e pegajosos, cobriam uma pedra cuja superfície estava manchada de gotículas vermelhas. Virei-me para a esquerda e vi um cavalo branco e preto solenemente de pé, com as rédeas de couro balançando em direção ao solo. Magic? Fiquei tonta. *Ah, meu Deus, você estava envolvido na morte do meu marido? Não é à toa que tenho sentido tanta raiva de você.*

A paisagem ficou borrada enquanto eu olhava para Pequeno Urso. Minha respiração se tornou mais lenta quando me inclinei e olhei de perto o rosto da mulher. De repente, senti-me tomada de imenso sofrimento e dor. Minha cabeça rodou. Aquela era a minha vida. A dor daquela perda me invadiu inteiramente. Seu amor se fora e ela se sentia completamente só.

Shayna sentou-se no chão, arrancando tufo de grama da terra. Os suspiros que saíam de sua boca aberta eram quase inaudíveis, e eu olhei em volta à procura de apoio. Ninguém podia me ver ou ouvir. Ela olhava para o vazio, devastada pela dor de perder o marido tão jovem. Tentei comunicar-me com ela telepaticamente, enviando-lhe pensamentos. *Vai ficar tudo bem. Um dia você vai viver em uma casa do outro lado desse campo. Você vai conseguir.* Mas ela não podia me ouvir.

A mulher grande e pesada chamou a menina, que conseguira se libertar e saíra andando. “Volte aqui, Ayasha!” Ignorando a cena trágica, a menina se moveu desajeitadamente em direção à mãe. Shayna virou-se e agarrou-a pela cintura. Suas mãos trêmulas apertavam a pele nua de Ayasha, fazendo-a chorar. A mãe observou a criança que gritava e empurrou-a para o chão. Shayna olhou para os lados e pousou o olhar no rosto de cada membro daquele clã, a mandíbula contraída. Todos se viraram e partiram. A mulher grande e pesada pegou Ayasha, que não parava de chorar, e afastou-se.

Outro grupo de pessoas entrou correndo na cena. Elas tinham sido atraídas pela comoção.

“O que está acontecendo?”, perguntaram.

Um homem alto e magro, de cabelos grisalhos e trançados, deu um passo à frente:

“Pequeno Urso cavalgou Magic com rapidez e alegria. Estávamos todos observando e encorajando-o. Então Magic sacudiu a cabeça em sinal de rebeldia,

escorregou e ambos caíram no chão. Pequeno Urso bateu com a cabeça na pedra e morreu.”

As pessoas do grupo caminharam na direção de Pequeno Urso e manifestaram o seu respeito. Vi o meu eu como índia levantar-se do lado do marido morto e caminhar na direção da multidão, tirando a menina do colo da mulher pesada. Em seguida, ela se afastou com a criança apoiada em sua cintura. Ninguém as seguiu.

Shayna atravessou um campo de flores amarelas e foi em direção à floresta. Das árvores altas, de troncos grossos, emanava um cheiro de terra pungente. Enquanto descia pela colina coberta de grama e arbustos, Shayna usava uma das mãos para manter o equilíbrio e a outra para segurar com força a linda filhinha.

O som da água corrente era ensurdecedor. Shayna colocou um dos pés na forte correnteza do riacho e foi entrando até a água cobrir-lhe as coxas. Lutando contra aquele fluxo poderoso, movendo-se cada vez mais para as profundezas, tirou a criança da cintura e lentamente mergulhou o tronco da menina no torvelinho da água. Então suspirou profundamente e afundou a criança abaixo da superfície. Os braços de Shayna se contraíram. O pequeno corpo de Ayasha ficou flácido. Shayna virou-se na direção da corrente, sentindo a pele macia de sua filha pela última vez, e soltou-a, observando seus sonhos e sua doce menina serem arrastados por entre a floresta e a escuridão.

Gritando e puxando os cabelos, tomada pela loucura da dor, ela subiu para a margem e retornou para perto do corpo sem vida do marido. Todos os membros do clã, chocados ao ver Shayna sem a criança, olharam, assustados, uns para os outros.

Hunam, o irmão mais novo de Pequeno Urso, agarrou-a pelos braços e berrou:

“Onde está a menina?”

Shayna soltou-se e deu um tapa na cara do rapaz. Ele empurrou-a para o chão.

A mulher pesada correu, seu olhar era intenso.

“Alguém vá até o rio!”, gritou.

Cinco nativos saíram em disparada até o rio. Procuraram desesperados por entre os galhos das árvores que se inclinavam sobre as margens ouvindo o eco da correnteza.

“É tarde demais”, Shayna berrou. Olhando para Magic, ela gritou: “Todos os que eu amo estão mortos agora, e tudo por causa daquele cavalo preto e branco!”

Uma expressão de enorme tristeza tomou conta do rosto da mulher pesada, e

ela disse, balançando a cabeça:

“Deixe-a se levantar.”

Todos se afastaram, chocados.

Quando me senti trazida de volta à vida presente, as imagens ficaram negras. Soluçando, abri os olhos. Sentei-me em meu quarto, sentindo dor, gratidão, entendendo por que minha “tribo” tinha voltado para mim. Não seria fácil, mas eu sabia que agora poderia verdadeiramente curar-me.

A vergonha era um fio que se emaranhava pela minha vida. Por mais que tentasse, nunca conseguia descobrir a fonte, até que Magic me conduziu ao caminho do amor, da paz e do perdão.

O amor que nossos sábios animais nos dão para que possamos nos libertar é impressionante. Com a persistência do meu querido cavalo e o suplicante amor de minha família de uma vida passada, aprendi que todos os erros, por maiores que sejam, podem ser perdoados – ainda que leve muitas existências.

*Asia Voight*



Nessa poderosa narrativa, Asia nos permite descobrir o papel importante que os animais desempenham na vida dos seres humanos. Eles nos ensinam sobre amor incondicional e frequentemente dedicam a vida a esse objetivo. Seu amor não depende do nosso comportamento. Ele é forte e resoluto. Não precisamos fazer nada para merecê-lo. Ele nos é oferecido de graça e não nos é tirado de maneira arbitrária. Podemos conhecer esse amor e senti-lo em um nível profundo.

Os animais reencarnam, como ilustra a história de Magic. Suas almas podem não ser tão individualizadas quanto a dos humanos; talvez sua família ou grupo de almas se misturem mais. Mas essa distinção não é importante. Culpa e vergonha são emoções negativas que nos causam grande desconforto e nos paralisam. Elas são sobretudo causadas por nossa crença de que não estivemos à altura de algum nível de expectativa e de conduta. Ficamos decepcionados por não termos nos comportado segundo um padrão que a sociedade que nos cerca – e nós mesmos – considera nobre. Nosso fracasso cria raiva, e a raiva é direcionada para dentro de nós, podendo levar à depressão e ao desespero.

Todo esse processo pode ser evitado.

O passado é um excelente professor, mas, quando aprendemos, não

precisamos continuar estudando o mesmo assunto muitas e muitas vezes. Essa atitude nos impede de avançar com o nosso aprendizado. Aprenda com o passado; em seguida, siga em frente. Todos nós cometemos erros em nossa vida presente e nas vidas passadas. Ter consciência desses erros nos permite corrigi-los para não repeti-los. Culpa, vergonha e raiva intensas anuviam a nossa visão e obscurecem as lições, o que nos leva a repetir os erros. Essas emoções negativas bloqueiam o nosso crescimento e roubam a nossa alegria. Quando não julgamos, eliminamos a negatividade que nos molesta e nos impede de recuperar nosso senso de orientação.

Magic retornou para ensinar a Asia essas lições. Ele foi a porta para a vida passada repleta de tragédias, perdas, dor e vergonha. Ele teria passado a vida inteira ajudando-a a fazer essa descoberta, para que pudesse começar a perdoar a si mesma. Ele faria isso por amor, pois o amor de nossos animais de estimação não tem limites. Podemos ficar com raiva deles, gritar com eles e até agredi-los fisicamente. Mas, mesmo assim, eles esperam, pacientemente, para que a lição seja aprendida. Magic esperou seis anos. Ele teria esperado toda a eternidade.

Os mecanismos através do quais os animais transmitem aos humanos lições tão importantes podem ter uma grande variedade de formas. Magic facilitou uma jornada para o passado de Asia permitindo que ela atingisse um entendimento transformador. Ozzie, o cachorro da próxima história, usou uma abordagem mais ativa. Com sua maneira despreziosa, ele conseguiu confirmar a existência da pós-vida e assegurar à amiga de sua dona que seu amado marido, apesar da morte, estava sempre ao seu lado.



## PROVA DE PRESENÇA

Pedi à minha amiga Hillevi que nos contasse sua linda história. E ela o fez:

Fui casada com um homem maravilhoso chamado Robert, que faleceu. Muitos anos depois da sua morte, visitei uma amiga, Mara, que conhecera Robert 12 anos antes. Mara e eu morávamos em diferentes partes do país e raramente nos víamos.

Mara se ofereceu para fazer uma sessão comigo. Ela participara de alguns dos seminários do Dr. Weiss na Flórida e tinha realizado muitas sessões com diferentes pessoas. Entreguei a ela a aliança de casamento de Robert. Ela a colocou na mão, e nos sentamos uma de frente para a outra. Ozzie, o cão maltês

de Mara, dormia no chão, ao nosso lado.

Ficamos em silêncio, esperando que Mara recebesse alguma mensagem. Ela então me disse que recebeu, e eu perguntei:

“Mas como posso ter certeza de que Robert está mesmo conosco?”

De repente, ouvimos um barulho. Virei-me e no piso azulejado, atrás de mim, havia uma pequena fotografia de Robert em um porta-retratos de madeira. Perto dela, Ozzi voltara a deitar-se. O mais impressionante é que a fotografia estava no quarto, guardada atrás de algumas sacolas e de uma grande mala.

O que fez Ozzie acordar, levantar-se, ir até o quarto e trazer a foto até a sala? Foi a primeira e a última vez que ele fez isso.

Fui até o quarto e me surpreendi ao constatar que nem as sacolas nem a mala estavam fora do lugar. Como o piso é azulejado, nós teríamos ouvido o barulho se Ozzie tivesse arrastado o porta-retratos pelo chão. Em vez disso, ele o pegou com a boca, carregou-o por mais de cinco metros e jogou-o no chão, bem atrás de mim. Não sei como ele fez isso, mas Mara e eu sentimos, com toda a força, que Robert estava conosco, ajudando Ozzie a carregar a fotografia até a sala e deixá-la cair, fazendo um grande barulho. Era a maneira que Robert encontrara de responder à minha pergunta!

*Mara Gober*



A mente instintiva dos animais não é obstruída pelas funções de pensamento lógico e analítico que o cérebro humano possui. Isso os deixa livres para sintonizar-se com comunicações, vibrações e fontes de diversas frequências. Talvez Robert tenha achado mais fácil conectar-se diretamente com Ozzie, que, em seguida, executou a complexa tarefa de localizar a fotografia, levá-la para o outro cômodo e deixá-la cair. Quais são as chances de algo assim acontecer?

Walter Jacobson, um psiquiatra, escreveu em seu blog sobre a experiência vivida por ele quando participava de um treinamento no Instituto Omega. Durante uma das regressões em grupo, Walter viu em sua mente a imagem de mãos em forma de concha. Mas, sendo uma pessoa dominada pelo lado esquerdo do cérebro, ele não conseguiu lembrar-se de nenhuma vida passada, nem de outras imagens, durante os primeiros dias do seminário.

No quarto dia, levei Walter até o palco para demonstrar como fazer uma regressão em uma pessoa com dificuldade para lembrar de suas vidas passadas. As mãos em forma de concha que Walter enxergava foram o meu ponto de

partida para suas vidas passadas. Eu o orientei a olhar para baixo e visualizar os próprios pés. Além de conseguir enxergá-los, com sandálias masculinas de couro, Walter também pôde notar que estava perto de um rio.

Qual era o significado das mãos em concha? No início, achei que ele devia estar interagindo com outras pessoas, mas, ao mergulhar mais profundamente naquela cena, percebemos que seu cachorro agonizante estava no chão, ao lado dele. Walter vinha trazendo água do rio nas mãos em concha e levando-as até a boca do cão que estava fraco demais para beber por si mesmo. O gesto era de incrível compaixão, e todos os participantes do seminário ficaram visivelmente tocados pelo amor profundo entre aquele homem e seu cachorro. Pouco depois o cachorro morreu, e Walter, agora completamente sozinho, foi tomado por grande tristeza. Perguntei o que ele aprendera com aquela vida, e sua resposta foi simples e sincera: “Amor.”

Outros conhecimentos sobre aquela existência foram descobertos por Walter depois da regressão. Ele escreveu: “A lição da minha regressão a uma vida passada não foi apenas de amor, mas também de devoção. A devoção é uma parte muito importante da lição que vim aqui para aprender. Quando cuido do meu cachorro, preciso fazê-lo com devoção, priorizando as suas necessidades. Quando cuido de nossos cavalos, também estou completamente presente, totalmente dedicado e em sintonia. E, sobretudo, preciso me dedicar a servir o próximo, expressando minha compaixão, minha aceitação e meu perdão a todos cujo caminho eu cruzar, sempre reforçando os laços com todos os meus entes queridos.”

Naquela semana, Walter atravessou a livraria do Instituto Omega dando uma olhada nos livros e dirigiu-se para a sala dos fundos. Ao entrar nela, viu uma estátua: uma réplica perfeita das duas mãos em concha que ele vira na regressão. O nome da escultura era *As mãos de Deus*.

Há pouco tempo eu estava lendo o jornal, impressionado e triste com os repetidos relatos de ódio e violência que ocorrem por todo o mundo. As pessoas estão sendo brutalmente atacadas e abandonadas nas ruas. Um adolescente foi morto de forma cruel apenas por causa da cor de sua pele. Para minha surpresa, exatamente abaixo desse último artigo havia uma narrativa sobre dois gatos que encheu meu coração de alegria, porque era uma história maravilhosa de amor e dedicação.

Uma senhora de idade, na Flórida, caíra de amores por dois filhotes de gato da mesma ninhada, aos quais chamou de Jack e Jill.

Tempos depois, ela se mudou para o Maine, mas Jack fugiu pouco antes de

sua partida e ela foi obrigada a ir embora sem levar um dos seus tão amados bichinhos. Uma vizinha achou o gato, mas, ao ligar para a mulher, no Maine, soube que ela tinha morrido e que seus parentes deixaram Jill em um abrigo dois meses antes.

A vizinha ficou preocupada pelo fato de Jill estar sozinha e entrou em contato com os abrigos do Maine para encontrá-la. Depois de muitas preces e de uma busca longa e meticulosa, Jill foi localizada. No entanto, a vizinha não podia pagar os 500 dólares necessários para transportar a gatinha de volta para a Flórida. Ao contar a história para seus colegas de trabalho, eles se uniram para arrecadar o dinheiro. Em pouco tempo, Jill estava de volta, alegremente reunida ao irmão, Jack.

Quando li esse relato, lembrei-me das palavras de Walter, das mãos em concha para matar a sede de seu cão moribundo. Nós, humanos, somos capazes de expressar grande compaixão e dedicação por nossos amados animais de estimação. Empenhar tanta energia e dinheiro para reunir dois gatos é um ato de extrema nobreza e afeto. Além disso, muitas pessoas se uniram para alcançar esse objetivo: não apenas a vizinha determinada, mas também os colegas, seus amigos e familiares juntaram dinheiro para cobrir os custos do transporte. Se as pessoas cuidassem umas das outras com a mesma solidariedade, nossos jornais não teriam tantas atrocidades para contar. Em vez disso, leríamos histórias sobre caridade, bondade e esperança.

As pessoas são capazes de uma maravilhosa dedicação aos seus animais. Muitas me perguntam se podem reencarnar como animais e se já habitamos em corpos de animais antes de habitar nosso corpo humano. Acredito piamente na possibilidade de termos vivido existências sob a forma de animais. Talvez não nos lembremos dessas vidas. Durante as regressões, as lembranças humanas são mais acessíveis e nelas temos mais chances de encontrar a origem de traumas e sintomas. Em meu trabalho com pacientes descobri que, quando nos tornamos humanos, tendemos a permanecer assim. Ainda não encontrei alguém que tenha sido mandado de volta ao reino animal como castigo por ter sido violento ou mau em sua vida humana. Ao contrário, parece haver uma progressão para o nível humano, e é nesse nível, até o presente momento, que nossas lições devem ser aprendidas.



O Instituto Omega é um lugar realmente especial onde coisas surpreendentes e maravilhosas acontecem regularmente. As pessoas encontram quem deveriam encontrar e recebem as mensagens e respostas de que tanto precisam. “Casualidades” milagrosas acontecem a todo momento e sempre parecem corresponder ao que desejávamos e precisávamos. Estive lá quatro anos consecutivos para aprender com Brian e Carole a regredir quantas pessoas conseguisse e para me abrir e acolher as miraculosas sincronicidades que aparecessem em meu caminho.

Em agosto de 2006, antes de ir pela primeira vez para o Omega, eu tinha retornado de uma visita ao meu irmão, no Texas. Enquanto estive lá, aproveitei para ver um amigo, o Dr. Jerry Casebolt. Jerry tem poder de cura, é um xamã, mas também é um quiroprático com grande experiência. As pessoas que vão vê-lo devem estar preparadas para uma forma de tratamento diferente e peculiar. Trabalho corporal com quiropraxia, trabalho com respiração, massagem dos tecidos profundos com shiatsu, algumas técnicas de Rolfing, imagens guiadas, hipnose e histórias relevantes e tocantes que misturam arquétipos, metáforas, simbolismo e alegorias – todas são ferramentas do trabalho de Jerry, e ele as usa de maneira brilhante e integrada.

Naquele verão, quando fui vê-lo, eu tinha rompido o tendão de aquiles, ao cair de uma escada. Nem preciso dizer que sentia muita dor e que minha amplitude de movimentos tinha diminuído. Enquanto trabalhava na minha perna e nas minhas costas, Jerry começou a conversar comigo, como sempre fazia. Primeiro, ele me levou a um relaxamento corporal completo e a uma meditação de cura, na qual visualizei uma luz branca e curativa entrando pelo alto de minha cabeça, passando por todo o meu corpo e saindo pelos pés. Então ele me pediu para visualizar um animal vindo ao meu encontro, trazendo uma mensagem de cura. Logo vi uma imensa coruja macho e contei para ele.

“Ótimo. Esse é o seu animal de poder e ele está aqui para ajudá-lo a curar-se”, afirmou Jerry. “Qual é o nome dele?”

“Seu nome é Guider”, respondi. O que aconteceu em seguida, enquanto Jerry continuava a me massagear, enfiando os polegares e os cotovelos no meu corpo para desmanchar algum nó, foi uma bela visualização de Guider mostrando-me o caminho para uma maior consciência, entendimento, saúde e plenitude. Foi muito bonito, real e poderoso. Chorei.

Algumas semanas depois cheguei ao Instituto Omega tão ansioso para experimentar a mediunidade através da psicometria e conduzir minha primeira regressão que resolvi permanecer no campus depois da aula, conversando com

colegas e fazendo mais regressões, até às 9h30 da noite.

Estava bastante escuro, e eu me sentia exausto e radiante enquanto caminhava até o estacionamento para pegar meu carro e percorrer em vinte minutos a estrada que me levaria ao hotel, na cidade. Eu estava muito agitado devido aos eventos daquele dia, sentindo-me espiritualmente elevado, uma sensação que adorei. Em um campo na frente do refeitório observei uma bela cerimônia. Um grande grupo, de cerca de 150 mulheres, estava em pé, na grama, formando um enorme círculo, todas segurando uma vela. Parei sob uma árvore e fiquei escutando. Elas cantavam em uníssono e assim que cada refrão terminava, duas mulheres entravam no círculo, moviam-se em direções opostas e paravam para abraçar uma das mulheres da roda. As palavras que entoavam eram: “Querida irmã, querida irmã, eu quero lhe dizer, você me amou todos esses anos e eu também amo você.” Só isso – um sentimento simples e belo.

Ao caminhar para o carro, percebi que eu também estava cantando aqueles versos. O simples fato de fazê-lo me fez sentir mais próximo de minhas irmãs e irmãos. Era um refrão poderoso. Ao deixar o campus, passei pelo grande círculo de mulheres, que continuavam com aquela adorável cerimônia. Desacelerei para observá-las mais uma vez e segui pela área de mata. Era uma agradável noite de verão, e minha janela estava aberta. Quando fiz uma curva no final da estrada, cerca de cinco metros adiante, olhando diretamente para mim, estava a maior e mais bela coruja que já vi em toda a minha vida.

“Guider”, sussurrei, admirado pelo tamanho e beleza do animal.

Ela ficou uns dez segundos parada, me observando, e em seguida abriu suas gigantescas asas e voou até um galho de árvore na beira da estrada. Pousado na ponta do galho, o enorme pássaro virou a cabeça e olhou diretamente para mim.

“Aí está você, Guider”, eu disse, enquanto passava lentamente com meu automóvel. Parei a poucos metros da árvore e ficamos nos observando, olho no olho, por alguns segundos.

Guider então abriu suas enormes asas e voou para outro galho, do outro lado da estrada. Acomodado ali, voltou a fixar os belos e brilhantes olhos em mim. Dessa vez, quando eu me aproximei com cuidado daquela ave gigantesca, ela ficou parada, me observando, por um minuto inteiro.

A certeza instintiva de que era Guider me provocou arrepios. Ele viera para me ver e me mostrar o caminho, me transmitir uma mensagem, comunicar alguma sabedoria sagrada. Guider continuou a voar e a pousar em diferentes árvores, sempre em margens opostas da estrada, num total de seis vezes, eu continuando a segui-lo e nós nos olhando nos olhos. A experiência foi mística,

surreal e profundamente tocante.

O farol de um automóvel começou a aparecer no meio da escuridão, atrás de mim, e eu vi que teria de seguir em frente. Como se compreendesse, Guider voou pela última vez, mergulhou perto do meu carro, como se dissesse adeus, e planou para dentro da floresta escura.

Que experiência mágica. Embora pareça, nada acontece por acaso no Omega. A pessoa recebe o que deve receber. Naquele dia eu tinha conduzido a minha primeira regressão, algo que sempre ansiei por aprender. A pessoa que regredi tinha se lembrado de uma vida como uma índia norte-americana. Isso teve um enorme significado pessoal para ela. Os índios sempre souberam a importância da visita de um animal poderoso. E, naquela mesma noite, fui presenteado com uma visita do meu animal. Guider parecia dizer: “Seja bem-vindo. Você encontrou o caminho certo. Agora siga-o, ajudando os outros durante o seu percurso, para o lugar onde encontrará o seu verdadeiro eu.”

Como Brian repetiu várias vezes naquela semana: “Não há casualidades. Estamos todos conectados.”

*Michael Brown*



E, como diria Carole: “Algumas vezes, milagres acontecem.” Se nossos corações e mentes estiverem abertos e forem amorosos, encontraremos o nosso caminho e o nosso verdadeiro eu. Haverá muitos sinais iluminando e confirmando esse caminho.

Também vi aquele grupo de mulheres no campo. Elas costumam usar roupas brancas ou túnicas; com as velas brancas acesas, é uma visão magnífica na escuridão da noite. Sua canção é melodiosa, inspiradora. Ouço as palavras “Você me amou todos esses anos”, e os milhões de anos que conectam todas as nossas existências e encarnações me vêm à mente. Quantos milhares de irmãs temos tido durante todas essas vidas?

Quando Michael começou a cantar aquelas palavras simples de uma canção tão doce, seu coração se abriu ainda mais. Ele sentiu uma conexão com todos os seus irmãos e irmãs, toda a família humana. Naquele estado místico e puro, ele estava pronto para encontrar Guider e receber a confirmação sobre o caminho que escolhera.

Existe uma deusa na mitologia celta que sempre toma a forma de uma grande e sábia coruja. Seus olhos que tudo veem permitem que ela penetre nas infinitas

profundidades do inconsciente humano, da alma. Suas gigantescas asas abertas trazem cura e compaixão a qualquer um que busque orientação enquanto ela voa poderosamente através da noite. Ela habita e comanda um lugar celestial onde as almas esperam pelo renascimento e os poetas aprendem a sabedoria das estrelas. É ela quem decide se uma alma deve receber um novo corpo ou ser enviada a um reino espiritual mais elevado. Símbolo do poder feminino, ela é a divindade do carma, das memórias de vidas passadas, da reencarnação.

Talvez Michael sentisse a presença dela naquele campo onde mulheres, com velas, cantavam os laços ancestrais da fraternidade. Talvez ele tenha sentido isso em Guider, a imensa coruja que cruzou o seu caminho muitas e muitas vezes, ou nas estrelas do céu, naquela doce noite de verão, quando almas que descansam aguardam com ansiedade uma nova vida. “Não existe casualidade”, disse Michael, e ele está certo. Também não existem coincidências. Só existe o universo, que espalha suas asas angelicais de amor e alento sobre os nossos ombros, guiando-nos pelo caminho.

## CAPÍTULO 11

# Direto ao ponto

O trabalho de terapia de regressão, com seus frequentes temas de doenças, perdas, luto e morte, pode nos parecer bastante pesado. O humor nos oferece um equilíbrio. As lições de vida não estão restritas a experiências difíceis; elas também são encontradas em momentos mais leves. Algumas podem até nos parecer tão frívolas que nem lhes damos a atenção que merecem. Mas elas também têm muito a nos ensinar e podem ser terapêuticas em sua essência.

Sério ou bem-humorado, este capítulo ilustra como eventos aparentemente simples podem conter as sementes de profundas verdades e sabedoria. Estas histórias são curtas, mas cheias de significados.



### MAÇÃ DO AMOR

Há pouco tempo participei do seminário do Dr. Weiss no sul da Flórida. Logo no início do evento, ele explicou que autografaria livros no final, mas somente um por pessoa, para não tomar muito tempo, e que, em vez de personalizar cada dedicatória, assinaria “Com amor, Brian Weiss”.

Eu estava sentada na plateia de cerca de 900 pessoas pensando que, durante o intervalo, precisava ligar para meu filho e pedir que ele pegasse a cachorrinha de uma amiga no canil. Eu estava completamente imersa nesse pensamento. Então voltei para ouvir o Dr. Weiss, que estava dizendo: “Por exemplo, se você me pedisse para fazer uma dedicatória para Appolonia...”

O nome da cachorrinha de minha amiga é Appolonia! Eu simplesmente amei.

*Margie Samuels*



Não existem coincidências ou eventos totalmente casuais. Em tudo há um propósito e uma razão, mesmo que não tenhamos consciência disso no momento. O nome “Appolonia” me veio à mente e eu o usei no meu exemplo. Acho que a cachorrinha estava com muita vontade de sair daquele canil. Algo ou alguém imprimiu aquele nome em minha consciência, e ele saiu da minha boca com muita clareza. Como resultado, Appolonia possui mais do que uma dedicatória personalizada em um livro – ela possui uma história inteira.



## CLARIVIDÊNCIA E AIPO

Participei do maravilhoso seminário do Dr. Weiss em Los Angeles há alguns anos. Quando fizemos o exercício de energia, na parte da tarde, meu par foi Lisa, uma mulher que estava sentada na minha frente. Troquei minha aliança pelo relógio dela. Mesmo antes de começar a contagem, tive a visão de um golfinho muito brincalhão e engraçadinho, com a metade do corpo para fora da água. Tentei ignorar a visão, pois achei que viera antes da hora e não seria válida, mas o golfinho não ia embora de jeito nenhum.

Quando ouviu sobre isso, Lisa sorriu.

“É o meu animal predileto!”, ela exclamou.

Fiquei satisfeita e aliviada por ter feito um bom trabalho.

Esprei para ouvir o que ela tinha visto a meu respeito. Lisa me pareceu confusa e, quase se desculpando, disse:

“Antes de começarmos, bem na minha cara, vi um grande, verde e suculento talo de... aipo! Muito grande, mesmo!”

Isso soou engraçado, mas fiquei um pouco decepcionada. Detesto aipo e não conseguia pensar em nenhum significado profundo ou nobre por trás dele.

Ao chegar em casa, meu marido me ofereceu um grande copo de suco gelado. Ele se tornara fanático por sucos, criando as próprias receitas com frutas, verduras e legumes. Comecei a contar a história com Lisa, e, quando mencionei o aipo, meu marido correu até a geladeira e voltou com o maior e mais suculento talo de aipo que eu jamais vira. Naquela mesma tarde, na mesma hora em que eu estava fazendo o exercício de psicometria com Lisa, ele estava comprando os ingredientes no mercado. Não pôde resistir ao aipo, impressionado por sua aparência e tamanho tão incomuns. Estamos casados há 24 anos, e a aliança que entreguei a Lisa tinha o nome dele gravado.

Nunca mais vou enxergar um aipo da mesma forma.

Sophia



A prova de nossa incrível natureza mediúnica e mística nem sempre precisa ser grandiosa e cósmica. Uma magnífica chuva de meteoros ou um eclipse solar têm a mesma importância de um talo de aipo. Só precisamos saber que somos seres espirituais com dons e habilidades intuitivas que vão muito além da nossa compreensão cotidiana. Se aprendemos isso com visões celestiais ou com vegetais terrenos, não faz a menor diferença.

No mundo dos fenômenos mediúnicos, assim como na área da física subatômica, as usuais limitações de espaço e tempo são ultrapassadas. Somos capazes de saber de eventos que estão acontecendo, mesmo que geograficamente distantes. O marido de Sophia estava olhando para o talo de aipo mais ou menos na mesma hora em que Lisa viu o vegetal bem na sua frente em um seminário a quilômetros de distância.

A história de Sophia também enfatiza a evidência de que algumas vezes não reconhecemos a importância de uma visão ou lembrança no momento em que estão acontecendo. Mais tarde, seu significado vem à tona. Sophia ficou decepcionada com a visão de Lisa até ouvir a história do marido e descobrir a conexão com a compra que fizera horas antes.

Mesmo que seja um talo de aipo, o importante é a troca de conhecimento, de lembranças e de experiências através do fluxo de energia. Quando colocamos de lado o véu da nossa mente consciente, permitimos que esse fluxo aconteça. Nós nos tornamos conscientes de que estamos conectados e de que sabemos muito mais do que pensamos uns sobre os outros. É difícil ser preconceituoso ou violento quando podemos enxergar com clareza e sentir os laços energéticos que unem a nós todos.

Em seu livro *As mensagens ocultas na água*, o Dr. Masaru Emoto demonstrou como as palavras também podem transmitir esse fluxo de energia e, assim, influenciar a estrutura molecular da água. Marylyn e sua mãe também testemunharam pessoalmente o poder transformador das palavras e dos livros. Sua história, que vem a seguir, demonstra o que acontece quando lemos com nossos olhos espirituais.



## LENDO NAS ENTRELINHAS

Perto do fim da vida, minha mãe só conseguia ler livros com letras bem grandes. Naquela época, eu estava terminando de ler seu livro *Muitas vidas, muitos mestres*, impresso em letras de tamanho normal. O livro me deixou absolutamente fascinada.

Um dia, estávamos sentadas no sofá e minha mãe tirou o livro das minhas mãos e começou a virar as páginas. Ela nunca fizera isso antes. Como eu sabia que as letras eram pequenas demais para ela, perguntei se gostaria que eu lesse em voz alta.

“Não”, ela respondeu. “Posso ler sozinha.”

Eu sabia que ela não podia, mas fiquei ali, observando-a folhear o livro devagar, olhando cada página com muito cuidado. Quando chegou ao final, ela me devolveu o livro. Seu semblante era de completa paz. Naquele momento, eu soube que ela tinha assimilado o conteúdo do livro apenas virando as páginas. E tive a clara sensação de que ela sabia que eu sabia. Foi um maravilhoso momento de conexão entre nós.

*Marylyn Calabrese*



Existe uma energia nos livros que transcende o que está impresso. Algumas vezes, quando estou autografando, tenho a intenção consciente de colocar minha energia no livro, junto com meu nome. A energia de Marylyn estava no livro, e talvez sua mãe tenha sentido isso.

Fosse qual fosse o mecanismo, uma extraordinária conexão aconteceu.

Amy escreve sobre outro momento de conexão entre um filho e seu pai: desta vez, entre meu filho, Jordan, e o seu próprio filho.



## HERÓIS

Meu irmão, Jordan, nos contou que em uma tarde ensolarada estava dirigindo o carro perto de sua casa, na Filadélfia. Seu filho, Travis, que tinha sete anos naquela época, estava sentado no banco de trás. Eles saíam de um shopping

lotado que só tinha uma pista de saída, com um poste de luz no final. Havia muitos carros, e a fila era lenta e bem longa. Enquanto esperavam, Travis olhou pela janela e viu um homem de pé pedindo dinheiro para uma obra social. Quando perguntou ao pai o que o homem estava fazendo, Jordan olhou o que estava escrito no colete que o homem usava e explicou que o dinheiro era para crianças com câncer.

Travis ouviu e perguntou se poderiam dar um dólar ao sujeito.

“Não sei, Trav”, respondeu Jordan.

A ideia não lhe passara pela cabeça; ele estava, como todos nós, acostumado a ver pessoas pedindo dinheiro para diferentes causas todos os dias – na rua, na televisão, pelo correio – e a doar para alguns, e não para outros, já que os pedidos eram muitos. Um dólar seria de alguma ajuda? Quem pode ter certeza de que o dinheiro vai realmente para aquela causa? Para verificar se tinha uma nota de um dólar, teria de abrir o cinto de segurança, mexer em várias coisas, tirar tudo da carteira, deixando, talvez, moedas caírem no chão. Jordan não achou que todo aquele trabalho valeria a pena. Com tantas pessoas impacientes atrás, qualquer demora causada por uma parada resultaria em gente gritando e buzinando. E, de fato, naquele instante a luz ficou verde e não havia nada mais a ser feito. Por isso, ele murmurou um “Pois é” e seguiu em frente, pensando em outros assuntos.

Quando saíram do estacionamento do shopping e entraram na estrada, onde o trânsito estava engarrafado, Travis disse:

“Mas, papai, nós poderíamos ser heróis.”

E assim, depois da longa espera para entrar na rua em que se encontravam, Jordan não teve outra escolha senão fazer o retorno, voltar ao shopping, entrar de novo no estacionamento, enfrentar tudo outra vez, esperar o sinal abrir e, dessa maneira, dar ao homem algum dinheiro.

Olhando pelo retrovisor, enquanto se distanciava, Jordan viu Travis, animadamente, levantar os pequenos punhos no ar e sussurrar: “Legal!”

*Amy Weiss*



Ser herói não requer ações grandiosas. Simples atos de bondade são suficientes, e os resultados desses atos irradiam por toda a terra e além dela. Caridade e bondade nunca podem ser minimizadas. Tudo é energia, e a energia da solidariedade engloba todas as outras. Uma ressonância é estabelecida, como o soar de um sino, que envia uma tempestade de lindas ondas sonoras para a

atmosfera, ou como uma pedra jogada em um lago, que envia ondas por toda a costa. Atos de bondade provocam ondas que alcançam o universo da alma. E, algumas vezes, as crianças são nossos melhores professores.

A história de Jordan é sobre um momento especial quando estava no carro junto com seu filho, que tinha uma importante lição para lhe ensinar. Ao ouvi-la, lembrei-me de uma experiência semelhante que tive, muitos anos antes, quando Jordan era a criança e eu o pai que o levava no carro. Naquela vez a lição foi para mim. Como adultos, tendemos a esquecer ensinamentos belos e sábios sobre o mundo, mas nossos filhos são muitas vezes o veículo para nos lembrar. Conto essa história em meu livro *A cura através da terapia de vidas passadas*.

Há muitos anos, depois de uma jornada de dez horas atendendo pacientes, eu começara a relaxar, meditando numa poltrona reclinável do meu consultório. Após alguns minutos, já em profundo estado de relaxamento e sem pensamentos específicos, ouvi uma voz estrondosa dentro de minha cabeça. Era como um trompete telepático que sacudiu meu corpo todo.

“Basta amá-lo!”, trovejou a voz. Acordei imediatamente. Sabia que a mensagem dizia respeito a Jordan, meu filho. Na época, ele era um típico adolescente rebelde, mas eu não tinha pensado nele no decorrer do dia. Talvez, no meu inconsciente, estivesse questionando a minha maneira de lidar com ele.

Uma semana depois, bem cedo, eu levava Jordan para a escola. Tentei puxar conversa, mas ele estava monossilábico. Praticamente resmungava.

Eu tinha duas alternativas: ficar irritado ou deixar passar. Lembrei-me da mensagem, “Basta amá-lo”, e escolhi a segunda.

“Jordan, quero que saiba que eu te amo”, eu disse, ao deixá-lo na porta da escola.

Para minha surpresa, ele respondeu:

“Eu também te amo.”

Foi aí que percebi que ele não estava mal-humorado, mas simplesmente com sono. Eu me enganara ao pensar que era raiva. Continuei a dirigir para o hospital, que ficava a uns 45 minutos de viagem.

Enquanto passava por uma igreja, o sol acabava de se elevar acima das árvores e um jardineiro cortava calmamente a grama.

De repente, tive uma sensação de grande paz e alegria. Senti-me absolutamente a salvo e seguro, e o mundo parecia em perfeita ordem. O jardineiro, as árvores, tudo o que eu via era luminoso e brilhante. Eu quase podia enxergar através das coisas, o ar tinha uma qualidade dourada, transparente. Sentia-me ligado a tudo e a todos – ao jardineiro, às árvores, à grama, ao céu, ao esquilo que subia numa árvore. Havia ausência total de medo ou ansiedade. O futuro parecia absolutamente claro... perfeito.

Devo ter parecido muito estranho aos outros motoristas da hora do rush. Senti também uma espécie de amor desprendido e universal por eles. Sempre que um carro me ultrapassava, eu acenava e sorria. Pensei no porquê de as pessoas correrem tanto. O tempo parecia parar e depois desaparecer. Senti-me incrivelmente paciente. Estávamos aqui para aprender e amar, eu podia ver claramente. Nada mais importava de fato.

A luminosidade e a transparência dos objetos continuaram enquanto eu dirigia para o hospital, bem como o estado desprendido de amor, paz e alegria e os sentimentos de paciência, felicidade e conexão com tudo à minha volta.

Este estado continuou quando iniciei meu dia de trabalho. Estava especialmente intuitivo com

meus pacientes aquela manhã, sobretudo com dois novos clientes. Eu via a luz dentro e em volta das pessoas: todo mundo parecia brilhar. Eu podia realmente vivenciar quanto tudo na vida está interligado. Sabia com certeza que não havia razão para ter medo. Tudo formava uma unidade.

A presença de Jordan, naquela manhã, com nossa simples conexão de amor, abriu meu coração, produzindo em mim uma experiência completamente transcendental. Ele já sabia, claramente, como ser um herói.

## CAPÍTULO 12

# Experiências espirituais e místicas

Os fenômenos místicos ou espirituais oferecem às pessoas um vislumbre do outro lado – do mundo “real”. Eles podem ocorrer através da meditação, de preces, do contato com a natureza, de experiências de quase morte e de muitas outras. Ocasionalmente, eles acontecem durante o sono, em sonhos e naquele período de tempo logo antes de adormecer ou de acordar. Esses caminhos que nos trazem momentos tão transcendentais podem funcionar bem para um indivíduo e menos bem para outro. É importante encontrar aquele que funciona para você. O uso de drogas, sejam alucinógenas ou de qualquer outro tipo, pode fornecer um encontro superficial com esses níveis mais elevados, mas não haverá um entendimento completo de sua natureza. Por esse motivo, entre muitos outros, não recomendo o uso de drogas para atingir esses estados.

Os vislumbres que essas experiências sobrenaturais nos permitem obter são de grande valor, pois oferecem um entendimento da verdadeira natureza da mente e do ser. Tais entendimentos mostram que a existência permanece além do corpo, além do cérebro. Eles nos permitem atingir a iluminação. Mostram a beleza e a sabedoria do processo (ou do Tao, ou do fluxo), que está sempre ali, que é sempre certo. Esse processo é guiado, talvez, por uma presença divina, que desce até nós através de um ato de graça para nos conduzir de volta ao nosso destino e nos ajudar com as lições que viemos aqui para aprender. As histórias neste capítulo apresentam uma ampla gama dessas experiências, das mais terrenas às mais claramente sobrenaturais, embora todos os caminhos levem ao mesmo lugar: o reconhecimento da essência de nossa alma, que transforma vidas.

Uma característica dos eventos espirituais ou místicos é uma sensação de unidade com tudo o que existe, de uma energia que conecta tudo. Há um sentimento de eternidade, de infinita paciência. Essa compreensão promove o aumento da capacidade de estender a mão e ajudar o outro, sem esperar nada em troca, e de abordar cada pessoa e cada situação com bondade, compaixão e tolerância. Existe paz. Existem alegria e felicidade. Com frequência, também

existem o aumento da capacidade intuitiva e um conhecimento maior das coisas inalcançável através dos cinco sentidos e que pode incluir habilidades parapsíquicas e de cura. Isso é válido para todas as grandes tradições espirituais.

Entretanto, a característica mais significativa é o amor. É um amor incondicional, em vez de um amor romântico ou específico. A pessoa se dá conta de que esse tipo de amor é perpétuo, eterno, e não está sujeito às leis da natureza humana sobre a Terra. Ele nunca se perde; é uma constante universal. Para ilustrar isso, imagine o amor de uma mãe por seu bebê, ou o amor de uma pessoa por um animal de estimação. O bebê ou o animal não precisam fazer nada para merecer amor e aceitação. O amor está presente, independentemente do que a criança ou o animal façam. É mais profundo do que isso. É total. Não impõe condições. Não conhece limites.

E nós também não.



## A REDE DE INDRA

Uma noite, durante o treinamento profissional do qual participei no Hotel The Crossings, em Austin, no Texas, tive um sonho diferente de tudo o que já vi, antes e depois.

Nesse sonho, eu era um entre milhões de objetos octogonais em forma de disco que viajavam à velocidade da luz, indo e vindo da superfície da Terra a um universo acima dela. Quando saíamos da Terra com informações sobre o planeta, nós nos aproximávamos de uma abertura do tipo vórtice, com a forma de um funil, e, ao sair do outro lado, nos entrelaçávamos e nos juntávamos a outros no que parecia ser uma manta feita de milhões de nós. Então descarregávamos nossas informações e voltávamos para a Terra através do vórtice, fazendo o caminho inverso e obtendo mais informações. Esse padrão repetiu-se incontáveis vezes.

Ao acordar, comecei a fazer movimentos de mão bem específicos que me tinham sido passados no final do sonho como um meio de comunicação com a manta ou rede acima da Terra. Um dos movimentos amarrava o meu conteúdo visual e emocional à rede, outro movimento me desconectava. Tenho usado esses movimentos desde então para me conectar e desconectar com a rede, com o propósito de proporcionar a ela a experiência humana.

Ficou claro para mim que a rede continha, e contém, todo o conhecimento

do universo e que o que eu preciso fornecer é o componente emocional. Por exemplo, se eu tiver um pensamento que considero perturbador, eu me conecto e deixo que a rede sinta essa emoção. Em seguida eu me desconecto.

No início, eu só me conectava a coisas boas, mas logo percebi que a rede não fazia julgamentos e não considerava um pensamento bom ou mal. Assim, comecei e continuo a comunicar qualquer coisa que acho incomum, boa ou má sobre a condição humana.

Preciso acrescentar que trabalho com pessoas com graves distúrbios mentais (em especial, esquizofrênicos), e muito provavelmente eu diria que uma pessoa que relatasse o que acabei de descrever seria psicótica ou delirante. Entretanto, o sonho aconteceu, a informação foi recebida, e, certo ou errado, sinto-me obrigado a agir segundo o que me foi revelado.

Na manhã seguinte, relatei o sonho à minha mulher. Permita-me interromper neste ponto para dizer como eu estava me sentindo com tudo isso. Você já mergulhou na água saltando do alto de uma colina? Na primeira vez que saltei, senti ao mesmo tempo alegria e uma grande impotência por ter tirado os pés do chão. Foi assim que os acontecimentos da semana com o Dr. Weiss me fizeram sentir naquele instante. Eu estava em um trampolim perfeitamente seguro e pulei para cima e para baixo algumas vezes. Entretanto, quando meu corpo saiu do trampolim, não havia mais como voltar. As emoções iam da mais completa fascinação ao pânico total e a tudo o que existe no meio deles.

Naquele dia, eu ia caminhando para os fundos do prédio, quando encontrei Brian e Carole. Ela perguntou sobre a minha experiência e eu a relatei para ambos, achando que eles já deviam ter ouvido algo parecido várias vezes e que o que eu considerava excepcional não tinha qualquer novidade. Mas os dois se interessaram muito, e Brian mencionou ter ouvido algo na história da Índia sobre uma rede acima do mundo. Acabamos por identificar essa rede como a Rede de Indra, e as descrições que li sobre ela na internet são bem semelhantes ao que vivenciei. Brian também comentou que o processo de comunicação com a rede era uma dádiva que eu recebera. Eu não tinha pensado nisso dessa maneira; encarei mais como uma obrigação. Agora percebo que as duas hipóteses se completam e que uma obrigação pode, de fato, ser uma dádiva.

O seminário provocou em mim uma empatia imediata com Brian. Imaginei o que ele deve ter experimentado enquanto mantinha em segredo as informações sobre as regressões nos primeiros anos de sua descoberta. Assim como ele, não falei com muitas pessoas sobre nenhuma das minhas experiências, sobretudo a da rede – até agora, é claro. É interessante observar que as pessoas a quem contei,

em geral, reagiram de uma forma que ultrapassa os limites da religião organizada ocidental, e sou grato a elas por essa abertura. Gostaria de dizer que o seminário e essa experiência me tiraram da zona de acomodação em que eu me encontrava, e sou muito grato por isso. Tenho um longo caminho a percorrer, mas, pelo menos, não tenho mais medo dele.

*Raymond Wilson*



Enquanto avança com rapidez por seu caminho espiritual, Raymond compartilha os detalhes de suas experiências e, dessa maneira, ajuda muitas pessoas a progredir em seus próprios caminhos.

Naquele dia, no Texas, quando Carole e eu estávamos fazendo um intervalo na varanda dos fundos, Raymond apareceu em busca de café. Então ele descreveu com precisão de detalhes a imagem e o conceito da Rede de Indra, sobre a qual nunca ouvira falar. Hesitando um pouco, como se uma parte de sua mente achasse que tudo aquilo era loucura, ele descreveu um conceito de dois mil e quinhentos anos de idade sobre a interpenetração holográfica e a interconexão de todas as coisas e todos os seres. Embora Raymond seja uma pessoa incrivelmente sensata, que tem os pés no chão, o que ele relatou era bem inusitado. Ele não fazia a mínima ideia de que esses conceitos e imagens ancestrais hindus e budistas estavam sendo validados pelas descobertas da moderna Física de Partículas.

A parte mais “estranha” dessa história foi a capacidade de explorar essas imagens antigas com tanta clareza, e a parte *verdadeiramente* estranha foi, provavelmente, o olhar de surpresa no meu rosto quando percebi o que ele estava descrevendo com precisão de detalhes.

No final desse treinamento no Texas registrei algumas das regressões que tinha gravado. Uma delas trazia a lembrança de uma consciência cósmica:

Quando a regressão começou, fui atravessando muitas eras e um número incontável de vidas. Tudo isso se movia à velocidade da luz. Era muito semelhante aos filmes que costumavam exibir no ensino médio, com fotogramas que reluziam à medida que a tira de filme começava a fazer clique, clique, clique em alta velocidade. Outra comparação seria com uma televisão antiga, daquelas em que você ajustava o controle vertical e a tela rolava com rapidez com uma barra entre cada cena. Foi assim que minha regressão aconteceu.

Em minha mente, eu sabia que cada fotograma era uma vida que eu estava revendo. O filme desacelerou e parou em um oceano primordial, com vegetação escura e com aparência de algas

enraizadas no fundo. Eu era uma criatura unicelular, com um único apêndice, como se fosse um fio de cabelo, e estava no caule de uma dessas algas. Pude notar uma luz acima e procurei chegar até ela. Ao atingir a superfície da água, levantei meu apêndice no ar e, naquele momento, eu soube, com toda a certeza, que o que eu fizera era novo e muito importante para o futuro. Eu não sabia especificamente qual a razão dessa importância, mas ela me parecia ligada à evolução, e havia uma sensação clara de nova vida e desenvolvimento. Senti-me seguro e independente e não tinha consciência de outras formas de vida ao meu redor.

No final da regressão, eu soube com certeza que estivera na sopa primordial, antes da vida humana. Ainda não sei como interpretar isso, mas eu sabia que aquilo era importante naquele momento, e ainda penso da mesma forma.

Nossos corpos podem ser limitados pela dimensão física, mas nossas mentes e almas, não. Tanto no sonho quanto na regressão, Raymond permitiu a si mesmo aventurar-se além e acima da Terra. Ao fazê-lo, literalmente alcançou uma perspectiva universal da existência. O mesmo aconteceu a Marcia, a personagem da próxima história. Para curar a sua vida humana, ela precisou revelar suas origens decididamente não humanas.

Nossas almas são tão vastas e ilimitadas quanto as estrelas.



## A PEÇA QUE FALTAVA

Marcia, uma elegante e bonita sul-americana de quase cinquenta anos, apareceu em meu consultório para sua primeira sessão em uma melancólica noite de inverno. Embora gostasse de crianças, Marcia nunca tivera vontade de ser mãe e perguntava a si mesma se isso teria algo a ver com uma vida passada. Ela também costumava ter problemas de digestão, o que não parecia incomodá-la no dia a dia. Já estava se tratando com um médico, mas tinha certa curiosidade em saber se isso também estaria relacionado a existências passadas. Tudo parecia relativamente bem, e eu estava confiante de que, com a hipnose, poderíamos explorar as questões que a levaram a me procurar.

Estávamos prontos para começar, quando Marcia mencionou um sonho que vinha tendo. Nele, ela era um ser de outro mundo, de um lindo planeta com três sóis. Havia sempre alguém que ela deixava para trás, alguém que não podia segui-la; ela nunca conseguia ver quem era e acordava todas as vezes com uma sufocante tristeza. Enquanto falava, Marcia dirigiu seu olhar para o lado de fora da janela, para bem longe, para o nada. Não estava deprimida, mas, à medida que descrevia o sonho, uma tristeza remota e inefável parecia desdobrar-se dentro

dela. Havia um anseio, a saudade de uma casa, ainda mais confusa e pungente porque ela não tinha ideia de onde essa casa ficava. Márcia era bem-sucedida, gostava da vida e tinha um casamento feliz com um marido muito amado. Entretanto, sentia que faltava uma peça-paz. Seria um relacionamento com uma alma gêmea que ela estava começando a reconhecer? A presença dessa alma começava a ser revelada para ela em fragmentos de sonho, mas os fragmentos, como sempre acontece nos sonhos, eram tão nublados e vagos que a deixavam com a sensação de não estar completa. Não lembro agora se ela falou sobre um sentimento de desamparo, ou se era isso o que se via claramente em seus olhos, pela maneira como olhava para algo tão distante do consultório, distante do mundo.

Submeti Marcia a uma regressão, e ela foi com facilidade para uma existência que explicava a sua falta de desejo de ter filhos. Como pareceu que encontrara as respostas que procurava, seguimos em frente. Imediatamente, e sem qualquer intervenção da minha parte, Marcia foi para outra vida. Nela, era um extraterrestre, habitante de um planeta com três sóis. Pedi que olhasse para baixo, para o próprio corpo, mas ela logo me corrigiu: “Corpos não são importantes.” Seu povo fora visitado por um grupo de seres imensamente sábios, seres remotos, de outras terras, completamente devotados à cura. Marcia agarrou-se a eles, assimilando sua sabedoria e conhecimento, e eles lhe ensinaram como curar os outros usando metais. “Eles são tão maiores do que nós. Somos primários, se comparados a eles”, Marcia explicou, referindo-se à profundidade da inteligência e do amor daqueles visitantes. Eles estavam, como ela disse, “trabalhando no que iria se tornar o corpo humano”. Mergulhada no amor e na espiritualidade profundos refletidos nos olhos desses seres, Márcia pensou em deixar o planeta e tornar-se humana. “Meu povo é o último de uma linhagem muito antiga, e somos o único grupo de seres que consegue fazer a transição para humanos”, ela disse. “Os outros são criadores.” Marcia confiava neles e estava sempre pronta para uma aventura, mas amava muito o seu lar e sabia, sem estar consciente de nenhum detalhe, que a peça que faltava em seu sonho era uma parte de sua vida naquele lugar. Ela ficou em êxtase ao sentir aquela presença ao seu redor mais uma vez e ao perceber que naquele momento eles ainda não tinham se separado. Foi algo que ela nunca conseguiu deixar para trás.

De repente, ela ficou desanimada. Um povo guerreiro invadira o seu planeta e aprisionara a essência das pessoas dentro de estátuas e ídolos, assumindo o controle e causando destruição. Resignada e sabendo que agora possuía o

conhecimento da cura, ela disse:

“Tenho que ir para a Terra, preciso ajudar.” Marcia lamentou que a Terra, projeto daqueles curadores com olhos repletos de amor, não fosse do jeito que deveria ser. “Não era para ser assim. É muito, muito diferente do que eu esperava que fosse”, ela comentou.

Perguntei novamente a Marcia sobre a entidade que a visitava em seus sonhos. Dessa vez não houve hesitação.

“Nós somos dois em um. Você pode optar entre constituir um único ser inteiro ou constituir dois em um. Essa escolha é feita apenas para essa experiência – não no sentido humano, mas como um espelho, algo que lhe permita ver o próprio rosto. É parte de mim, mas é separado de mim.” Ela suspirou. “Era a parte mais forte. Eu era mais como a sonhadora.”

*Interessante, pensei. Através de todos os anos-luz e existências, sempre a sonhadora.*

A voz de Marcia estava densa pelo desgosto.

“Tomei a decisão de vir para a Terra somente para ajudar. E agora estou presa. Ficarei para sempre separada dessa parte. Minha parte.”

Essa parte não pôde segui-la para a Terra, e Marcia não podia retornar. A dor de qualquer separação é intensa, mas uma separação eterna parecia insuportável. Eu estava acostumada a trabalhar com clientes que tinham perdido entes queridos por doenças, divórcios ou distância. Por mais difíceis que fossem esses acontecimentos, era possível trabalhá-los. Mas eu não sabia o que fazer em relação ao que Marcia estava vivendo: a separação do próprio eu. Imaginei-a sentada em meu consultório uma hora antes, olhando para longe; agora, o que ela procurava estava dolorosamente claro. Pressionei-a pedindo detalhes sobre aquela parte: haveria algo que ela pudesse fazer nesta vida para ajudá-la a reconectar-se com a outra parte, ou lidar com a separação? “Apenas guardar as lembranças”, ela murmurou, sem acreditar muito no que dizia. Embora desejasse muito ter uma sensação mais nítida sobre o que era aquela outra parte, ela se esquivava de Marcia. Não apenas era impossível vê-la, mas também, sem ela, de acordo com a afirmação de Marcia, ela jamais conseguiria enxergar a si mesma – a própria face.

Detestei encerrar a sessão com uma mensagem tão triste. Por isso, levei Marcia a uma das visualizações curativas de meu pai, na qual ela visitou um templo com cristais. Pensei que isso poderia ajudá-la a livrar-se das emoções geradas pela regressão, além de lhe proporcionar um entendimento sobre seus problemas digestivos, como ela me pedira. Como a meditação que usei não exige

que o paciente fale, instruí Marcia a respirar profundamente e prestar atenção na minha voz. Seu rosto e corpo ficaram visivelmente mais relaxados. Há um momento na meditação em que um professor ou guia vem ao encontro do paciente e o faz visualizar uma grande tela de cinema que ajuda a iluminar algumas das origens de seus problemas físicos. Fiz uma pausa nesse ponto, por alguns instantes, para que Marcia pudesse passar algum tempo olhando para a tela. Embora ela estivesse em silêncio, percebi que se encontrava em um estado profundo, em plena visualização. Ajeitei-me na cadeira e respirei profundamente. Aquele fora um dia longo e exaustivo.

De repente e sem aviso prévio, Marcia teve uma explosão de alegria. Lágrimas rolaram por seu rosto, mas ela ria sem parar. Coloquei-me numa posição mais ereta. O que ocorrera? Relutante em interromper uma experiência tão claramente emocional, esperei que os sentimentos dela se aplacassem, mas eles pareciam intensificar-se cada vez mais. Perguntei o que ela estava vivenciando. Senti que falava não com uma paciente, mas com uma brilhante bola de energia.

Levou alguns instantes para que Marcia pudesse traduzir seus sentimentos em palavras terrenas.

“Meu guia”, ela disse, “ele vai me mostrar! Na tela de cinema!”

“Mostrar a você – as origens de seus sintomas de indigestão?”, indaguei, sem entender por que isso tinha gerado uma reação tão forte nela, mas muito satisfeita em poder participar do que estava acontecendo.

“Não, não.”

Marcia estava literalmente quase pulando de alegria quando levantou o encosto da cadeira reclinável. Era como se uma pessoa completamente diferente estivesse sentada ali, diante de mim. Quando chegara ao meu consultório, ela estava calada, porém satisfeita. Depois, enquanto explorava o significado de tornar-se humano, Marcia mergulhara nas profundezas do luto e da dor existenciais. Mas agora ela irradiava ondas de felicidade, os braços levantados à sua frente, dando a impressão de estar flutuando. Eu nunca vira nada parecido: felicidade, transcendente e pura, pulsando dentro e através dela. Marcia parecia uma criança, ansiosa para saber o que aconteceria em seguida, mas, ao mesmo tempo, era como se estivesse além da forma física, nem criança e nem adulto, simplesmente alma, afetuosa, imensa e sonhada com júbilo pelos seres de belos olhos a quem tanto amava. Marcia levou as mãos ao coração, como se ele fosse grande demais, profundo demais, ilimitado demais naquele momento para estar contido dentro de um mero corpo humano, essa concha minúscula e temporária.

“Ele vai me deixar ver, só esta vez, o meu eu inteiro. Ele vai me mostrar”, ela sussurrou, “a peça que falta.”

Eu não disse mais nada. Era difícil não fazer perguntas sobre o que ela estava descobrindo, mas reconheci que fazê-lo iria apenas satisfazer a minha curiosidade intelectual e interromperia aquela feliz reunião. Para que a cura acontecesse, Marcia não precisava descrever para mim o que estava sucedendo; ela só precisava estar lá, para vivenciá-la. Muitos anos antes, em outro planeta, Marcia perdera uma parte de si. Naquele mesmo dia, no planeta Terra, ela encontrou a sua paz. E era só isso o que importava.

*Amy Weiss*



A vida é muito mais surpreendente e milagrosa do que podemos começar a entender. Novos universos estão, o tempo todo, borbulhando em novas criações. Existem energias e forças muito além de nossa compreensão. É como se estivéssemos tentando ouvir um apito para cães, mas as vibrações do som passassem por nós em silêncio, fora do nosso alcance auditivo. Da mesma forma, há também os domínios não físicos, incontáveis, estendendo-se até o infinito.

Nossas almas podem sondar esses domínios. Nós já vivemos no mundo de três sóis e já fomos os seres sábios. Mas nos esquecemos de nossas origens. Como entender a ausência de tempo, a eternidade? Nossas almas entendem. Falta em todos nós uma peça. Ela nos espera no fim de nossa jornada espiritual. Ela está em casa.

A morte, com frequência, é descrita como uma passagem por uma porta para outra dimensão – uma dimensão mais elevada, com vários níveis – mais brilhante, maior e muito mais vibrante. A consciência se expande e se torna multissensorial. É como se substituíssemos as velhas televisões em preto e branco, com suas limitações, por um aparelho moderno, em alta definição e três dimensões.

Mas a reencarnação não está limitada à Terra. Almas frequentam escolas em todos os universos. Essas almas, em cada universo e em cada dimensão, são as mesmas. Almas são almas. Corpos físicos, entretanto, variam tremendamente, apesar das semelhanças entre as almas que os habitam. Após a morte, quando todas as almas entram naquele estado multinivelado, elas são atraídas para o plano ou vibração que lhes dê mais conforto. É ali que todos nos juntamos outra vez. Um aprendizado avançado acontece. O plano da reencarnação tem início.

É também ali que Marcia poderia, possivelmente, encontrar-se mais uma vez com a entidade de seu sonho. Mesmo se a gravidade cármica puxá-las mais uma vez para mundos diferentes, quando chegar o momento de reencarnar, essa separação será apenas temporária. Quando liberadas do ciclo de renascimentos, elas nunca mais serão separadas, nunca mais serão afastadas pelas forças da encarnação.

Já que fundamentalmente todos são um e todos estão conectados, a separação é apenas uma ilusão. Todas as almas têm origem em uma única fonte indescritível. Mas como é uma ilusão muito antiga e muito forte, se nossa reunião com a nossa mais próxima alma gêmea, nossa outra metade, for temporariamente atrasada, é bom saber que ela é inevitável – e eterna.

Esses seres que se encontram nos estados mais elevados podem aparecer para nós enquanto estamos na forma física? As duas próximas histórias sugerem que podem – e que o fazem.



## ASSISTÊNCIA RODOVIÁRIA

Tudo o que li nos livros e aprendi no seminário de Chicago do Dr. Weiss, em um verão recente, está ajudando a aliviar o meu medo de dirigir. Ainda me sinto melhor quando estou ao volante, porque assumo o controle e sou capaz de tomar as precauções que algumas pessoas consideram excessivas. Para ser honesto, uma vez fui atingido por um caminhão na via expressa, a 120 quilômetros por hora. Por milagre, não morri. Meu carro ficou totalmente destruído, mas eu não sofri um único arranhão. Tenho quase certeza de que “algo” me segurou no assento. Eu me lembro de que, uma fração de segundo depois, pus a cabeça para baixo e disse em voz alta “Isso é grave”, vendo meu corpo ser lançado para a frente e para trás, sem entender como continuava sentado no mesmo lugar. E então tudo acabou e eu estava bem.

Meu carro foi lançado para o outro lado da estrada, em pleno trânsito, e finalmente parou, depois de vários capotamentos. Um homem apareceu na janela e disse “Coloque em ponto morto”, o que eu logo fiz. Ele me empurrou para o acostamento, e um momento depois outros carros passaram correndo por mim na via expressa. Então ele desapareceu. Simplesmente sumiu.

A leitura dos livros do Dr. Weiss me permitiu enxergar aquele incidente de outra maneira – com menos medo, sem dúvida. Saber que tenho uma lição a

aprender nesta existência me ajudou a aceitar mais os “porquês” em minha vida.

*Robin*



A história de Robin me faz lembrar de muitas outras, inclusive o relato de Asia, que vem em seguida, no qual, em condições de extremo perigo, um anjo ou uma figura divina aparece e leva a pessoa para um lugar seguro. Não sei se o “anjo” de Robin era um ser enviado pelo céu, ou apenas um indivíduo comum que veio ajudar outro em perigo. Mas existe mesmo alguma diferença entre um e outro?

O momento de verdadeiro impacto para Robin e Asia ocorre não quando seus veículos foram atingidos, mas quando se viram cara a cara com uma verdade espiritual essencial. Estamos sempre protegidos, sempre cuidados e sempre a salvo do mal. Não precisamos de uma crise para nos darmos conta disso. Muitas vezes, só precisamos de uma história.



## RECONDUZIDA AO AMOR

Crescer em uma família cristã conservadora significava que qualquer crença diferente da dos meus pais era sempre abominada. Detestada. Até um simples pensamento diferente das normas familiares criava um medo palpável dentro de mim. Como a mais nova e única menina da família, eu sabia e experimentava coisas que não se encaixavam na fé cristã de meus pais. Aos três anos, eu tinha prazer em me comunicar com anjos, animais e guias espirituais. Ampliando ainda mais o vão entre o meu mundo espiritual e a herança cristã de meus pais estava a minha forte impressão da existência de vidas passadas. Bem cedo, eu olhava para as pessoas e via seus rostos mudarem, algumas vezes de tal forma que eu tinha dificuldade em reconhecê-las. Na época, eu não entendia esse estranho fenômeno e achava que devia ser algo ruim ou “pecaminoso”, pois ninguém mais parecia ter a mesma experiência. Talvez houvesse algo errado em mim. Com medo de ser algum problema, desejei com muita força saber a verdade, mas não consegui respostas até muitos anos depois, durante um acidente de carro quase fatal.

No inverno de 1987, quando eu tinha 23 anos, um caminhão bateu em minha van, prendendo meu corpo dentro dela. Chamas ardentes se levantaram imediatamente. Em pânico, forcei cada uma das portas, mas todas estavam retorcidas e era impossível abri-las. Eu estava sufocando, quase desmaiando, quando meu anjo da guarda apareceu. Cabelos castanhos e ondulados moldavam seu rosto, e sua pele era macia e delicada, assim como as vestes que flutuavam ao seu redor. Milagrosamente, ele me guiou por uma janela parcialmente aberta para fora, através das chamas. Sobrevivi – quase. Com 72 por cento do corpo queimado, além das “múltiplas complicações”, fui colocada por dois meses na UTI, na lista dos pacientes em estado mais crítico. Cada respiração poderia ser a última.

De repente, o alarme do meu respirador disparou, e inúmeras enfermeiras e médicos correram para me ajudar.

“Código azul!”, eles gritavam freneticamente.

Eu estava morrendo. Meu corpo espiritual flutuou e atravessou uma porta que levava a um amplo céu estrelado. Ali, uma mulher e dois homens que se autodenominavam Mestres vieram me saudar. Vestidos em confortáveis roupas de tons claros, eles transmitiam sabedoria e bondade. Disseram que sabiam tudo a meu respeito e, como representantes de Deus, estavam ali para ensinar-me e guiar-me de volta ao Amor.

“Sua infância espiritualmente conectada foi esquecida e os seus anos como adulto têm sido marcados pelo medo”, disse o Mestre mais velho. Balancei a cabeça, concordando.

“Nós vamos lhe ensinar a reconquistar a unidade. Vamos lhe mostrar suas outras existências, para ajudá-la.”

“Quando o senhor diz ‘outras existências’, está se referindo a vidas passadas? Fui educada na fé cristã”, eu disse, hesitante. “Meu pastor afirma que só existe uma vida e, depois, céu ou inferno.”

“Isso não é verdade.”

Sorri, enquanto um profundo entendimento começou a tomar conta de mim.

“É por isso que eu via o rosto das pessoas mudar e, algumas vezes, cenas inteiras acontecerem ao redor delas? Essas cenas eram vidas passadas?”

“Sim”, respondeu a mulher.

“Não era imaginação minha?” Suspirei aliviada. *Não há nada de errado comigo e não sou louca!*

Naquele momento olhei despreocupada para o meu corpo queimado e sem vida sobre a cama do hospital. Os médicos e enfermeiras continuavam suas

tentativas de ressuscitar-me. Somente alguns minutos tinham passado, mas eu sentia como se fossem horas. Voltei minha atenção para os Mestres.

“É hora de começar a sua lição”, eles disseram. “Daqui a pouco você verá e sentirá como vidas semelhantes – uma vivida no medo e uma vivida no amor – influenciaram profundamente você e todos aqueles com quem teve contato. Essa experiência vai guiá-la para que deixe o medo de lado e escolha o amor, transformando, dessa maneira, toda a sua vida.”

O mestre levantou a mão em forma de arco e fui cercada por várias telas holográficas.

“Está pronta para ver suas outras vidas?”, ele indagou.

Um homem apareceu na tela, movendo, com dificuldade, sacas de grãos, em uma gigantesca galeria subterrânea. Enquanto contava as sacas, seu longo manto arrastava-se pelo chão sujo. Ele apertava os lábios à medida que escrevia um número em cada saca.

“Não tem o suficiente”, ele disse, balançando a cabeça de um lado para outro e batendo os punhos na mesa próxima.

Logo depois a porta se abriu e uma mulher jovem, com os cabelos presos por um pano, caiu aos pés dele. Com as mãos apertadas uma contra a outra, ela implorava:

“Minha família está morrendo de fome! Por favor, ajude-nos. O senhor é a nossa última esperança.”

Chorando, ela levantou as mãos no ar e seus olhos procuraram alguma reação de bondade no rosto dele.

“Não tenho nada para você. Vá embora!”, disse o homem, que se levantou e jogou o manto para trás. A beirada áspera do tecido bateu com força no chão, lançando poeira no rosto da mulher.

“Não, o senhor não entendeu. Nós vamos morrer sem os seus grãos”, ela implorou. A mulher agarrou a bainha da vestimenta dele.

“Saia daqui!”, gritou ele, empurrando-a contra a parede.

Ela saiu aos tropeços pela porta ao encontro da família que esperava do lado de fora. Seu filhinho correu e a abraçou pela cintura, mas ela o jogou ao chão, soluçando e pedindo que ele parasse.

As telas foram levantadas. Sentindo-me tonta de ódio, eu disse:

“Que homem horroroso! Como ele pôde me tratar daquela maneira?”

Os três Mestres me olharam com um sorriso gentil e responderam:

“Você era o homem.”

A intensa sensação de uma haste de aço em brasas perfurou meu estômago.

Tentei engolir.

“Bem, não havia nenhuma comida para ela. Eu devo ter precisado dos grãos para dar a outra pessoa, ou para replantar para a próxima colheita, ou...” Defensivamente, continuei a murmurar, até que gritei: “Eu tinha de dizer não!”

Com benevolência, eles afirmaram:

“Não é o fato de você ter dito não, mas porque disse com o coração fechado.”

“Oh.” Meus ombros caíram. “Acho que eu não sei dizer não de forma afetuosa.”

“Na verdade, você sabe. Vamos assistir a uma cena semelhante de outra vida, na qual você disse não, mas com bondade no coração.”

Tremendo, voltei-me para as telas, onde vi outra mulher jovem, com cabelos até a cintura. Quando entrou na sala onde um homem estava sentado com sacas de grãos, ela gritou:

“Minha família não tem o que comer. Imploro pela sua ajuda!”

Curvando-se aos pés do homem, ela levantou as mãos na direção do rosto dele.

Ele se abaixou e segurou as mãos dela.

“Não, eu sinto muito”, ele disse. “Não tenho grãos para dar a você e sua família.”

Com delicadeza, ele a ajudou a se levantar e levou-a até a porta. Lá fora, o menino correu para ela, e ela o abraçou.

As telas desapareceram, e eu disse:

“É possível dizer não com o coração aberto.”

“As circunstâncias externas não precisam conduzir seu coração. Em vez disso, permita que ele seja o guia em todas as circunstâncias.”

“Vejo que, quando vivi como um homem cruel, criei uma onda de medo na mulher, e ela a transmitiu à família. Entretanto, quando dei amor à outra mulher, ela o passou para o filho.”

“Exatamente. Estamos todos conectados. O bem-estar de uma pessoa está entrelaçado ao de todas as coisas. Se oferecemos amor ou medo, todos e tudo são afetados.” Eles disseram ainda que “nós gostaríamos que você compartilhasse com os outros o que aprendeu aqui. Eles não precisam ter uma experiência de quase-morte ou mesmo morrer para receber cura para a vida espiritual. Ela está ao alcance de qualquer um que a deseje ou que peça por ela. Com orientação, qualquer um pode ver e sentir suas próprias vidas passadas e aprender com elas”.

Os Mestres disseram que voltariam para me ensinar mais, porém era hora de eu retornar ao meu corpo. Os médicos me reviveram. Senti peso e dor, como se

estivesse usando uma roupa molhada de água fervente prendendo o meu corpo frágil.

As semanas foram passando, e os Mestres continuaram a me visitar e a me guiar. Eles me ajudaram a encontrar perseverança para alcançar a completa recuperação.

Esses ensinamentos espirituais tornaram-se uma âncora em minha vida. Os Mestres me mostraram como todos nós somos capazes de nos unir ao divino e reparar o que nos parece destruído. Não precisamos de uma experiência de quase morte para que nossa verdade nos seja revelada. Tudo de que precisamos é encontrar uma forma de liberar nossos medos e abrir nossos corações. Para mim, foi preciso um dramático grito de alerta. Para você, talvez essas mensagens que recebi dos mestres sejam suficientes.

*Asia Voight*



Muitas pessoas que passam pela experiência de quase morte tornam-se mais intuitivas, têm sonhos mediúnicos e, com frequência, perdem o medo do que acontece após a morte. Elas já sabem.

A grande maioria de nós não terá uma experiência de quase morte, mas somos capazes de aprender as mesmas lições, como Asia salientou. Podemos fazê-lo através da meditação, através de práticas de contemplação espiritual e através da regressão a vidas passadas. Os métodos podem ser mais lentos ou diferentes, mas os resultados são os mesmos. Enxergamos e sentimos a interconexão entre todos os seres e todas as coisas. Compreendemos a necessidade de dar e receber amor e, nesse processo, abandonamos dúvidas e medos. Ao perceber a nossa verdadeira natureza como seres eternos, podemos reduzir ou até eliminar o medo da morte e de morrer.

Entre os belos e sábios pensamentos e ensinamentos da história de Asia, uma citação dos Mestres logo chamou minha atenção: “As circunstâncias externas não precisam conduzir seu coração. Em vez disso, permita que seu coração seja o guia em todas as circunstâncias.” Isso é muito verdadeiro.

Há mais de 1.300 anos, o filósofo chinês Huineng escreveu: “Quando estivermos livres do apego a todos os objetos externos, a mente ficará em paz. Nossa essência mental é intrinsecamente pura, e o motivo pelo qual ficamos perturbados é que nos deixamos levar pelas circunstâncias em que nos encontramos. Aquele que é capaz de deixar a mente tranquila,

independentemente das circunstâncias, alcançou a iluminação.”

Nossos corações e nossas mentes podem transformar todas as circunstâncias exteriores trazendo amor e paz, mesmo nos tempos mais difíceis. O medo corrói nosso aparelho digestivo, nosso sistema imunológico, nossa saúde. Mas o que sustenta o medo é nossa dependência das coisas, das pessoas e das circunstâncias externas. Quando ficarmos felizes com nosso estado interior de amor, bondade e serenidade, que não é afetado pelas opiniões e comportamentos dos outros, ou pela falsa segurança que nos dão nossas posses, estaremos em paz.

Como na história de Asia, o relato de Michael, que vem a seguir, lança uma luz sobre as experiências de quase morte e de pós-morte. Suas visões e emoções após deixar o corpo físico em uma vida passada coincidem com inúmeras outras histórias semelhantes. Elas nos falam de um esplêndido reconhecimento de si mesmo como um ser espiritual em uma jornada que vai muito além da existência do corpo humano. Mergulhado nos horrores de uma guerra remota, Michael descobriu sua mais pura essência. Ele descobriu a paz.



## CAVALEIROS DA LUZ

Como trabalho com regressões e aconselhamento espiritual há sete anos, além de vinte anos como psicoterapeuta e conselheiro em crises, já conduzi centenas de pessoas a suas vidas passadas. Muitas sessões foram profundamente comoventes e curativas. Mas a minha favorita foi aquela na qual eu era o paciente e o facilitador era o Dr. Brian Weiss. Eu não pedira para ter essa experiência, e, quando o Dr. Weiss a ofereceu, foi uma maravilhosa surpresa. O fato de ser em um palco, diante de tantas pessoas, era um pouco intimidador, mas eu jamais perderia aquela oportunidade. Brian e eu tínhamos conversado particularmente algumas vezes sobre o nosso trabalho. Eu não falo muito a respeito do assunto, mas ele sabia que eu vinha sofrendo de uma dor crônica nas costas.

Era a primeira vez que eu me submetia à regressão. Sentia-me ao mesmo tempo empolgado e preocupado. Achei que haveria dificuldade em me induzir a um transe. Além disso, sabia aonde Brian tentaria me levar e com que palavras o faria. Quando pisei no palco, sussurrei aos ouvidos de Brian:

“Por favor, não fique desanimado se não conseguir me fazer regredir. Se não funcionar, terá sido por minha culpa, e não sua.”

Brian me olhou bem nos olhos e com seu jeito suave e tranquilo disse:

“Vamos ver o que acontece.”

Ele começou a conversar comigo, como se estivéssemos sentados no banco de uma praça. Eu pensei: *Quando ele vai me hipnotizar?* O que ele disse foi inesperado:

“Conte-me algumas coisas sobre a sua infância. Como foi?”

Sentado ao lado dele, no palco, com os olhos quase fechados, uma maravilhosa lembrança me veio à mente, algo de que eu me esquecera completamente. Apenas conversando, Brian conseguiu me transportar a uma lembrança linda e bem clara da minha infância.

Depois, enquanto ele me levava até uma vida passada, percebi como a sala ficou silenciosa. Comecei a sentir uma enorme onda de calor vinda da plateia muda e fluindo em minha direção. Havia uma intensa sensação de prece e afeto no ambiente, enquanto eu procurava em todas as direções (de olhos fechados) uma imagem. Uma expectativa palpável parecia estar surgindo. Segundos transformaram-se em minutos, enquanto eu continuava em busca de uma imagem, sentindo que as pessoas estavam ali, ao meu lado, desejando que eu conseguisse uma experiência, orando para que as imagens aparecessem. Quando eu estava prestes a dizer “Sinto muito, Brian, mas não vejo nada”, enxerguei o rosto sujo de um menino, com idade entre 12 e 14 anos. Logo percebi – por algum motivo eu soube – que eu era aquele menino. Eu me encontrava de pé, no meio de uma floresta, conversando com um cavaleiro. Colocava rédeas e uma sela no cavalo dele. A armadura do cavaleiro estava no chão, perto de mim. Ao lado da armadura, vi uma pequena escada de três degraus, com um cabresto preso a eles, na parte de trás. Esses degraus podiam ser levados nas costas de uma pessoa como uma pequena mochila.

O calor da plateia tornava-se cada vez mais intenso, e o silêncio na sala era ensurdecedor.

“É na Idade Média”, eu disse finalmente, e pude ouvir um grande suspiro coletivo de alívio. As pessoas estavam tentando nos ajudar com suas preces de cura e perceberam que eu tinha conseguido. Pude me ver com clareza em uma vida havia muitos anos.

“Sou um jovem pajem”, expliquei. “Estou usando sandálias toscas, feitas de corda, com couro na sola. Meu cabelo é liso, castanho-escuro, e parece que alguém colocou uma tigela na minha cabeça e o cortou ao redor. Meu rosto está sujo e estou usando o que parece ser um saco de batatas feito de aniagem, com buracos para enfiar os braços e pernas. Tenho uma corda amarrada na cintura. Fora da floresta, à esquerda, há um campo aberto enorme, onde vejo homens

reunidos. Há cavaleiros montados em seus cavalos e muitos outros caminhando, com inúmeras armas e escudos. Alguns tinham apenas grandes machados, além de clavas grosseiras. Outros carregavam espadas e facas. E ainda havia os que levavam arcos compridos. Estavam todos juntos, conversando, naquele campo. Milhares de outros chegavam de todas as direções. Na colina, à nossa direita, havia um gigantesco e belo castelo com torres altas.

O cavaleiro e eu adentramos alguns metros na floresta. Eu acabara de botar as rédeas e a sela no cavalo e estava no degrau mais alto, colocando uma malha metálica na parte superior do corpo do cavaleiro. Meus olhos estavam marejados e eu me ouvia começando a falar.

‘Eles dizem que o senhor não vai voltar, que vai morrer.’

‘Quem disse isso?’, indagou o cavaleiro.

‘Todo mundo. Dizem que o exército contra o qual o senhor vai lutar é dez vezes maior do que o seu e que o senhor e a maioria dos outros vão morrer.’

O cavaleiro olhou diretamente em meus olhos e respondeu:

‘Não tenha medo, pois morrer é fácil; viver é que é difícil. Morrer heroicamente no campo de batalha, com meus companheiros, é uma honra e um destino que todos sabemos que nos espera. Não tenho medo, pois sei que nossas almas permanecerão e subirão aos céus quando nossos corpos morrerem. Nós nunca morremos de verdade.’

Nesse momento, eu já estava chorando em silêncio e comecei a passar a armadura sobre a cabeça dele. As lágrimas corriam pelo meu rosto.

‘Não vá. O senhor não precisa ir’, sussurrei.

Ainda chorando, comecei a colocar o elmo sobre a cabeça do cavaleiro. Posicionei a escadinha ao lado do cavalo, e ele, com cuidado, montou-o. Girando a perna sobre a sela, olhou-me nos olhos:

‘Lembre-se do que eu lhe disse. Se eu não voltar, vamos nos reencontrar no paraíso.’

Em seguida, virou o cavalo na direção do campo cada vez mais repleto de homens e saiu da escuridão da floresta para encontrá-los.

Brian me levou adiante no tempo e vi quatro homens entrando a pé no pátio do castelo, carregando um cavaleiro deitado de costas sobre o próprio escudo. Eu não queria acreditar, mas sabia que era ele. Comecei a correr, seguindo os homens para dentro do castelo, e cheguei quando o corpo do cavaleiro estava sendo depositado no chão. Removeram o seu elmo e os homens retiraram do cinto que ele trazia uma pequena algibeira de couro. Eles a abriram e pegaram um pedaço de papel grosseiro onde estava escrita uma pequena mensagem. O

que eles leram em voz alta me deixou feliz e triste ao mesmo tempo: “Para aquele que encontrar essa mensagem: meu último desejo é que meu cavalo, minha espada e minha armadura, além de todos os meus bens pessoais, sejam entregues ao meu pajem.” É claro, era eu. Fiquei triste por saber que não iria vê-lo outra vez naquela vida e fiquei grato por tudo o que ele fizera por mim. Mas também comecei a perceber, ali e naquele lugar, que eu poderia estar olhando para o meu próprio futuro. *Sim, cavaleiros lutam e cavaleiros morrem*, pensei. Eu chorava abertamente enquanto os homens me entregaram a espada e começaram a tirar a armadura do corpo dele para me dar. Não havia nenhum sentimento de comemoração. Eu tinha perdido meu querido amigo e estava sendo tomado por um senso de dever, um dever que eu não sabia se poderia cumprir.

Avançando no tempo para saber mais da minha vida como pajem, eu me vi no pátio do castelo, agora mais alto e um pouco mais velho. Eu usava uma camisa longa e simples, sem nenhuma armadura. Lutava com um homem muito maior e mais forte do que eu, ambos com grandes espadas de madeira. Eu tentava bloquear seus golpes insistentes sem nenhum sucesso. A cada três ou quatro golpes, o homem me atingia ou enfiava a espada de madeira em meu corpo, gritando: “Morto! Você está morto!” Era uma aula de humildade e paciência. Parecia fácil para ele continuar a me “matar” repetidas vezes com diferentes ataques e golpes. As imagens começaram a mudar rapidamente, e eu fiquei mais alto, mais encorpado, e outros homens continuaram a treinar-me para lutar.

Brian conduziu-me adiante no tempo mais uma vez, e agora eu era um adulto, um homem bonito, de vinte e poucos anos, usando uma malha metálica. A armadura agora me servia com perfeição. Fiquei dentro do pátio do castelo e um pajem se colocou diante de mim, deslizando a armadura sobre minha cabeça e o lado superior do corpo. Com lágrimas nos olhos, ele implorava para que eu não fosse, da mesma maneira que eu fizera quando também era um pajem, e eu repeti as mesmas palavras que ouvira tantos anos antes.

Logo me vi em uma campina ampla e aberta, no meio de uma gigantesca batalha. O terreno era plano e empoeirado, eu estava em meu cavalo, e ali, diante de mim, em seu próprio cavalo, havia um grande e poderoso cavaleiro, muito maior do que eu. Era muito experiente e me golpeava incansavelmente com uma espada enorme e pesada. A luta vinha de todo lugar, de todos os lados: o barulho de metal contra metal, os bramidos assustados de homens e cavalos, a poeira continuando a subir. A cada golpe daquele homem, eu me sentia mais fraco. Naquele instante, à minha esquerda, vi um homem alto aproximando-se por trás,

a pé. Só tive tempo de vê-lo levantar a espada para me atingir. Com um movimento rápido e cortante, girei a minha espada na direção dele. O golpe arrancou seu ombro e seu braço esquerdo, e ele caiu de costas no chão.

Foi então que algo surpreendente aconteceu. O homem cujo ombro esquerdo eu tinha amputado levantou-se e aproximou-se de mim pelas costas, cambaleando. Com a última gota de energia que conseguiu reunir, enfiou a ponta da espada no centro da minha espinha, sob a curvatura traseira da armadura. Jogou todo o seu peso sobre a espada, perfurando meu corpo e causando uma sensação de queimação. Mortalmente ferido, eu me vi deitado na poeira, a ponta da espada saindo pelo meu abdômen. Ali, a poucos metros de mim, no chão, estava o homem que eu acabara de matar – e que também me matara. A loucura da guerra podia ser ouvida por toda parte. Muitos homens gritavam, pedindo por suas mães e mulheres, praguejando, gritando, chorando. “Por favor, me mate. Por favor, me mate, eu imploro.” Curiosamente, eu não sentia qualquer dor ou medo, apenas uma calma suave tomando conta de todo o meu corpo. Olhei para o homem que estava morrendo no chão logo à minha frente. Ele estava em silêncio, olhando para mim enquanto eu olhava para ele. Trocamos esse último olhar em silêncio, sabendo que cada um seria a última pessoa que o outro veria naquela vida.

E então tomei consciência de uma agitação sutil dentro de mim e experimentei uma sensação estranha, mas agradável. Eu tinha fechado os olhos e estava deslizando, flutuando para fora e para cima de mim, sentindo-me totalmente leve. Olhei para mim mesmo lá embaixo – não para o corpo estendido no chão, mas para o que se levantou dele, que, de alguma forma, podia olhar para baixo e ver o antigo eu, minha concha. Eu brilhava intensamente com uma luz branca tão forte e poderosa que era difícil fixar os olhos nela. Eu me encontrava a apenas um metro e meio acima de mim e olhei para onde meu adversário estava estendido. Ele também se tornara um cone branco e luminoso, pairando acima do próprio corpo.

Feliz, expliquei a Brian que meu adversário e eu éramos agora dois cones.

“Cones?”, ele perguntou.

“Isso mesmo, nós parecemos duas luzes brancas em forma de cone.” Ambos começamos a nos elevar lentamente por cima do campo, e pude ver milhares de homens ainda lutando numa batalha que tinha se estendido por quase 800 metros em cada direção.

À medida que subíamos, comecei a testemunhar algo extremamente emocionante e inacreditável. Em volta e através do campo de batalha havia

incontáveis cones brilhantes subindo lentamente, levantando-se da poeira e de todas as áreas onde havia combates. Estávamos todos ascendendo, nos afastando cada vez mais do conflito logo abaixo, nossas almas se entrelaçando no ar em um movimento de extrema beleza. Era um contraste assombroso com o horror e o caos da guerra que se desenrolava abaixo de nós.

“Existem luzes maiores e mais brilhantes do que as outras?”, Brian quis saber.

“Não. Somos todos iguais.”

“Alguma luz descendo?”, ele perguntou. Pude sentir a fascinação de Brian, seu enorme interesse pelo o que eu estava vendo.

“Não. Somos todos iguais e estamos todos subindo”, respondi. “Há algo que parece um funil gigante, que se formou no centro de uma grande nuvem, e todos nós estamos flutuando em direção ao seu centro. Eu me sinto maravilhosamente bem, já que estou nadando em um oceano de amor. Nunca me senti tão bem. Nenhuma dor. Sinto-me melhor do que jamais me senti em meu corpo – totalmente desvinculado dele, livre dele. Sem dor, sem preocupações, somente uma grande paz e bem-aventurança.”

“Quantas outras luzes estão subindo com você?”

“Centenas”, sussurrei. “Há centenas de cones acima de nós e outras centenas vindo de baixo.”

Senti que estávamos todos começando a flutuar dentro do funil e descrevi como era.

“O fim do funil é amplo, mas há um túnel mais estreito e luminoso unido a ele, na entrada, onde se vê uma luz branca e de enorme força. São cerca de 30 cones comigo, e fazemos parte da luz do túnel.”

Eu estava assombrado. Mais tarde mostraram-me uma fotografia, tirada por alguém da plateia naquele momento. Eu estava olhando para o alto, a cabeça virada para trás, e minha expressão era exatamente essa: a de quem está tomado por um assombro total e revelador.

“Chegamos a um grande salão. É branco e tem um brilho extraordinário, mas é ilimitado – não possui paredes. Inúmeros cones brancos, luminosos, estão flutuando, pairando por todo lado. Há uma imensa paz, assim como a sensação do enorme e ilimitado amor que nos cerca. Dois homens sábios, com vestes brancas e longas barbas, aproximam-se de alguns e vão com eles, um grupo de cerca de 30 cones que ficam cada vez menores, e desaparecem à direita. Onde será que eles vão?”

“Eles vêm buscar você?”, Brian perguntou.

“Ainda não, mas me sinto calmo e paciente. Há tantos de nós. É muito

tranquilo aqui, e sei que eles virão me buscar quando chegar a minha vez”, respondi.

Enquanto esperávamos, Brian perguntou:

“O que você aprendeu com essa vida?”

“Que fazer a guerra e matar é loucura. Que ninguém vence e todos, em ambos os lados, todos perdem. Cada vez que um homem cai no campo de batalha, a desgraça toma conta de sua família e de seus entes queridos, que choram e sofrem profundamente. Os homens que morrem não precisam ser lamentados. Eles estão vivenciando o amor puro e o júbilo ao voltar para o seu lugar de descanso. Mas o luto, a dor e a profundidade da tristeza que sua morte causa nos seus entes queridos e em tantos outros são incalculáveis. Cada vez que um homem cai, alguém em casa perde um filho, um irmão, um marido, um pai, um tio, um sobrinho, um amigo. Seu luto e sua dor são profundos e deixam um vazio que jamais será preenchido – até nos reencontrarmos no paraíso. Então, eles se livram do fardo da dor, que jamais os abandonou por completo, e podem ver e abraçar seus entes queridos que partiram antes deles, na paz e na serenidade do lugar de descanso. O amor é o fio constante e mais importante que percorre a tapeçaria de todas as nossas vidas. É ele que faz com que viver seja sagrado e especial. Compartilhar o amor e ser amado – nada pode ser, nem de longe, tão importante.”

Fui conduzido a sair do transe, abri os olhos e observei a plateia. Muitos choravam e sorriam ao mesmo tempo. Essas, pensei, são lágrimas de alegria. Assim como eu, eles estavam felizes e gratos pelo que acabavam de testemunhar. Eu nunca teria imaginado que tamanho júbilo e graça divina estariam em meu caminho.

Brian me perguntou se a área onde eu sentia dores nas costas era a mesma onde eu fora golpeado. Respondi que era exatamente aquele lugar. Desde então tive uma notável redução da dor. Quase um terço se foi completamente, e agora tenho esperanças de que mais uma parte retroceda com o passar do tempo.

Ver e vivenciar com clareza sua vida e morte há cerca de 500 anos é uma experiência das mais impressionantes. Você muda. Os olhos se abrem para a verdade do que somos. Passamos por uma metamorfose universal, muitas e muitas vezes, até aprendermos as nossas lições aqui na Terra. Quando “morremos”, a lagarta se transforma em borboleta e nós saímos de nosso corpo e voltamos para os nossos entes queridos e para o lugar de descanso que nos cabe no paraíso.

*Michael Brown*



A descrição de Michael do funil em que as almas dos cavaleiros entravam, o túnel conectado a ele e a multidão de centenas de cones de luz é maravilhosamente semelhante às imagens de Raymond na primeira história deste capítulo: “... nos aproximávamos de uma abertura do tipo vórtice, com a forma de um funil, e, ao sair do outro lado, nos entrelaçávamos e nos juntávamos a outros no que parecia ser uma manta feita de milhões de nós.” E, é claro, a descrição de Raymond ilustra magnificamente um conceito que existe desde o século II. Vozes de todo o mundo e de todas as eras nos falam repetidas vezes sobre a imortalidade do espírito, que contraria a nossa mortalidade física.

Nós somos a luz, não as sombras. Para entender isso, pense no sol. Nós somos tão poderosos e resplandecentes quanto essa gloriosa estrela. Aqui, em nossos corpos físicos, nós nos esquecemos de que *somos* a luz – o sol – e acreditamos que somos apenas seus reflexos, as sombras que ele cria. Nós somos os primorosos seres de luz pura e brilhante nadando em um mar de júbilo. Reconhecer que somos luz é algo, literalmente, iluminado.

Quando deixamos o corpo, tudo fica claro. Somos invadidos por uma absoluta e constante paz sem as aflições das emoções temporárias de medo e desespero. Não há dor, apenas uma sensação de bem-estar. E quando os brilhantes e sábios homens velhos, em suas vestimentas brancas, aparecem para nos levar para casa, onde, com alegria, nos reunimos aos nossos entes queridos, nós finalmente alcançamos a cura completa. Recuperamos a nossa inteireza.

Essa paz não precisa ser obtida apenas quando abandonamos nossos corpos e deixamos a Terra para trás. A Terra também precisa disso. A paz deve ser encontrada dentro de nós e por todo mundo, não apenas no nível individual, mas também no global. E se finalmente decidíssemos parar de fazer guerras? E se nossos países cooperassem uns com os outros, em vez de competir? E se, como sugere a história seguinte, contada por Bethany, nossas estruturas e sistemas políticos tivessem como base e motivação o amor, e não o poder?

Não há nada mais poderoso do que o amor.



## CARMA GLOBAL

Durante a meditação no seu curso de julho de 2010 sintonizei uma pequena

mensagem sobre os líderes mundiais e o carma coletivo.

No mundo espiritual existe um plano separado para governantes, onde grandes mentes podem entrar e negociar com líderes mundiais que já morreram. Eles são capazes de mudar a situação na Terra para sempre, mas só têm permissão de fazer mudanças que venham do coração. De certa maneira, eles podem criar a mais gloriosa mudança de pensamento.

Esses líderes mundiais têm a possibilidade de conversar e trabalhar para um resultado de paz que não se baseia no poder, mas no amor, no equilíbrio e na reparação de erros.

Todos os líderes têm seus guias, mas raramente os ouvem. Entretanto, isso está mudando para melhor. Se esses líderes começassem a fazer regressões seria de grande ajuda e chegaria até as bases capazes de criar uma mudança sólida, liberando muita energia e carma e curando em alta escala. Isso é válido até para ditadores considerados cruéis e brutais – se eles começassem a fazer regressões e elevassem a sua vibração, toda a situação que criaram seria liberada.

Se as pessoas fossem treinadas para utilizar a hipnose e a regressão como parte de um tratamento para terroristas, criariam uma mudança gigantesca, evitando problemas futuros. Isso poderia ser feito até naqueles que trabalham com eles, para que a cura pudesse ocorrer de baixo para cima.

Até os líderes considerados “diabólicos” tiveram vários ajudantes espirituais tentando liberar energia curativa. Esse teria sido o seu outro caminho na vida se não tivessem feito opções diferentes.

*Bethany*



É claro que políticos e líderes mundiais também são seres espirituais. Todos nós somos. Temos os mesmos ajudantes e conselheiros espirituais que eles, sejam guias, Mestres, anjos, sábios, ou como quisermos denominar essas emanções do divino. Muitos governantes, no entanto, têm a mente fechada para o reino espiritual. Ego e orgulho os impedem de abrir-se para as possibilidades.

Bethany não sabe, mas venho trabalhando há muitos anos com políticos e líderes de todas as partes do mundo. Trabalhamos confidencialmente. O progresso é lento, mas constante. Há esperança.

Esse desenvolvimento não se limita à esfera política; ele engloba muitas outras profissões tradicionalmente lógicas e comandadas pelo lado esquerdo do cérebro. Na história seguinte, uma advogada relata como venceu suas dúvidas e

despertou para uma natureza mais elevada. “Quando estamos abertos”, ela escreveu, “o universo sempre encontra uma maneira de mostrar a sua verdade.”

Que as palavras dela nos guiem.



## CONSCIÊNCIA NUBLADA

Nós somos seres espirituais vivendo sob formas humanas. Quando hipnotizados, conseguimos penetrar em nosso eu profundo e conhecer melhor a nossa natureza. Podemos questionar a validade das imagens, das vidas passadas ou das vidas futuras que nos são reveladas. No início, eu também tive dúvidas. Entretanto, quando estamos abertos, o universo sempre encontra uma maneira de nos mostrar a sua verdade. Esse é um passo no meu processo de despertar que transformou a minha vida. O programa de hipnose do Dr. Brian Weiss não apenas ajudou indivíduos em sua cura, mas também abriu um profundo oceano de conhecimento sobre o universo, o que é benéfico para a evolução humana como um todo. Os meus pacientes de hipnoterapia me ensinaram sobre a coexistência de múltiplas dimensões, de como nossos pensamentos criam e afetam a realidade, a lei do carma, a possibilidade de mudança e o inter-relacionamento entre todos os seres e acontecimentos. Como disse Santo Agostinho: “Os milagres não vão contra a natureza, apenas contra o que nós conhecemos sobre a natureza.”

Antes de aprender hipnose com o Dr. Weiss, no Instituto Omega, em 2005, tive uma experiência incrível em Hong Kong. Por curiosidade, fiz minha primeira sessão de hipnose com uma sensitiva chamada Jacqui, que me fora recomendada por uma amiga. Eu esperava reviver algumas experiências de vidas passadas, mas, para minha surpresa, me senti como parte de nuvens. Eu não possuía gênero e tinha uma forma branca e transparente.

Quando Jacqui perguntou quem eu era, respondi, calma:

“Sou uma deusa.”

Ela me perguntou o que eu estava fazendo, e respondi:

“Estou voando pelas montanhas, certificando-me de que as plantas tenham luz do sol e chuva.”

“Como você sabe que é uma deusa?”

“Estou em pleno ar e vejo pessoas minúsculas no chão pedindo a minha ajuda. Algumas estão inclinando o corpo para me reverenciar e outras estão

apenas orando. Mas a única coisa que posso fazer é motivar outras pessoas para ajudá-las. Não posso fazer nada diretamente, pois isso as assustaria.”

Sendo advogada, eu jamais pensei em dizer ou vivenciar algo assim, e minha mente lógica achou que não passava de um sonho. Jacqui me garantiu que não era sonho, mas um exemplo de Consciência Dévica.

“O que é Consciência Dévica?”, eu quis saber.

Ela sorriu, olhou para o topo da minha cabeça e me abraçou.

“Dos anjos. Vejo muitos anjos acima da sua cabeça.”

Mais tarde procurei esse termo na internet. Um artigo com o qual me identifiquei afirmava que nossa evolução pode se dar sob formas biológicas, como animais; em formas dévicas, como forças naturais (os ventos, as nuvens e a chuva); e como outras estrelas (almas com maior sabedoria, de outros planetas). Essas evoluções são intercambiáveis.

Tomei consciência do meu verdadeiro eu e das minhas habilidades e tenho usado tudo o que aprendi com Dr. Weiss para ajudar outras pessoas a despertar, conhecer seu propósito na vida, curar-se através da compreensão da lei do carma e, acima de tudo, elevar seu nível de consciência. Tudo isso beneficia a humanidade.

Em uma regressão que conduzi, uma mulher chamada Mei descreveu uma floresta onde se encontrava – tinha “voltado para casa”. Ela se sentiu extremamente feliz naquele lugar. Perguntei-lhe o que vira.

“Muitos seres brancos transparentes. Milhões. Eles são menores do que uma rosa. Possuem asas transparentes.”

“Você é um deles?”

“Sou”, ela respondeu, num sussurro. “Não tenho sexo; sou neutra. Meu nome é Arono.”

“Você pertence a alguma árvore ou planta em particular?”

“Não. Nós trabalhamos juntos, em grupo. Quando vemos que uma árvore precisa de energias, nós lhe damos energias de forma coletiva. Nós protegemos a natureza.”

Perguntei se ela tinha alguma mensagem a transmitir. Ela respondeu:

“Nós somos de uma vibração mais elevada, que dá energia às árvores e plantas. Formamos uma rede de suporte de energias para fundir-se às vibrações da Terra. Nessa rede não existe competição, somente cooperação e felicidade. Trabalhamos todos juntos. Nós nos comunicamos através da telepatia. Somos todos transparentes; não há segredos, nem trapanças, apenas honestidade e paz. Nossas energias são puras.”

Perguntei a Mei se ela sabia alguma coisa sobre o ano de 2012.

“Mais ou menos nessa época haverá mudança na Terra: no clima, na energia, no vento, na chuva. Precisamos cooperar. Os humanos precisam cooperar conosco”, ela disse.

Questionei sobre o que poderia ser feito.

“Aprenda a olhar o seu eu interior”, ela disse. “Olhe para o seu coração. Preste atenção e mude. Não existe lei nem contrato escrito. Você pode se manifestar. Entre 10 e 20 anos atrás, muitos mestres vieram à Terra para ajudar. Eles são seres mais elevados; a maioria das crianças que nascem hoje é de seres mais elevados. Elas são felizes, contentes e muitas são sensitivas. Os pais precisam aprender com seus filhos. Eles possuem vibrações especiais, desconhecidas na Terra, e vieram para ajudar. Os pais vivem em um mundo competitivo, mas essas crianças não são competitivas. Elas podem sentir o coração dos adultos. Elas vieram para despertar a nossa habilidade interior.” Ela acrescentou: “Minha missão é entregar a mensagem que vem da Fonte.”

Eu a levei em direção à Fonte e pedi que a descrevesse.

“Luz dourada”, ela disse. “É um senso de Ser. Não posso enxergar a vibração. Ela pode ser forte, pode ser pequena. O Ser pode acontecer sem um corpo físico. A Fonte é a origem de todos os universos. É um ‘saber’, uma consciência, energias em expansão. Em linguagem humana, ela quer dizer ‘luz em um espaço’. Mas não há dimensão. Ela apenas existe.”

“Que mensagem ela tem para você?”

“Quando mudarmos, o mundo mudará. Não precisamos trabalhar tanto. Poucas pessoas conseguem alinhar-se com as energias da Fonte. Consigo segurar a vibração original, absorvê-la, carregá-la e afetar os humanos com ela. Minhas vibrações afetam as vibrações do ambiente que me cerca. As pessoas vêm até nós porque são atraídas por nossa energia. Elas são como nuvens; nós somos como uma árvore. As pessoas vêm, descansam à nossa sombra e depois vão embora. Dê energias a elas. Quando precisamos de energias, nós a absorvemos da Fonte e a distribuímos para o resto do mundo. É esse o significado de dar e receber. As energias da Fonte são abundantes, eu sou a Fonte e parte dela. Ela está se expandindo, e eu também.”

Ela continuou:

“Ajude o outro. Quando estamos confusos, vamos até a fonte, nos restauramos e sentimos as energias. Sinta-se mais forte. Ajude os outros a encontrarem o seu verdadeiro eu, pois nem todos podem alinhar-se com a Fonte. Seja paciente com os humanos. A amargura é normal. Temos que tomar

consciência das emoções, porque somos humanos, mas não devemos ficar aprisionados por essas emoções, pois estamos aqui para aprender. Você escolhe o seu parceiro apenas para vivenciar o amor. Aprenda sobre os relacionamentos humanos e as vibrações. Tudo isso faz parte do processo de aprendizagem.”

Certa manhã tive o impulso de examinar um livro de Sri Aurobindo, um iogue e santo indiano. Em um dos capítulos, ele menciona que “todas as forças naturais são pessoais”. Em outras palavras, todas as forças naturais têm consciência. Se as reconhecermos como seres conscientes, assim como nós o somos, seremos capazes de nos comunicar com elas. Os cientistas não podem controlar o tempo porque o tratam apenas como um objeto sem vida. Os xamãs e as pessoas que entendem a natureza relacionam-se com ela de forma diferente. Eles personificam as forças, considerando-as amigas, e essas consciências respondem de maneira favorável. Na verdade, muitas crianças veem o sol, a lua, as flores e as árvores como pessoas e as consideram generosos companheiros. Talvez todos nós tenhamos nascido com esse tipo de intuição e bondade. Acredito que há muitas pessoas que podem influenciar os efeitos ambientais com suas crenças e que a mente coletiva produz efeitos exponenciais.

Em um futuro próximo, muitos desastres naturais estão prestes a acontecer com o propósito de gerar uma grande transformação e purificação. Se nossa mente coletiva acreditar nessas forças físicas e se comunicar com elas, reduziremos muito as fatalidades que esses desastres poderão causar. Em vez usar equipamentos científicos para lutar contra os desastres, poderíamos apenas lidar com eles reconhecendo a sua consciência e tratando-os como amigos. Através de conhecimentos ancestrais e mensagens enviadas por seres espirituais mais elevados e canalizadas com o uso da hipnose, aprendi que somente o amor e a compaixão podem aumentar as vibrações das pessoas e da Terra e diminuir os efeitos dos desastres.

O Dr. Masaru Emoto, um pesquisador mundialmente famoso, descobriu indícios de como nossos pensamentos afetam as formas dos cristais de água. Existem evidências de como nossos pensamentos viajam e afetam de imediato o campo quântico. Sua pesquisa foi criticada por alguns cientistas que afirmam que é pseudociência, que não existem provas, e que muitos outros fatores poderiam explicar o fenômeno.

Gostaria de saber: quando os cientistas fazem certas proposições, antes de realizar seus experimentos “controlados”, eles são capazes de concluir que há provas, ignorando todos os outros fatores que acontecem ao mesmo tempo no universo? Não precisamos de prova; só precisamos provar em um “cálculo de

probabilidades” ou “além de toda a dúvida razoável”. Abrir o coração para aceitar a existência de certos fenômenos sem críticas negativas é dar um grande salto em direção à evolução humana.

*Lingki*



Se todos nós somos precipitações de um estado vibracional mais alto, de uma energia-fonte, então todos somos seres sensíveis e estamos conectados. Lingki está expressando esse conceito em palavras que são ecoadas pelas surpreendentes revelações da física moderna. Nós somos, na essência de nossa consciência e corpo físico, um fluxo de partículas e ondas, e, quando mudamos de polaridades, um fluxo idêntico de partículas e ondas no outro lado do universo pode estar experimentando uma mudança instantânea de polaridade em reação à nossa mudança.

Nós habitamos em um impressionante cosmos, onde milagres ocorrem constantemente e vão muito além da nossa mente cotidiana.

Os conceitos de religião e espiritualidade podem coincidir, mas não são sinônimos. A religião tem o poder de pavimentar o caminho para grandes atos de amor, caridade e compaixão – ou pode ser usada como pretexto para separação, violência e crueldade. Na essência de todas as religiões, porém, está o amor. As próximas histórias demonstram como a religião pode ser um caminho para uma maior sabedoria espiritual.



## DIA DO PERDÃO

Uma de minhas “experiências” favoritas aconteceu no Yo m Kippur, o Dia do Perdão na religião judaica. Não sou judia, mas considero que esse é o mais significativo dos feriados religiosos. Imaginei-me sentada em um palco em um grande auditório. De frente para os lugares vazios, comecei a rezar para que todos aqueles a quem ofendi ou feri, em qualquer momento da minha vida, viessem ao auditório e se sentassem. Queria uma oportunidade de expressar meu mais profundo remorso a todos. De repente, as cadeiras começaram a ficar ocupadas, até preencher três quartos do auditório. Fiquei surpresa e

envergonhada por ver tantas pessoas ali.

Então comecei a falar de meus arrependimentos, de minha busca espiritual, do crescimento que eu achava que estava alcançando e pedi perdão a cada um por qualquer erro pelo qual eu fosse responsável. Depois que acabei de falar e de agradecer a todos pela presença, eles se levantaram, deram-se as mãos e cantaram: “Que haja paz na Terra.” Quando o som da última nota desapareceu, todas as pessoas também desapareceram, tão rápida e silenciosamente quanto chegaram, deixando-me ali, no palco, maravilhada.

*Donna West*



Quando o arrependimento é verdadeiro e quando o desejo de perdoar e ser perdoado é sincero, todos os males são esquecidos e o auditório fica vazio. Quando não existir o desejo de ferir quem ou o que quer que seja, haverá, finalmente, paz sobre a Terra.



### A MENSAGEM DE MIGUEL

Participei de um seminário de fim de semana no Centro Espiritual Ágape, em Los Angeles, no início de 2002. Naquela noite de sexta-feira, quando Brian começou a primeira regressão, entrei de imediato em um estado meditativo. Lembro-me de estar em meu bosque, um lugar que “visito” quando faço meditação, e de repente vi o meu avô. Ele estava rindo e acenando para que eu o seguisse, o que logo fiz, até me ver em uma escadaria. Eu disse: “Mas, vovô, você está passando na frente do Brian!” Ele achou graça e desceu as escadas. Naturalmente, eu o segui, gritando para que ele esperasse por mim. Quando chegamos à base da escada, havia uma porta; ele a abriu, me empurrou para dentro e, em seguida, sorriu e desapareceu.

Não posso sequer descrever as cores que vi quando olhei na direção da luz, do outro lado da porta. Não acredito que exista uma palavra humana capaz de traduzir a beleza e a serenidade do lugar. Eu não sabia nada sobre os arcanjos, apenas seus nomes. Entretanto, por algum motivo, eu soube que estava na presença de Miguel. Ainda posso vê-lo naquela luz repleta de cores; nunca me

esquecerei daquele momento. Ele ficou na minha frente, com os antebraços apoiados em sua espada e as asas dobradas para trás.

Não tenho ideia de quanto tempo se passou até eu ouvir Brian dizer: “Olhe para o que está ao seu redor.”

Miguel me olhou com uma expressão divertida e recolheu uma asa, deixando aparecer uma clareira na floresta, onde eu me vi cercada de animais, feliz e sozinha, tomando conta deles. Então ele trouxe a asa de volta e, mais uma vez, vi apenas Miguel.

Brian nos disse para irmos até o fim daquela vida. “E aí?”, perguntei a Miguel. Mais uma vez a asa se moveu e eu me vi como uma mulher bem velha, com uma bengala, abrindo caminho em uma cidade em Roma ou na Grécia antigas. Eu sabia que estava morrendo e tudo o que queria era chegar ao templo. Quando consegui, suspirei, sentei-me nos degraus de mármore e morri. Foi tão tranquilo – sem dor. Só precisava estar no templo na hora da morte, e, portanto, fiquei feliz.

Perguntei a Miguel se havia alguma coisa de que eu precisava saber, e, dentro de minha mente, ouvi: “Você está protegida quando precisa estar.” Então Brian contou de um a dez para nos tirar do transe. Saí da regressão e desde aquele dia nunca mais experimentei aquele tipo de paz.

*Faith Susan*



No meu modo de entender, a espada de Miguel, que representa a sabedoria, acaba com a ignorância e o medo. Sem medo, somos capazes de abraçar nossa natureza espiritual, deixando de lado o ego, o orgulho e a inveja. Sem medo, podemos amar com liberdade e praticar a compaixão a qualquer momento. Não seremos feridos. Não precisamos sofrer.

O avô de Faith foi o ser familiar e amoroso que fez a transição e a levou a um estado de consciência mais elevada. Miguel a encontrou na luz, logo além da porta. Seus medos se dissolveram, só havia paz.

Todos nós estamos protegidos quando precisamos estar.

Anjos, guias e deuses não pertencem somente às tradições judaico-cristãs, mas a muitas das maiores religiões e culturas do mundo. Durante uma regressão em grupo, em um seminário, um participante cujo nome era Keith lembrou-se de um momento altamente espiritual e emocional que ocorreu quando ele era

bem jovem. Ao descrever o que vira, usou palavras infantis. Ele era um menino pequeno quando testemunhou o aparecimento de dois guias em seu quarto. Um velho chinês com uma longa barba branca e um tipo de figura angelical. Eles levaram Keith a um lugar de “flutuação”, com pessoas entrando e saindo com informações e conhecimento. A Terra ficava muito distante, e ele pôde ver como aquelas pessoas chegavam e partiam de lá. Elas não o faziam em seus corpos físicos, mas em seus corpos espirituais – os corpos energéticos. Keith observou-os, enquanto os laços que os ligavam a outras almas os atraíam para aquele planeta.

Ao reviver essas lembranças da infância, Keith conseguiu vislumbrar um cenário mais amplo. Ele percebeu como conseguimos entrar e sair do mundo mais denso e retornar ao lugar “flutuante”. Nós viemos a esta escola para aprender nossas lições e em seguida voltamos para casa. Esse relato me fez lembrar a história de um menino e um chinês, que recontei em meu segundo livro, *A cura através da terapia de vidas passadas*.

Portador de deficiências cardíacas congênitas, um menino passou por cirurgias de coração aberto aos três meses, aos dois anos e meio e aos cinco. Esteve à beira da morte várias vezes durante as operações, e os médicos não esperavam que sobrevivesse. Aos oito anos, revelou à mãe que, enquanto ainda estava inconsciente, depois de uma das cirurgias, fora visitado na UTI por “oito chineses” que trouxeram informações sobre sua recuperação. O menino observou que um dos chineses “tinha uma espada que estava sempre rodopiando no ar”. Este homem frequentemente usava a espada para cortar a barba, que rapidamente crescia de novo. Ele descreveu os “oito chineses” com detalhes.

Pesquisando a espantosa história, sua mãe descobriu a representação física e filosófica dos “oito chineses”. Eram os Pa Hsien ou Oito Imortais, representação taoista de figuras históricas que alcançaram a imortalidade. Segundo a descrição do menino, um deles era Lu Tung-Pin, o padroeiro dos barbeiros, que ganhara uma espada mágica como recompensa por ter superado dez tentações.

O menino afirma que ainda é visitado pelos “oito chineses”, que continuam a lhe fornecer informações. Essa é a sua experiência mística direta com a verdade que ele aceita plenamente com alegria e certeza e que lhe proporciona conforto em momentos traumáticos e assustadores. Sem a limitação do filtro mental de um adulto sobre o que seja “certo” ou “errado” acreditar, essa criança é capaz de aceitar com naturalidade uma experiência direta de espiritualidade. Diferentemente de sua mãe, ele não tem necessidade de averiguar os fatos.

Outra figura espiritual considerada imortal pelos taoistas é Guanyin (ou Qwan Yin), que também é venerada pelos budistas como a encarnação da piedade. Fonte fundamental de amor infinito e incondicional, ela abençoou com a sua presença a autora da história que você vai ler agora, mudando para sempre a sua vida.

Dizem que, no sistema de crenças dos budistas chineses, o estado consciente

de se sentir em paz consigo mesmo e com os outros é Guanyin. Os princípios de amor, bondade e compaixão são Guanyin. Sentir, agir e pensar de acordo com esses valores é Guanyin, e a pessoa que age dessa forma é Guanyin.

O mundo, em seu estado presente, poderia ser mais Guanyin.



## A DEUSA DA COMPAIXÃO

Eu estava trabalhando na indústria hoteleira havia três anos em Pequim, no início dos anos 1990. Foi uma experiência fantástica, embora a vida lá fosse difícil. Alguns anos depois apareceu uma oportunidade de trabalho na Nova Zelândia, e logo me animei a conhecer uma cultura diferente.

Decidi também que estava na hora de mudar de profissão, buscando algo que aliviasse o estresse, em vez de causá-lo. Resolvi seguir o caminho que minha orientação vocacional já me tinha sugerido, que era aprender hipnose. Amei cada minuto de meus estudos e me qualifiquei como hipnoterapeuta, integrando sucessivamente a Programação Neurolinguística (PNL) e a Técnica de Libertação Emocional (TLE) ao meu trabalho na clínica, em Dunedin.

Mais de uma década depois o relacionamento com meu companheiro – uma das minhas almas gêmeas – chegou ao fim. Tomei a difícil decisão de ir embora. Eu estava enfrentando questões profundas e desafiadoras naquela época. Estava cheia de dúvidas, medo e incertezas, e questionei minha decisão de terminar o relacionamento.

Resolvi participar do curso do Dr. Weiss no Instituto Omega, em Rhinebeck, Nova York. Durante todos os dias daquela semana passamos por duas regressões a vidas passadas, uma de manhã e a outra à tarde. Fiz muitas mudanças e me libertei de várias questões. Algumas das regressões foram profundas para mim, e uma delas estava diretamente ligada ao tempo que passei na China. Durante essa regressão, facilitada pelo Dr. Brian Weiss, desvendei uma vida na qual eu era assistente e aluna de uma deusa. Seu nome era Qwan Yin, a deusa da compaixão. Fui tomada de alegria na regressão por poder vê-la, sentir sua energia e estar com ela.

Ficou claro durante a regressão que eu tinha uma relação muito pacífica com Qwan Yin e que passava muito tempo ao lado dela, mergulhando em sua energia. Naquela vida, quando eu estava em meu leito de morte, ela apareceu e ficou junto de mim. Enquanto eu passava pela transição da morte, um pouco antes de

minha alma deixar o corpo, ela colocou a mão suavemente no centro do meu peito. Uma lua e uma energia douradas se expandiram pelo meu coração. A sensação era extraordinária – como se eu tivesse voltado para casa. Comecei a chorar. Senti enorme paz e amor. Ela me disse, nos momentos finais daquela vida, que estaria “em meu coração pelo resto de meus dias e pela eternidade”. Fiquei muito emocionada. Foi uma experiência extremamente poderosa que até hoje me leva às lágrimas. Reviver aquela existência na regressão reacendeu a mesma sensação em meu peito. Foi tão lindo. Eu parecia estar flutuando em um perfeito estado de sonho.

A regressão chegou ao final, e Brian nos deu tempo para nos reintegrarmos. A compreensão que ganhei depois disso foi incrível. Senti que passara a vida inteira procurando aquela cumplicidade, compreensão, afeto, bondade e paz profundos. Não era um sonho. Eu já experimentara tudo aquilo na outra existência e agora tinha provas de que esse tipo de relacionamento era possível também em minha vida presente.

Por isso, minha incapacidade de me libertar do relacionamento com minha alma gêmea na Nova Zelândia começou a fazer sentido. Eu ainda desejava e esperava que pudssemos vir a ter uma conexão semelhante à que vivi com Qwan Yin.

Também comecei a compreender melhor os três anos que passei na China. Como eu adorava o povo chinês e sua comida, como me sentia em casa, como aprendi a língua com facilidade e quanto gostava de explorar as partes antigas de Pequim. Apesar de ter sido educada em uma família cristã nesta vida, mais tarde não me identifiquei muito com alguns aspectos dessa fé. Mas em minha casa havia imagens e estátuas de Qwan Yin por toda a parte. Eu nunca tinha parado para refletir sobre o significado de minha experiência na China. Deitada na sala, depois da regressão, lembrei que duas de minhas melhores amigas no ensino fundamental, no norte de Gales, eram gêmeas chinesas. Tudo fez sentido quando tomei consciência da minha profunda conexão com a deusa Qwan Yin.

Entendi por que eu me sentia atraída por essa deusa. Ela fizera votos de permanecer neste planeta e não ascender até que todos os seres sobre a face da Terra experimentassem a compaixão em seus corações. Essa era a sua missão. Meu trabalho nesta vida envolve a combinação de PNL e TLE, hipnose e outras ferramentas espirituais. Por instinto, eu sabia, desde o início, que para que uma cura verdadeira ocorra em um nível profundo da alma é preciso que haja compaixão e perdão – não apenas pelos outros, mas por nós mesmos.

Naquele dia, de maneira extraordinária, inúmeras linhas começaram a se

juntar em minha mente. Essa experiência fez brilhar uma luz arrebatadora no bordado do meu trabalho e da minha vida.

O interessante é que voltei para a China. Estou escrevendo isto enquanto visito Xangai. Venho aqui duas vezes por ano e ensino TLE e outras técnicas espirituais. Estou prestes a embarcar em uma nova jornada, desenvolvendo e ministrando cursos que irão incorporar várias técnicas espirituais, inclusive, é claro, a regressão a vidas passadas. Sinto que estou sendo guiada por Qwan Yin e tenho certeza de que ela está comigo agora, sempre e eternamente. Sou grata a Brian Weiss pelo fato de seu trabalho ter revelado essa ligação dentro de mim com a China ancestral, a deusa Qwan Yin, minha jornada e minha missão.

*Michelle Hardwick*



Qwan Yin tem muitos nomes e manifestações. Como a bodhisattva da compaixão, ela existe em todas as culturas e religiões, ajudando-nos a suportar a dor e o sofrimento nesta dimensão física, até alcançarmos um estado de paz profunda, amor incondicional e iluminação. Nesse momento, nossas encarnações podem terminar e podemos optar por permanecer no campo espiritual. Se formos capazes de conceber e sentir a energia divina penetrando em nossos corações, assim como Michelle sentiu a energia de Qwan Yin, conseguiremos entender completamente a bela promessa: “Estarei ao seu lado até o fim dos tempos.” Essa é a mesma promessa que Michelle ouviu: “Ela estará comigo para sempre, em meu coração, pelo resto dos meus dias e pela eternidade.”

O amor é para sempre. Ele nos envolve permanentemente.

Assim como Michelle, tenho minhas próprias conexões de vidas passadas com a China. Quando estive lá, há vários anos, estava meditando de manhã bem cedo com alguns monges na área montanhosa de WUTAI, na parte mais central do país. Durante a meditação tive a visão de mim mesmo como um tipo de general, um líder. Estava montado em um cavalo branco, no alto de uma montanha, olhando para o vasto campo que se descortinava lá embaixo. Daquele ponto elevado eu podia enxergar todo o meu povo, pessoas que eu devia proteger e cuidar. Senti-me especialmente abençoado por ter aquela posição de responsabilidade e desejei que cada ser naquela paisagem se sentisse como eu, que seus corações estivessem transbordando de bondade, atenção, proteção e consciência de que estamos todos conectados.

Pude me ver montado no cavalo e usando um tipo de armadura primitiva, com o peitoral feito de barras de bambu colocadas na horizontal. Lembro-me de sentir que o cavalo e eu também estávamos conectados. Naquele instante prometi espalhar essa percepção de amor profundo e generoso que tomava conta do meu coração para todos os seres, em toda aquela área e além. Esse se tornou o meu objetivo.

E essa é uma promessa que continuo a fazer todos os dias, um voto que gerou este livro – assim como todo o meu trabalho.

Durante algumas de minhas regressões ou meditações tenho simples vislumbres de vidas passadas, mas, algumas vezes, elas vêm como um filme no qual os acontecimentos avançam do passado para o presente e o futuro. Mas, na visão que tive, o sentimento foi muito mais intenso e significativo do que quaisquer detalhes. O importante era fazer aquela promessa, desejar que todos os outros seres, em toda a Terra, pudessem sentir o mesmo e saber que eu faria qualquer coisa que estivesse a meu alcance para que isso acontecesse.

Vivenciei essa experiência e a relatei muito antes de ouvir a história de Michelle, embora sejam tão parecidas. Michelle escreveu sobre Qwan Yin: “Ela tinha feito votos de permanecer neste planeta e não ascender até que todos os seres sobre a face da Terra experimentassem a compaixão em seus corações. Essa era a sua missão.” Essa também tem sido a minha missão. Talvez, naquele momento longínquo, no alto da montanha, enquanto eu olhava para o meu povo, Qwan Yin tivesse colocado suas mãos amorosas sobre o meu coração, assim como fez com Michelle.

Como já mencionei, algumas regressões são poderosas não pelos detalhes concretos que nos oferecem, mas pelas emoções profundamente transcendentais que geram. O seu inconsciente sabe aonde deve ir para encontrar a cura, e você pode confiar nele para ser conduzido à experiência de que mais precisa. Quando isso aconteceu com Nathaniel, o autor de nossa próxima história, sua vida não apenas se transformou – ela começou.



## A NATUREZA DO AMOR

Nunca mais serei o mesmo depois do seminário do Dr. Weiss, em São Francisco. Há pouco tempo recebi um diagnóstico de enfisema terminal e insuficiência cardíaca. Nem preciso dizer que sofro de dores constantes. Cheguei ao seminário

com a expectativa de desvendar uma vida passada, mas, para minha surpresa, não visitei nenhuma, nem visitei minha infância, como fomos instruídos a fazer. Em vez disso, eu me vi deixando meu corpo, flutuando sobre ele e me dirigindo a um universo de infinita beleza e amor. Só posso descrever isso como uma maravilhosa experiência de quase morte. Foi o primeiro sentimento de paz que experimentei desde o meu diagnóstico, e sua lembrança me acompanha e certamente vai me ajudar a enfrentar os dias difíceis que vêm pela frente.

Não existe morte. Eu sei disso porque estive lá, naquele lugar de amor incondicional, e voltei para contar a história. O véu que nos separa da consciência constante desse amor foi desvendado para mim naquele dia. Não há nada a temer. Só existe amor, um amor indiscriminado e absolutamente universal.

Diferentemente do que sempre acreditei, nenhum julgamento esperava por mim. O amor não julga; ele nos acolhe sem impor limites ou condições. Nós somos julgados pelas pessoas todos os dias, mas nunca por Deus, que, acredito, é a fonte desse amor.

Minha dor desapareceu. O amor também pode curar. Nos últimos tempos eu não passara um único momento sem dor. É impossível descrever o alívio que experimentei durante a regressão.

Você sabe o que é o ódio? Dez mil quilos sobre os seus ombros. Cada vez que somos julgados ou julgamos alguém, mais um quilo é adicionado, até que nossos corpos ficam tão pesados que não podemos mais nos mover. É isso que significa carregar o peso do mundo. Entretanto, eu nunca tinha percebido o imenso fardo que vinha carregando durante toda a vida, pois tinha me acostumado a ele. Naquele dia, no seminário, ele desapareceu. Flutuei sem querer. Não havia simplesmente nada para me segurar. E não precisamos fazer nada especial para voar – apenas nos transformarmos de seres de ódio em seres de amor. Talvez soe um pouco exagerado, mas não poderia ser mais simples ou mais instantâneo. A chave para a felicidade e para a liberdade está em nossas mãos durante toda a nossa vida. Nós apenas nos esquecemos de enxergá-la e de tomar posse dela.

Nossos corpos são frágeis; eles sentem dor, envelhecem, morrem. Ter um corpo significa ter sofrimento. O corpo é importante, pois é dentro dele que chegamos a este planeta para aprender, mas o processo envolve grandes dores. Quando nos livramos do corpo percebemos que somos mais do que jamais seríamos capazes de imaginar.

Quando descobri que minha morte estava chegando, tive medo do que viria em seguida. Mas agora eu sei o que é. Vamos para o pós-vida, somos curados,

somos amados. É pura felicidade. É o exato oposto do medo. Como conseguimos nos confundir tanto?

Mais tarde voltei para casa, mas a lembrança daquela experiência permanece comigo até hoje. A dor volta de vez em quando, mas consigo tolerá-la. Só o fato de saber que esse lugar espera por mim, que ele espera por todos nós, me traz enorme conforto. Sinto que, quando eu morrer, retornarei ao estado de bem-aventurança que experimentei durante aqueles momentos transformadores no seminário.

Comentei com outras pessoas o que aprendi naquele dia. Isso se tornou um objetivo em minha vida: ajudar os outros. Esse é o propósito de todos nós. Cada ser humano é importante. Embora possamos nos comportar mal devido à ignorância, ao medo e à crítica, nós nunca somos “maus”. Essa não é uma palavra capaz de descrever uma alma.

Se, por apenas alguns minutos, todos pudessem sentir o amor que eu senti, não haveria mais guerras nem violência. Por que alguém iria querer ferir uma alma? Hoje conheço tudo isso e, embora o fim da minha vida esteja se aproximando, de certa forma ela está apenas começando. Eu me sinto em paz.

*Nathaniel Peterson*



“O amor não julga”, afirma Nathaniel. “Ele nos acolhe sem impor limites ou condições.” Nós sabemos disso de maneira inata, mas sempre nos esquecemos. Permitimos que os outros nos julguem, aceitamos suas críticas e distorções, e dessa forma vamos perdendo nossa confiança e autoestima.

Em vez disso, devemos nos abarrotar de amorpróprio. Devemos lembrar de nossa verdadeira natureza como seres imortais e espirituais, almas eternas que são sempre amadas e nunca estão sozinhas. O monge zen Thich Nhat Hanh escreveu: “A onda não precisa morrer para se transformar em água. Ela já é água.” Nós também não precisamos morrer para nos transformarmos nos seres espirituais que já somos.

Nathaniel perdeu o medo da morte. Ele vislumbrou o outro lado do véu e descobriu que é um lugar de puro amor. Ele pode cumprir o seu propósito sobre a Terra e enfrentar tranquilamente o seu prognóstico. A morte deixou de ser um mistério para ele.

Nossas vidas sempre têm um significado e um objetivo profundos.

“Embora o fim de minha vida esteja se aproximando”, diz Nathaniel, “de

certa forma ela está apenas começando.” A mudança de ponto de vista, resultado da experiência que vivenciou durante o seminário, deu a Nathaniel uma nova vida, uma vida que, embora esteja se aproximando do fim, é muito mais serena e gratificante. Mas, e se aquilo que sempre imaginamos ser o fim fosse apenas o começo? Jade, na última história deste livro, retrata essa gloriosa possibilidade.



## O FIM É APENAS O COMEÇO

Participei de um dos seminários de regressão a vidas passadas do Dr. Weiss em 2010, em Denver, no Colorado. Sete meses antes desse evento eu perdera meu amado Christian, que morreu inesperadamente. Foi a pior experiência da minha vida; ela me deixou completamente desesperançada, tomada por inúmeros pensamentos e perguntas dolorosas. Ao mesmo tempo, eu tinha me lembrado espontaneamente de uma vida passada ao lado de Christian, que terminara de maneira semelhante, o que me fez sentir ainda pior.

Como estava muito perturbada por essa perda, a tia de Christian recomendou que eu fosse a um seminário do Dr. Weiss, afirmando que talvez eu encontrasse algumas respostas. Procurei me informar sobre o Dr. Weiss e li seus livros, o que me trouxe um pouco de paz de espírito. E quando descobri que o seminário seria perto de minha casa, aproveitei a oportunidade para participar do evento. Minha experiência lá me ajudou muito, pois mudou a minha maneira de encarar a vida.

Foi a primeira regressão do dia depois que o Dr. Weiss se apresentou e nos preparou para o que poderia ser esperado e vivido durante o evento. Quando ele nos colocou em um estado de regressão hipnótica, eu esperava visitar uma vida passada, como acontecera antes ao ouvir seus CDs de regressão.

Quando ele nos sugeriu voltar a uma lembrança da infância, eu me vi como uma criança, maravilhada e ansiosa pela aventura de ser conduzida a uma vida passada. Que pistas e acontecimentos eu descobriria? O que eles me ensinariam sobre minha vida e sobre mim mesma?

No momento de atravessar o limiar entre a vida atual e outra, ouvi o Dr. Brian dizer “atravesse a porta em direção à luz”. Obedeci sem hesitar.

Para minha agradável surpresa, eu me vi sendo atraída para um túnel de maravilhosa luz. Quando o Dr. Brian nos pediu para ver que tipo de sapatos e

roupas usávamos, levei um susto ao descobrir que estava descalça e que vestia algo semelhante a uma longa camisola. Em um segundo percebi onde estava e, embora não fizesse sentido para o meu cérebro, deixei-me levar pela experiência. Era tão real quanto se meus olhos estivessem totalmente abertos.

Dentro do túnel iluminado, vi imagens de alguns seres. Não vi seus rostos, mas pude sentir sua forte presença. A presença predominante era a do espírito de minha mãe, que tinha feito a passagem havia quase quarenta anos, quando eu ainda era criança. Havia outros também, mas eu estava tão apaixonada pela energia da luz que não consegui desviar dela o meu foco.

Percebi que eu não tinha peso e comecei a experimentar uma deliciosa sensação de flutuar. Cada parte minha sentia como se estivesse imersa e banhada na energia mais doce e purificadora. Era como se eu tivesse morrido e chegado ao paraíso. A bem-aventurança era profunda, e não havia um único lugar onde não houvesse amor. Eu me lembro de pensar que poderia ficar naquela luz de amor para sempre. Sentindo-me totalmente em paz e realizada, eu sabia que não existiria mais nada que eu pudesse voltar a desejar ou necessitar.

Em seguida, sem saber como chegara lá, parei de flutuar pelo túnel e me vi em uma espécie de área de transição. Parecia um hospital, exceto pelo fato de que não havia os equipamentos que costumamos encontrar nos hospitais da Terra. Eu me vi sobre uma superfície plana e iluminada que, por falta de uma palavra melhor, chamarei de cama. Eu podia ver e sentir sua maravilhosa energia pulsante. Sentia sua vibração sutil. Ela parecia feita de uma pedra macia e cristalina, e a luz brilhante que irradiava energizava meu espírito e minha alma. Ela possuía uma qualidade magnética e, tal como a luz no túnel, estava viva e tinha inteligência.

Senti que algo muito especial acontecia. A cama parecia possuir uma qualidade restauradora e curativa. Observei enquanto minha parte inconsciente permanecia deitada, imóvel, e meu amado Christian, que morrera havia apenas sete meses, tentava me despertar para a consciência daquele domínio celestial.

Embora houvesse uma parte bastante consciente em mim, outra parte da minha consciência ficara para trás, talvez no estado de felicidade do túnel ou na vida de que partira. O interessante é que o eu consciente, de alguma forma, possuía informações sobre a minha morte. Eu sabia que ela fora repentina e inesperada. Sabia que estava relacionada com a área da minha garganta, e tive a impressão de que morrera por asfixia. Talvez tivesse me engasgado, mas o que mais me fascinava era que a minha parte que dormia sobre a cama não sabia que já partira dos domínios da Terra.

Era como se eu fosse a Bela Adormecida, com a sensação de estar em um profundo estado de sonho do qual acordaria lentamente, como se estivesse voltando de uma forte dose de anestesia. Quando estava retomando a consciência, ouvi meu amado Christian dizer, primeiro em voz baixa e distante, depois mais alto: “Meu amor, acorde. Sou eu. Meu bem, acorde. Estou aqui com você.” Quando ouvi essas palavras, vindas de longe, fiquei confusa. O que era sonho e o que era realidade?

Eu podia ver e sentir a presença de outros entes queridos ao meu lado, todos me velando com grande cuidado e atenção, esperando a reunião que aconteceria no exato momento em que eu acordaria do meu sono e seria saudada no transbordante júbilo que é o amor. Lembrei-me do clima de expectativa e entusiasmo que acontece quando um bebê está prestes a vir ao mundo.

Foi somente por causa de determinados espíritos que passaram por mim que eu acreditei que estava testemunhando a morte de minha vida terrena presente. Mas, como eu disse, parecia mais um nascimento para uma maravilhosa nova existência à qual eu precisava me ajustar e aclimatar, não uma morte.

Não cheguei a acordar do meu estado inconsciente para ver o que aconteceu, pois nesse instante o Dr. Weiss começou a nos trazer de volta do estado hipnótico para a consciência desta vida terrena. Após retornar, levei alguns minutos para começar a entender as implicações do que acabara de ocorrer. Na verdade, continuo tentando entendê-las. Entretanto, apesar da falta de compreensão completa, essa experiência me trouxe muito mais do que eu jamais poderia desejar.

Ela me trouxe o consolo de saber que, quando eu fizer a passagem, Christian não apenas estará lá para me saudar, mas que nosso amor persiste. Ao antever e experimentar minha passagem, percebi que não haverá nada a temer quando for a minha vez de cruzar a soleira da porta da morte, pois além dela estão uma liberdade e uma felicidade inimagináveis. Serei para sempre grata por ter tido essa maravilhosa oportunidade. Foi um verdadeiro presente.

*Jade Kramer*



E se a morte for apenas um nascimento em um domínio de paz, um lugar onde, como afirmou Jade, “não havia um único lugar onde não houvesse amor”? E se nossos entes queridos que já se foram estiverem juntos, ansiosos para nos saudar e nos receber em nosso nascimento no outro lado? Então, como disseram

Jade e Nathaniel, nós perderíamos o medo da morte e abraçaríamos a vida com mais alegria e determinação.

Em meu livro *Muitas vidas, uma só alma*, documento numerosos sonhos pré-cognitivos e jornadas ao futuro próximo e longínquo. Isso é inteiramente plausível, pois, como descreve a física moderna, o tempo é relativo e bem diferente de nossas percepções e entendimentos conscientes. É possível ver o futuro.

Há pouco tempo, durante uma entrevista, uma mulher descreveu a própria experiência de quase morte com palavras similares às de Jade. “Percebi que a vida é um sonho.” “Quando nascemos, acordamos para a mortalidade neste corpo físico. Quando o nosso corpo físico morre, retornamos à imortalidade. Não tenho mais medo de morrer. É como voltar para casa.” A vida é só um sonho, e devemos participar dela com muita alegria enquanto dançamos na ciranda do tempo.

A autora Katherine Frank disse que o tempo é mais como um reservatório profundo do que como um rio que corre depressa. E se o tempo for mesmo mais parecido com um lago do que com uma forte correnteza, tendo profundidade em vez de fluxo? Todas as nossas lembranças, pensamentos e ações ficariam depositados ali e poderiam ser acessados mergulhando nas águas profundas. Eles não fluem. Eles nunca se perdem. Podemos entrar na água sempre que quisermos. E quando o nosso tempo acabar, saímos do lago e nos sentamos à sua margem, e todos os nossos conhecidos, todos os nossos seres queridos vêm nos dar as boas-vindas, e a luz brilhante restaura as nossas almas.

Jade e Nathaniel, assim como inúmeras pessoas por todo o mundo que compartilharam comigo as suas experiências, chamam essa margem do lago de felicidade. É felicidade. É a Fonte. Cada palavra e cada página deste livro contam a história dessa Fonte. Ela é o sopro que criou o cosmo. Ela existe antes e além de todas as dimensões. Ela precede todo o espaço, todo o vazio, toda a matéria, todas as forças e todas as energias. Ela é o precursor infinito de tudo que existe. É a origem de todos os domínios e de todas as intenções. É o amor em si mesmo e é o que gera o amor. É conhecida por muitos nomes, mas está além do conhecimento.

É o nosso verdadeiro lar.

É onde nos despimos de nossos corpos e de nossas máscaras pela última vez e os lançamos na contracorrente da eternidade. É onde, finalmente, nos damos conta da verdade mais transcendental da natureza eterna da nossa alma, de sua jornada pelo lindo sonho que é a vida. É onde, após milhares e milhares de

sonhos, nós acordamos, e é onde, após milhares e milhares de nascimentos, nós nascemos.

O fim é apenas o começo.

# Agradecimentos

Nossos mais profundos agradecimentos vão para Gideon Weil, nossos extraordinário editor na HarperOne, nosso colaborador perfeito. Agradeço também à editora de produção Suzanne Quist, à editora assistente Babette Dunkelgrun e a toda a equipe da HarperOne, por seu minucioso cuidado com este livro. Somos admiradores do seu trabalho.

Nosso muito obrigado a Tracy Fisher, nossa extraordinária agente na William Morris Endeavour, cuja ajuda tem sido inestimável durante todo esse tempo. Obrigado também a sua assistente, Pauline Post, por todos os seus esforços e apoio entusiástico.

Somos muito gratos às organizações que têm abrigado nossos eventos durante todos esses anos, oferecendo a fonte para muitos dos milagres descritos neste livro. Em particular, ao Instituto Omega, que nos tem fornecido apoio constante e o ambiente ideal de cura para nossos maiores seminários e retiros. Um agradecimento especial a Carol Donohoe por facilitar a realização desses fantásticos eventos no Omega. A Hay House tem organizado, com muita competência, a maior parte de nossos seminários de um dia, assim como alguns dos mais longos. Gostaríamos de agradecer a Reid Tracy, presidente da Hay House, e a Mollie Langer e Nancy Levin, que nos ajudaram, incansavelmente, a tocar a vida de milhares de participantes de nossos seminários.

Por seus conselhos sábios, assim como por sua história, dedicamos nossos agradecimentos e nosso amor a Jordan Weiss.

Não poderíamos deixar de mencionar uma pessoa amada e leal, S., cujos comentários pungentes literalmente moldaram as páginas deste livro.

Este livro não teria se tornado realidade sem os 68 maravilhosos colaboradores que compartilharam suas palavras com o resto do mundo. Nossas palavras não conseguem expressar toda a nossa gratidão. Obrigado a Renata Bartoli, Ph.D.; Wayne-Daniel Berard, Ph.D.; Bryn Blankinship, CMHt, CI; Lori Bogedin; Kaaran Bowden; Michelle Brock; Michael Brown, MSSW; Marylyn

Calabrese; Maria Castillo, LCSW; Cherelle; Valarie Coventry; Horace Crater, Ph.D.; Cynthia; Dave; Eileen de Bruin; Nikki DeStio; Rev. Cindy Frado; Mara Gober; Susie Gower; T. H.; Michelle A. Hardwick; Melanie Weil Harrell, M.A., CH; Jessica; Judi; Mira Kelley; Jade Kramer; Patricia Kuptz; Jeannette; Chris Johnson, M.Sc.; Lee Leach; Michelle Lin, D.D.S.; Nina Manny, C.Ht.; Donna Offterdinger; Judith Oliver, D.V.M.; Nathaniel Peterson; Christy Raile, M.S.N., ARNP, CRNA, HHP; Toni Reilly; Heather Rivera, R.N., J.D., Ph.D.; Margie Samuels; Sandy; Aviva D. Shalem; Faith Susan; Terri; Tong; Gregg Unterberger, M.Ed.; Asia Voight; Dr. K. C. Vyas; Donna West, Psy.D.; Carla White; e Jennifer Williams, LCSW. Alguns dos autores desejaram ser creditados sob um pseudônimo e, embora não tenhamos listado seus nomes acima, estamos igualmente agradecidos por suas contribuições.

As limitações de espaço nos forçaram a deixar de fora algumas histórias maravilhosas e extremamente comoventes. Gostaríamos que todos os que enviaram um relato que, infelizmente, não pudemos incluir neste livro, soubessem que nossos mais sinceros agradecimentos também se estendem a eles.

E a todas as pessoas por todo o globo e por todas as décadas que participaram de nossos seminários, leram os livros, trabalharam com os CDs e compartilharam suas histórias conosco, nossa mais sincera gratidão.

## INFORMAÇÕES SOBRE OS PRÓXIMOS LANÇAMENTOS

Para saber mais sobre os títulos e autores  
da EDITORA SEXTANTE,  
visite o site [www.sextante.com.br](http://www.sextante.com.br),  
curta a página [facebook.com/esextante](https://www.facebook.com/esextante)  
e siga @sextante no Twitter.

Além de informações sobre os próximos lançamentos,  
você terá acesso a conteúdos exclusivos e poderá participar  
de promoções e sorteios.

Se quiser receber informações por e-mail,  
basta cadastrar-se diretamente no nosso site  
ou enviar uma mensagem para  
[atendimento@esextante.com.br](mailto:atendimento@esextante.com.br)



[www.sextante.com.br](http://www.sextante.com.br)



[facebook.com/esextante](https://www.facebook.com/esextante)



twitter: @sextante

EDITORA SEXTANTE

Rua Funchal, 538 – conjuntos 52 e 54 – Vila Olímpia

04551-060 – São Paulo – SP

Tel.: (11) 3868-4492 – Fax: (11) 3862-5818

E-mail: [atendimento@esextante.com.br](mailto:atendimento@esextante.com.br)