

SYLVIA BROWNE

COM LINDSAY HARRISON



O OUTRO LADO DA VIDA

“Este livro é sobre encontros com seu Guia
Espiritual e seus Anjos e com entes queridos que já partiram.
É sobre reencontrar suas vidas passadas
e a eternidade do seu espírito.”



SYLVIA BROWNE

COM LINDSAY HARRISON

**O OUTRO
LADO DA VIDA**

Dedicatórias

de Sylvia:

Para minha família...

*Para Angelia, que eu possa ser o vento
sob suas asas como a vovó Ada foi para mim...*

*E sempre,
para Montel.*

de Lindsay:

*Para a minha mãe, Fern Underwood,
que me deu mais nesta vida,
incluindo me apresentar a Sylvia,
do que eu jamais poderei pagar.*

ÍNDICE



[Uma nota para os meus leitores](#)

[1 Ajuda do Outro Lado: nossos Anjos e Guias Espirituais](#)

[2 Magia e milagres de todos os dias: descobrindo e criando alegria em sua vida](#)

[3 Sua vida pessoal: a visão de uma médium espiritual sobre relacionamentos e famílias](#)

[4 Sua saúde: receitas mediúnicas para a mente e o corpo](#)

[5 Vida após a vida: como descobrir suas vidas passadas](#)

[6 Assombrações: o que são e o que você pode fazer](#)

[7 O Lado Negro: proteção contra o mal que nos cerca](#)

[8 Dez coisas que tememos e por que não devemos ter medo delas](#)

[9 Uma bênção final](#)

[Apêndice: Afirmações](#)

[Agradecimentos](#)

UMA NOTA PARA OS
MEUS LEITORES



Este livro é sobre você.

É sobre o poder que Deus lhe deu, como se reconectar a ele e como usá-lo bem.

É sobre as coisas simples que você pode realizar todos os dias para trazer uma melhora real para sua vida e as vidas daqueles que você ama.

É sobre encontros com seu Guia Espiritual e seus Anjos, e reencontros com entes queridos que já partiram.

É sobre reencontrar suas vidas passadas e a eternidade do seu espírito.

É sobre sua saúde, seus relacionamentos, sua família, seus filhos, seu propósito em estar aqui e todas as preocupações tão humanas que perturbam seu sono e sua paz de espírito.

É sobre a mágica, os milagres e o apoio do Outro Lado que estão sempre à sua volta, só esperando que você aprenda a percebê-los.

É sobre nunca mais se sentir sozinho, ou desamparado, ou sem valor.

É sobre nunca mais ter medo de morrer... ou medo de viver.

Meu nome é Sylvia Browne. Passei 47 anos fazendo de tudo: vinte consultas por dia, séries de palestras, aparições no rádio e na TV, investigações sobre assombrações e crimes, pesquisas sobre paranormalidade, trabalhos com mais de cem médicos e psiquiatras de todo o país, tudo isso com uma Guia Espiritual chamada Francine constantemente cantando no meu ouvido.

Parece um pouco estranho começar um livro sobre você falando de mim mesma. Mas acho que preciso me apresentar.

Eu nasci em Kansas City, no Missouri, em 1936, de um pai maravilhoso, Bill Shoemaker, e uma mãe, Celeste Shoemaker, que

eu posso descrever com educação como “não exatamente a pessoa mais divertida do mundo”. De qualquer forma, ela foi a conexão genética com a mãe dela, minha espetacular e adorada avó, a médium brilhante Ada Coil, que vinha de uma linhagem de três séculos de médiuns. Essa razão bastaria para justificar a existência de minha mãe.

Graças a Deus, à hereditariedade e ao meu projeto – o plano de vida que todos nós escrevemos do Outro Lado antes de virmos para cá – eu nasci médium. Cheguei ao mundo com uma membrana fetal enrolada na cabeça, o que é um antigo sinal de que um recém-nascido recebeu o dom da mediunidade ao nascer.

Franco, durante os primeiros anos da minha infância, ser médium parecia mais um fardo do que um dom. Quando eu tinha cinco anos, por exemplo, certa noite, em um jantar em família, eu “vi” os rostos das minhas duas bisavós derretendo – não foi agradável, pode acreditar. Ambas faleceram em seguida, no prazo de duas semanas. Até vovó Ada pacientemente me explicar minha visão e os poderes psíquicos que a tinham causado, eu achei que de alguma forma tinha matado as duas. Mais tarde, anunciei a morte do meu avô para a família antes que meu pai chegasse em casa com a má notícia. Informei a meus pais, quando tinha três anos, que eles me dariam uma irmãzinha quando eu tivesse seis (nenhum médium é cem por cento exato – Sharon se antecipou e nasceu um mês antes do meu sexto aniversário). Eu via espíritos visitantes tão claramente quanto via todas as outras pessoas na sala, e achava que todos os viam também, até a vovó Ada explicar como e por que eu e ela tínhamos uma “sintonia” diferente das outras pessoas. Eu atendia à porta antes que alguém batesse e sabia quem estava lá antes de abrir. Uma tarde eu arranquei o meu pai de um cinema gritando desesperada: “Sharon não consegue respirar!” Chegamos em casa e descobrimos ela arfando, com uma súbita pneumonia dupla... Eu poderia continuar sem parar.

Eu tinha cinco anos quando finalmente fiquei curiosa o bastante para falar sobre aquelas “outras pessoas” que ninguém além de mim parecia perceber. Minha família estava reunida na sala falando melancolicamente de parentes falecidos quando a imagem de um homem começou a tomar forma atrás da vovó Ada, tornando-se

mais e mais nítida até eu poder vê-lo tão claramente quanto ela. Perguntei à minha avó quem era aquele homem e ela calmamente me pediu para descrevê-lo.

“Ele é alto, tem cabelo castanho-avermelhado, está usando pequenos óculos de arame e tem um tubo pendurado no pescoço que ele usa para ouvir o peito das pessoas.”

Ela sorriu, feliz em saber que o tio Jim tinha vindo do Outro Lado para dizer olá. Parece que o tio Jim havia morrido na trágica epidemia de gripe de 1917, tendo pego o vírus de um dos seus pacientes.

A vovó Ada sempre reagiu ao meu dom irreprimível com apoio, amor, compreensão e a profunda compaixão de uma mulher que passara por aquilo também. Papai reagia com orgulho divertido e fascinado. Mamãe assumia a posição de que ter outro médium na família seria tão bom quanto abrir um buraco na cabeça e, “por coincidência”, desenvolveu o *hobby* de ter enxaquecas.

Provavelmente o evento mais significativo da minha infância – e do resto da minha vida como médium, aliás – aconteceu quando eu tinha oito anos. Certa noite, tendo recebido ordens severas de dormir, eu comecei a brincar com uma lanterna. De repente a luz foi aumentando até que todo o meu quarto brilhava. Do meio da luz saiu uma mulher alta, sorridente, de aparência serena e cabelos negros, que disse calmamente: “Eu venho de Deus, Sylvia. Não tenha medo.” Fácil falar. Eu estabeleci um novo recorde de velocidade ao correr para fora daquele quarto e descer as escadas, gritando com toda a potência dos meus pulmões, e abraçar a vovó Ada, que estava na cozinha lavando legumes. “Oh”, respondeu ela, quase contendo um bocejo diante de uma coisa tão comum, “foi a sua Guia Espiritual. Ela está aqui para ajudar você. Passe as cenouras, por favor.”

Descobri que minha Guia Espiritual era uma mulher de ascendência inca e asteca chamada Iena, que morrera na Colômbia, sua terra natal, no início do século XVI. Rapidamente substituí o terror por autoritarismo. Disse-lhe que estava mudando o nome dela para Francine. Ela foi gentil o bastante para não ligar, e até hoje Francine permanece minha companheira constante, amiga, conselheira, professora, confidente e protetora... até certo ponto.

Ela sabe que os erros e as dificuldades são inevitáveis e necessários ao progresso do espírito humano e tem me deixado experimentar bastante das duas coisas. Como Guia Espiritual, ela faz um trabalho maravilhoso. Como escudo contra as dores da vida e o esmagador desespero ocasional, eu lhe daria uma nota 6.

Como todos os Guias Espirituais, Francine, desde o início, tinha uma visão muito mais clara do meu propósito na Terra do que eu. Certa vez, tarde da noite, aos dez anos, tive uma visão das clássicas máscaras gregas da tragédia e da comédia, superpostas na parede do meu quarto. Antes mesmo que eu pudesse perguntar o que significava aquilo, Francine anunciou, com sua sutil clareza habitual: “Sylvia, esta é sua vida.” Ela também me informou que um dia eu seria uma médium famosa, ajudando muitas pessoas e falando para grandes platéias. E certamente tudo isso se realizou, inclusive as tragédias de cortar o coração com que eu me defronto todos os dias em meu trabalho, superpostas à minha convicção de que o senso de humor é tão essencial para nossas vidas quanto a espiritualidade.

Vou repetir duas afirmações mais de uma vez ao longo do livro porque são muito importantes: nenhum médium na Terra, inclusive eu, é cem por cento preciso, e nenhum médium verdadeiro, inclusive eu, pode usar seu dom para si mesmo. Deus generosamente nos concedeu um dom, não para acumular riquezas ou desperdiçar em números de loteria e apostas para nós mesmos, mas para dar aos outros de forma igualmente generosa. Como um filho, esse dom não é uma coisa que possuímos. Ele nos é confiado como uma força independente para que o conservemos e o aprimoremos. E, se fazemos mau uso dele, merecemos perdê-lo.

Como a uniformidade não era o forte da minha família, fui criada como católica, judia, episcopal e luterana, com ênfase no catolicismo. Houve uma época em que achava que queria ser freira. Mas como não consegui encarar seriamente a idéia de me tornar freira, em vez disso me tornei uma professora católica por 18 anos.

Com Francine sempre resmungando no meu ouvido e meu dom mediúnico dado por Deus me cobrando constantemente, percebi, afinal, que ser médium e ser apaixonadamente espiritual não eram

coisas incompatíveis. Eu podia, e devia, devotar minha vida a ambos.

Comecei a dar consultas. Não estou contando vantagem quando digo que logo se tornou evidente que eu podia mudar e até salvar a vida das pessoas. Mesmo porque minhas informações mediúnicas não vêm *de* mim, mas *através* de mim. Portanto, o único crédito que eu posso receber é por ter um dom e estar disposta a transmitir amplamente as informações que recebo.

Comecei a dividir o que sabia com grupos de amigos e depois amigos dos amigos. Quinze ou vinte pessoas em uma sala de estar se tornaram duzentas ou trezentas pessoas em igrejas e auditórios, o que com o tempo evoluiu para aparições na TV, no rádio e compromissos com um público de duas ou três mil pessoas, em lugares onde elas tinham que ficar de pé.

Quanto mais eu aprendia sobre poderes mediúnicos e espiritualidade, mais eu queria aprender. Tornei-me uma ávida estudante de teologia e religião comparada e li todas as 26 versões da Bíblia, bem como todos os outros livros religiosos importantes que consegui encontrar: o Alcorão, o Talmude, os ensinamentos de Buda ou o Livro Egípcio dos Mortos. Em 1974, criei a Fundação Nirvana para Pesquisas Mediúnicas (hoje a Corporação Sylvia Browne), uma organização profissional sem fins lucrativos para o estudo e a pesquisa da paranormalidade. Tornei-me uma mestre em hipnose após cumprir os requisitos necessários, não com o objetivo de ver quantas pessoas eu poderia transformar em galinhas ou bailarinas para constrangê-las na frente de platéias, mas sim para atingir a riqueza da sabedoria espiritual que está presente e disponível em todo subconsciente humano.

As pessoas falam umas com as outras, graças a Deus, e assim minha reputação cresceu juntamente com a minha clientela e acabou se espalhando por todos os continentes. Comecei a receber ligações de órgãos judiciais e da comunidade médica pedindo ajuda em relação a assuntos que iam desde assassinatos não resolvidos e pessoas desaparecidas até problemas fisiológicos e psicológicos que não estavam respondendo ao tratamento tradicional. Ficava orgulhosa e feliz em atender a esses chamados. Nunca cobrei nem um centavo por isso e nunca vou cobrar. O dia em que eu pedir um

cheque para ajudar a encontrar uma criança desaparecida ou um assassino, ou orientar um médico acerca de um diagnóstico ou do tratamento de um problema clínico ou psiquiátrico que ameace a vida, é o dia em que meu dom mediúnico me será retirado, exatamente como deve ser.

Durante todo esse tempo, minha vida pessoal ajudou para que eu me mantivesse humilde e para provar, sem sombra de dúvida, que Deus definitivamente não me deu esse dom para usar comigo mesma. Fui casada três ou quatro vezes, sem contar um casamento de uma semana quando tinha 16 anos, que o meu pai pronta e sabiamente mandou anular. Mas não existem erros – graças a essas “experiências de aprendizado”, mudei-me em 1964 para a Califórnia, que é o meu lugar, e fui abençoada com dois filhos e três netos maravilhosos que eu adoro.

Em 1986, motivada pela crença de que a espiritualidade sem ação não passa de muita retórica e pela minha consciência crescente de que fazer e manter a conexão entre nós mesmos e a essência de Deus dentro de nós é a coisa mais importante que podemos fazer nesta vida, fundei a Sociedade Novus Spiritus (Novo Espírito). Temos agora cerca de sessenta ministros e contamos os membros aos milhares. Adoramos e celebramos um Deus benevolente, de amor, que nos criou a todos, e rejeitamos conceitos rígidos e cruéis como pecado, culpa e retribuição. Somos uma comunidade espiritual ativa, orgulhosa de nossas correntes diárias de oração que chegam a incluir centenas de milhares de pessoas, nosso trabalho com os sem-teto e os enfermos, e quantas outras missões humanitárias nossos recursos puderem sustentar.

Eu sempre senti que devo a meus clientes e amigos algo mais do que sou capaz de dividir em palestras e consultas – um livro que possam levar para casa para ajudá-los a responder questões importantes quando eu não estou por perto e, principalmente, para confortá-los em momentos de dificuldade e desespero. Achei que funcionaria melhor se fosse um manual de instruções introdutório que não apenas explicasse os princípios básicos da vida, da morte e do Outro Lado, através da minha visão mediúnica, mas que realmente desse indicações simples de como usá-los. Por isso, uma noite, ao jantar, disse para minha amiga Lindsay Harrison, que é

roteirista profissional: “Vamos escrever um livro juntas.” Ela respondeu: “Nunca escrevi nenhum livro, por isso acho melhor você encontrar outra pessoa.” Eu retruquei: “Acho que está na hora de você escrever um livro e eu sou médium, por isso cale a boca e aceite.” Não sendo do tipo que se insurge contra a lógica, ela calou a boca e aceitou.

Este, portanto, é o manual de instruções que eu queria escrever, baseado nos meus conhecimentos depois de 62 anos nesta vida em particular:

Sei que Deus está vivo e bem. Ele nos criou. Ele nos ama contínua, eterna e incondicionalmente, e Ele é tão parte de nós quanto nossos pais, nossos avós e todos os nossos ancestrais.

Sei que o Outro Lado e os espíritos que vivem lá são tão reais quanto esta Terra em que vivemos, e que a única coisa que separa o “aqui” do “lá” é uma diferença finamente velada na frequência vibracional.

Sei que não existe a morte, porque nosso espírito sempre esteve vivo e sempre estará. Somos tão eternos quanto o Deus que nos criou.

Sei que deixamos nosso Lar do Outro Lado muitas vezes para vir à Terra, com o propósito de experimentar e superar a negatividade e aprender com isso, em um processo contínuo de aperfeiçoamento espiritual. Escolhemos quem seremos e o que seremos todas as vezes, antes de vir para cá, e até escrevemos nossos próprios projetos para mapear exatamente o que queremos realizar nessa breve jornada longe do Lar.

Sei que sempre estamos cercados por Guias Espirituais, Anjos, entes queridos que já partiram e pelo próprio Deus, e que podemos ter pronto acesso a todos eles simplesmente se aprendermos como.

Por fim, sei que se pelo menos uma coisa neste livro acrescentar mais amor, felicidade, esperança, poder e paz à sua vida, poderei considerar isso uma honra e uma oração atendida.

Do fundo do meu coração, que Deus abençoe você.

AJUDA DO OUTRO LADO: NOSSOS
ANJOS E GUIAS ESPIRITUAIS



Quase todas as religiões do mundo aceitam o fato de que os espíritos sobrevivem à morte. No entanto, se você disser que pode se comunicar com eles, vão achar que está louco. Então os espíritos existem, mas nós não podemos nos comunicar com eles? Para mim *isso é que é loucura*. Claro que podemos! Fazemos isso o tempo todo, tendo ou não consciência.

A verdade é que nunca estamos sozinhos. A cada momento de nossas vidas estamos cercados por um grupo de apoio do Outro Lado que nos conhece, nos ama e nos compreende melhor do que nós conhecemos, amamos e compreendemos a nós mesmos.

Tenho certeza de que você acharia mais fácil acreditar se de fato pudesse ver e ouvir seu grupo de apoio espiritual tão claramente quanto vê e ouve as pessoas ao seu redor. Mas pense numa coisa: quando você se afasta de casa e da família todos os dias para ir trabalhar, deixa imediatamente de acreditar que essas coisas existem até estar frente a frente com elas de novo? Claro que não. Não importa o quanto o seu dia seja difícil, estimulante ou desgastante, você nunca duvida de que, quando o dia acabar, sua casa e sua família estarão onde você as deixou.

O que acontece no seu dia-a-dia é exatamente o que se passa na vida da sua alma e por isso sua mente e seu coração podem ter a mesma certeza de que seu Lar e sua família eternos são reais. Você deixou seu Lar – o Outro Lado – e sua família espiritual para vir para este emprego, este acampamento desagradável, este trabalho duro

chamado vida. Sinceramente, eu me surpreendo de não nascermos todos carregando pequenas marmitas. E quando o trabalho/vida se encerrar, você vai encontrar o mesmo Lar e a mesma família esperando onde os deixou, tão seguros, íntimos e felizes de vê-lo que você vai se perguntar, antes de mais nada, de onde tirou a brilhante idéia de deixá-los. Se, como eu, você passar pela vida sentindo uma certa nostalgia, não importa onde esteja, é porque nossas almas se lembram de um lugar onde todos estivemos antes e anseiam por ele.

À medida que for lendo este livro, inclusive agora mesmo, você pode se descobrir pensando: “Como ela sabe disso?” Em vez de repetir muitas vezes a resposta, vou fazer uma pausa para revelá-la aqui, mesmo que seja somente para assegurar que eu não gastaria o seu tempo com adivinhações: passei cada dia dos últimos 47 anos em contato direto com o Outro Lado, não só através da minha Guia Espiritual, Francine, como também através dos espíritos que se juntam a meus clientes durante as consultas. Francine, em especial, já me deu uma grande quantidade de informações que eu nunca aceitei de mão beijada. Em vez disso, uso essas informações para aprimorar os mesmos 47 anos de pesquisa e experiência exaustivas, tudo documentado e arquivado em meu escritório. Eu não sou apenas cética, também sou do Missouri, o estado do “ver para crer”. Portanto, nada aparece neste livro sem que eu tenha questionado, explorado, testado mais de uma vez, estudado e confirmado pessoalmente.

O O U T R O L A D O

O Outro Lado é o lugar de onde nossos espíritos vêm quando entramos no útero à espera do nascimento e para onde eles vão quando morremos. É o céu, o paraíso mais espantosamente belo do que nossas mentes terrenas podem imaginar. Costumamos visualizá-lo como estando “lá fora, em algum lugar”, sobre as nuvens, depois da lua e das estrelas, além da Terra do Nunca. Isso é compreensível, já que “lá fora em algum lugar” soa tão infinito e misterioso quanto imaginamos que seja o Outro Lado.

Mas a verdade é muito mais fascinante e reconfortante do que isso: o Outro Lado fica bem aqui entre nós, uma outra dimensão superposta ao nosso próprio mundo, mais ou menos um metro acima do que para nós é o “nível do chão”. Sua frequência vibracional é muito mais alta que a nossa e é por isso que não o percebemos. Para uma comparação simples, pense em um apito de cachorro – a frequência é tão alta que parece silenciosa ao ouvido humano, mas os animais a ouvem claramente. Parte do dom de um médium é, na verdade, a capacidade dada por Deus de perceber uma quantidade maior de frequências vibracionais, o que explica por que podemos nos comunicar com o mundo espiritual com mais facilidade do que as chamadas pessoas “normais”.

Aqueles que já viram espíritos invariavelmente os descrevem “flutuando acima do chão”. Há uma boa razão para isso – eles *estão* flutuando acima do *nosso* chão. Estão no nível do chão do Outro Lado. Somos, na verdade, fantasmas no mundo *deles*, dividindo o mesmo espaço, mas irreais se comparados com eles, já que é no mundo espiritual que todos os seres estão completa e plenamente “vivos”.

Normalmente, Francine me dá informações sobre o Outro Lado e eu as confirmo através de pesquisa metódica, incluindo regressão por hipnose, que discutiremos com mais detalhes em outros capítulos. No caso da localização do Outro Lado, no entanto, esse processo funcionou ao contrário. Décadas atrás, eu estava com uma cliente chamada Anne, trabalhando a morte dela em uma vida passada. Ela descreveu a família reunida em torno da cama para dizer adeus e o quarto pequeno, simples, com iluminação a gás, no qual estava morrendo. Para espanto dela, e meu, quando o lendário túnel apareceu para levar seu espírito para o Outro Lado, ele não apontava do corpo dela para cima, na direção do telhado ou do céu, mas atravessava o quarto e os campos sulistas além dele, apenas ligeiramente acima do plano terreno que ela estava deixando.

Quando percebi que um cliente após o outro, sem nenhuma orientação minha, sempre descrevia exatamente a mesma experiência, de um túnel, ou às vezes uma ponte, que não *subia* para outra dimensão, mas *seguia reto* até ela, comentei finalmente

com Francine, certa noite, como se lhe contasse uma novidade: “O Outro Lado é bem aqui!”

Ela respondeu: “Claro que é aqui.”

Com alguma impaciência, eu quis saber por que ela nunca tinha se dado ao trabalho de mencionar isso. Com sua lógica típica e às vezes frustrante, ela respondeu tranqüilamente: “Você nunca perguntou.”

Você vai ler, em um capítulo mais adiante, sobre minha própria experiência de quase morte. Não que àquela altura eu precisasse de mais confirmações sobre a localização do Outro Lado, mas posso garantir que, assim como Anne e aqueles inúmeros clientes, eu vi pessoalmente o túnel erguer-se do meu corpo para me levar para a frente, e não para cima, até a Luz Branca do Lar.

Nós aqui na Terra estamos presos às aborrecidas leis de tempo e espaço da nossa dimensão, leis que contribuem para o nosso vocabulário com conceitos como “atrasado”, “superlotado”, “engarrafado” e “estressado”. Os residentes do Outro Lado funcionam alegremente sem essas restrições, aproveitando, em vez disso, a liberdade proporcionada por leis universais como infinito e eternidade. Nossas vidas aqui duram mais ou menos a mesma coisa que um piscar de olhos do Outro Lado, e as entidades que lá residem não têm o conceito da palavra “superlotado”, já que centenas delas poderiam caber em um elevador sem nem mesmo ter que se encolher.

E que tal isto como perspectiva: todos os espíritos do Outro Lado têm trinta anos. (Sim, incluindo nós, não importa se chegamos lá com dois ou noventa e dois anos.) Quando minha Guia Espiritual, Francine, minha “especialista residente” nos assuntos do Outro Lado, me contou isso, perguntei: “Por que trinta?” A resposta foi: “Por que não?” Isso encerrou *aquela* conversa. Mas acho que trinta anos é uma boa idade física, pois nela estamos bastante confortáveis em nossos corpos. Os espíritos podem assumir suas formas terrenas quando vêm nos visitar, para nos ajudar a reconhecê-los, mas em sua vida cotidiana no Outro Lado eles não apenas têm trinta anos como também podem escolher os próprios atributos físicos, da altura e peso à cor dos cabelos.

Preciso deixar uma coisa bem clara, se é que ainda não está. Para descrever o Outro Lado e as diferenças entre a vida lá e a vida aqui na Terra, estou usando pronomes como *nós* e *eles*. Por favor, entenda que *nós* já fomos *eles* muitas e muitas vezes, e vamos voltar a fazer parte *deles* quando esta vida estiver encerrada. Todos nós, aqui e no Outro Lado, somos parte do mesmo Todo, fibras do mesmo tecido perfeito da criação de Deus. Estamos separados apenas por uma transição natural a que chamamos “morte”, uma transição que é na verdade o jubiloso ciclo de nossos espíritos eternos indo de volta ao Lar.

O Lar, ao contrário de um monte de mitos e desenhos em cartões de boas-festas, é muito mais complexo e magnífico do que simplesmente um mar sem fim de nuvens brancas e fofas e céu azul. O Outro Lado é uma infinidade espantosa de montanhas, oceanos, amplos jardins, florestas – todas as maravilhas da natureza que existem aqui, com a beleza amplificada centenas de vezes. A paisagem é pontuada de edifícios de variedades e desenhos esplêndidos – arquitetura grega e romana clássica para os templos, salas de concerto, pátios, arenas de esportes e outros locais de reunião pública – e casas projetadas para atender à preferência pessoal de cada entidade, de forma que uma imponente mansão vitoriana pode ser vizinha de uma simples cabana de troncos.

Os animais, entre as mais perfeitas criações de Deus, também estão vivos no Outro Lado. (Para ser sincera, se não estivessem, eu acho que não teria o menor interesse em ir para lá.) Todos os animais que existem na Terra existem do Outro Lado, sem medo ou agressão, e são adequadamente tratados e respeitados por serem espíritos puros, inocentes e sem malícia.

É provável que você fique tão aliviado quanto eu ao saber que as entidades do Outro Lado não passam o tempo todo deitadas tocando harpa. Isso pode ser bastante agradável por cinco ou dez minutos, de vez em quando, mas por toda a eternidade? Na verdade, os residentes do Outro Lado apresentam-se constantemente ativos e animados. Francamente, é ridículo da *nossa* parte falar deles como “mortos”. Seria ótimo se estivéssemos “mortos” como eles. Todos estudam, trabalham e pesquisam – por

escolha própria, devo acrescentar, e com grande satisfação. Eles têm uma vida social fulgurante, cheia de festas, música, dança, eventos esportivos, desfiles de moda e palestras, enfim, todas as opções possíveis para todas as preferências possíveis. Todas as artes, ofícios, *hobbies* e atividades externas que há na Terra existem lá, levadas ao extremo mais estimulante. Palavras como aborrecimento, solidão e tédio não fazem parte do vocabulário local.

Ainda mais fascinante é saber que as entidades do Outro Lado também criam de tudo, de invenções e curas médicas a grandes avanços nas artes, na música, na filosofia e na ciência. Essas criações são transmitidas através de telepatia sutil para aqueles na Terra que têm as técnicas, as ferramentas e a dedicação para torná-las realidade. Se alguma vez você se perguntou por que as grandes idéias humanitárias parecem ocorrer quase que simultaneamente a pessoas isoladas em lados opostos do mundo, agora você sabe – o Outro Lado gosta de garantir que suas melhores contribuições receberão a máxima atenção aqui. Isso não tira nem um pouco do crédito das pessoas brilhantes entre nós que realizam esses avanços. As entidades do Outro Lado precisam de mãos e ouvidos talentosos e dispostos para realizar seu trabalho, tão certamente quanto nós precisamos de sua divina inspiração.

A telepatia é a forma de comunicação mais popular entre as entidades espirituais, mas a comunicação verbal também é fácil, já que todas as línguas são faladas e compreendidas. A língua mais universal do Outro Lado é o eloqüente e descritivo aramaico, da antiga Síria. Cristo e seus discípulos falavam um de seus dialetos. Mas não é preciso começar a aprender intensivamente o aramaico antes de morrer. Como qualquer entidade do Outro Lado, teremos acesso a todo o conhecimento quando chegarmos lá, incluindo as memórias de cada uma de nossas vidas passadas. Todas as entidades estão em comunicação constante e total com Deus, que oferece informações e respostas através da “infusão de conhecimento”, uma transmissão direta do Espírito Santo para a mente.

Não há negatividade no Outro Lado, nem agressão, nem ego, nem ciúmes ou orgulho e nem julgamento. Esses atributos são criações estritamente humanas, não de Deus. E é exatamente por

causa dessas características humanas que fazemos a escolha aparentemente insana de deixar nosso Lar do Outro Lado de tempos em tempos e percorrer outra encarnação.

Nosso propósito ao vir até aqui é aprender e ganhar sabedoria, sendo, como somos, extensões de Deus capazes de sentir e experimentar. Já ouvi e li diferentes interpretações sugerindo que a cada encarnação nossos espíritos “evoluem”, em um esforço para ficar “mais perto de Deus”. Isso simplesmente não é verdade. Nossos espíritos já estavam plenamente “desenvolvidos” quando Deus os criou. Somos parte Dele assim como Ele é parte de nós. Portanto, não existe isso de ficar “mais perto” de Deus – já estamos lá.

Uma vez, quando eu era muito mais jovem e atravessava um período especialmente duro, perguntei a uma alma muito sábia por que a vida tinha que ser tão difícil. Ela respondeu com uma pergunta: “O que você aprendeu nas épocas em que a vida foi fácil?” Embora eu deteste admitir isso, ela tinha razão. É verdade o que dizem: “o que não mata, engorda”. Não aprendemos quando não há obstáculos no caminho, e sim quando superamos aqueles que encontramos. É por isso que nossos espíritos às vezes sentem necessidade de deixar o Outro Lado e vir até aqui – para experimentar e superar a negatividade em todas as suas formas, aprender com isso e depois levar o conhecimento de volta ao Lar.

A pergunta que ocorre é que, se temos acesso a todo o conhecimento no Outro Lado, por que ter o trabalho de viver a “negatividade”? Por que simplesmente não ficamos na perfeição do Lar lendo uma eternidade de sabedoria sobre a imperfeição?

Conceitos brilhantes só são úteis quando postos em prática. Se Deus tivesse criado nossos espíritos para se satisfazerem com conhecimento sem precisar da experiência, Neil Armstrong nunca teria pisado na Lua. Leonardo da Vinci teria estado ocupado demais lendo livros de arte para ter tempo de criar a *Mona Lisa*, e William Shakespeare teria passado a vida inteira indo ao teatro sem nunca se dar ao trabalho de pegar na pena.

A mesma força, coragem, disciplina, curiosidade e fé que admiramos nessas pessoas foi necessária para que escolhêssemos

experimentar outra vida humana. Devemos a nós mesmos e aos outros um profundo respeito só por ter tido peito de vir até aqui.

Assim que nossos espíritos tomam a decisão de habitar um corpo humano, criamos um projeto para essa vida com base naquilo que estamos mais interessados em vivenciar e aprender para ter êxito em nossa eterna busca de conhecimento. Esse projeto inclui tudo: o tipo de pais, famílias e infâncias que teremos, os caminhos profissionais, as circunstâncias de saúde e finanças, as preferências sexuais, os casamentos, os filhos e a duração de nossas vidas. Também selecionamos uma “linha de opção”, que é uma área na qual sentimos que temos mais a aprender e que, portanto, irá apresentar a maior quantidade de desafios enquanto estamos aqui.

Podemos escolher entre sete linhas de opção: família, vida social, amor, saúde, espiritualidade, finanças e carreira. Se prestar atenção na sua vida, aposto que descobrirá um item nessa lista com o qual você, por mais que tente, tem grande dificuldade ou simplesmente não consegue acertar. Nos piores momentos, ele transborda sobre os outros seis, dando a impressão de que você está fazendo tudo errado. Não entre em pânico. Não é uma aflição que lhe foi imposta contra a sua vontade. Na verdade, essa é a área de desafio que você escolheu. Pense nisso como a matéria na qual você decidiu se “graduar” desta vez para que possa chegar a dominá-la algum dia. (Eu sei que nem sempre é fácil. Minha linha de opção é “família” e, acredite, ainda estou tentando pegar o jeito aos 62 anos.)

Além de mapear nossos projetos antes de vir para cá, também fazemos contratos sagrados com entidades do Outro Lado que cuidam de nós, nos protegem, ajudam e aconselham ao longo da jornada terrena que escolhemos empreender. O mais íntimo desses conselheiros é o nosso Guia Espiritual, que, com a ajuda de Deus, concebe e revisa nosso projeto conosco e está ao nosso lado a cada passo do caminho.

G U I A S E S P I R I T U A I S

Cada um de nós tem um guia espiritual, alguém de quem éramos muito próximos, a quem literalmente confiamos nossa alma no Outro Lado e que concordou em ser nosso companheiro constante,

vigilante e auxiliar quando fizemos a escolha de experimentar outras vidas na Terra. Nossos Guias Espirituais são os melhores amigos que jamais tivemos, só que por acaso vivem em outra dimensão.

Todos os Guias Espirituais passaram pelo menos uma vida aqui, por isso são capazes de compreender os problemas, os erros, as tentações, os medos e as fragilidades inevitáveis no mundo humano. Na verdade, a maioria de nós já foi ou será o Guia Espiritual de alguém em algum momento. Em raras ocasiões, seu guia é um ancestral ou alguém com quem você compartilhou uma vida passada. Como a sua relação com o Guia foi estabelecida entre os dois espíritos no Outro Lado antes do seu nascimento, é impossível que ele seja alguém que você conheceu nesta vida.

Minha Guia Espiritual, que já mencionei antes, é uma mulher de ascendência inca e asteca chamada Lena, embora eu tenha, por minha conta, mudado seu nome para Francine. Ela nasceu no norte da Colômbia em 1500 e foi morta em um ataque espanhol à sua cidade em 1520. Essa foi sua única encarnação nesta Terra e nunca nos conhecemos até nos encontrarmos e ficarmos grandes amigas no Outro Lado. O fato de nunca termos nos encontrado em uma vida passada não diminui em nada nossa profunda e íntima ligação.

O trabalho dos Guias Espirituais é instigar, cutucar, encorajar, aconselhar, apoiar e, como sugere seu título, guiar cada um de nós no caminho da vida. Eles contam com diversas vantagens que ajudam nesse trabalho. Em primeiro lugar, têm a ligação mais próxima possível com nossos espíritos – a verdadeira essência de quem somos. Também estudaram e memorizaram nossos projetos. Nós, infelizmente, perdemos a consciência desses projetos durante nosso tempo na Terra e tendemos a nos desviar de nossos planos. Os Guias podem nos ajudar a voltar aos trilhos. Sua posição vantajosa no Outro Lado lhes dá acesso direto ao divino conhecimento de Deus, e eles também desfrutam da capacidade invejável que todos os espíritos têm de estar em diversos lugares ao mesmo tempo, sem sofrerem o embaraço desses corpos a que damos tanta importância. Podem estar em uma palestra ou numa festa no mundo espiritual, ou visitar outro ser amado na Terra, e ao mesmo tempo continuar de olho em nós.

Se por acaso vocês estão imaginando um bando de *voyeurs*, assistindo a todos os nossos movimentos e invadindo nossos momentos mais privados, deixe-me acalmá-los. Eles são Guias “Espirituais” e não “Corporais”. Preocupam-se com nossos espíritos e só com eles. Nossas diversas funções corporais não lhes interessam.

Outra coisa que um Guia Espiritual nunca faz – e eu sei por experiência própria – é interferir nas escolhas que fazemos, ou nos privar de nosso livre-arbítrio. Na melhor das hipóteses, eles oferecem possíveis alternativas e avisos. Mas nosso acordo com eles, desde o princípio, é de que estamos aqui para aprender e crescer, e eles sabem que não podemos fazer isso se ficarmos constantemente nos protegendo das experiências em que aprenderemos as lições de que precisamos.

Os Guias Espirituais se comunicam conosco de diversas maneiras, que perceberemos melhor se conseguirmos calar a boca e prestar atenção. Vocês devem achar que isso é muito mais fácil para mim, que tenho a vantagem de ser realmente capaz de ouvir quando Francine fala comigo, e até posso canalizar isso para que ela fale *através* de mim. Mas, por incrível que pareça, ainda hoje há ocasiões em que eu fico intratável e não presto atenção nela. O fato de ela continuar a falar comigo até hoje é um indicador da sua paciência e da profundidade do laço que nos une.

Por isso, não se sintam prejudicados se seus Guias Espirituais não parecerem ter uma voz audível. Eles enviam muitas mensagens mesmo assim, quase sempre através do seu subconsciente. O que você sempre interpretou como instintos, ou a sua consciência, ou sonhos mais vívidos que o normal, são mais provavelmente sinais enviados por seu Guia Espiritual. Essas experiências são comuns. Sem nenhuma razão aparente, você faz um caminho diferente do normal e depois descobre que evitou um acidente de carro. Num impulso, liga para um amigo e descobre que ele precisa de ajuda naquele momento. Vai dormir preocupado com um problema e acorda sabendo a solução. Qualquer situação que era atribuída a “alguma coisa me disse para...” pode ser transformada em “*alguém* me disse”. São os sinais do seu Guia Espiritual que você está recebendo – e colocando em prática.

Quanto a mandar sinais para o seu Guia, você pode e deve pedir ajuda, conselho e conforto sempre que sentir que precisa. Mas, por favor, lembre-se de uma coisa que tive muita dificuldade em aprender: o que quer que você deseje, seja específico.

Quando meu filho Paul tinha cinco meses de idade, pegou uma infecção que poderia ser fatal. Sua febre já tinha passado de 40° quando o levei para o hospital, onde lutou na UTI por 26 horas antes que os médicos pudessem me assegurar que ele iria viver. Passei a maior parte daquelas 26 horas assustada e sozinha, e, enquanto andava para lá e para cá, rezando e chorando naquela sala de espera, devo ter implorado “Francine, me ajude!” milhares de vezes, sem obter nenhuma resposta perceptível.

Quando Paul estava de volta em casa, em segurança no próprio berço, eu interpelei Francine, zangada, sentindo-me traída: “Como você pôde me abandonar daquele jeito, quando eu achava que meu bebê ia morrer?”

Como todos os Guias Espirituais que têm a perspectiva divina que nos falta, Francine está sempre calma, não importa o que eu lhe diga. Por isso, com sua serenidade típica, ela simplesmente respondeu: “Era isso, então? Eu sabia que você queria ajuda, mas não tinha idéia de qual era o problema. *Sabe, eu não posso ler a sua mente.*”

Aquilo era novidade. Eu achava que ela sabia tudo sobre mim. Mas quanto mais eu pensava nisso, mais fazia sentido. Nossos Guias Espirituais conhecem nossos projetos, mas estes raramente contêm cada momento de medo que iremos enfrentar. Além disso, falando por experiência própria, embora eu seja uma médium, também não posso ler a mente de ninguém. Se um amigo ou cliente me disser “Me ajude!”, vou sempre responder “Com o quê?”. Foi uma lição valiosa que fico feliz em passar adiante – seu Guia Espiritual está disponível 24 horas por dia para se unir a Deus como um de seus maiores aliados, bastando apenas você deixar as generalidades de lado e dizer a ele *exatamente* do que precisa.

Mas eu ainda não estava pronta para liberar Francine. Ela não podia ler a minha mente, mas eu tinha rezado constantemente naquele quarto de hospital. Não era preciso ler mentes para ouvir orações, era?

Mais uma novidade: quando falamos diretamente com Deus, uma “cúpula de privacidade” nos cerca instantaneamente. A intimidade de nossas conversas com Deus é tão sagrada que nem mesmo nossos Guias Espirituais podem ouvi-las. Deus é parte de nós. Somos parte Dele. Ninguém pode invadir ou bisbilhotar o que dizemos quando já somos um com Ele.

Outra dica, aliás, é que os Guias Espirituais parecem ser absolutamente literais quanto ao que você lhes diz, por isso, quando falar com o seu, esqueça as sutilezas e os pressupostos subentendidos. Eis um exemplo perfeito: se eu perguntar a Francine “Você pode se descrever?”, ela vai responder “Posso”. Ponto final. Apenas isso. Ela não está sendo tímida, está apenas dando a resposta exata à pergunta que recebeu, porque é isso que acha que eu quero saber. Mas se eu lhe disser “Descreva-se, por favor”, ela vai ficar feliz em me atender.

Por favor, não deixe de falar com seu Guia Espiritual só por não saber quem ele é. Não se esqueça, os Guias já foram humanos pelo menos uma vez. Sabem muito bem que praticamente não trazemos memórias deles e de nossas vidas do Outro Lado, por isso não esperam que nos lembremos deles. Se você não foi apresentado ao seu, ou se nenhum médium o identificou para você, invente um nome para ele. Isso vai tornar seu Guia Espiritual mais pessoal e ele vai atender alegremente por qualquer nome que você invente pelo simples prazer de saber que você finalmente o reconheceu e acolheu. Acredite na palavra de uma mulher que mudou o nome da sua Guia Espiritual de Lena para Francine só por gosto: o amor que eles têm por nós é tão paciente, eterno e incondicional quanto o Outro Lado, onde iremos nos encontrar algum dia e, tenho certeza, rir muito da longa e estranha viagem que eles nos ajudaram a fazer.

ANJOS

De acordo com uma pesquisa recente do Gallup, três quartos dos americanos acreditam em Anjos. Os Anjos enfeitam tudo, de camisetas e canecas de café a adesivos de pára-choque. Lojas inteiras se dedicam a objetos com Anjos. Livros sem conta foram

escritos sobre eles. Filmes e séries de TV de sucesso foram feitos sobre o assunto.

Um dos episódios de maior audiência do programa de TV *Montel Williams*, nas minhas mais de oitenta aparições, teve como título “Existem Anjos entre Nós?”. Meu escritório e o de Montel foram prontamente inundados de cartas de pessoas que tiveram com Anjos experiências diretas que mudaram suas vidas.

Obviamente não há nada de novo sobre os Anjos – uma rápida olhada na Bíblia torna claro que eles têm ficado conosco desde que estamos aqui para testemunhar sua presença e ser abençoados por ela. Então, por que esse interesse atual e essa aceitação geral da verdade absoluta de que sim, *existem* Anjos entre nós?

Bom, além do fato de os Anjos serem belos e poderosos o bastante para merecerem toda a paixão que investimos neles, há duas razões lógicas para estarmos ouvindo cada vez mais sobre eles ultimamente. Em primeiro lugar, como a crença nos Anjos não pára de crescer, as pessoas estão cada vez menos relutantes em falar sobre seus encontros com eles. Em segundo, à medida que ficamos mais inseguros e assustados com o mundo que nos cerca, e mais conscientes de que nossa única segurança real reside nas profundezas de nossa própria espiritualidade, mais Anjos do que nunca estão se reunindo para velar por nós e nos proteger.

Embora todas as entidades do Outro Lado interajam entre si, os Anjos formam uma classe à parte e são diferentes dos Guias Espirituais de diversas maneiras importantes:

1 – Os Anjos nunca encarnam – nunca experimentam a vida na forma humana. Em vez disso, eles são anúncios diretos de Deus, perfeita e eternamente vivos no Outro Lado, a não ser por breves viagens a esta dimensão em nosso benefício.

2 – Os Anjos não examinam nossos projetos antes de virmos para cá nem têm conhecimento de nossos roteiros durante esta vida. Dependendo da dificuldade da vida que escolhemos, recrutamos um certo número de Anjos para observar nossa jornada desde o princípio, mas esse número pode aumentar nos momentos de maior desespero e perigo, assim como nos maiores esforços humanitários e espirituais. A missão instintiva deles é nos ajudar nos momentos mais sombrios e sua alegria é observar e celebrar nossos melhores

momentos. Se é possível usar o termo “normal” para esse assunto, eu costumava ver “normalmente” as pessoas virem para a Terra com dois Anjos recrutados e aumentarem esse número para quatro ou cinco no curso da vida. Cada vez mais, no entanto, tenho visto gente que chegou à Terra com quatro ou cinco Anjos e chega a ter dez ao seu redor à medida que enfrenta e supera os desafios.

3 – Os Guias Espirituais e todos os outros espíritos transcendentais são masculinos ou femininos. Mas os Anjos, em sua forma natural no Outro Lado, são andróginos, com feições idênticas e extremamente belas. A cor dos cabelos e da pele varia, mas todos parecem brilhar e reluzir com uma luz divina interna.

4 – Como nunca estiveram encarnados em um corpo humano, eles são mais “leves” na estrutura molecular e mais “fluidos” que os espíritos transcendentais ao viajar entre a dimensão deles e a nossa. Podem aparecer na Terra sem esforço e desaparecer novamente em um piscar de olhos.

5 – Uma descrição que define todos os encontros humanos com um Anjo diz que ele veio e se foi sem dizer uma palavra. Os Anjos são completamente não-verbais, pois se comunicam através da infusão de conhecimento – a mesma transmissão direta do Espírito Santo para a mente através da qual Deus se comunica com todas as entidades do Outro Lado.

Como em tudo na criação de Deus, há uma ordem na população dos Anjos. Quanto maior a ordem ou nível, mais poderoso é o Anjo. Mas, também como tudo na criação de Deus, nenhum Anjo – nenhum ente vivo – é mais próximo Dele ou mais importante para Ele que os outros. Os Anjos podem avançar de um nível para o outro, graças às boas ações ou à experiência adquirida, de modo semelhante ao percurso em uma escola:

Os Anjos – eu os chamaria de “seus Anjos básicos”, mas eles não têm nada de básico – são os calouros do grupo, aqueles que descem à nossa dimensão com mais frequência para nos proteger e resgatar.

Os Arcanjos são os alunos do segundo ano e foram de certa forma os responsáveis pela “imagem” do grupo, porque os Arcanjos têm asas, ao contrário dos Anjos. Essas asas, assim como as tiaras e coroas que usam às vezes, são símbolos de honra, usados para

identificá-los e delinear seu progresso na hierarquia. É interessante notar que, quanto mais feitos realizam, mais prateadas e douradas suas asas se tornam enquanto avançam para o nível seguinte. Os Arcanjos são os mensageiros – foi o Arcanjo Gabriel, por exemplo, que anunciou a Maria que Deus a escolhera para carregar Seu filho, Jesus.

Os Querubins e os Serafins são os alunos do terceiro ano, testemunhas de Deus na Terra, seus repórteres no local. Foram mais notável e magnificamente visíveis quando se reuniram para assistir com júbilo ao nascimento de Cristo.

Os formandos são os Tronos e os Principados, os mais poderosos dos Anjos, e, de certa forma, os “guarda-costas” e “assessores” de Deus. Os Tronos são estáticos, não ativos, repositórios de sabedoria que nunca descem à nossa dimensão. Os Principados descem, mas somente na mais terrível das circunstâncias e apenas quando Deus os envia. Somente os Principados podem, por exemplo, intervir em um momento cataclísmico ou potencialmente fatal em nossas vidas e, exclusivamente sob as ordens de Deus, realmente alterar nossos projetos. E apenas uma união de Principados enviados por Deus, com poderes sem igual entre os Anjos, pode criar um milagre.

Os clientes, amigos e familiares me contaram mais histórias de encontros com Anjos do que posso narrar, e foram tantos os milhares de outras histórias semelhantes publicadas e documentadas que estou começando a realmente sentir pena de quem não acredita nos Anjos. Meu filho Chris, que é médium, passou a infância falando com seus Anjos, que sempre estiveram entre os seus companheiros preferidos de brincadeiras. Minha neta Angelia, que tem seis anos e também é médium, não apenas fala e brinca com os Anjos como foi salva por um quando era bebê. Sua mãe, Gina, foi fisicamente empurrada de volta para a calçada pelas mãos fortes de um Anjo um instante antes que um carro cruzasse a rua em alta velocidade, passando a centímetros do carrinho de Angelia. Uma cliente foi resgatada de uma ressaca na praia e deixada a salvo em terra por um brilhante Anjo dourado que desapareceu antes que ela pudesse agradecer. Outro cliente foi agarrado em pleno ar durante uma queda certamente fatal por uma encosta íngreme e pedregosa e puxado de volta até o mirante na

montanha de onde escorregara sem nem mesmo ver seu poderoso salvador inumano. Outro ainda assistiu, com assombro, ao aparecimento da forma inteira de um Anjo banhado em luz branca bem a tempo de amortecer a queda de seu filho de uma janela no segundo andar e salvar a vida da criança.

Multiplique esse punhado de incidentes por vários milhares e terá uma vaga idéia do número de testemunhos que já ouvi sobre encontros com Anjos. Depois você precisa acrescentar os milhares de outros casos que foram confundidos com alguma coisa mais “comum”, porque os Anjos apareceram na forma humana. Eles podem se materializar brevemente de várias maneiras – de uma garotinha a um velho bondoso –, qualquer forma que não assuste a pessoa que vieram ajudar ou que não atraia muita atenção. Há um lindo versículo da Bíblia que diz: “Não vos esqueçais da hospitalidade, porque, graças a ela, alguns, sem saber, Anjos foram acolhidos.” Isso não significa que da próxima vez que um estranho aparecer na sua porta você deva convidá-lo a entrar. Mas, se um estranho aparecer de repente, fizer um gesto para protegê-lo e ajudá-lo, e depois desaparecer sem uma palavra antes que você possa agradecer, tudo indica que você deve dirigir seus agradecimentos ao Outro Lado.

Eu não preciso ser médium para saber que você pode estar se perguntando neste momento onde estavam todos esses Anjos quando algum desastre ou tragédia aconteceu em sua vida. É uma boa pergunta. Já me perguntei isso em alguns momentos especialmente difíceis, quando meus Anjos pareciam ter cochilado ou então me abandonado completamente.

A resposta me traz de volta a Francine e sua advertência constante: “O que você aprendeu nos momentos em que tudo foi fácil?” Escolhemos esta vida, escrevemos nossos projetos, e parte deles envolve enfrentar a negatividade e superá-la para aumentar a sabedoria do nosso espírito. Os Anjos sabem melhor do que nós que às vezes a ajuda mais amorosa que podem oferecer é dar um passo atrás e nos deixar aprender – e que vamos compreender tudo perfeitamente quando estivermos de volta ao Lar do Outro Lado.

ENTES QUERIDOS QUE JÁ PARTIRAM

Com raras exceções que vamos ver em outros capítulos, todas as pessoas que você amou e perdeu para a morte estão vivas, bem e felizes do Outro Lado – e visitam você com freqüência. De fato, certa noite, enquanto eu e Lindsay estávamos trabalhando neste capítulo, o pai dela, morto por um motorista bêbado há vinte anos, apareceu sem avisar. Ele se plantou atrás dela e pediu a minha atenção, segurando os dois últimos dedos da mão direita com a esquerda e acenando para mim com esse gesto estranho até que eu dissesse a ela: “Seu pai está aqui. O que aconteceu com os dois últimos dedos da mão direita dele?” Ela tentou visualizar as mãos dele mas não conseguiu – fazia muito tempo. Ele me contou e eu repeti: “Ah, eles foram quebrados, e seu pai não conseguia esticá-los.” No dia seguinte ela ligou para a mãe e perguntou, sem explicar por quê: “Mãe, por acaso você se lembra de alguma coisa estranha com os dois últimos dedos da mão direita do papai?” A mãe pensou e respondeu: “Não. Eu me lembro que ele os quebrou e, como não foram colocados no lugar direito, ele não conseguia esticá-los.” Como isso aconteceu na noite anterior ao Dia dos Pais, temos certeza de que ele veio lembrar a Lindsay que passaria o dia com ela.

Embora não o estivéssemos esperando, ele nos deu um bom exemplo de uma típica visita de um ente querido já falecido vindo do Outro Lado:

1 – Eles ficam ansiosos para deixar bem claro quem são. Para isso indicam qualquer coisa, uma característica física exclusiva, um tique, a maneira como morreram, um apelido, um objeto específico, um acontecimento marcante – qualquer coisa que seja necessária para confirmar sua identidade, para o seu bem. Quanto menos idéias preconcebidas você tiver sobre como eles “deveriam” se identificar, melhor você vai se sair. Por exemplo, se Lindsay tivesse insistido que só reconheceria o pai por alguma coisa que envolvesse pescaria ou então o time favorito dele, ela teria perdido um ótimo encontro.

2 – Eles são oportunistas. Quando você está pensando neles, ou simplesmente está em um estado mental receptivo, eles aproveitam a chance para visitá-lo. Lindsay e eu estávamos falando do Outro Lado quando o pai dela apareceu. Sempre que falo para uma

platéia, vejo verdadeiras multidões de espíritos ao redor de cada pessoa na sala, não apenas porque eles sabem que eu posso vê-los, mas também porque minha platéia está aberta a todos os tipos de possibilidades e experiências espirituais. Como diz Francine: “Quando a campainha toca, todos corremos para atender.” Não posso contar o número de pessoas que já vieram me procurar após uma palestra e perguntaram quem era a mulher alta de cabelos negros que estava no palco comigo. Francine, como todos os espíritos transcendentais, inclusive nossos entes queridos, adora atenção, e por mim não há qualquer problema, desde que não estejamos com roupas iguais, o que seria um pouco constrangedor para o meu gosto.

3 – Eles vêm todos com o mesmo propósito básico em mente: querem que saibamos que estão bem, estão conosco, e não apenas não estão mortos como estão mais vivos do que nunca.

Considero o contato com os entes queridos que já partiram extremamente emocionante. Por isso há uma coisa que não consigo aturar e que é bastante comum durante as consultas. Digo a um cliente: “Há uma mulher idosa e pequenina perto de você, com grandes olhos cinzentos e profundas covinhas.” Ele responde, bocejando: “Ah, é a minha mãe. E aí, pergunte a ela se eu vou ser promovido no trabalho ou não?” Ou então: “Ah, é a minha mãe. Quero que ela diga por que deixou o carro para o Bobby quando sabia que eu o queria.” Alô! Alguém que você amou está aqui para oferecer uma prova absoluta de que não é preciso temer a morte e você prefere falar do trabalho? Você está diante da presença verdadeira do Outro Lado e a primeira pergunta que faz é por que o Bobby ficou com o carro?

Eis outro diálogo freqüente e desnorteante durante as consultas: um cliente me pede para colocá-lo em contato com o falecido tio Dick. Em vez disso, vejo uma mulher atrás dele, claramente disposta a falar. Descrevo-a com detalhes. O cliente, um pouco impaciente, diz: “Mas não é o tio Dick.” Não estou brincando. “Essa é a tia Dorothy. Eu não gostava da tia Dorothy. Quero falar com o tio Dick.”

Por favor! Somos privilegiados por receber qualquer visita do Outro Lado. Não vamos reclamar, vamos ouvir!

E se a tia Dorothy veio porque tem alguma coisa para dizer? E se ela trouxe uma mensagem do tio Dick, ou de outro amigo ou parente que já fez a passagem? E se ela quer pedir desculpas por ter sido tão mesquinha, irritante ou vulgar ou o que quer que tenha feito o cliente não gostar dela enquanto estava viva? E se ela deixou para ele algumas centenas de dólares em uma velha caixa de sapatos e esqueceu de mencionar isso no testamento?

Quanto ao tio Dick, há várias razões para ele não estar disponível. Como veremos no capítulo 6, ele pode não ter transcendido para o Outro Lado ainda. Pode estar no útero novamente, esperando para nascer na sua próxima encarnação, e definitivamente não vai começar a bater papo de dentro da barriga.

Às vezes – embora não seja caso para nos preocuparmos, eu prometo – há um prazo antes que seu ente querido possa começar a visitá-lo. Isso talvez aconteça após uma morte envolvendo trauma ou quando seu ente querido simplesmente não quer partir. Meu pai, por exemplo, embora estivesse muito doente no final, não queria me deixar. Ele também desejava muito ver sua bisneta Angelia crescer. Só foi aparecer depois de oito meses da sua morte, fazendo tocar a caixinha de música que me dera para anunciar sua presença e me acordando de um sono profundo.

Alguns espíritos relutantes ou liberados repentinamente fazem lindamente a transição para o Outro Lado. Outros, após passarem a salvo pelo túnel de luz que sinaliza a travessia para a outra dimensão, têm um período de ajustamento mais difícil. As entidades do Outro Lado estão preparadas para ajudar. Alguns espíritos são guiados através de uma série de estudos e atividades de orientação, principalmente atividades que achavam relaxantes e agradáveis na Terra, como pescaria e jardinagem, ir ao balé ou à ópera, caminhar, nadar, ler, pintar, esculpir, etc. Outros, como meu pai, são simplesmente “encasulados”, ou postos em um sono profundo de limpeza, e protegidos até que o espírito tenha essencialmente atravessado dormindo a retirada da dimensão que acabou de deixar. De acordo com Francine e inúmeros outros espíritos com quem já discuti a questão do encasulamento, uma transição difícil para o Outro Lado é comparável a um caso de descompressão, quando um mergulhador vem à tona depressa demais, saindo de uma

profundidade muito grande. Uma transição assim dura no máximo vários meses, o que, como sabemos, é menos que um piscar de olhos no mundo espiritual. Quando meu pai finalmente apareceu e eu perguntei por que ele levava tanto tempo, pois eu sentira uma terrível falta dele naqueles oito meses de luto, ele respondeu: “O que você quer dizer? Eu acabei de partir!”

Admito que, mesmo sabendo que há uma felicidade insuperável esperando por nós quando esta vida acabar, eu sofro quando morre alguém que amo – não por eles, mas por mim. Acredito que qualquer coisa que nos ajude no processo de luto é legítima e deve ser respeitada. Se visitar um túmulo lhe traz conforto, então faça isso, mas não por causa dos entes queridos que você perdeu. Eles não estão lá. Eles provavelmente irão ao cemitério com você e voltarão para casa com você, desejando talvez que não tivesse deixado tantas flores lá, onde elas só serão vistas por pessoas que vão levar flores ao túmulos dos seus entes queridos. Nunca ouvi um espírito transcendente reclamar do tamanho da sua lápide, ou pelo fato de alguém em outro túmulo ter uma vista melhor que a dele. Nada do que possamos fazer aqui é capaz de competir com as esculturas de mármore e com a vista do Outro Lado, por mais caro e suntuoso que seja o mausoléu em honra ao seu ente querido falecido. Ele vai se sentir igualmente honrado se você ficar em casa e puser as mesmas flores ao lado de uma foto ou lembrança dele para que vocês possam desfrutar delas juntos.

Uma fonte de dor comum entre meus clientes é o arrependimento sobre questões emocionais não resolvidas quando um ente querido morre: “Nossa última conversa foi uma briga...”, “Nunca cheguei a pedir desculpas a ela...”, “Tenho medo que ele não soubesse o quanto eu o amava...”, “Não cheguei a dizer adeus...”. As palavras variam, mas a arenga de remorso é a mesma – e desnecessária. Não esqueça, do Outro Lado se sabe de tudo, não existe negatividade naquela dimensão repleta do amor incondicional de Deus e não existem coisas por terminar nos projetos que seu ente querido compôs pessoalmente antes de nascer. Mas se isso acalma seu coração e o ajuda a se curar, diga a eles agora qualquer coisa que acha que ficou por terminar – eles vão ouvir.

Enquanto estiver falando com os entes queridos ao seu redor, lembre-se de incluir os animais de estimação. Os animais do Outro Lado nos protegem de lá com a mesma lealdade pura e inabalável que nos dedicaram durante suas vidas. Uma das promessas de Francine de que eu mais gosto é a de que, quando chegarmos ao Outro Lado, nossos Guias Espirituais e entes queridos transcendidos terão dificuldade de chegar até nós, por causa de todos os animais que estarão esperando alegremente para nos dar as boas-vindas ao Lar. Maltratar os animais na Terra é maltratar alguns dos mais divinos anjos guardiães que Deus nos deu.

Nossos entes queridos podem voltar para nos visitar com mais facilidade que nossos Guias Espirituais, simplesmente porque estiveram em nossa dimensão há menos tempo e têm um acesso mais direto à experiência de fazer a transição entre aqui e o Outro Lado. Eis um caso relevante. Há alguns anos, eu consegui incendiar a gordura em uma panela na cozinha. (Não me pergunte como.) Feito uma idiota, fiquei tão ocupada em apagar o fogo que não reparei que estava inalando fumaça demais, até perceber que começava a sufocar. Em pânico e ofegante, procurei correr até as portas de vidro que levavam à varanda. Ficavam a uns seis metros da cozinha, mas pareciam muito mais distantes, e eu estava quase desmaiando. Nesse momento, fui derrubada por trás por uma força enorme e atirada para baixo e para a frente até o ar fresco da varanda. Deitada de bruços, respirando profundamente e com gratidão, vislumbrei uma mecha de cabelos dourados sobre o meu ombro, por apenas um instante, antes de sentir desaparecer o peso da força que me salvara. Quando me sentei, um momento depois, estava sozinha na varanda, olhando para a fumaça que restava do fogo.

Como o cabelo de Francine é preto como carvão, sabia que não podia dar a ela o crédito por me salvar e presumi que tivesse sido um dos meus Anjos. Fiquei surpresa quando Francine me contou que não, minha heroína tinha na verdade sido minha adorada vovó Ada Coil, que era minha inspiração e minha amiga mais íntima até morrer três décadas antes. Sendo como sou, eu a contradisse: “Não pode ter sido vovó Ada, Francine. Vovó Ada tinha cabelos brancos, lembra?” Então eu lembrei que o cabelo da vovó Ada tinha ficado

branco apenas nos últimos anos de sua vida, perdendo a cor dourada que sempre tivera, inclusive aos trinta anos – a idade que todos temos no Outro Lado, de onde minha avó correria para salvar minha vida.

Acho bom avisá-los que na maioria das vezes seus entes queridos vão aparecer com a idade que tinham quando você os viu pela última vez, para ajudar você a identificá-los.

Também é importante dizer que minha avó já tinha “partido” havia muito tempo quando aconteceu aquele incidente. Meus clientes com frequência se surpreendem ao saber que um ente querido que morreu há cinquenta ou sessenta anos ainda está por perto. Eles acreditam que os entes queridos os esqueceram após todos esses anos, ou então já voltaram a esta dimensão em outra encarnação.

“Esquecer” é uma coisa impossível do Outro Lado. Espíritos transcendentais têm acesso imediato a todas as memórias de cada vida, cada experiência e cada pessoa que amaram nesta Terra. De fato, não é incomum sermos visitados por entes queridos de vidas passadas de quem nem mesmo nos lembramos conscientemente. Como o tempo não significa nada lá, as décadas que podem ter passado desde que dissemos adeus para eles foram apenas alguns segundos atrás. Por isso, não esqueceram e nunca esquecerão.

Também não é provável que um ente querido não possa mais aparecer porque já voltou para outra vida. Há circunstâncias que serão discutidas em outros capítulos nas quais os espíritos voltam direto para o útero após a morte. Mas para a maioria de nós, se escolhermos voltar para outra encarnação – e isso é uma escolha, dependendo de nossa necessidade de mais experiências aqui à medida que nossas almas progridem –, levamos uma média de cem anos de “intervalo” no Outro Lado entre as vidas.

Antes de você afirmar que seus entes queridos nunca vieram visitá-lo, por favor dê uma olhada no capítulo 6. São tantas as maneiras que os espíritos transcendentais têm de tentar chamar sua atenção, só para dizer “Estou com você”, que é fácil deixar escapar os sinais. Você não precisa acreditar na minha palavra. Apenas mantenha os olhos, os ouvidos e a mente abertos. O amor infinito está ao seu redor a cada minuto, esperando para ser notado e

compartilhar a jubilosa verdade de que realmente a morte não existe.

UMA VISITA AO OUTRO LADO

Há um exercício simples e fascinante capaz de abrir caminho para alguns maravilhosos encontros com o Outro Lado, sempre que você quiser, e que só leva alguns minutos para realizar. Você pode pedir para encontrar seu Guia Espiritual ou um ente querido que se foi – mas, repito, por favor, receba bem quem quer que apareça. Fiz esse exercício há alguns dias e fui visitada por um espírito que se identificou como Lena. Não fazia nenhuma idéia de quem ela pudesse ser, até que mais tarde verifiquei alguns registros genealógicos e descobri que era a tataravó da minha tataravó.

Com a mente clara, relaxada e *aberta*, sente-se confortavelmente, o mais longe que puder de possíveis distrações e interrupções, e feche os olhos.

Você está se aproximando de um par de enormes e brilhantes portões dourados, os mais lindos que você já viu. No centro de cada portão há uma grande maçaneta. O metal polido e macio parece frio ao toque quando você segura as maçanetas e abre com facilidade os pesados portões.

Lá dentro, você encontra uma sala perfeitamente oval. O ambiente é sereno e acolhedor. Você sente uma grande leveza e segurança inalando profundamente o ar limpo e fresco enquanto desce os três degraus que levam ao vasto aposento.

O piso é de madeira de lei, com tapetes brancos macios como nuvens que acariciam seus pés descalços enquanto você anda devagar por eles. O fogo aceso em uma lareira de pedra cinzenta aquece a sala. Uma janela em arco sobe até o teto, e a brisa do oceano que entra por ela agita muito suavemente as finas e graciosas cortinas de seda. Há um piano de cauda branco junto à janela, refletindo a luz pastel do pôr-do-sol. As velas brilham ao seu redor. Você percebe um leve aroma de jasmim.

Duas cadeiras esperam lado a lado, idênticas, forradas de um rico brocado branco, com pernas de madeira curva.

Você se acomoda na cadeira da esquerda, deixando vazia a cadeira à sua direita. Sua respiração fica mais lenta. Sentado na cadeira confortável, você olha em volta nessa sala oval e é calmamente preenchido pelo conhecimento de que nunca se sentiu tão em paz, saudável, vivo e feliz.

Você pede a Deus para cercá-lo com a luz branca do Espírito Santo e imediatamente sente o calor desse amor todo-poderoso e incondicional espalhar-se sobre você e por você, até que a luz se torna parte do seu ser. Você conhece a profunda alegria de ser amado.

Na quietude à sua direita você percebe movimento e se vira para lá.

Uma figura se adianta e senta-se na cadeira vazia ao seu lado. Você não tem medo, sabendo que nenhum mal ou escuridão irá se aproximar da luz divina que o protege.

A figura espera, paciente, imóvel e aberta. Você é abençoado pela presença dela.

Finalmente, suavemente, você fala...

Às vezes a figura será alguém que você reconhece, um amigo ou um parente querido já falecido. Fale com ele. Divida seu coração com ele. Mas não se esqueça de ouvir também. Mesmo que tudo o que ele tenha a dizer seja “Estou aqui e amo você”. É maravilhoso ouvir isso de alguém que você tinha tanto medo de nunca mais reencontrar.

Se não for alguém que você reconhece, pergunte o nome dele. Se não lhe disser logo, não tem importância. Continue conversando, fazendo perguntas e prestando atenção. Ao contar por que veio ou o que tem a dizer, mais cedo ou mais tarde ele pode revelar seu nome. Talvez seja um ancestral, seu Guia Espiritual ou alguém com uma mensagem de um ente querido. Quem quer que seja, acolha-o!

Se você quiser desenvolver mais esse exercício, faça um amigo se sentar perto de você enquanto o realiza. Depois, escreva uma descrição detalhada da figura que veio visitá-lo, dobre o papel ao meio para que seu amigo não possa vê-la e peça-lhe que descreva a figura para você. Vai ficar espantado com a quantidade de vezes em que a descrição dele vai combinar com a sua, seja ele médium ou não.

Você pode se sentir tentado a atribuir os resultados desse exercício à “imaginação”. Minha Guia Espiritual diz que *imaginação* é uma das piores palavras do nosso vocabulário porque é uma desculpa conveniente e pobre demais para tantas experiências reais a que deveríamos prestar atenção.

Mas e se for mesmo “apenas sua imaginação”? O sentimento de paz e bem-estar que o exercício vai lhe proporcionar continuará sendo bem real.

Por outro lado, e se não for...?

Repito, nunca estamos sozinhos. Existem provas da ajuda do Outro Lado ao nosso redor e provas da vida eterna dos nossos espíritos. Tudo o que temos que fazer é aprender a reconhecê-las quando as vemos. E, se este livro tem algum propósito, é apenas este.

2

MAGIA E MILAGRES DE TODOS OS DIAS: DESCOBRINDO E CRIANDO ALEGRIA EM SUA VIDA



Vivemos cercados de magia e milagres todos os dias e temos o poder de criá-los. Se há algum tempo você não pensa em magia e milagres ou se deixou de acreditar neles, anime-se. Eles não acabaram, nós é que os perdemos temporariamente de vista. Como a magia e os milagres trazem alegria, esperança e um senso de excitação a nossas vidas, precisamos começar a retomá-los.

Fomos afastados da magia e dos milagres, em parte, por um simples processo da natureza humana – quando vemos as mesmas coisas com muita frequência, esquecemos o quanto elas são especiais. Se um unicórnio aparecesse no nosso quintal um belo dia à luz da manhã, nos sentiríamos abençoados. Se uma manada de unicórnios aparecesse no quintal todas as manhãs com a precisão de um relógio, provavelmente chamaríamos a carrocinha para capturá-los e evitar que estragassem a grama. Assistir à transmissão ao vivo da passagem do Mar Vermelho uma vez nos deixaria sem fala de espanto. Depois de duas ou três semanas seguidas da mesma coisa, quase posso nos ouvir bocejando e procurando o controle remoto para ver as outras opções. Por isso, não é que a magia e os milagres tenham desaparecido de nossas vidas. Isso não é verdade. Estamos cercados por eles. Só precisamos nos reconectar e parar de achar tudo muito normal.

Outra coisa que nos bloqueia, impedindo-nos de perceber a magia e os milagres da vida, é a emoção destrutiva da culpa. Eu diria que 18 em cada vinte clientes que recebo estão consumidos

pela culpa, que assume uma força muito maior do que a magia e os milagres poderiam jamais exercer. Por isso precisamos enfrentar a culpa e nos livrar dela. Se você disse ou fez alguma coisa sabendo que poderia magoar outra pessoa, vá até ela, assuma a responsabilidade, peça desculpas e faça um esforço real para desfazer isso. (Não tem sentido dizer “Eu sinto muito” sem tomar nenhuma atitude que prove isso.) Se você fez ou disse alguma coisa que magoou alguém apesar de honestamente não ser essa a sua intenção, peça desculpas e então *esqueça!* Não me diga que não é tão simples assim. É muito simples se você estiver disposto a parar de cultivar a culpa como se ela exercesse algum tipo de papel positivo na sua vida e passar a reconhecê-la como o desperdício de energia e o inimigo do espírito que ela é.

Claro, nesta vida imperfeita que tenho levado, tive que aprender essa lição do jeito mais difícil. Um exemplo perfeito é a morte do meu pai. Nós nos adorávamos e no final eu praticamente acampei ao lado da cama dele. No último dia, deixei o quarto por um pequeno instante, só para esticar as pernas e beber água. Enquanto eu estava ausente, ele morreu. Minha dor por perdê-lo foi acrescida da culpa torturante de não ter estado com ele no momento em que deu seu último suspiro. Eu deveria ter ficado com ele, em vez de ir tomar um estúpido gole de água. Não era eu, dentre todas as pessoas, que deveria estar lá segurando a sua mão quando ele começasse a jornada de volta ao Lar? Finalmente consegui me distanciar o suficiente para me fazer a *verdadeira* pergunta: era minha intenção, por um segundo que fosse, não estar com ele quando morreu? Absolutamente não. E foi aí que aprendi de uma vez por todas a enfrentar minha culpa como enfrento meus outros maus hábitos. Cada vez que uma voz negativa na minha cabeça começa a desfiar o rosário de “Eu deveria/eu poderia”, eu me detenho e faço a voz positiva na minha mente interrompê-la com um sonoro “Pare!”.

Este método é simples, mas funciona. Prometa a si mesmo que durante a próxima semana você vai declarar guerra à culpa. Procure reparar qualquer sofrimento não-intencional que tenha causado. Grite silenciosamente “Pare!” no instante em que qualquer sofrimento não-intencional pelo qual esteja se culpando cruzar a sua

mente, até ficar tão cansado de gritar consigo mesmo que não vai mais deixar que esses pensamentos de culpa se aproximem.

Depois você pode canalizar toda a energia que estava desperdiçando com a culpa para um elemento essencial à maximização das chances de magia e milagres diários – aprender a amar a si mesmo. Não amar a si mesmo é desrespeitar uma das criações de Deus. É duvidar do seu próprio poder antes de tentar usá-lo e acreditar que você não está à altura da magia e dos milagres que Deus reserva para nós.

Provavelmente você aprendeu desde criança que amar a si mesmo é errado, egoísta e censurável, e que você deveria se envergonhar só de pensar em uma coisa dessas. Mas eu lhe afirmo: ter amor-próprio não significa considerar-se superior a todas as outras pessoas. Isso sim é ser egoísta e presunçoso. Não quero promover um mundo coberto de pessoas arrogantes contando vantagem. Ter amor-próprio, em termos simples, significa tratar bem a si mesmo e com o maior respeito. Cercar-se de pessoas que o tratem bem e o respeitem. Viver sua vida de acordo com os conselhos que daria a seu filho ou a seu melhor amigo.

O jeito mais rápido que encontrei para redescobrir meu amor-próprio nos dias sombrios em que o perco de vista é fazer uma lista das coisas que eu não sou. Para mim é mais fácil e natural do que fazer uma longa lista de cumprimentos a mim mesma, mas tem o mesmo efeito da auto-afirmação. Por exemplo, eu *não sou* desonesta, *não sou* mesquinha, *não sou* rotuladora, *não sou* covarde, *não sou* irresponsável como mãe e avó, *não sou* insignificante, etc. Saber o que você não é ajuda a definir o que você é e também dá uma idéia das qualidades que você gostaria de trabalhar para fazer crescer a lista do “não” e ao mesmo tempo aumentar a lista do “eu sou”.

Procure se examinar regularmente à procura de uma coisa que chamo de “determinismo”. Trata-se daquele ridículo bombardeio de supostas “afirmações” sobre nós mesmos, normalmente ditas pelos adultos quando somos crianças, que nos limitam e, se não tivermos cuidado, irão predeterminar de forma injusta quem nós somos. Deixe-me listar algumas das minhas “afirmações” favoritas para vocês entenderem do que eu estou falando:

- . Você não tem jeito com coisas mecânicas.
- . Claro que você é gordo – isso é de família.
- . Você nunca foi bom para lidar com dinheiro.
- . O seu casamento é infeliz? Não reclame. Você tem sorte de ter encontrado alguém.
- . Não me espanta que você fique doente com tanta frequência. Você foi uma criança doente.

- . Um dos mantras da minha mãe: “Você precisa admitir, Sylvia, sua irmã Sharon é que é bonita, você tem personalidade.”

- . Um homem que conheço lutou, desde criança, contra uma auto-imagem negativa até uma idade madura, depois que seu pai recusou-se a permitir que ele fizesse um teste para um time infantil porque ele “não tinha nenhum osso atlético no corpo”.

- . Uma mulher com quem trabalhei vestia vermelho todos os dias, apesar do fato de que, sinceramente, ela ficava horrível com aquela cor. Finalmente descobri um jeito discreto de conversar sobre isso. Ela me contou que, na verdade, detestava vermelho e já estava enjoada da cor havia anos, mas lhe tinham dito na infância que ficava bem com ela.

Faça uma lista. Escreva cada palavra de “determinismo” que já ouviu das pessoas ao seu redor. Depois rasgue a lista e jogue na lata de lixo, que é o lugar dela.

*Você determina quem é. Você decide o que pode e o que não pode fazer, o que fica bem em você e o que não fica, onde você quer ou não quer morar, quais são suas prioridades, no que você acredita e quais são os seus limites reais. Todos temos limites e você vai ser derrotado se não for realista acerca deles. Mas, repito, é você quem deve defini-los e ninguém mais. Eu tenho 1,78 m de altura, por exemplo, portanto seria idiota da minha parte insistir em ser jôquei. Não tenho o menor talento para cantar – isso não é determinismo, é só um fato. Portanto, por que me expor à rejeição constante fazendo testes para cantar na ópera? O importante é que sou *eu* quem digo que não vou ser uma cantora de ópera, não vou deixar ninguém decidir isso por mim. Nem estaria disposta a passar a vida inteira me sentindo um fracasso se meus pais desejassem que eu fosse uma cantora lírica. Expectativas arbitrárias são outra forma de determinismo e tão inaceitáveis quanto.*

AFIRMAÇÕES

Uma das maneiras mais importantes para eliminar a insegurança e estabelecer o amor-próprio como um hábito é o uso de afirmações, que são a simples expressão em palavras do que sinceramente queremos e de quem sinceramente desejamos ser como filhos amados de Deus. Ao repetir muitas vezes essas palavras fazemos com que o subconsciente as aceite como um fato e começamos a nos comportar de acordo. Através das afirmações podemos nos pensar mais saudáveis, mais fortes, mais positivos, mais bonitos, mais atraentes, mais bondosos, mais pacientes, mais confiantes, mais corajosos – qualquer coisa que ajude a aumentar nosso amor-próprio.

A religião e a literatura fornecem muitas afirmações lindíssimas e você vai encontrar algumas das minhas preferidas em um apêndice no final deste livro. Mas, por favor, não hesite em criar as suas próprias. Se você for como eu, quando decora alguma coisa e a recita com freqüência, mesmo que ela seja extremamente bela e verdadeira, pode se tornar tão automática que acaba perdendo o sentido. Quantas vezes abaixei a cabeça e recitei o pai-nosso imaginando, enquanto rezava, onde a mulher ao meu lado teria comprado aqueles sapatos. Por isso, por favor, aprenda e use qualquer afirmação que ressoe em sua alma. Mas suas próprias afirmações, ditas em voz alta ou silenciosamente no fundo do seu coração, irão funcionar tão bem quanto qualquer coisa escrita.

Se você está querendo saber como criar suas próprias afirmações, pense no determinismo e nas “afirmações negativas” que aceitou como verdade. Você aprendeu a acreditar nelas porque as ouviu com muita freqüência, não é? Bom, você pode aprender a acreditar no exato oposto se ouvir com a mesma freqüência e é aí que entram as afirmações. Assim como é possível descobrir quem você é descobrindo quem você não é, suas primeiras afirmações podem ser um contra-ataque a toda e qualquer coisa negativa sobre a sua auto-imagem, não importa de onde isso tenha vindo ou venha.

A começar por *você*. *Nunca* se ponha para baixo, mesmo de brincadeira. Proíba-se terminantemente isso: Chega de “Eu sou idiota”. Chega de “Eu sou gordo”. Chega de “Eu sou desajeitado”, ou

“feio”, ou “baixo demais”, ou “alto demais”, ou qualquer forma de “eu não sou capaz”. Você vai substituir isso cem vezes ao dia por “Eu sou muito inteligente para muitas coisas”, “Eu tenho o poder de ter o corpo que quiser”, “Eu sou simpático”, “Sou atraente” e, especialmente, “*Eu posso!*”.

Quanto às pessoas ao seu redor, aquelas que diminuem você ou sabotam seu amor-próprio de algum jeito também estão proibidas, a menos que aprendam a se ajustar. Palavras e atitudes ofensivas são inaceitáveis, é muito simples. Estar perto de uma pessoa que não o faça se sentir bem consigo mesmo causa um dano psíquico muito maior do que você pode perceber. Não se esqueça, estamos todos aqui para aprender a superar a negatividade – e não para aceitá-la, acolhê-la, convidá-la para entrar e ainda fazer um jantar para ela.

Lembra aquele “Pare!” brusco que eu grito para mim mesma quando começo a cair na armadilha da culpa? É esse “Pare!” que eu quero que você grite silenciosamente para si mesmo toda vez que alguém o insultar. E o que quer que faça, não fique se defendendo, discutindo a ofensa. Não tem briga mais tola do que ficar aos berros com alguém argumentando se você é ou deixa de ser idiota, gordo ou feio. Já que você não é nada disso, por que, meu Deus, ficar discutindo sobre uma coisa que você não é? Veja este exemplo. Se alguém lhe dissesse “Você é uma girafa!”, você passaria um segundo sequer tentando convencê-lo de que não é? Não, você nem iria responder. (E aí, eu espero, você iria refletir seriamente sobre a razão pela qual quer a companhia de alguém que pensa que você é uma girafa.) Portanto, além daquele “Pare!” silencioso que você vai gritar a cada insulto, quero que acrescente “Isso é ridículo”, silenciosamente ou em voz alta, e se afaste.

Acima de tudo, crie o hábito de neutralizar instantaneamente, repetindo uma afirmação muitas vezes seguidas, cada insulto que alguém lhe dirigir, com palavras ou atitudes, até ter mais certeza sobre a sua própria afirmação do que sobre qualquer coisa negativa a seu respeito. Tente substituir os insultos e a negatividade por afirmações durante três breves meses e vai se surpreender com a abertura que isso vai criar para a magia e os milagres.

Existe uma razão lógica, mas com freqüência ignorada, para as afirmações funcionarem: elas são comunicações diretas com a mente da alma, e a mente da alma, com seu eterno conhecimento e sua eterna sabedoria, *sempre reconhece a verdade e repercute com ela*. Como sabemos que as afirmações são verdadeiras? É que não importa os detalhes que incluímos e as palavras exatas que usamos, as afirmações são reconhecimentos positivos de nosso valor sagrado como filhos de Deus. Elas são o alimento vital para a mente do espírito e uma maneira imediata, mágica e miraculosa de sorrir para o Deus que existe dentro de nós e senti-Lo sorrindo de volta.

CARTAS PARA O UNIVERSO

Uma forma eficiente de reforçar suas afirmações e seus mais profundos desejos é escrevê-los em forma de cartas para o Universo. Dirija-as a Deus, ao Universo, ao seu Guia Espiritual, aos seus Anjos – qualquer um que faça você se sentir mais intimamente conectado ao seu próprio poder divino. Inclua bastante afirmações nas cartas para lembrar o quanto você merece receber as maiores bênçãos que a vida tem a oferecer. Não é preciso lembrar isso a Deus, que já sabe o quanto você vale. Ele só está esperando você perceber isso. Depois escreva, sendo bem específico, tudo o que realmente quer (a pessoa que disse “Cuidado com o que você deseja, porque você pode conseguir” sabia do que estava falando). Certifique-se de que as cartas incluem desejos físicos, emocionais e espirituais, porque a vida mais recompensadora tem um equilíbrio dessas três coisas. Enquanto escreve, comprometa-se a investir uma parcela justa de esforço no sentido de realizar esses desejos. Deus de fato ajuda a quem se ajuda, e nenhum de nós pode simplesmente se sentar no sofá e ter tudo o que quer trazido de bandeja. Quando acabar, ponha uma cópia da carta em um lugar seguro e escondido e queime o original. Não, não é para que as cinzas voem para Deus e ele possa ler, é para acrescentar a poderosa energia do fogo à energia da sua carta para o Universo. Quanto à cópia, deixe-a escondida por seis meses e depois a releia. No mínimo, você vai encontrar algumas surpresas, incluindo a

probabilidade de que sua próxima carta contenha diversas mudanças. Mas você também pode descobrir que nesses meses que passaram você e o Universo perfeito de Deus se uniram para criar algumas magias e alguns milagres.

A energia do fogo, aliás, é uma das razões que me fazem amar as velas. Eu recomendo que você tenha muitas delas ao seu redor e as use com frequência, especialmente enquanto realiza as afirmações e as cartas para o Universo. Nenhuma vela no mundo tem qualquer poder em si mesma. Mas o ritual de acender velas é poderoso e, além disso, a energia das velas acesas vai ajudar você a concentrar sua força e sua energia. E existe um bônus a mais que talvez você desconheça: o mundo espiritual não enxerga luzes artificiais, mas os espíritos *podem* ver as velas acesas e são atraídos para elas como – com o perdão da expressão – mariposas para a luz.

Um dos meus rituais com velas favorito, e um dos mais poderosos, é sentar no chão no meio de um círculo ou uma cruz de velas – uma nos meus pés, outra atrás de mim, uma à direita, outra à esquerda – e entrar em um estado completamente relaxado ou meditativo. Imagino a luz branca do Espírito Santo iluminando meu plexo solar (na altura do estômago, bem abaixo do esterno) e brilhando através de mim até o círculo de luz ao meu redor, deixando o Espírito Santo consumir o meu corpo para limpar, curar e destruir qualquer negatividade e qualquer dúvida no caminho de seu divino fogo branco. Transforme este exercício simples do Círculo de Luz em um hábito, praticando-o no início de cada semana, e eu prometo que, com a prática, vai sentir verdadeiramente uma onda de força a partir dele que vai deixar você renovado, energizado e às vezes literalmente curado.

CRIANDO MILAGRES

Todos temos de fato o poder de curar.

Mas, antes, algumas palavras de aviso. Por favor, não acredite nunca que a doença ou a morte são uma forma de punição de Deus, ou que não poder curar a si mesmo ou a um ente querido representa algum tipo de fracasso. Deus nunca nos castiga. A doença e a morte estão incluídas no projeto de vida. Como você vai

descobrir ao tratarmos dos projetos mais adiante, nós podemos escolher modificar ou não a doença e a morte que planejamos à medida que avançamos e, além disso, também temos à nossa escolha cinco “pontos de saída” ou chances de deixar a Terra. Existe um propósito superior às decisões que tomamos quando definimos nossos projetos e quando agimos de acordo com eles. Nós não podemos compreendê-lo agora, mas o compreenderemos mais tarde e vamos compreender de novo assim que estivermos de volta ao Lar do Outro Lado.

Uma combinação de três elementos – oração, fé e afirmação – pode criar um milagre, juntamente com a vontade de quem desejamos que receba esse milagre. Vou lhes contar um caso:

Eu tinha 43 anos quando cheguei ao meu terceiro ponto de saída, após uma cirurgia grave. Descrevo isso como uma experiência de quase morte, mas fisiologicamente eu cheguei a morrer – meu coração parou, minha temperatura começou a cair e todos os aparelhos pararam. Mas havia orações sendo ditas ao meu redor e sempre tive muita fé, assim como as pessoas que estavam rezando por mim. Lembro-me com nitidez de estar em um túnel, seguindo direto para a linda luz branca de Deus e sinceramente deliciada por estar indo para lá, quando a voz de uma mulher ao lado da minha cama de hospital penetrou em meu espírito: “Sylvia, por favor, você não pode partir, você é tão necessária.”

Uma afirmação. Por mais que eu quisesse continuar seguindo na direção da luz do Perfeito Amor, eu sabia que a voz tinha razão. Ainda tinha muita coisa para fazer e, se aproveitasse a oportunidade de abandonar o barco, não estaria buscando o bem maior. Eu voltei no instante em que tomei essa decisão, embora não estivesse empolgada com ela. Meu médico, o Dr. Jonathan Kelly, confirmou mais tarde que minha resposta fisiológica ao “você é tão necessária” foi imediata. Meu coração começou a bater, os monitores recomeçaram a apitar e minha temperatura corporal se elevou lenta mas gradualmente até voltar ao normal.

Oração, fé e afirmação. Sem dúvida, foi um milagre. Lutei contra essa idéia por semanas, mas foi com certeza um milagre – e uma decisão estritamente pessoal entre Deus e eu, ativada por minha

disposição de realmente ouvir e responder àquela voz que me lembrava que eu ainda não tinha terminado o que vim fazer aqui.

Num segmento do programa *Montel Williams* há alguns anos, uma mulher que tinha recebido de dois médicos um diagnóstico de doença terminal me perguntou quanto tempo ainda tinha de vida. Ainda me lembro de, ao olhá-la bem nos olhos, *saber* que o que lhe dizia era verdade: “Você não está morrendo.” Eu nunca coloco panos quentes nem digo aquilo que a pessoa quer ouvir para que se sinta melhor por um minuto ou dois, e ficou óbvio, pelo olhar que ela me dirigiu, que naquele momento ela acreditou em mim. Ela deixou que a minha energia dominasse a dela tempo suficiente para que aquela afirmação penetrasse em seu espírito e o envolvesse. Ela ainda hoje me escreve, curada e saudável.

Oração, fé e afirmação. Outro milagre. Não um milagre que eu criei, mas uma decisão que ela tomou, aberta a Deus, de que ainda não tinha acabado o que viera fazer.

O oposto funciona igualmente bem, pode acreditar. Já trabalhei com mais de um cliente que tinha uma doença que eu sabia que não precisava ser terminal, e lhes disse isso, mas eles não estavam dispostos a me deixar convencê-los a não morrer. Nenhuma afirmação no mundo pode afastar uma doença grave ou a morte de alguém que já tomou a decisão com Deus e se recusa, por suas próprias razões, a mudar de idéia.

Invista sua energia na oração, na fé e na afirmação que podem criar milagres para seus entes queridos. Lembre-se apenas, mais uma vez, de que não existe fracasso. Você tem o poder de interferir – como a mulher junto à minha cama de hospital fez por mim e como eu fiz no exemplo do programa do Montel –, mas seu ente querido e Deus têm suas próprias programações. De qualquer jeito, não existe desperdício de orações, de fé e de afirmações. Que despedida mais poderosa poderíamos dar a alguém ou esperar receber? Acolhemos o nascimento de um “novo” espírito com uma celebração de bênçãos e votos de felicidade. Por que não fazer a mesma celebração quando esse espírito volta ao Lar?

D É J À V U

Vamos falar então dos milagres mais comuns? Assim que deixarmos de atordoar nossas mentes com a culpa e o determinismo e os substituímos pelo amor-próprio e o poder das afirmações e da fé, nossos olhos e nossos corações estarão mais abertos do que nunca à magia do mundo que nos cerca. Como os “unicórnios diários” e a “passagem semanal do Mar Vermelho”, fenômenos inexplicáveis são tão comuns que perdemos a noção do quanto eles são especiais, ou talvez nunca tenhamos compreendido o que eram. Por exemplo, a maioria de nós tem experiências de *déjà vu* de tempos em tempos. Se pensarmos nessas experiências apenas como uma agradável distração momentânea, elas não parecem nada mágicas. Mas, se as reconhecemos pelo que são – um vislumbre do Outro Lado –, elas assumem um significado inteiramente novo.

Vou lhes explicar o que é o *déjà vu*. Existem dois tipos: o primeiro ocorre quando você visita uma determinada casa, cidade, estrada, país estrangeiro ou algum outro lugar específico pela primeira vez e de repente percebe que ele lhe parece familiar. Às vezes, você até descobre que o conhece muito bem. Aconteceu comigo de forma bem radical na minha primeira viagem ao Quênia, em 1980. Eu me surpreendi dizendo ao meu Guia onde ficavam os destaques na paisagem antes que ele pudesse apontá-los, e eu sabia que não tinha nada a ver com o meu dom mediúnico. Aquilo era uma coisa que todos experimentamos quando sentimos conhecer um lugar desconhecido: uma lembrança que o espírito traz de uma vida passada. Já estivemos lá antes, só que foi em outro corpo e em outro tempo. A memória espiritual costuma estar profundamente enterrada no subconsciente, por isso esses momentos nos quais ela emerge em nossas mentes conscientes são mais do que mágicos: são poderosos e milagrosos vislumbres da eternidade de nossas almas.

O mesmo tipo de *déjà vu* também se aplica às pessoas. Todos já conhecemos alguém que nos pareceu familiar no momento em que o encontramos, estranhos que tivemos a impressão de ter conhecido por toda a vida. Para ser sincera, provavelmente não os conhecemos por toda a vida – apenas em algumas vidas. Mas aposto que, se você der uma boa olhada em cada pessoa que de

alguma maneira tocou sua vida e fazer a si mesmo a pergunta simples “Eu conheci esta pessoa antes?”, vai ficar surpreso com a facilidade com que pode responder sim ou não. Isto não quer dizer que sua ligação em uma vida passada com alguém deveria obrigá-lo a ter uma ligação com essa pessoa nesta vida. Ela pode ter sido causa da sua ruína em uma existência passada. Ou pode ter sido muito boa da última vez, mas desta vez ter escolhido ser uma completa idiota. Você não tem que fazer nada a respeito desse sentimento de familiaridade, apenas perceber quando ele acontece e reconhecê-lo como outra janela para a sua eternidade.

Algumas conexões de vidas passadas às vezes penetram furtivamente em nossas vidas por uma entrada lateral quando menos esperamos e muito menos desejamos. Certa tarde, uma cliente minha chamada Margaret chegou ao meu consultório terrivelmente aborrecida, sem conseguir se livrar do sentimento de que sua sogra mesquinha, dominadora e recentemente falecida ainda estava pairando por perto dela, tentando perturbá-la de além-túmulo. Realmente, a sogra estava muito perto dela, não tentando perturbá-la, e sim para pedir desculpas por todos os problemas e toda a dor que lhe causara ao longo dos anos. Somente quando chegou ao Outro Lado, a sogra percebeu e comunicou a Margaret através de mim que as duas tinham sido irmãs em uma vida anterior e nunca resolveram os ciúmes constantes e competitivos que sentiam uma pela outra durante aquela vida. Com o pedido de desculpas e a compreensão do relacionamento em uma vida anterior, Margaret finalmente foi capaz de perdoar a sogra e encontrar paz de espírito com relação a ela de uma vez por todas.

O segundo tipo de *déjà vu* é tão comum, sutil e aparentemente trivial que raramente dedicamos a ele mais do que um breve pensamento. Consiste de um momento no qual cada detalhe do que você está fazendo, com quem, onde, o que você está vestindo, pensando e sentindo, tudo parece tão familiar que você tem certeza absoluta de que está revivendo uma duplicata exata de um momento do passado. Nunca dura mais do que alguns segundos e nunca é um acontecimento importante. É mais como “Eu já estive sentado aqui uma vez, vendo televisão como agora, esticando a mão para pegar um copo de água que estava no mesmo lugar da

mesinha-de-cabeceira...”. Invariavelmente o efeito já passou no momento em que o percebemos. Não surpreende, portanto, que não possamos perceber o quanto esses momentos de *déjà vu* são de fato espantosos. Para compreendê-los com clareza, precisamos entender melhor nossos projetos.

Como já dissemos, antes que nosso espírito volte ao útero para mais uma vida, compomos um mapa ou projeto, com a ajuda de Deus, para a vida que estamos prestes a empreender. Esse projeto contém todos os lances principais da nova vida, embora possamos modificar nossos mapas ao longo dela. Se o seu mapa diz que aos 32 anos você sofrerá um acidente de carro, por exemplo, você pode modificar isso colidindo com uma cerca em vez de ter uma colisão fatal. Se aos 15 anos o seu mapa afirma claramente “doença”, você tem o poder de controlar para ser tanto um resfriado quanto uma pneumonia. Ou digamos que seu projeto afirme que você irá “realizar curas” e essa seja a sua paixão, mas você detestou o curso de medicina e foi reprovado. Isso não significa que você não conseguiu realizar sua paixão. Existem todos os tipos de pessoas que “curam” neste mundo, de assistentes sociais, conselheiros, massagistas, padres, pastores e rabinos, bombeiros e outros que trabalham em serviços de emergência, até amigos e parentes que são ouvintes solidários com um talento especial para curar difíceis situações emocionais. Nossos projetos oferecem bastante espaço para movimentos laterais. Portanto, não imagine sua vida planejada como um caminho estreito com poucas opções. Em vez disso, ela é uma estrada tão larga e cheia de possibilidades quanto você pode imaginar que seja, com a ajuda de Deus.

Também colocamos em nossos mapas algumas placas de sinalização para nos mostrar que estamos no caminho certo de acordo com nossos projetos. De tempos em tempos essas pequenas placas surgem para nós na forma de *déjà vu*. Como elas nos atingem com tamanha e repentina sensação de familiaridade, logicamente supomos que devemos estar de alguma forma duplicando um momento já vivido nesta vida. Não estamos. O que estamos experimentando é uma plaquinha de sinalização do projeto que criamos do Outro Lado antes de nascermos. Neste tipo de *déjà vu*, nosso espírito está ressoando tão profundamente com a

percepção de que “Eu me lembro do projeto que escrevi” que isso ecoa do subconsciente, onde está a mente espiritual, até nossa mente consciente. Nesse breve instante, tanto o subconsciente quanto a mente consciente estão recebendo uma afirmação de que estamos em perfeita sincronia com nosso projeto. Mais ainda, estamos tendo um breve vislumbre da eternidade de nossas vidas do Outro Lado, enquanto nossos espíritos relembram e reconhecem o Lar e anseiam por ele. Em outras palavras, o *déjà vu* é mais do que mágico: ele pode ser um estado momentâneo de bem-aventurança.

C O I N C I D Ê N C I A

Os mesmos vislumbres mágicos, milagrosos e jubilosos das placas de sinalização em nossos mapas também aparecem de outra forma muito comum, com o bônus adicional de que não apenas nos lembramos deles, mas os vemos se aproximando. Como não entendemos sua importância, raramente paramos para pensar neles – afinal, eles são “só coincidências”.

Você esteve pensando, sem nenhum motivo aparente, em alguém que não vê há muito tempo e de repente esbarra nessa pessoa. Você ouve falar de um livro ou de um filme e subitamente parece que todo mundo à sua volta só fala nisso. Você está planejando uma viagem à Inglaterra e de repente começa quase a tropeçar em notícias sobre a Inglaterra, menções casuais à Inglaterra, pessoas que acabaram de voltar de lá. Na Feira de Cães de Westminster, eu vi pela primeira vez um cachorro incrível, do qual nunca tinha nem ouvido falar, descobri que era uma raça chamada *bichon frisé*, decidi que não podia viver sem ter um e de repente não conseguia andar três quarteirões sem encontrar dois ou três deles passeando com seus donos.

De qualquer maneira, você já viveu coincidências o bastante para saber como funcionam. Quando ocorre uma coincidência, você está antevendo uma plaquinha de sinalização do seu projeto – mais um motivo para mostrar que você está seguindo o caminho que mapeou para esta vida, além de ser um laço tangível entre você e a eternidade divina que Deus nos deu a todos.

S I N C R O N I C I D A D E

Existe um parente próximo e fascinante da coincidência, chamado sincronicidade, uma palavra popularizada pelo brilhante psiquiatra suíço Carl Jung. Ele estava um dia em seu consultório com um paciente conversando sobre o Egito quando um besouro conhecido como escaravelho egípcio atravessou sua mesa. “Coincidência” era um eufemismo excessivo para o aparecimento de um besouro egípcio a milhares de quilômetros do seu ambiente natural, no momento exato em que Jung estava falando sobre o Egito. Foi um sinal claro para ele da verdade de que o Universo criado por Deus não é aleatório nem caótico, e sim ordenado, perfeito e padronizado – ou, em uma única palavra, sincronizado. Assim, Jung cunhou o termo “sincronicidade”. Basicamente, a sincronicidade é uma coincidência especialmente significativa. Como o escaravelho egípcio de Jung, ela sempre envolve algum tipo de sinal físico inconfundível, não apenas para chamar a nossa atenção para a harmonia mágica do Universo como também para lhe dar provas tangíveis de que você está *exatamente* onde se projetou, no momento *exato*, com a pessoa *exata*. Deus, que foi co-autor do seu projeto, está lhe dando um sinal visível de aprovação, um aceno de cabeça para dizer “Sim, estou com você, estou observando, e neste momento você se encontra em perfeita sincronia com seu projeto. Bom trabalho”. A verdadeira sincronicidade não costuma acontecer com tanta freqüência em nossas vidas quanto as coincidências. Mas estar atento a ela e reconhecê-la quando acontece significa não perder um sorriso particular entre você e Deus.

S O N H O S

Ao fim do dia, dormimos. Na verdade, passamos um bom terço de nossas vidas dormindo, o que é uma parte brilhante do plano de Deus, já que o sono abre todo um outro mundo para nutrir, informar e expandir nossas almas. Durante o sono, obviamente, nossas mentes conscientes descansam – e não é um alívio que elas façam uma pausa por algum tempo? – e permitem que nossos subconscientes, onde vivem nossas mentes espirituais, assumam o

controle. É claro que uma das formas primárias de expressão do subconsciente são os sonhos.

Existem centenas de teorias sobre a interpretação dos sonhos e milhares de estudos já foram feitos, mas ninguém ainda resolveu nem mesmo uma fração dos mistérios escondidos nos sonhos. Eu já li, estudei, pesquisei e ensinei a interpretação dos sonhos. Acredito que a teoria gestáltica (a Gestalt é uma abordagem da psicologia desenvolvida na Alemanha) é a que se aproxima mais da verdade. De acordo com essa teoria, todos os elementos dos seus sonhos são parte de você, separadas em partes simbólicas para você examinar e trabalhar.

Os sonhos se enquadram em três categorias: escape, desejo e precognição.

Os sonhos de escape são o seu subconsciente liberando todas as emoções que sua mente consciente não enfrentou e expressou. Quando você tem um sonho que envolve uma emoção específica muito forte – raiva, dor, paixão, medo, confusão, embaraço, etc. – é quase certo que seja um sinal do seu subconsciente de que está na hora de enfrentar e resolver essa emoção quando você estiver acordado. Sonhos de escape são uma grande válvula de segurança e também podem ser um guia útil para algum importante assunto não-resolvido que demande atenção.

Os sonhos de desejo são exatamente o que parecem ser – às vezes, como diz uma linda canção, um sonho é na verdade um desejo feito pelo seu coração enquanto você está dormindo profundamente. Há anos uma cliente que era infeliz no casamento me contou um sonho no qual ela estava sozinha com Robert Redford dançando uma valsa. Tenho certeza de que ela acalentava uma certa esperança de que eu fosse confirmar que, veja só, o sonho realmente queria dizer que ela e Robert Redford estavam destinados a ficar juntos. Não era nada disso. O verdadeiro significado apareceu quando perguntei como ela se sentia no sonho enquanto dançava com ele. Ela respondeu: “Bonita. Graciosa. Amada. Desejada. Segura.” Todos os sentimentos pelos quais sua alma ansiava e que o casamento não podia oferecer. Se não cometermos o erro de levar os sonhos de desejo muito ao pé da letra, eles são capazes de iluminar de forma preciosa desejos que

você pode nem ter ainda formulado em palavras para si mesmo. Sonhos sexuais, por exemplo, não são necessariamente sobre desejo sexual ou sobre alguma atração profundamente enterrada pelo parceiro do sonho. Normalmente representam um desejo de viver uma intimidade que não tem nem mesmo que ser física. Sonhar com uma casa nova não quer dizer que você deva pular da cama na manhã seguinte e pôr sua casa à venda. Pode significar que há alguma coisa com relação a você mesmo (afinal de contas, *você mora em você mesmo*, não importa em que casa esteja) que deseja mudar. Sonhar com um parto certamente não é uma deixa para ficar grávida. A “nova vida” que você está dando à luz poderia ser a sua, ou alguma boa idéia que você está prestes a fazer frutificar, ou alguma nova dimensão espiritual que você está começando a desenterrar. Em outras palavras, sempre veja o panorama geral e não os detalhes dos sonhos de desejo. Você vai se surpreender com o quanto pode aprender sobre si mesmo e o que você *realmente* deseja.

O terceiro tipo, “sonhos de precognição”, significa simplesmente sonhos que predizem algum momento, alguma conversa ou algum evento no futuro. Já perdi a conta do número de clientes que me disse “Não posso prever o futuro nos meus sonhos – não sou médium.” Mas não é preciso ser conscientemente médium para que a mente espiritual no seu subconsciente revele seu espantoso poder e sua sempre presente consciência do seu passado (incluindo suas vidas anteriores), seu presente e seu futuro. Não se esqueça, sua mente espiritual não apenas conhece seu projeto de vida: ela *criou* esse projeto. Por isso nunca subestime o que é capaz de fazer enquanto está dormindo. De fato, antes de afirmar que você não é capaz de ter sonhos de precognição, tente fazer o seguinte durante apenas um mês: toda vez que você tiver um sonho que considerar como algum tipo de previsão e se lembrar dele, anote-o, guarde o papel e não torne a olhá-lo durante um mês. Se você fizer disso um hábito e tiver paciência, há algumas surpresas mágicas reservadas para você.

Você já teve um sonho com um ente querido falecido que dava a impressão de ser muito real, muito presente e, ao contrário da maioria dos sonhos, parecia ocorrer em uma ordem lógica do início ao fim? Existe uma boa chance de que não tenha sido um sonho. Era o seu espírito fazendo uma visita real àquele ente querido via viagem astral.

As viagens astrais acontecem quando o espírito deixa o corpo durante o sono ou a meditação muito profunda e faz excursões por conta própria. Você pode, na verdade, pedir a Deus, antes de ir dormir, que o ajude a fazer uma viagem assim. Elas são úteis em vários sentidos, desde encontrar entes queridos falecidos até visitar pessoas e lugares de que sente falta aqui na Terra, ou mesmo fazer rápidas viagens ao Outro Lado, se você tiver prática e concentração suficientes. As pessoas que você visita aqui na Terra podem não ver você, mas não é raro que possam ouvi-lo. Tenho muitos clientes e amigos que já foram acordados de um sono profundo por um ente querido repetindo sem parar seus nomes. Se isso acontecer com você, ligue para essa pessoa e pergunte. É provável que descubra que, na hora em que foi acordado, ela estava pensando intensamente em você ou então também estava adormecida e “sonhando” com você. De um jeito ou de outro, o espírito dela fez contato com o seu através da magia tranqüila da viagem astral.

Se você deseja visitar um ente querido falecido através de uma viagem astral, peça ajuda a seu Guia Espiritual. Lembre-se, se você aparecer para esse ente querido inesperadamente, ele provavelmente vai ter a aparência que tinha (ou teria) aos trinta anos de idade, já que todos estão com essa idade quando se encontram no Lar do Outro Lado. Se você não o conhecia nessa época, pode não reconhecê-lo. Com um pequeno aviso do seu Guia Espiritual, seu ente querido pode assumir a forma que é mais familiar para você, como faz quando vem do Outro Lado para visitá-lo. Além disso, dê ao seu Guia Espiritual um lugar específico onde quer encontrar seu ente querido – um banco de parque, a beira de um lago, uma igreja ou um templo de que você goste.

Talvez você deseje ter a experiência de encontrar essa pessoa no Outro Lado. Se a idéia lhe parece interessante, eu recomendo enfaticamente que vocês se encontrem em um edifício enorme e

surpreendente, com uma cúpula clássica, chamada Salão dos Registros. Acredite, ele existe. Já estive lá, já o senti, e já tive até a experiência boa/má de segurar nas mãos o meu projeto gravado em letras douradas num pergaminho. Apesar da alegria que experimentei, não consegui ler nem uma palavra sobre o que iria ocorrer depois daquele momento. Imagino que nenhum de nós tenha permissão de ler nossos projetos sobre o que está por vir. Mas seja pedindo a Deus para encontrar um ente querido já falecido no Salão dos Registros ou para ajudá-lo a dar um passeio astral sozinho por lá, acrescente mais um pedido a Ele antes de adormecer – peça pela bênção extra de recordar! Como acontece com os sonhos, às vezes acordamos de uma viagem astral sem nenhuma lembrança dela, ou apenas com rápidos lampejos de imagens confusas que rejeitamos de imediato. A experiência é tão mágica que eu prometo que você não vai querer esquecer.

É por causa de uma viagem inesperada ao Salão dos Registros que quero sugerir-lhe para manter um gravador ligado enquanto dorme, especialmente se você tiver feito uma prece por uma viagem astral ou uma reunião com alguém no mundo espiritual. A minha viagem aconteceu durante uma sessão de hipnose. Sou uma hipnotizadora registrada há 25 anos e descobri que a hipnose é uma ferramenta valiosa não apenas para minha pesquisa sobre regressões a outras vidas, mas também para ter acesso à mente subconsciente, onde meus clientes podem estar retendo e bloqueando informações capazes de ajudá-los. O sono e a hipnose estão intimamente relacionados, é claro, porque o subconsciente fica muito acessível durante ambos. Portanto, a idéia do gravador se aplica muito bem às duas situações.

Eu estava fazendo uma sessão de hipnose com uma cliente que vou chamar de Susan, deixando seu subconsciente levá-la onde quisesse. Quanto mais ela falava, mais eu percebia que seu espírito estava em uma jornada muito distante da sala em que nos encontrávamos e me lembro do estranho sentimento de que alguma coisa importante estava acontecendo. Finalmente perguntei: “Onde você está, Susan?”

Ela começou a descrever um edifício com uma enorme cúpula, inúmeros corredores a perder de vista, contendo um número infinito

de prateleiras cobertas de pergaminhos. À medida que a descrição ficava mais detalhada, reconheci que era um lugar ao qual eu mesma já tinha viajado – ela estava caminhando pelo Salão de Registros do Outro Lado.

E, para minha surpresa, pela primeira vez durante uma sessão de hipnose, eu percebi que estava caminhando ao lado dela por aqueles espantosos e infundáveis corredores de pergaminhos.

Comecei a dizer alguma coisa, mas me interrompi imediatamente – uma pergunta ou um comentário de qualquer tipo sobre o fato de eu estar lá seria o mesmo que guiar Susan. Não foi preciso falar nada. “Você está aqui comigo”, disse ela.

Ela continuou falando, enquanto avançávamos por aquele lugar maravilhoso sob aquela cúpula magnífica, até que eu avistei uma linda mulher de cabelos negros, com um diáfano vestido azul, dois corredores à nossa frente, se aproximando de nós. Eu sabia que se tratava da Guia Espiritual de Susan e que seu nome era Rachel. Ainda assim, continuei calada. Novamente Susan falou: “Há alguém conosco.”

Perguntei quem era. Precisava conter minha excitação porque, como já disse, eu nunca tinha acompanhado um paciente de hipnose em uma viagem, muito menos ouvido uma confirmação tão imediata de que nossos espíritos estavam viajando juntos. Susan respondeu: “É uma mulher. Ela tem cabelos escuros. Não sei por quê, mas acho que ela é minha Guia Espiritual.”

Naquele instante, Rachel nos viu e chamou: “Susan...!” Ela exclamou: “Você ouviu isso?”

Perguntei o que ela tinha ouvido e a resposta foi:

“Ela disse meu nome.”

Que momento glorioso. Ainda assim, não tão glorioso quanto a descoberta que fizemos quando ouvimos a gravação. Naquele ponto crucial, minha voz disse com nitidez: “Quem está conosco?” A voz de Susan respondeu claramente: “É uma mulher. Ela tem cabelos escuros. Não sei por quê, mas acho que ela é minha Guia Espiritual.”

E então uma terceira voz sonora como um sino apareceu: “Susan!...”

Foi a primeira vez que eu ouvi a voz de um espírito registrada em uma gravação. Mas não seria a última.

SANGRAMENTOS

Eu estava conduzindo uma sessão de transe certa noite, na qual minha Guia Espiritual, Francine, falava através de mim para um grupo grande, contando a história da crucificação de Cristo no Gólgota, em Jerusalém. Havia cerca de cinquenta gravadores ligados. Mas, a não ser por Francine usando minha voz, a sala estava completamente silenciosa – o menor ruído é capaz de romper meu transe. Francine e eu não podemos habitar meu corpo ao mesmo tempo, por isso eu nunca tenho consciência ou lembrança do que ela diz. Mas, pelo que me contaram, e pelo que ouvi na gravação mais tarde, foi uma noite dolorosa e emocionante. Francine tornou a crucificação de Cristo tão real e tão intensamente pessoal que todos ali sentiram como se estivessem lá, chorando ao pé da cruz.

Meu telefone começou a tocar sem parar bem cedo na manhã seguinte. Seis das pessoas que tinham gravado a sessão da véspera – e nenhuma se comunicara com a outra – mostravam-se ansiosas para que eu ouvisse o que elas estavam escutando nas fitas.

Era impossível deixar de perceber. Em seis das cinquenta fitas gravadas naquela noite havia o pungente ruído de pessoas gemendo, soluçando de dor e sofrimento enquanto a história de Cristo prosseguia.

Francine me contou mais tarde que se tratava de um fenômeno chamado “sangramento”. O passado e o presente são unidos em um lugar com tamanha força que não existe diferença entre eles. Não apenas as pessoas naquela sala foram transportadas ao Gólgota de dois mil anos antes como as multidões que choraram pelo Cristo durante a crucificação estavam entre nós naquela noite, apesar de na hora ninguém ter ouvido nenhum som além da narrativa de Francine.

Pouco tempo depois daquela noite inesquecível, eu estava investigando uma assombração em uma casa velha e esquisita no

noroeste do país. Como normalmente fazemos, meu grupo de pesquisa e eu examinamos a casa toda assim que chegamos. Em seguida, eu me instalei em um dos quartos onde a maior parte da suposta atividade paranormal tinha sido relatada – somente eu e meu gravador, sozinhos por trás de uma porta fechada durante várias horas de silêncio total.

Quando escutei a fita mais tarde, ouvi, com intervalos de poucos minutos, o insistente, penetrante e incômodo latido do que parecia ser um cachorro bem grande.

Perguntamos ao dono da casa, aos vizinhos e à polícia local sobre o cão que latia, apesar de eu não ter escutado nada durante a noite. Ninguém tinha a menor idéia do que estávamos falando. Não havia nenhum cão a menos de dois quilômetros do quarto, e os proprietários, que viviam naquela casa havia muitos anos, me garantiram que nunca tinham ouvido um cão latindo em nenhum lugar nas proximidades.

Freqüentemente imagino Francine me observando do Outro Lado, tamborilando os dedos impaciente, se perguntando por que não vou diretamente a ela, em vez de perguntar aos outros o que está acontecendo. Mas eu sempre procuro uma explicação lógica e terrena em primeiro lugar. Em alguns aspectos, sou extremamente cética. Por fim, esgotados os recursos, perguntei a ela sobre o cachorro na fita.

“Era o seu cão *bull mastiff* branco”, ela me informou calmamente.

Ah! Finalmente Francine errara sobre alguma coisa! Tenho certeza de ter demonstrado uma enorme satisfação quando afirmei: “Eu *não tenho* um cão *bull mastiff* branco.”

“Claro que não. Nesta vida. Mas você teve um em uma vida passada e ele ainda passeia com você às vezes para protegê-la.”

Eu não duvido nunca de que vivemos muitas e muitas vezes. No entanto, como qualquer pessoa, esqueço isso de vez em quando.

Eu poderia ficar horas contando minhas experiências com vozes espirituais que gravei em fitas, e é por isso que recomendo enfaticamente que você deixe um gravador ligado enquanto dorme. Este é o momento em que é mais provável que os espíritos venham visitar a mente espiritual do seu subconsciente e que sua mente espiritual vá visitá-los.

Para aumentar as chances de que alguma coisa milagrosa seja captada na gravação, peça a Deus exatamente o que você quer, com a ajuda do seu Guia Espiritual. Seja fazer uma viagem astral até algum lugar ou a alguém na Terra ou no Outro Lado, ou que um ente querido já falecido venha até você e deixe um sinal de sua presença para que você possa ouvir. Peça a Deus e seja paciente. Se nada acontecer na primeira noite, ou na trigésima, não quer dizer que nunca vá funcionar. Este exercício costumava ser mais completo nos tempos do gravador de rolo, quando era possível usar fitas de oito horas de duração. Se você precisa reduzir a gravação para apenas algumas horas, o momento mais provável para a atividade espiritual é entre as três da manhã e o amanhecer, por razões que eu vou explicar no capítulo 6. Quanto a ouvir as fitas, é óbvio que você tem muito mais o que fazer do que simplesmente sentar e escutar horas de silêncio. Ouço as minhas enquanto estou dirigindo, fazendo trabalhos domésticos, lendo e/ou mergulhada em uma banheira quente. É fascinante como, quando sua mente está “sintonizada”, mesmo que você esteja ocupada com alguma outra coisa, vai perceber na fita o mais ínfimo ruído gravado que não pareça adequado.

O importante em relação às sugestões deste capítulo é estar aberto e acessível à magia e aos milagres, criando o máximo possível de oportunidades para que eles ocorram, e então tomar consciência do que seu espírito já sabe – que a magia e os milagres são tão reais quanto nós mesmos. Isto tornará seus dias e noites mais ricos e vai acabar transformando sua vida.

D E S E N V O L V E N D O S U A H A B I L I D A D E M E D I Ú N I C A

Todos esses exercícios podem ser aprimorados com alguma prática regular do desenvolvimento de sua habilidade mediúnica, que é uma coisa menos misteriosa e fora de alcance do que você imagina. Nem todo mundo pode ser médium, mas todos temos instintos mediúnicos. É a mesma diferença que há entre ser um concertista e simplesmente saber tocar piano. Só porque você nunca chegou a dar concertos no Carnegie Hall não significa que você não possa aproveitar ao máximo a habilidade.

Já me perguntaram milhares de vezes por que eu não dou um curso sobre como desenvolver a própria mediunidade. A resposta é que seria o curso mais curto do mundo. Mas, se você tiver interesse nele, funciona assim:

1 – Faça uma pergunta, silenciosamente ou em voz alta.

2 – Fale de coração, com suas próprias palavras, para seu próprio Poder Superior, pedindo que Ele lhe responda. Desta forma você se abre para receber uma Sabedoria muitíssimo maior do que a sua.

3 – Disponha-se a aceitar a primeira resposta que receber.

Esta é a forma mais simples de desenvolver sua intuição mediúnica. Mesmo após 47 anos de consultas, eu admito que ainda me surpreendo com a dificuldade do terceiro passo. Por isso, não desanime se perceber que está parecendo muito difícil.

Uma vez dei uma consulta para uma mulher perfeitamente adorável e elegante, que imaginei ser uma alta executiva, ou talvez a gerente de uma boutique sofisticada. Ela queria conversar sobre a sua carreira e me perguntou o que eu via. Imagine como foi difícil para mim aceitar a primeira resposta que recebi: “Você tem uma fazenda de minhocas.” Minha vida se baseia na minha credibilidade. Então, como olhar aquela mulher nos olhos e afirmar: “Você tem uma fazenda de minhocas”? Mas quem sou eu para duvidar de Deus? Disse exatamente o que recebera. Para minha surpresa, ela respondeu com naturalidade: “Tenho, sim.” A partir daí conversamos sobre a mudança de carreira que se aproximava.

Dominar o segundo passo é obviamente a chave para se tornar confiante quanto ao terceiro. Mas depois de praticar e adquirir a certeza de que a informação que recebe está vindo de Deus, e não de você mesmo, realmente não lhe cabe pretender que aquilo faça sentido. Apenas respire fundo, reúna coragem e fale.

Depois de falar, mantenha o que disse. “Sugerir” é estritamente proibido neste exercício, por ser apenas uma tentativa desesperada de adivinhação que não tem absolutamente nada a ver com Deus. Já passei pela experiência embaraçosa de ver médiuns sugerindo freneticamente, procurando transformar uma resposta que lhes pareceu errada em outra certa. De repente, a fazenda de minhocas se tornaria “talvez uma fazenda de cobras, ou de jacarés, ou talvez seja uma fazenda comum, mas você tem um problema com

minhocas”. Ou, para realmente se garantirem: “Você pode ter tido uma fazenda de minhocas em uma vida passada.” Não! Se você recebeu “Você tem uma fazenda de minhocas”, diga isso e se comprometa com isso.

Você pode praticar esses três passos sozinho ou com amigos, não importa se tem disponíveis dois minutos ou duas horas. Apenas certifique-se de fazer perguntas cujas respostas você não poderia saber, e registre as respostas que lhe vierem colocando a data no papel ou na fita, para que você possa começar a acompanhar e avaliar sua precisão. Lembre-se, porém, de que não existe nenhum médium que seja cem por cento preciso. Uma precisão média de setenta por cento é acima da média para a maioria dos legítimos médiuns profissionais. A minha é bastante maior e agradeço a Deus mais uma vez por isso. Insisto neste ponto: assim como você pode gostar de tocar piano sem precisar devotar sua vida, você pode se divertir muito descobrindo e desenvolvendo seu próprio poder e, no processo, abrir sua mente para todo o enorme potencial dado por Deus.

S I N E R G I A

Quando o seu poder une forças com o poder de outros para um bem maior, você cria um fenômeno chamado sinergia, que, com a bênção de Deus, é uma das maiores fontes de magia e milagres da Terra. O dicionário *Webster's* define “sinergia” como “a ação simultânea de órgãos separados que, juntos, têm um efeito total maior do que a soma dos efeitos individuais”. Não consigo imaginar como eles conseguiram fazer uma coisa tão excitante como a sinergia soar tão chata. Mas se você substituir “órgãos” por “pessoas” e “efeito” por “poder”, a definição serve muito melhor aos nossos propósitos. Sinergismo, ou sinergia, é a ação simultânea de pessoas isoladas que, juntas, produzem um efeito total maior do que a soma de seus poderes individuais.

Digamos que cem de nós se juntem em uma sala com algum propósito comum e, em uma escala de 1 a 10, cada um de nós tenha uma fé naquele propósito da ordem de 10. A matemática simples indicaria que a “fé total” naquela sala seria igual a mil. Mas

graças à força da sinergia – o poder de toda aquela fé combinada – o total é na verdade cem mil ou um milhão. A sinergia se alimenta de si mesma, com resultados que chegam a ser assombrosos.

Foi através da sinergia que eu fundei minha igreja Novus Spiritus, que continua a crescer porque nunca perdemos de vista que nosso objetivo fundamental é o bem maior. Nosso propósito comum é muito mais importante do que qualquer um de nós, inclusive eu. Não são milhares de membros diante de mim, e sim milhares de membros junto comigo diante de Deus. Juntos, nosso poder excede em muito o total de nosso poder individual somado. Novus Spiritus cresceu de cinquenta para mais de cinco mil membros, embora sempre seguindo uma regra rígida: nunca tentamos recrutar ou converter ninguém. Somos calma e incansavelmente poderosos, ajudando a todos, dos sem-teto aos que estão presos em casa, fazendo muito mais efeito como um todo do que outras cinco mil pessoas poderiam fazer, tudo isso graças à sinergia alimentada pela ativa presença de Deus entre nós. É a magia e os milagres que pudemos criar excederam todas as nossas preces.

Também existem correntes de oração, que serão discutidas mais longamente no capítulo 4, mas que precisam ser mencionadas em uma conversa sobre sinergia. Enquanto escrevia este capítulo, recebi uma carta de um homem chamado Ken, que tinha uma doença cardíaca terminal. Sua única esperança, disseram-lhe, era um transplante, mas ele estava muito atrás na lista de receptores potenciais. Através do meu escritório, ele pediu para ser incluído em nossa corrente de orações. Dias depois ele me escreveu, anunciando que, para completo assombro do seu médico, não precisava mais de um transplante. Seu coração estava saudável novamente. Este é um exemplo perfeito de sinergia em ação, fazendo um milagre que nenhum de nós poderia ter feito sozinho.

Por favor, não pense que a sinergia só funciona se tiver um propósito religioso específico. O bem maior tem inúmeras formas de expressão – as organizações de caridade ou de direitos das vítimas, das crianças e dos animais, e grupos como os Alcoólicos ou Narcóticos Anônimos. Cada um deles é muito maior do que a soma de suas partes e todos fazem acontecer milagres diariamente.

Você se lembra, quando falamos de “coincidência”, sobre planejar uma viagem à Inglaterra e de repente se ver cercado de referências e lembranças daquele país e de todo tipo de coisas britânicas?

O mesmo é verdadeiro para a magia e os milagres. Quanto mais você pensar neles, falar neles e empenhar-se em fazê-los acontecer, mais vai vê-los acontecendo para você.

Isto é tudo o que lhe desejo e espero que este capítulo ajude a trazer milagres para o seu caminho, com Deus guiando-o amorosamente em direção a eles.

3

SUA VIDA PESSOAL: A VISÃO DE UMA MÉDIUM ESPIRITUAL SOBRE RELACIONAMENTOS E FAMÍLIAS



Nenhum assunto surge com maior frequência em minhas consultas, palestras, conferências e aparições na TV do que relacionamentos – com membros da família, com amantes, com cônjuges, com amigos. Nada nos afeta mais profundamente, nos confunde mais, nos traz mais alegria ou nos destrói de modo mais completo do que nossas ligações com as pessoas com quem dividimos a vida. No momento em que a irritação com o outro atinge um ponto quase insuportável, nos levando a pensar que os relacionamentos não valem todos os problemas que trazem, vamos a um funeral e percebemos que o que fica quando partimos é o amor que tivemos uns pelos outros.

Francamente, os relacionamentos são a prova mais evidente de que meu dom mediúnico não se aplica a mim mesma. A idéia de escrever este capítulo não me deixou exatamente feliz, porque eu sei que tenho muitos erros a confessar quanto à maneira como lidei com minha vida pessoal como mulher, filha e mãe. Pelo menos posso oferecer minhas percepções sobre os relacionamentos tanto na qualidade de médium profundamente espiritual quanto na de alguém que teve seu quinhão do que podemos chamar delicadamente de “boas experiências de aprendizado”. Não existe praticamente nenhum tipo de erro num relacionamento contado por um cliente que eu já não tenha vivido.

Devo esclarecer logo de início que eu acredito inteiramente na regra de ouro de fazer aos outros o que queremos que nos façam, e tento viver de acordo com ela o máximo possível. Bastaria que todos seguissem esse simples e perfeito fragmento de sabedoria, como fazemos quando estamos no Outro Lado, para resolver para sempre todos os problemas de relacionamento. No entanto, se a vida na Terra fosse assim tão simples e perfeita, nenhum de nós se daria ao trabalho de deixar o Outro Lado e vir até aqui. Todos temos projetos a seguir, erros a cometer e conhecimento a ganhar, e a parte mais difícil é fazer com que as pessoas com quem nos relacionamos cresçam e sejam mais felizes por nos terem conhecido, sem nos sacrificarmos no processo.

Vamos fazer um acordo antes de começar este capítulo, para ter certeza de que você vai aproveitá-lo ao máximo: eu digo a verdade se você disser também. É tentador jogar a culpa dos problemas de relacionamento nos outros e, para falar a verdade, às vezes eles merecem. Mas outras vezes, não. Afinal, somos os autores de nossos projetos e os únicos responsáveis por nosso próprio comportamento. Por isso, quanto mais responsabilidade estivermos dispostos a assumir, maiores as chances de fazermos os relacionamentos funcionarem.

ALMAS GÊMEAS E ALMAS IRMÃS

Quem já assistiu às minhas palestras ou ao programa de Montel Williams sabe que essa coisa de “alma gêmea” é um assunto que realmente me irrita. Eu gostaria de chutar a canela da pessoa que começou com o boato de que um dos nossos principais propósitos na vida é encontrar a alma gêmea.

Não é.

As chances de isso nunca acontecer são astronômicas.

E, mesmo se não fossem, a alma gêmea que encontramos no curso desta vida não seria necessariamente um amante ou cônjuge. A coisa mais próxima que eu tenho de uma alma gêmea na Terra é minha neta Angelia.

Muitas pessoas parecem desiludidas quando eu anuncio que a alma gêmea é um mito, como se eu estivesse roubando seu conto

de fadas preferido. Não é isso, acredite. Abandonar a idéia de que existe uma alma gêmea esperando em algum lugar e que cabe a nós encontrá-la pode ser absolutamente libertador. Poucas coisas trazem lágrimas aos meus olhos com mais eficiência do que clientes que permanecem em relacionamentos violentos porque confundiram a constante intensidade emocional daquela relação com a idéia do que é ter uma alma gêmea. Mesmo clientes com casamentos perfeitamente bons me dizem com tristeza que sua maior frustração foi nunca ter encontrado a alma gêmea. O termo *alma gêmea* é confundido com tudo: paixão, desejo, obsessão e violência doméstica.

Compreendermos o que é uma genuína alma gêmea pode ajudar.

Somos criados com espíritos que têm tanto aspectos masculinos quanto femininos. Na verdade, vivemos vidas como ambos os gêneros. Nunca encontrei ninguém que sempre tenha sido homem ou sempre tenha sido mulher em todas as encarnações.

Também somos criados com um espírito “gêmeo idêntico”, cujos aspectos masculinos e femininos são essencialmente imagens refletidas dos nossos. Esse espírito é a nossa alma gêmea. A alma gêmea não é a outra metade de nós, nem nós somos a outra metade de nossa alma gêmea. Eu não me considero meia pessoa. E você? Não acho que exista alguma coisa de romântico na idéia de que somos todos um monte de metades andando por aí. Se eu não sou meia pessoa e nem você, por que cargas-d’água algum de nós passaria um minuto, para não falar de uma vida inteira, procurando uma “outra metade” que não existe e que não teria nenhuma utilidade para nós, que somos *pessoas inteiras*?

Do Outro Lado estamos provavelmente mais próximos de nossas almas gêmeas do que de qualquer outro espírito, mas não estamos ligados pelo quadril. Nós e nossas almas gêmeas cultivamos alegremente amizades separadas, interesses e estudos separados e, acima de tudo, nossas próprias identidades separadas. Com nossa alma gêmea desfrutamos do amor mais íntimo que existe – livre, incondicional e libertador, com um conhecimento mútuo que apenas legítimos espíritos gêmeos idênticos podem dividir.

Como todos os espíritos do Outro Lado, cada uma das almas gêmeas pode decidir nascer na Terra para outra vida. Elas podem

vir até aqui apenas uma ou duas vezes, como Francine, minha Guia Espiritual. Podem sentir a necessidade de voltar muitas vezes – tenho o prazer de anunciar que estou na minha 54ª e última vida. Mas em comparação com a eternidade, mesmo 54 vidas não são mais de um minuto e meio.

O que nos traz uma questão óbvia: quais são as chances de que você e sua alma gêmea venham a aparecer na Terra ao mesmo tempo? Por que vocês teriam necessidade disso, já que estão sempre juntos do Outro Lado, e esta experiência que chamamos de “vida” não é nada mais do que uma rápida viagem longe do Lar?

Sem mencionar a probabilidade mínima de que vocês dois estejam na Terra na mesma faixa geral de idade, dentro de uma proximidade geográfica suficiente para permitir que venham a se encontrar em algum momento e com o gênero certo para que os dois se tornem um casal, o que parece ser o ponto principal de todo esse mito da alma gêmea.

Por isso, por favor, dê a si mesmo (e a mim) um tempo e pare de procurar por uma alma gêmea que com certeza está muito feliz do Outro Lado neste momento, esperando que você volte. Não se exponha a toda essa pressão e desapontamento. Não se prenda a um mau relacionamento pela crença equivocada de que se trata da sua alma gêmea e vocês têm que ficar juntos, mesmo que isso o faça infeliz. Não desvalorize um relacionamento perfeitamente bom porque está sentindo falta daquele “sentimento de alma gêmea”. Não acredite nem por um segundo que você esteja “destinado” a ficar com uma única pessoa neste planeta inteiro – que pensamento deprimente! E eu definitivamente não quero que você chegue aos últimos anos de sua vida pensando que fracassou porque nunca encontrou uma pessoa que nem mesmo estava aqui, mas com quem você vai ter um reencontro maravilhoso e tranquilo se conseguir ter paciência por mais alguns “minutos” até estar de volta ao Lar.

O que você *vai* encontrar enquanto percorre esta vida é um número indeterminado de *almas irmãs* – espíritos que você conheceu em uma ou mais vidas passadas. Tenho certeza de que você já experimentou o sentimento instantâneo de reconhecimento, que pode ser bom ou mau, despertado pelo encontro com uma alma

irmã. Algumas vezes essa familiaridade instantânea é o trampolim para mais uma experiência terrena conjunta, na condição de amigos, amantes, cônjuges ou membros da família.

Mas outras vezes esse sentimento deveria fazer você se afastar correndo o mais rápido que suas pernas agüentassem. Tenho uma cliente que se casou com um homem que estava certa de ter conhecido em uma vida passada. Ela tinha razão – em outra encarnação, ele foi o homem que a condenou à morte durante a caça às bruxas em Salém. Nesta vida, minha cliente ainda está tentando convencê-lo de que ela é uma boa pessoa, o que é verdade, e ele ainda garante que não e encontra uma maneira de reprovar tudo o que ela faz.

Isso nos traz ao assunto do carma, outra coisa que sempre me irrita, porque é mal interpretada e acaba fazendo as pessoas atravessarem uma enorme quantidade de sofrimento achando que isso é, afinal de contas, “o seu carma”. No exemplo que acabo de mencionar, algumas pessoas diriam que esse é o carma da minha cliente e ela tem que passar por essa provação vida após vida até finalmente ser “absolvida” por seu antigo executor. E eu afirmo: isso é ridículo. Por que ela deveria gastar várias vidas sofrendo apenas para que essa pessoa venha a declarar que ela é aceitável? Não é assim que funciona!

Tudo o que o carma significa é “um equilíbrio da experiência”. Quando você escreve seu projeto do Outro Lado, você sabe o que já trabalhou e aprendeu nas vidas passadas. Portanto, seu novo projeto será composto de acordo com o que você decidir que ainda precisa ser experimentado. Isso não lhe é imposto. É uma escolha sua, baseada em seus próprios objetivos para a vida que está prestes a enfrentar.

Portanto, enquanto alguns diriam que o carma da minha cliente é conseguir a aprovação desse homem, eu posso argumentar igualmente que o carma dela é aprender a olhá-lo bem nos olhos e dizer: “Eu não ligo a mínima para o que você pensa!”

Acredito que qualquer conceito excessivamente complicado e intrincado para nos sustentar espiritualmente, nos inspirar e tornar nossas vidas mais ricas já esgotou sua utilidade. Se você quer uma maneira simples e realmente produtiva de usar a palavra carma,

aqui vai uma que eu recomendo com entusiasmo. Cheguei ao caixa do supermercado com três itens. A mulher na minha frente estava com o carrinho cheio. Ela percebeu que minha compra era pequena e foi gentil o bastante para me convidar a passar na sua frente. Garanti que não estava com pressa, afinal ela tinha chegado primeiro.

E ela respondeu: “Por favor, passe na frente. Eu preciso desse carma.”

Muito justo. Agradei e tomei o lugar na frente dela.

Essa é uma abordagem saudável de toda essa idéia de carma e podemos empregá-la freqüentemente. Eu realmente gostei muito daquilo, não por me poupar algum tempo no supermercado, mas porque ela tinha encontrado um propósito simples, prático e humanitário para uma palavra constantemente mal compreendida que às vezes faz mais mal do que bem.

Por isso, quanto aos relacionamentos, não fique preso demais à questão do carma ou das almas gêmeas. Eu sei que à primeira vista a idéia de se reencontrar com alguém que você conheceu em outro tempo, outro lugar e outra vida pode parecer muito romântica. Mas lembre-se da minha cliente “bruxa de Salém”, que permanece em um casamento infeliz. Mais do que isso. Pense em quantas pessoas você conhece nesta vida – mais próximas e mais distantes. Multiplique isso pelas vidas que já viveu. Se não tem certeza do número, sinta-se à vontade para usar o meu: 54. Acrescente os espíritos que conhece do Outro Lado mas que nunca encontrou aqui na Terra (provavelmente milhares, sem exagero). Não vai demorar para você perceber que não é nada espantoso deparar-se com espíritos conhecidos durante esta vida. Seria muito mais surpreendente não encontrar nenhum.

Sou muito próxima de várias pessoas que conheci durante algumas vidas. Também sou ligada a outras que nunca conheci antes. Por isso, não há problema em reconhecer aquele sentimento de familiaridade quando ele se manifesta. Manter os seus instintos mediúnicos em alerta é sempre uma boa idéia. Mas você não deve basear inteiramente a decisão de acolher ou não uma pessoa no sentimento de ter vidas passadas em comum. Algumas pessoas que você conheceu em vidas passadas cruzam seu caminho

precisamente para ver se você já aprendeu a ficar longe delas. Além disso, não importa quantas pessoas você já conheceu, eu juro que há outras por aí que são fascinantes e dignas de serem encontradas, apesar de não terem compartilhado um passado com você.

Há um exercício no capítulo 5 que vai ajudar a descobrir e explorar suas próprias vidas passadas. Tenha paciência até chegar lá, mas, se não quiser esperar, vá agora até a página 141.

Reconhecer padrões de relacionamento – nesta vida ou em uma série de vidas – é uma das tarefas mais difíceis, esclarecedoras e libertadoras que podemos realizar. Requer objetividade e uma enorme honestidade para consigo mesmo e, para falar a verdade, pode ser doloroso e constrangedor. Mas a recompensa é grande. Uma vez que descobrimos que os relacionamentos não são coisas determinadas apenas pelo acaso, e sim resultado dos nossos próprios padrões, podemos recuperar nosso poder e nossa capacidade de controle, lembrando que somos, na verdade, os autores de nossos projetos, e conseguir finalmente romper com esses padrões que estão nos prejudicando.

Existem duas frases que eu adoro sobre padrões. Uma é: “É um sinal de insanidade repetir o mesmo comportamento várias vezes seguidas e esperar resultados diferentes.” A outra é mais simples mas igualmente verdadeira. “Quando você faz o que fez, consegue o que conseguiu.”

Falando sério, não faz muito mais sentido do que “Permaneço em um relacionamento infeliz porque esse é o meu carma”?

Todos conhecemos (e às vezes invejamos) pessoas cujos padrões de comportamento as conduzem para a felicidade, o sucesso, a paz de espírito e ótimos relacionamentos. É cômodo dizer que elas simplesmente têm mais sorte do que nós. É mais correto afirmar que elas aceitaram a ligação entre o que fazem e o que conseguem e assumiram plena responsabilidade por qualquer melhoria que precise ser feita. Para elas, “Quando você faz o que fez, consegue o que conseguiu” é um bom lema, porque elas investem nisso e se recusam a aceitar qualquer coisa inferior.

Se você por acaso não está feliz com a forma como seus relacionamentos estão andando – e eu não falo só de amantes e

cônjuges, também me refiro a amizades –, está na hora de dar uma boa olhada nas pessoas ao seu redor e outra melhor ainda em você mesmo. Ninguém fica em nossas vidas sem que o tenhamos deixado entrar e permanecer, não importa o quanto detestemos admitir isso.

Você em geral se cerca de pessoas que:

- . fazem você se sentir melhor consigo mesmo, ou pior?
- . tendem a ser mais fortes do que você, ou mais fracas?
- . estão em melhor situação financeira do que você, ou pior?
- . têm mais instrução do que você, ou menos?
- . são mais inclinadas a dominar você, ou a deixar que você as domine?
- . têm tido mais sucesso nos relacionamentos, ou menos?
- . têm um currículo profissional melhor do que o seu, ou pior?
- . têm mais amigos do que você, ou menos?
- . dão mais ou menos valor do que você à honestidade, à integridade e ao compromisso?
- . são mais próximas dos membros de suas famílias, ou mais afastadas?
- . são mais ou menos ativas do que você na exploração da própria espiritualidade?

As respostas honestas a essas e outras questões semelhantes podem ajudar a reconhecer os padrões que você possa estar repetindo nesta vida ou em uma série de vidas. Assumir a responsabilidade por eles (“Não posso evitar” é exatamente o oposto de assumir a responsabilidade) é o primeiro e gigantesco passo na direção de se libertar desses padrões de uma vez por todas e começar a substituí-los por outros realmente saudáveis e capazes de construir a sua felicidade.

A partir das consultas com milhares de clientes e dos meus próprios erros no passado, percebi que a maioria de nós é mais meticulosa, ponderada e cautelosa com relação a comprar um carro do que a respeito de quem deixamos entrar em nossas vidas. Jamais iríamos apontar para um carro de cuja aparência gostamos e dizer “Vou levar!” sem verificar pequenos detalhes, como preço e quilometragem, ou mesmo saber se o motor funciona. Mas todos já vimos e/ou tivemos relacionamentos nos quais fizemos basicamente

isso – comprar num impulso e depois gastar uma fortuna emocional para consertar uma coisa que nunca vai valer tanto quanto investimos nela.

É por isso que eu acredito muito na Entrevista. Especialmente quando você está considerando a idéia de ter um relacionamento emocional íntimo com uma determinada pessoa. É importante que isso se dê antes de cair na “insanidade temporária” da paixão (o cerco costuma durar uns três meses), e enquanto você ainda está conseguindo pensar com clareza.

A Entrevista consiste em fazer perguntas diretas o suficiente para descobrir o *caráter* da pessoa que você está convidando a entrar em sua vida. As questões feitas há alguns parágrafos são um bom começo e você pode acrescentar outras de acordo com suas prioridades. Preste bastante atenção às respostas e mais ainda ao fato de as respostas combinarem ou não com o comportamento da pessoa. Quando houver alguma diferença entre o que ela diz e o que ela faz, ignore as palavras e *acredite no comportamento!*

Sei o quanto isso parece óbvio. Também sei como é fácil ignorar e/ou inventar desculpas para as inconsistências devido aos hormônios, a um impulso natural de confiar e a uma ansiedade por amar e ser amado. Mas alguém que diz ter um salário anual de cem mil dólares não teria que lhe pedir dinheiro emprestado nem propor dividir a conta do restaurante num primeiro encontro. Alguém que alega acreditar na importância da honestidade não mentiria nem seria evasivo. Alguém que diz acreditar em compromisso não trairia. Alguém que afirma ter um mínimo de interesse pela espiritualidade nunca maltrataria uma criança ou um animal, que são os seres inocentes de Deus.

E alguém que declara amar você nunca iria deliberadamente humilhar, maltratar ou tentar controlar você.

Pode acreditar em mim.

VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

Esta seção pode parecer pouco relevante em um livro sobre como o Outro Lado afeta esta vida e como esta vida afeta a vida eterna dos nossos espíritos. Mesmo assim, tenho boas razões para

acreditar que muitos dos conceitos, técnicas e exercícios espirituais e mediúnicos deste livro podem ajudar alguém que esteja na posição destruidora de receptor em um relacionamento violento.

Isso porque eu mesma passei por um relacionamento física e emocionalmente violento durante os primeiros anos da minha vida adulta. Os psicólogos poderiam se divertir muito juntando as peças de como eu me meti nessa – a mãe que me maltratava, o pai que eu adorava e cuja aprovação me oferecia a única segurança que conheci quando criança. Além disso, eu trazia um padrão pessoal que lutei para superar, que me fazia confundir amor com a gratidão por alguém que se oferecia para me salvar de uma situação ruim.

Remoer como eu me meti em um relacionamento violento é muito menos importante do que compartilhar como eu saí dele e o que aprendi sobre violência doméstica tanto como médium espiritual quanto como sobrevivente. (Você nunca vai me ouvir referindo-me a mim mesma como “vítima” de alguma coisa.) Se pelo menos um desses pontos puder ajudar uma pessoa que se sinta presa em um relacionamento violento a dar um passo em direção à porta, muitas das minhas preces para que este livro possa ajudá-los terão sido atendidas.

Eu aqui estou me dirigindo a qualquer pessoa que se encontre na posição de receptor da violência. Homens e mulheres. A violência é um ultraje, não importa qual gênero a esteja praticando e qual o gênero de quem a sofre.

Para dar um quadro de referência, a violência doméstica na minha vida aconteceu décadas antes de o sistema legal considerar que devia se preocupar com isso. Eu era uma professora na época, com dois filhos pequenos. Não havia nenhuma linha direta de telefone da polícia para ligar, nem abrigos para mulheres espancadas. Não estou tentando dizer “coitadinha de mim”. Isto é só para mostrar-lhe que eu sei exatamente o quanto é difícil escapar de uma situação de violência – e tenho certeza de que escapar da minha foi a coisa mais importante que fiz na vida. Certa noite, após mais uma violenta explosão, aquele homem saiu de casa como um furacão. No instante em que ele saiu, fui embora, levando os meus filhos e mais nada, e nunca mais voltamos. Eu e meus filhos acabamos em um apartamento desmantelado num conjunto habitacional por algum

tempo. Eles ainda se lembram de lá como um lugar alegre e feliz, porque nós três estávamos seguros, livres e juntos.

Diversas percepções profundas e ferramentas espirituais me ajudaram a reunir a força emocional e a coragem necessária para me afastar do abuso e permanecer longe dele. Antes de mais nada, mais adiante neste livro há uma discussão sobre seitas capaz de ajudar a esclarecer o que realmente acontece. As seitas e os relacionamentos violentos têm muito em comum. Eles florescem no isolamento e em segredo, o que fomenta o controle e a dependência e elimina sistematicamente lugares alternativos para os quais o membro da seita e o receptor da violência possam se voltar. Tanto as seitas quanto os relacionamentos violentos requerem obediência absoluta a um deus que eles proclamam e que faz todas as regras, sem se importar com a justiça, a lógica ou o bem-estar conjunto do grupo. Eles não são e nunca serão democráticos, porque se existir igualdade toda a estrutura se desmancha. Para manter a ilusão de superioridade, o líder da seita/autor da violência tem que reforçar constantemente a inferioridade do membro/receptor e a ameaça perpétua de uma punição terrível para o questionamento da autoridade desse deus incontestável que ele se autoproclamou. A abordagem inicial é sempre lisonjeira, sedutora e enganadora. O líder da seita faz o membro em perspectiva sentir-se “escolhido” e “privilegiado” por fazer parte de alguma coisa que os “de fora” são estúpidos demais ou superficiais demais ou pecadores demais para compreender. O autor da violência lenta mas certamente vende a mensagem de que é a única pessoa que ama o receptor o suficiente para querê-lo só para si, enquanto que os “de fora”, que se preocupam e o criticam, estão apenas com ciúmes de um relacionamento que na verdade não tem nada a ver com eles. Qualquer confusão, infelicidade ou frustração na seita/relacionamento é culpa do membro/receptor. Tudo estaria bem se ele permanecesse calmo e obedientemente submisso. O ápice chega quando o membro/receptor já está programado para associar submissão a sobrevivência. E “programado” é a palavra exata. Na maioria das vezes é tão difícil convencer o receptor da violência de que ficar pode ser fatal para ele e os filhos quanto seria difícil convencer os membros da seita Portal do Paraíso de que não havia

nenhum disco voador por trás do cometa Hale-Bopp esperando para recebê-los após o suicídio em massa. Não se engane, tanto nas seitas quanto nos relacionamentos violentos, nada – desde a primeira mentira elogiosa que o seduz e o isola, até os insultos, as táticas de intimidação e o que quer que seja necessário para manter você “no seu lugar” –, nem por um momento, é feito no seu benefício ou no dos seus filhos. Reconhecer isso o mais cedo possível pode lhe poupar anos de sofrimento e talvez até salvar sua vida.

No final do capítulo 7 há uma lista de Ferramentas de Proteção. Eu as uso diariamente. Recomendo que todos façam o mesmo, especialmente alguém que esteja sofrendo violência emocional ou física. Elas vão realmente proteger você, mas também vão conseguir uma outra coisa. São um lembrete constante de que no seu íntimo você é um espírito sagrado e eterno, criado por Deus, herdeiro genético Dele. Quando você *conhecer* verdadeiramente sua própria santidade como filho de Deus, não existirá nenhuma chance de que vá tolerar um momento sequer de desrespeito, muito menos de violência. Humilhar você é humilhar sua alma divina, e isso não só é inaceitável como também é um sacrilégio.

Mesmo que normalmente não pareça, em geral existem dois falsos egos atuando nos dois extremos de um relacionamento violento. Não se esqueça, a palavra ego significa “eu sou”. Qualquer pessoa cujo ego, ou “eu sou”, seja inteiro e saudável não tem nenhuma necessidade de controlar, manipular, intimidar ou diminuir o poder de outra pessoa para alimentar o seu próprio. O ego dos violentos é tão fraco e subnutrido que eles têm que roubar de qualquer um que seja vulnerável o bastante para deixar-se roubar. Do outro lado da moeda, os que sofrem a violência costumam cair também numa armadilha de falso ego, na qual ficam tão determinados a *ganhar a parada* — com prejuízo da sua dignidade, do seu amor-próprio, da sua sanidade, da sua segurança e até dos próprios filhos – que perdem de vista todo o resto. “Ganhar” em suas mentes significa “Você vai mudar, vai me respeitar, vai me amar, vai me pagar por tudo o que passei com você!”. Mas o problema é que as ações realmente falam mais alto do que as palavras. Portanto, dizer a alguém que tem que mudar ao mesmo

tempo em que você permanece ao seu lado é o mesmo que dizer: “Não estou falando sério, você obviamente não tem que mudar, já que eu ainda estou aqui.” Dizer a alguém que você exige respeito enquanto tolera constante desrespeito na verdade significa: “Você pode me desrespeitar o quanto quiser, eu não me importo o bastante para fazer alguma coisa.” Dizer a uma pessoa que você insiste em ser amado quando o comportamento dela para com você é o oposto exato do amor transmite a mensagem de que está tudo bem, você não espera, na verdade, que ela o ame se não quiser. Quanto a pagar por lhe fazer suportar tudo isso, por que deveriam, se não houve nenhuma consequência significativa que provasse que o que você suportou era inaceitável? Lembre-se, você está declarando “aceitável” tudo o que você “aceitar”. No meu caso, assim que compreendi que era meu próprio falso ego que necessitava *ganhar* e me reconectei com meu próprio “eu sou” e meu próprio centro divino de Deus – e mais ainda, com o Deus central de meus dois lindos filhos que mereciam o lar mais seguro e feliz que eu pudesse oferecer –, percebi que havia, na verdade, uma maneira de vencer de uma vez por todas: eu entreguei o jogo. Basicamente disse ao meu marido violento: “Parabéns. Você venceu. Pode ficar com tudo, até com essa enorme pilha de dinheiro fingido. Tudo. Não vou jogar mais.” Levei meus filhos e nunca mais voltei. É claro que quando eu me recusei a jogar deixou de haver jogo, e por isso, da maneira mais gratificante possível, eu ganhei. Além dos meus filhos e da roupa do corpo, é claro, também saí com meu “eu sou” e meu poder, o que o deixou desprovido de ego e de poder, já que ele não tinha nenhum próprio. Ele me implorou que voltasse. Mas eu então compreendi que não era *eu* que ele queria de volta. Ele sentia uma falta enorme da falsa identidade que descobriu ao exercer a violência sobre mim e me dominar. Ele também tinha me dado a desculpa perfeita para não voltar. Tudo o que eu tive que fazer foi lembrar-lhe que ele tinha deixado bem claro o quanto eu era imprestável, estúpida, inapta, inadequada e louca, por isso eu nem sonharia em esperar que ele tolerasse viver um momento a mais com uma parceira que tão claramente não o merecia. Bem, adivinhe só – ele não queria realmente dizer aquelas coisas, ele só tinha dito porque estava aborrecido. Tradução: como

se não bastasse o resto, ele era um mentiroso. Não, obrigada. Não era bom o bastante para mim e *certamente* não era bom o bastante para meus dois meninos. Como eu poderia criá-los para dar valor à dignidade, respeito e honestidade em um lar onde não havia nenhuma dessas coisas?

Deus não criou nenhum de nós para sofrer. Qualquer sofrimento que tenhamos registrado em nossos projetos está lá para ser superado e não suportado, e muito menos encorajado. Não existem cerimônias de premiação no Outro Lado em que sejam entregues medalhas aos mártires. Somos responsáveis por nossos projetos e por dar a nossos filhos um lugar seguro onde possam atuar de acordo com seus *próprios* projetos. Os que praticam a violência também são responsáveis por um projeto. Tentar mudá-los ou “salvá-los” significa assumir os projetos e os temas de vida deles, o que significa que você está negligenciando os seus. Na verdade, ao aceitar a violência, você está atrasando o progresso deles. Se eles escreveram em seus projetos que cometeriam violências, são *eles* que têm que superar isso. Portanto, se realmente quiser ajudá-los, faça com que comecem a trabalhar nessa superação. Em outras palavras, para o seu bem e o deles, diga “não” e caia fora! Um amigo, um parente, uma igreja, uma sinagoga, uma clínica, a delegacia de polícia – *existe* uma saída para você. Por favor, se você ou seus filhos estiverem em uma situação violenta, procure ajuda. Permanecer em uma situação abusiva significa que você desistiu de si mesmo e isso quer dizer que você desistiu de Deus – mesmo que Ele nunca tenha desistido de você nem nunca vá desistir.

PROCURANDO O PARCEIRO IDEAL

Voltando ao que eu disse no princípio sobre os relacionamentos, eles podem trazer tanto alegria quanto sofrimento, tanto cura quanto dor.

Você pode ter ouvido dizer: se realmente quer encontrar um novo interesse amoroso, pare de procurar. Isso é verdade por algumas excelentes razões.

Todos somos esponjas psíquicas, captando impulsos, energia e mensagens das pessoas ao nosso redor. Não importa se chamamos isso de instinto, de sexto sentido ou de meras sensações interessantes: são impressões psíquicas que as pessoas nos causam antes mesmo de terem dito uma palavra ou olhado na nossa direção.

O que tendemos a esquecer às vezes é que também somos transmissores psíquicos, enviando a mesma quantidade de impulsos, energia e mensagens para todas as outras esponjas psíquicas que encontramos. E você certamente não precisa de um médium para lhe dizer como a presa reage naturalmente quando sente um caçador na área. Qualquer cervo, coelho ou ganso pode confirmar isso – eles correm para escapar.

Não estou tentando sugerir que você fique sentado tamborilando os dedos, esperando que o príncipe ou a princesa caia através do teto no seu colo. O que você deve fazer é seguir vivendo a vida, celebrando e investindo no amor que tem agora – os amigos, a família e até os bichinhos de estimação – e aprender a confiar no projeto que escreveu antes de vir para esta vida. É saber que Deus está sempre pronto a ajudar que ele se realize sem que você tente apressar isso por causa da desastrada emoção terrena da impaciência, para não mencionar a crença tola de que sabemos melhor do que Deus do que é que precisamos.

No final deste livro você vai encontrar uma lista de Afirmações. Elas servem para o seu uso diário, para que você as repita quantas vezes puder. Não são para serem feitas enquanto você espera o parceiro ideal. São para fazer enquanto *não espera*, mas, ao contrário, viva ativamente sua vida, lembrando constantemente que tem um espírito divino, eterno e precioso, e descende diretamente de Deus. Quanto mais você aprender a apreciar, respeitar e amar a alma de Deus dentro de você, mais rapidamente vai dominar o maior segredo de todos no que diz respeito a encontrar e manter relacionamentos saudáveis e felizes ao longo de sua vida:

*Nenhum outro relacionamento nesta Terra
irá jamais oferecer um tamanho potencial de segurança, conforto
e paz de espírito*

*quanto seu relacionamento consigo mesmo.
Aprenda a amar sua própria companhia,
e os outros irão segui-lo.
Afiml, quem é que não gosta de uma pessoa alegre e feliz?*

FAMÍLIAS

No primeiro capítulo discutimos “linhas de opção”, ou a área da vida que escolhemos para ser a mais desafiadora quando escrevemos nossos projetos. As linhas de opção são sete: família, vida social, amor, saúde, espiritualidade, finanças e carreira.

Eu escolhi família como minha linha de opção. O significado básico disso é que eu sou capaz de colocar em ordem os problemas familiares de um cliente com uma única consulta, mas passei a maior parte dos meus 62 anos tentando compreender os meus. Eu estava tão ocupada procurando forçar esse grupo estranho, fascinante e complicado que é a minha família a tomar a forma da minha própria versão imaginária e ideal do que seria “normal”, que convenientemente tentei ignorar tudo o que sei sobre a vida e sobre o fato de que, bem ou mal, as “famílias” são feitas de *peessoas*. Mas estou progredindo. Pelo menos estou aprendendo que o que eu sei também se aplica às pessoas da minha família.

O que eu sei é que cada membro de cada família, incluindo a minha, escreveu o seu projeto antes de vir para cá. Todos escolhemos ser parentes uns dos outros. Como nossos projetos são mapas detalhados do que viemos aprender, deve haver uma riqueza de lições e desafios dominantes em cada relacionamento familiar ou não os teríamos escolhido. Portanto, talvez nem sempre apreciemos as aulas ou as pessoas que escolhemos para nos ensinar, mas podemos pelo menos aproveitar ao máximo a oportunidade e agradecer pela lição, mesmo que seja apenas porque aprendê-la desta vez significa não ter que voltar e fazer tudo de novo.

Parentes têm o direito de esperar que haja uma relação cordial entre eles, mas, como com todos os outros relacionamentos na nossa vida, confiança e respeito precisam ser conquistados, alimentados e mantidos. Um “laço genético” não significa “licença especial” e/ou “vale tudo”. Não significa nem mesmo que vocês têm

que gostar uns dos outros ou se relacionar uns com os outros. De fato, essa é uma das áreas em que eu mais errei. Ignorando que cada um dos meus filhos veio com seu próprio projeto e suas próprias lições para aprender, eu sonhava com uma linda imagem do que deveria ser um relacionamento entre irmãos – companheiros inseparáveis, com os braços perpetuamente ao redor dos ombros um do outro, prontos a se ajudarem em qualquer situação, cada um sendo a maior fonte de conforto para o outro.

Bom, em algum momento se tornou óbvio para ambos – na verdade, para todos, menos para mim – que eles não gostam muito um do outro. Quase tudo o que eles têm em comum somos eu, os outros parentes, os lugares em que passaram a infância e a altura. Fora isso, eles possuem objetivos diferentes, interesses diferentes, temperamentos diferentes e personalidades diferentes. Mas, devido às minhas próprias necessidades, expectativas e fantasias, continuei tentando juntá-los de qualquer maneira, determinada a deixá-los loucos um pelo outro mesmo que tivesse que me matar para isso. E eu poderia ter morrido, supondo que alguém pudesse morrer de tanto torcer as mãos, se eles não tivessem me puxado de lado em ocasiões diferentes e gentilmente assinalado que, se os dois se encontrassem em uma festa e nunca tivessem se visto na vida, não teriam interesses comuns para sustentar nem cinco minutos de conversa. Além disso, os dois estavam perfeitamente confortáveis com o fato. Era *eu* que estava perdendo o sono com isso.

Quando tive minha experiência de quase morte e meu coração parou após uma grave cirurgia, eu sabia, enquanto estava no túnel, rumando para a luz de Deus, que meus filhos sobreviveriam à dor e ficariam bem. Eu não me importava nem um pouco se eles estariam juntos ou separados. Os espíritos eternos com certeza entendem tudo lindamente. São as nossas mentes conscientes imperfeitas, vaidosas, teimosas e egoístas que ficam se intrometendo no caminho.

A vida na minha família está muito mais pacífica depois que eu aprendi que meus filhos são indivíduos distintos com direito às suas próprias preferências. Minha relação com cada um deles é tão diferente quanto os dois são, e eu os trato com o mesmo carinho.

Como mãe deles, espero que se comportem, sejam educados e coexistam pacificamente, ou então, se não conseguirem, fiquem longe um do outro. Mas, também na condição de mãe, no nascimento deles meu espírito lhes prometeu respeito, paciência, compreensão e apoio com relação aos seus projetos, esperando o mesmo deles com relação ao meu. Afinal, nossos projetos foram compostos com a mesma perfeição.

Para aumentar as complicações nas famílias, como com qualquer outra pessoa que encontramos, existe o fato de que não chegamos aqui apenas com nossos projetos, nossas características genéticas resultantes de ancestrais de ambos os lados da família, mas também somos compostos de nossas próprias experiências e nossos próprios relacionamentos em vidas passadas. Se você já olhou para alguém com quem tem parentesco – incluindo seus filhos ou seus pais – e imaginou como duas pessoas com o mesmo sangue podem ter tão pouco em comum, essa é a resposta. Seus espíritos já estiveram aqui muitas vezes antes, com seus próprios projetos, lutas e lições em cada uma dessas vidas. Quando você pensa nisso, até se espanta de ter realmente alguma coisa em comum com seus parentes.

A genética exerce um papel importante em nossa identidade, não por alguma série fortuita de combinações entre os genes, mas por causa de nossos projetos. Ao escolher os nossos pais, quando compomos nossos projetos, estamos selecionando fatores genéticos que irão estabelecer as bases para os objetivos que determinamos para nós mesmos antes de vir. Quer você goste ou não das qualidades físicas, mentais, emocionais e fisiológicas que herdou dos dois lados da família, na verdade deve agradecer ou culpar a si mesmo. De qualquer forma, no entanto, lembre-se sempre de que você os escolheu por alguma razão.

É bem possível que haja algumas almas irmãs em sua família – espíritos que você conheceu em outras vidas e com os quais se relacionou, bem ou mal. Outros membros da família estarão sem dúvida se encontrando com você pela primeira vez. Isso não torna nenhum dos relacionamentos atuais mais ou menos significativo. Apenas explica um pouco da dinâmica que você deve ter lutado anos para entender – a grande afinidade ou atração especial entre

dois de vocês, um desconforto, uma desconfiança ou uma raiva genuína que você não consegue esclarecer ou resolver, um refrescante sopro mútuo de ar fresco ou uma ausência de linguagem comum, uma sensação especialmente profunda de segurança, conforto e familiaridade com um parente em particular, uma estranha falta de conexão entre dois de vocês apesar de todas as tentativas, como se você devesse assumir um laço profundo com um estranho com quem você até se parece fisicamente. As variações são infinitas, mas as razões são simples e lógicas – os relacionamentos em vidas passadas e a ausência deles existem em todas as famílias. Marido e mulher nesta vida podem ter sido irmãos numa anterior, meu filho Christopher e eu fomos marido e mulher. São as conexões que continuam, não as relações específicas.

Quando os relacionamentos específicos se repetem, isso indica uma oportunidade de aprender, crescer e progredir. Um cliente chamado Joel sentia-se desesperadamente preso a um casamento no qual ele mesmo admitia permanecer por culpa e não por amor. Era infeliz e imaginava que a esposa também fosse, mas nas freqüentes ocasiões em que pensava em deixá-la sentia-se tão dominado por inexplicáveis ondas de culpa que não conseguia imaginar como poderia suportar fazer aquilo. Não precisei do meu dom mediúnico para assinalar que nenhum relacionamento baseado somente na culpa é saudável ou digno de ser preservado. Mas meu dom foi necessário para descobrir que ele e a esposa tinham sido casados em uma vida passada, e ele a deixara por outra mulher quando soube que ela tinha uma doença terminal, em vez de ficar ao seu lado até o fim. Desenterrar a verdadeira fonte da culpa o libertou. Quando o encontrei novamente dois anos depois, ele me informou imensamente feliz que estava prestes a se casar com uma mulher a quem amava muito e que a ex-esposa também era feliz no novo casamento.

É perfeitamente natural ter reações emocionais a essas conexões prévias. Qualquer que seja o caso, também vale a pena usar essa informação no sentido de compreender a dinâmica da sua família e fazer as pazes com ela, em vez de usar isso como uma nova série de desculpas para disputas e ressentimentos.

Se eu acredito que nos momentos difíceis as famílias têm que ficar unidas? Com certeza. Eu não queria ter nada a ver com a minha mãe, por boas razões, mas nunca a teria desamparado num momento de crise. De forma semelhante, meus filhos estariam prontos a ajudar um ao outro em um piscar de olhos se um grave problema surgisse. Honrar até as últimas conseqüências uma conexão familiar faz parte de nossa essência e do desafio que nos inspirou a escolher ter nascido nesse grupo particular de pessoas.

Isso vale tanto para casos de adoção quanto para famílias biologicamente conectadas. Se você escreveu em seu projeto que nasceria de alguém que depois o entregaria a outra pessoa, fez isso por uma razão que é importante para o progresso do seu espírito. Precisamos parar de usar o termo “família verdadeira” para descrever uma conexão genética. Ele implica que uma família adotiva não é verdadeira, o que na maioria dos casos não é correto nem justo.

Porém, eu quero fazer uma distinção entre honrar uma conexão familiar e esse conceito confuso de “dívida”. A idéia de que “Somos parentes, então você tem uma dívida para comigo” é usada com muita freqüência como uma outra maneira de dizer “Posso tratar você pior do que trataria um completo estranho se eu quisesse, e você tem que me perdoar porque somos parentes”. Não é estúpido? E no entanto todos já passamos por isso – tivemos uma briga feia com um pai, cônjuge ou irmão no estacionamento do supermercado, chamando um ao outro de todos os nomes feios que existem, e depois fomos muito educados com a moça do balcão enquanto ela pesava nossa mercadoria porque nem sonharíamos em ofender alguém que nunca vimos antes na vida. Sinto muito, mas isso está completamente invertido. Não, eu não quero dizer que devemos ser muito educados uns com os outros e descontar tudo na moça do supermercado. Mas que é melhor reservar seu melhor comportamento, e não o pior, para as pessoas que escolheu pessoalmente para desempenhar o significativo papel de “família” nesta vida.

FILHOS

Cada vez que você olhar para um bebê recém-nascido ou que está aprendendo a andar, procure lembrar-se de que dentro daquele corpo pequenino balbuciando palavras vive um espírito sábio, inteiro e experiente e um dos seres com maior capacidade mediúnica da Terra. Como acabaram de chegar do Outro Lado, eles têm com frequência memórias vívidas de seus projetos, seus Guias Espirituais, seus Anjos e suas vidas passadas. Se tiverem sorte, ninguém ainda teve a chance de fazer com que se sintam estranhos, inadequados ou envergonhados quando querem falar sobre isso.

Já ouvi tantas pessoas dizerem ou ouvirem: “Não engulo isso. É esquisito demais.” Sabe o que eu acho mais esquisito? Acreditar que os bebês são páginas em branco quando chegam aqui. Se fosse esse o caso, como é que as crianças nasceriam com interesses ardorosos por coisas como trens, a Guerra da Independência americana, biologia marinha, transatlânticos, medicina, arqueologia ou qualquer outra coisa a que nunca foram expostos? As crianças podem nascer com medo de coisas como altura, água, lugares fechados, aranhas ou trovoadas, mesmo que ninguém ao redor tenha medo das mesmas coisas. Como? Crianças-prodígio nascem de pais “comuns” e atingem realizações assombrosas no mundo das artes, do esporte, da educação e da música. Como? Honestamente, o conceito de capricho aleatório do destino não parece mais difícil de engolir do que a explicação perfeitamente lógica das vidas passadas?

No capítulo 5 há algumas histórias sobre as lembranças nítidas que minha neta Angelia tem de sua vida passada como vovó Ada. Por favor, não imagine que isso é uma daquelas coincidências que só aparecem em uma família tão esquisita quanto a minha. Clientes e mais clientes sempre me contam os comentários que seus filhos pequenos fizeram casualmente:

Uma menina de seis anos não conseguia ficar séria enquanto recebia de seu pai uma repreensão bem merecida. O pai perguntou o que ela estava achando tão divertido. Ela respondeu: “Lembra quando eu era o pai e você era meu filho e eu costumava gritar com você desse jeito?”

Um casal levou o filho de quatro anos para o primeiro passeio pelo campo. Ao chegarem a uma ponte cruzando um riacho, o menino parou e anunciou: “Ah, não. Não vou passar em nenhuma ponte dessa vez.” Os pais tinham certeza de que era a primeira vez que ele via uma ponte e que nem tinha condição de saber o que era uma ponte.

Já ouvi milhares de histórias semelhantes no meu escritório e quase sempre o pai ou a mãe que está me contando já tentou todas as explicações – sonhos, televisão, amiguinhos precoces e até a temida “imaginação delirante” – para entender esses comentários espontâneos. Eles listam tudo, menos a explicação que faz mais sentido, isto é, lembranças de vidas passadas, embora cada um desses pais e mães também acredite que os espíritos transcendem a morte e as crianças só estejam confirmando sua crença. Por que esse esforço frenético para arranjar qualquer outra explicação? Os pais invariavelmente querem saber como devem reagir se e quando o filho fizer outro comentário “estranho” como esse. Então eu pergunto como reagiram. As reações geralmente variam de “Pare com isso!” ou “Cale a boca, você está me assustando!” a “As pessoas vão achar que você está maluco se continuar falando assim!”. Apenas cerca de dois em cada dez pais aceitam a situação como um convite fascinante para conhecer o espírito e as vidas passadas dos filhos, além de ter a chance de falar com um recém-chegado do Outro Lado.

Encoraje seus filhos a compartilhar qualquer pensamento, e aprenda a ser o melhor e mais aberto ouvinte, mas estimule-os também desde muito cedo a explicar referências que você não compreende. Pergunte coisas como: “Quem você foi antes?” e “Com quem daqui você já esteve?”, sem julgar as respostas ou parecer cético com relação a elas. Essa é uma excelente forma de estabelecer a confiança deles em você, para confirmar a noção de que qualquer coisa que eles tenham a dizer é importante e para criar uma abertura entre vocês que irá durar por toda a vida se você continuar a alimentá-la.

Também posso apostar que você vai aprender muito com essas conversas. Você vai ver como seus filhos são fascinantes e quantas lembranças eles têm. Talvez você também tivesse lembranças com

a idade deles, até começarem a censurá-lo quando você tentava falar sobre o assunto.

As crianças pequenas têm mais probabilidade do que os adultos de ver espíritos, fantasmas, Guias Espirituais, Anjos e qualquer outra entidade da dimensão do Outro Lado. Isso também faz sentido – afinal, elas acabam de vir de lá. Se disseram que estão vendo pessoas que você não vê, ou ouvindo vozes que você não ouve, puxe uma cadeira e peça que descrevam quaisquer “amiguinhos imaginários”. É provável que eles não sejam nem um pouco imaginários e que você tenha sido abençoado com um pequeno e ávido canal de ligação com o mundo espiritual.

De fato, uma das coisas mais inteligentes que você pode fazer pelo seu próprio aprendizado e pela autoconfiança do seu filho é eliminar do seu vocabulário a frase “Você está imaginando coisas”. Primeiro, porque isso provavelmente está errado. E segundo, eu não sei como você reage, mas eu não gosto nem um pouco quando alguém me diz que estou imaginando uma coisa que me parece bem real. Vale a pena repetir: as crianças estão entre os seres com maiores habilidades mediúnicas da Terra. Por favor, lembre-se disso da próxima vez que tentar enganar a si mesmo achando que vocês, pais, nunca brigam na frente das crianças, porque brigam quando elas estão dormindo. Na verdade, *especialmente* quando estão dormindo, e a mente espiritual do subconsciente está bem acordada, elas não perdem uma palavra.

É por isso que eu acredito tanto em falar com os filhos enquanto eles dormem. Não se preocupe se achar que eles não vão entender o que você lhes diz. Seu vocabulário consciente pode estar limitado pela idade, mas o espírito com o qual você está falando através do subconsciente é eterno e tão fluente quanto você.

A paz, a segurança e a cura que você pode dar a seu filho enquanto ele dorme realmente fazem diferença, não apenas para eles, mas também para o laço entre o seu espírito divino e o deles. Eu sei que isso parece um pouco forçado, mas mesmo assim tente toda noite, por duas semanas. Não vai fazer nenhum mal, só leva alguns instantes, e se eu estiver certa e isso puder ajudar muito, não valeu a pena tentar?

Tudo o que você vai fazer é chegar bem perto de seu filho adormecido para que ele possa ouvir a sua voz calma sem ser acordado por ela e então dizer alguma versão do seguinte, nas palavras que vierem mais facilmente ao seu coração:

“Meu querido filho, sinto-me abençoado por você ter me escolhido para guardar e alimentar seu espírito sagrado enquanto começa sua nova vida na Terra. Eu lhe prometo o melhor esforço da minha alma para mantê-lo seguro, saudável, feliz e ligado ao Deus que o criou e que vive dentro de você. Que você possa manter toda a alegria e a sabedoria que suas vidas passadas lhe deram, e que toda a dor, medo, doença e negatividade dessas vidas passadas sejam liberados e dissolvidos para sempre na luz branca do Espírito Santo.”

Eu li uma coisa recentemente que me pareceu uma linda maneira de encerrar um capítulo sobre relacionamentos. Ela se aplica a casais, a amigos, a parentes, a qualquer um que deixamos entrar em nossas vidas e, acima de tudo, ao relacionamento importantíssimo entre nós e a luz divina de Deus dentro de nós. Chama-se “O Convite”.

Não me interessa saber como você ganha a vida. Quero saber o que mais deseja e se ousa sonhar em satisfazer os anseios do seu coração.

Não me interessa saber sua idade. Quero saber se você correria o risco de parecer tolo por amor, pelo seu sonho, pela aventura de estar vivo.

Não me interessa saber que planetas estão em quadradura com sua lua. O que eu quero saber é se você já foi até o fundo de sua própria tristeza, se as traições da vida o enriqueceram ou se você se retraiu e se fechou, com medo de mais dor. Quero saber se você consegue conviver com a dor, a minha ou a sua, sem tentar escondê-la, disfarçá-la ou remediá-la.

Quero saber se é capaz de conviver com a alegria, a minha ou a sua, de dançar com total abandono e deixar o êxtase penetrar até a ponta dos seus dedos, sem nos advertir que sejamos cuidadosos,

que sejamos realistas, que nos lembremos das limitações da condição humana.

Não me interessa se a história que me conta é verdadeira. Quero saber se você é capaz de desapontar o outro para se manter fiel a si mesmo. Se é capaz de suportar uma acusação de traição e não trair sua própria alma, ou ser infiel e, mesmo assim, ser digno de confiança.

Quero saber se você é capaz de enxergar a beleza no dia-a-dia, ainda que ela não seja bonita, e fazer dela a fonte da sua vida.

Quero saber se você consegue viver com o fracasso, o seu e o meu, e ainda assim pôr-se de pé na beira do lago e gritar para o reflexo prateado da lua cheia: "Sim!"

Não me interessa saber onde você mora ou quanto dinheiro tem. Quero saber se, após uma noite de tristeza e desespero, exausto e ferido até os ossos, é capaz de fazer o que precisa ser feito para alimentar seus filhos.

Não me interessa quem você conhece ou como chegou até aqui. Quero saber se vai permanecer no centro do fogo comigo sem recuar.

Não me interessa onde, o que ou com quem estudou. Quero saber o que o sustenta, no seu íntimo, quando tudo mais desmorona.

Quero saber se é capaz de ficar só consigo mesmo e se nos momentos vazios realmente gosta da sua companhia.

Oriah Mountain Dreamer

SUA SAÚDE: RECEITAS MEDIÚNICAS
PARA A MENTE E O CORPO



Há vinte anos, eu estava deitada em uma maca de hospital em Mountain View, na Califórnia, sendo levada para uma pequena cirurgia, quando olhei para o anestesista e anunciei tranqüilamente: “Sua mulher vai bater com o carro em uma cabine telefônica. Ela não vai se machucar, mas vai acabar com o carro.”

Ele já tinha obviamente aprendido a tolerar todos os tipos de incoerências vindos de pacientes anestesiados e só faltou me dar tapinhas na cabeça enquanto me empurrava para a sala de operação através das portas duplas de vaivém. “Que bom”, ele disse. “Agora relaxe.”

Eu me lembro de ter pensado o que poderia ser “bom” a respeito daquilo antes de apagar.

Quando abri os olhos no quarto, ele estava sentado ao lado da minha cama, me encarando, pálido e trêmulo – não é a reação que você espera encontrar quando acaba de acordar de uma cirurgia. Consegui murmurar: “O que aconteceu?” Preparei-me para a notícia de que durante a operação tinham descoberto que eu estava tomada por alguma doença terrivelmente devastadora.

Ele finalmente encontrou a voz: “Acabaram de telefonar. Minha esposa bateu em uma cabine telefônica. O carro sofreu perda total.”

Minha resposta foi um pouco abrupta: “Claro que ela bateu”, mas eu estava aliviada demais para me solidarizar com ele.

Felizmente, o anestesista ficou mais impressionado do que ofendido. Ele acabou contando aquela história às pessoas com

quem trabalhava, que contaram aos seus colegas, e assim por diante. Como resultado, vinte anos depois eu sou abençoada com consultas médicas gratuitas e troca de experiência com 96 médicos e psiquiatras por todo o país. Se alguma vez tive dúvidas de que as respostas mediúnicas vinham *através* de mim e não *de* mim, este trabalho em especial as eliminaria de uma vez por todas. Nunca recebi nenhum tipo de instrução médica, por isso invariavelmente me surpreendo tanto quanto meus clientes com as informações que Deus me fornece para passar adiante. É o processo do “Vamos lá, Deus!” de que eu falei anteriormente, com freqüência em uma linguagem fisiológica na qual eu só agora estou começando a ficar fluente.

Pouco tempo depois daquele encontro com o anestesista, uma cliente entrou no meu escritório para uma consulta. Ela parecia adorável e perfeitamente normal, mas antes que se sentasse na cadeira eu afirmei uma coisa que nunca tinha dito a um cliente e nunca mais tornei a dizer: “Não se sente! Precisamos levar você a um urologista agora mesmo!”

Um médico amigo meu pôde recebê-la imediatamente e me ligou duas horas mais tarde. “Graças a Deus você a trouxe até aqui. Esta mulher tem uma infecção de bexiga muito avançada. Se tivesse esperado mais tempo para procurar ajuda, ela estaria com sérios problemas.”

“Graças a Deus” é a expressão certa.

Minha sensibilidade aos problemas médicos cresceu rapidamente, quase como se comportas tivessem sido abertas. Eu comecei a fazer “exames mediúnicos” de cada cliente no instante em que ele entrava na sala, verificando cada área do corpo e revelando qualquer informação que recebesse.

Uma mulher veio a mim com o diagnóstico de uma doença do sangue rara e incurável. Seu médico a mandou com a esperança de que eu pudesse dar a ela algum conforto espiritual enquanto lutava com a doença. Mas durante a consulta me veio claramente que o diagnóstico estava errado. Tudo o que ela tinha a fazer era procurar um bom endocrinologista para que verificasse sua tireóide. Ela fez isso. O nível de produção de hormônios estava assustadoramente baixo, mas podia ser tratado e com certeza não era fatal.

Um homem veio me procurar querendo consertar sua vida amorosa. Você nem imagina a confusão em que estava. Mas eu imediatamente soube que ele tinha um problema mais urgente que poderia ser corrigido com muito mais facilidade. Eu o interrompi no meio de uma frase para dizer: “Você vai operar esse joelho, não vai?” Após um longo e espantado silêncio, ele me contou que tinha uma artroscopia marcada para aquela mesma semana. Ele já estava sentado quando eu entrei na sala para começar a consulta. Como eu não o tinha visto mancar, ele não conseguia imaginar de que forma eu tinha percebido um problema em seu joelho. Dei todo o crédito a Deus, que é quem merece – nesse e em milhares de outros casos. Ele com freqüência “vai lá” antes mesmo que eu tenha chance de pedir a Ele, sobre assuntos que eu não tinha necessariamente planejado perguntar.

Uma moça de vinte e poucos anos, com um problema sério de acne e freqüentes e dolorosas erupções pelo corpo todo, veio me procurar para uma consulta genérica, sem esperar que uma médium se preocupasse com seus problemas de pele. Eu não precisaria ser médium para percebê-los, e perguntei o que ela tinha feito a respeito. A moça me contou que tinha tentado todos os dermatologistas e todos os produtos para a pele que conseguira encontrar. Nada parecia dar resultados duradouros e ela já tinha desistido de encontrar algo que resolvesse. A cura me “veio” claramente e eu a transmiti exatamente como a recebi: “Você é alérgica a laticínios.” A moça prometeu, com algum ceticismo, que tentaria abrir mão temporariamente de leite e queijo e me diria o que aconteceu. Ela me ligou duas semanas depois, contando, exultante, que o problema dermatológico tinha desaparecido completamente.

Outra jovem tinha tentado ficar grávida por meses, sem sucesso, e nenhum médico tinha conseguido descobrir por quê. Eu indiquei um especialista que confirmou minha crença de que quistos ovarianos eram os verdadeiros culpados e começou a tratá-los. Ela me mandou fotos de sua filha recém-nascida um ano depois e eu sempre me perguntei se ela estava me agradecendo ou me xingando naquelas primeiras semanas sem dormir, com estrias e mamadas às quatro da manhã.

Foi estimulante descobrir que eu também posso ajudar “de longe”. As respostas vêm com a mesma clareza durante consultas por telefone ou ao examinar a correspondência pela manhã. Mesmo se o cliente não tiver problemas médicos, sou capaz de avisá-lo sobre um amigo ou um parente que tenha, o que ocasionalmente deixa o cliente em uma posição bastante estranha. Eu estava fazendo uma consulta certo dia para uma atriz muito bonita e saudável que estava sofrendo com a morte recente da mãe quando, de repente, eu perguntei: “O seu marido está urinando muito?” Ela vinha trabalhando 18 horas por dia na época e não tinha percebido. Eu assegurei que isso estava acontecendo e que se devia a um aumento na próstata, que ele devia mandar examinar. Três meses depois ele comentou no café da manhã que tinha uma consulta marcada com o médico para aquele dia. Estava urinando muito e queria saber por quê. As palavras “aumento da próstata” escaparam antes que ela pudesse evitar. Ele perguntou quando ela tinha encontrado tempo para tirar um diploma de medicina e zombou daquilo até que o médico o examinou e repetiu as mesmas palavras. Naquela noite, no jantar, ele exigiu que ela contasse de onde tirara aquela história de “aumento da próstata”. Ela nunca dissera a ele, até aquele dia, que tinha me procurado. Ele achava que todos os médiuns eram fraudes e um completo desperdício de tempo e dinheiro. Os dois discutiram sobre isso até que, depois de escutar a gravação da consulta, ele e sua próstata aumentada pediram desculpas envergonhadas.

Ao longo desses muitos anos e depois de milhares de cartas de clientes e de médicos contando os resultados bem-sucedidos das minhas sugestões médicas, o assunto saúde se tornou uma fonte de profunda satisfação para mim. Mas embora eu aprecie minha relação com a comunidade médica, não é demais enfatizar: nenhuma consulta com um médium, seja eu ou qualquer outro, deve jamais ser usada em substituição aos cuidados de um profissional treinado e responsável, e sim apenas como um suplemento que pode com frequência guiar você e o seu médico em uma direção produtiva.

Todo mundo que tem carro sabe: para consertos e regulagens de rotina, a melhor coisa é um mecânico profissional. Mas estamos procurando encrenca se não nos responsabilizarmos pela manutenção diária. A mesma coisa vale para estes corpos em que estamos fazendo nossa jornada. Para exames e problemas sérios, a melhor coisa é procurar um médico competente. Mas a manutenção diária cabe a nós. Podemos exercer um papel muito mais ativo em nossa saúde e nosso bem-estar do que simplesmente engolir algumas vitaminas todos os dias e dizer: “Pronto!” Precisamos compreender e usar os fatos sobre como o corpo funciona e se cura, e a relação íntima e fascinante que existe entre nossos corpos e nossas mentes.

Não há nada mais literal neste mundo do que a maneira como o corpo reage ao que a mente lhe diz. Se você acha que o corpo pode ser mais inteligente do que a mente, ou que ele de alguma forma se ajeita sozinho e cria sua própria realidade sem se importar com o que a mente tem a dizer, lembre-se disto: sob hipnose – quando o subconsciente comanda –, se lhe disserem que o dedo do hipnotizador é um ferro em brasa e você for tocado por esse dedo, vai se formar uma bolha. O corpo não interfere e diz: “Espere aí, você não me engana, não posso me queimar com um dedo.” Ele ouve “ferro em brasa” e reage de acordo. Se a mente tem tanto poder sobre o corpo, como podemos duvidar que ela controle cada aspecto da saúde corporal?

Nos Estados Unidos, um país que se orgulha de preocupar-se com a saúde, somos lembrados por toda parte que, na verdade, deveríamos estar doentes. Aposto que mais americanos sabem dizer os nomes de seis remédios para gripe comprados sem receita do que os nomes de seis figuras históricas. A época do resfriado é anunciada com tanto estardalhaço pela mídia que acho surpreendente que ainda não estejamos trocando presentes para comemorá-la. Boatos de que há um vírus no ar se espalham mais rápido do que qualquer fofoca. Não se passa uma hora na televisão sem histórias sobre planos de saúde, notícias de que alguma variação incomum de uma bactéria está se manifestando pelo país e uma montanha de comerciais mostrando gente como eu e você padecendo de azia, dor de cabeça, prisão de ventre, diarreia, tensão

pré-menstrual ou sinusite. Acho que devemos estar bem-informados sobre assuntos de saúde, mas isso não quer dizer que devamos ser programados, todos os dias, para pensar que, se não há nada de errado conosco, deveria haver.

Veja como essa programação pode ser poderosa. Quando uma grande amiga minha era criança, a mãe dela costumava gritar: “Deite já e se cubra! Você está muito doente!” A mãe era tão áspera e inflexível que minha amiga, muito cedo, começou a achar que deitar-se e cobrir-se significava estar muito doente. Como resultado, até hoje, aos sessenta anos, não há dinheiro que faça minha amiga se cobrir com os lençóis de uma cama. Mesmo nas raras ocasiões em que estive internada, ela insiste em se deitar sobre as cobertas. Deitar sobre elas em vez de debaixo delas não é apenas uma fobia. Ela se tornou literalmente alérgica a lençóis. Não importa de que tipo sejam; se ela se deita entre eles, acorda coberta de erupções que parecem escaras. Graças a essa “alergia” de uma vida inteira, ela acumulou um impressionante estoque de colchas e edredons, já que eles são trocados com a mesma freqüência com que as outras pessoas mudam a roupa de cama. Assim como no exemplo do ferro em brasa, sua mente se convenceu tão profundamente de que “deitada e coberta = muito doente” que o corpo reage todas as vezes.

Do outro lado dessa moeda, dois dias após uma histerectomia, eu estava de pé e de volta ao trabalho como sempre – não porque seja a Mulher Maravilha, mas porque ninguém me disse que aquela operação deveria ser uma coisa muito séria com um processo de recuperação longo e demorado.

Um dos exemplos de falta de programação mais espantosos que já vi aconteceu em uma viagem ao Quênia há alguns anos, quando assisti a uma mulher nativa dando à luz. Ela cavou um pequeno buraco na terra, segurou uma barra de metal que estava carregando, agachou-se sobre o buraco, empurrou a criança para fora de seu corpo e para dentro do buraco, cortou o cordão umbilical com os dentes, colocou o bebê em um saco de pano pendurado ao pescoço e voltou ao trabalho em um campo próximo. Isso quer dizer que as nativas do Quênia sejam mulheres singularmente resistentes? Claro que não. Mas é um forte indicativo de que elas

não ouviram falar que dar à luz é um processo doloroso e complicado.

Não estou defendendo nem por um momento que todas as mulheres deveriam dar à luz em buracos na terra. Não sou nenhuma mártir – meus dois filhos nasceram no hospital e eu aceitei de bom grado o conforto, a ajuda, a higiene e a atenção médica que a equipe tinha para oferecer. E vocês, homens, que estejam lendo isto, nem mesmo pensem em exigir que as mães de seus filhos se levantem depois de dar à luz para esfregar o chão só porque “se uma mulher no Quênia pode fazer isso, você também pode”. Até que vocês fiquem grávidos e dêem à luz (vamos encarar a verdade, isso provavelmente reduziria o crescimento populacional a zero bem depressa), eu acho que vocês vão ter que se render à nossa especialidade no assunto.

Assistir àquele parto emocionante reforçou para mim o fato de que nossos corpos seguem as ordens literais que nossas mentes lhes dão. Naquele caso, a mente da mulher obviamente não estava programada para associar o parto a uma dor debilitante e ao repouso na cama. Também não precisamos aceitar uma programação que recebemos. Minha avó Ada quebrou a bacia quando tinha 86 anos. Após a cirurgia, os médicos disseram que ela nunca mais iria andar. Um mês depois, eu a encontrei de pé, limpando a casa, empurrando uma cadeira diante de si para se apoiar. Horrorizada, perguntei o que é que ela pensava estar fazendo, já que deveria estar deitada na cama. Sabe qual foi a resposta? Eu a adotei para mim mesma quando sinto qualquer tipo de doença tentando me pegar: “Não tenho tempo para essa bobagem.”

Acho que todos já passamos por isso. Você está andando por aí durante o dia, sentindo-se perfeitamente bem, quando alguém diz: “Tudo bem? Você não parece muito bem.” Com toda a certeza, durante o resto do dia, você começa a perceber que realmente não está se sentindo tão bem assim. Dez em cada dez vezes, a pessoa que afirmou isso não foi abençoada com o poder espantoso de julgar a sua saúde melhor do que você. O único poder que teve foi o da sugestão. Antes que você perceba, está pensando: “Se eu não pareço muito bem, talvez eu *não esteja* bem.” Seu corpo, sempre

ansioso para agradar, ouve “não esteja bem” e obedientemente cria algum tipo de desconforto. Na próxima vez, em lugar de “Pode ser que eu não esteja bem”, tente pensar “Não tenho tempo para essa bobagem”. Continue pensando isso até se tornar verdade. Posso apostar com segurança que você vai passar o resto do dia se sentindo tão bem quanto estava a princípio.

Isso leva à minha *forte* crença de que devemos eliminar do nosso vocabulário todos os clichês irresponsáveis que podem dar a deixa ao nosso corpo para desenvolver problemas de saúde. Um exemplo extremo foi o que aconteceu com uma amiga cujo namorado a tinha deixado. Ela ficou repetindo sem parar: “Ele partiu meu coração.” Insisti com ela para parar de dizer aquilo, mas os clichês são hábitos difíceis de eliminar. Dois meses depois ela estava na mesa de cirurgia para uma dupla ponte de safena.

Faça um acordo com seu cônjuge ou com um amigo para reparar com que frequência você usa essa “linguagem corporal” negativa e trabalhem juntos para quebrar esse hábito. Aqui vão alguns exemplos:

- . “Ele/ela me deixa doente.”
- . “Ele/ela me dá nos nervos.”
- . “Estou doente de preocupação (ou morrendo de preocupação) por causa...”
- . “Ele/ela me deixa esgotado.”
- . “Você está me dando dor de cabeça.”
- . “Você vai acabar me causando uma úlcera.”
- . “Estou sentindo um grande peso no coração.”
- . “Você ainda vai me matar.”
- . “Prefiro morrer do que...”
- . “Ele/ela/eles me causam um enjôo...”

Se você prestar atenção, vai ficar chocado com a frequência com que sabota seu corpo de maneira sutil, praticamente ordenando que ele tenha problemas.

De modo similar, seu corpo é absolutamente literal na maneira como reage ao ambiente ao redor. Comecei a perceber isso há muitos anos, quando visitei um amigo muito querido, o Dr. James Cochran, que estava à beira da morte no hospital, com uma hemorragia digestiva. Segurei a mão dele, perguntei o que estava

acontecendo e ele me encarou com olhos castanhos muito tristes dizendo: “Não sei, Sylvia, acho que não consigo mais engolir a vida.”

Já me deparei com inúmeras variações sobre esse tema com meus clientes ao longo de todos os anos. Com muita frequência, se existem assuntos em nossas vidas que nossas mentes se recusam a tratar, nossos corpos vão falar alto e claro:

- . Você tem uma dor crônica no pescoço? Quem ou o que está pesando sobre ele?

- . Você tem dores crônicas nas costas? Quem ou o que você está carregando?

- . Sua vista está falhando? O que você não está querendo ver?

- . Laringite crônica? O que você não quer dizer?... Ou que foi que disse que acha que não deveria ter dito?

- . Audição começando a ter problemas? O que está tentando não ouvir? Por falar nisso, já percebeu que é sempre apenas uma das pessoas de um casal que começa a perder a audição, nunca os dois? Adivinhe por quê?

- . Problemas respiratórios ou brônquicos crônicos? O que você precisa pôr para fora do peito?

- . Tonteados? Quem ou o que está tirando seu equilíbrio?

A lista é infinita. Mas a questão é: se você se lembrar de que o corpo reage bastante literalmente à informação, muitos problemas de saúde recorrentes podem ser curados quando a mente identifica a origem *verdadeira* do problema e resolve começar a enfrentá-la.

Existe outra lição importante a aprender: temos a obrigação de ser tão atentos e receptivos aos sinais de nossos corpos quanto eles são aos nossos sinais. Quando meus dois filhos eram pequenos, atravessei uma fase na qual decidi provar de uma vez por todas que eu era, de fato, a Mulher Maravilha. Iria ser a mãe, a esposa, a dona-de-casa e a filha mais extraordinária e perfeita do mundo em tempo integral, mantendo, em paralelo, uma agenda sobrecarregada de consultas, palestras e aparições na mídia. Ao me lembrar disso, tenho certeza de que eu estava tentando correr tanto para não ter tempo de perceber o quanto era infeliz. De qualquer jeito, o fato de que não prestava atenção a pequenas coisas como comer, dormir e ter tempo para mim mesma parecia fora de

propósito nos raros momentos em que eu pensava sobre tudo aquilo. No final de uma tarde, depois de várias semanas nesse frenesi de “Vejam como sou forte”, eu estava voando escada acima, com os braços carregados de crianças e roupa suja, quando dei uma topada em um dos degraus. Doe, mas foi só uma topadinha. Depois de dar uma rápida olhada aborrecida, continuei a correr.

Na manhã seguinte meu pé estava inchado, quatro vezes maior que o normal, graças ao surgimento de uma séria infecção. Levou semanas até que eu estivesse recuperada e livre das dores. A mensagem do meu corpo foi alta e clara: “Está bem, madame, se você se recusa a diminuir o ritmo, eu vou *obrigar* você a fazer isso!” Tenho certeza de que ele tinha me mandado todos os tipos de sinais durante semanas, mas minha mente estava ocupada e tumultuada demais para perceber.

Todos os dias eu vejo clientes que ainda não associaram seus problemas físicos de saúde ao fato de estarem vivendo e/ou trabalhando em um ambiente mentalmente pouco saudável. Aprendi da maneira mais difícil que a tensão prolongada, a infelicidade e a depressão certamente se refletem no corpo de alguma forma, mais cedo ou mais tarde, se não forem expressas ou resolvidas. Muitos médicos também têm consciência disso. Pacientes com câncer, por exemplo, com muita frequência recebem a recomendação de suplementar o tratamento médico com uma mudança no estilo de vida, procurando uma atitude mais pacífica e positiva. Muitas vezes os resultados são bons. Nem sempre, lamento dizer, mas com uma frequência suficiente para que valha a pena tentar.

Todos já ouvimos dizer que o estresse causa úlceras. Isso é verdade, mas também é só o princípio da história, como quase toda a comunidade médica reconhece. Se o estresse e outras emoções intensas e poderosas são fortes o bastante para causar sangramento interno, também são fortes o bastante para causar inúmeros outros problemas pelo corpo. Somos como panelas de pressão ambulantes. Se você já usou alguma, sabe que tem três opções com uma panela de pressão: certificar-se de que o vapor está saindo, tirá-la do fogão ou acabar com a tampa e o seu jantar grudados no teto. Temos as mesmas opções com relação ao nosso

corpo: descarregar a pressão, mudar para um ambiente ou situação que não crie mais pressão ou acabar explodindo.

Não, isto não é um convite para que andemos por aí gritando e berrando com os outros, nos agredindo mutuamente e chamemos isso de “liberar a pressão”. Em primeiro lugar, não é bonito. Em segundo, existem leis contra isso. Em terceiro lugar, qualquer dor que causamos a alguém irá, no fim das contas, fazer mais mal a nós mesmos do que a eles, e isso é um fato.

Mas existem muitas maneiras de liberar esses problemas sem causar dano e é essencial para sua saúde física e mental descobrir o maior número das que funcionam com você. Converse com um terapeuta, um amigo ou um parente, um pastor, um rabino, um grupo de apoio, um serviço de ajuda por telefone – qualquer um em quem você confie e que vá ouvir sem julgar. Chore. Grite. Escreva uma carta longa e detalhada para a pessoa que o agrediu, e depois queime. Diga a seu Guia Espiritual que você precisa de ajuda e exatamente por quê. Reze. Descubra o meio mais capaz de aliviá-lo. Compre um *punching ball*, ou gaste as energias surrando as almofadas da casa. Ande. Corra. Faça ginástica. Vá a um parque de diversões – desafio você a ficar preocupado com seus problemas enquanto está de cabeça para baixo em uma montanha-russa. Faça o que eu fiz uma vez quando estava tão zangada com meu primeiro marido que realmente achei que ia explodir: montei em uma bicicleta e pedalei o mais forte e mais rápido que pude, dizendo a mim mesma que o estava deixando para trás.

Além disso, converse com seu médico. Não conheço ninguém que tenha conseguido uma vida melhor ao se tornar dependente de drogas, de medicamentos controlados ou de álcool, mas não é nenhuma fraqueza pedir a ajuda supervisionada de uma medicação segura que pode tornar mais fácil lidar com o estresse, com uma crise ou com um trauma. Muitos cientistas tiveram o trabalho de desenvolver desde antidepressivos e antibióticos eficientes a fitoterapia, acupuntura e remédios para dormir feitos com ervas que não viciam. Se o seu clínico não for capaz de lhe ajudar, procure um que possa.

O trauma, é claro, tem um impacto igualmente dramático no corpo. Descobrir a conexão mental entre a doença e sua fonte pode

ajudar bastante na cura, por isso aqui vão três orientações que descobri serem muito úteis nas consultas sobre saúde com meus clientes.

1. O trauma súbito – a morte de um ente querido, a perda de um emprego, um divórcio ou rompimento, a devastação de um desastre natural, etc. – tende a atingir o corpo do peito para cima. Se você está sofrendo de resfriado, bronquite, otite ou sinusite, problemas de coração ou qualquer infecção das vias respiratórias superiores, dê uma olhada nos últimos seis meses ou um ano da sua vida e veja se consegue atribuir isso a algum acontecimento que tenha causado um trauma. Se descobrir, lide com ele imediatamente. Nunca tente usar seu corpo como um cemitério para enterrar a dor emocional.

2. O trauma profundamente enraizado – infelicidade prolongada em casa ou no trabalho, problemas familiares constantes que você não enfrentou, conflitos não-resolvidos com amigos, desculpas devidas e culpa não admitida, etc. – normalmente ataca entre o peito e a cintura. Úlceras, indigestão crônica, um estômago “ácido”, câibras estomacais e coisas semelhantes, com freqüência, significam que existe alguma coisa que você continua a “empurrar para baixo”, em vez de enfrentá-la e se livrar dela de uma vez por todas.

3. O trauma de infância e de outras vidas – obviamente este tipo é o mais difícil de desenterrar, mas um médium ou hipnotizador qualificado pode ser de grande ajuda – tipicamente ataca da cintura para baixo. Constipação crônica ou diarréia, colite, problemas com os órgãos reprodutores, etc. são freqüentemente um sinal de que seu subconsciente está se apegando a alguma coisa que passa despercebida para sua mente consciente e que precisa ser liberada.

Às vezes, justamente por nossos corpos não serem capazes de reprimir ou racionalizar nada, acho que eles são mais espertos do que nós. Se abusarmos deles, os negligenciarmos, os alimentarmos mal, exigirmos demais deles ou deixarmos de prestar atenção a eles, irão certamente reclamar.

MEMÓRIA CELULAR E TRAUMA DE VIDA PASSADA

Temos a obrigação de nos tornarmos ativamente conscientes de outros aspectos da saúde que têm um impacto poderoso em nossas mentes e corpos, aspectos enraizados tão profundamente que apenas uma fração da comunidade médica começa agora a explorá-los.

Como já discutimos, antes de nossos espíritos do Outro Lado entrarem no útero, cada um de nós prepara um projeto. As questões de saúde e doenças estão incluídas nele, embora possamos modificá-las enquanto estamos aqui – um resfriado, por exemplo, não tem que evoluir para uma pneumonia se tomarmos cuidado para evitar isso. Do Outro Lado, temos acesso às memórias conscientes de todas as nossas vidas passadas e escrevemos os projetos de acordo com elas. Mas o que é consciente passa para o subconsciente quando iniciamos as vidas que escolhemos empreender.

As células das quais somos feitos, cada uma delas também viva, retêm essas memórias de vidas passadas e reagem a elas, assim como nosso espírito reage à experiência familiar de novamente habitar um corpo. A sensação é parecida com esses lugares especiais que todos temos em nossas vidas e que associamos com felicidade ou tristeza, medo ou trauma. A emoção nos atinge novamente toda vez que voltamos lá, não importando quantos anos se passaram desde os eventos que levaram à associação. O espírito experimenta a mesma familiaridade quando retorna a outro corpo, enquanto as células desse corpo absorvem as memórias do espírito e reagem como foram programadas, incapazes de discernir a diferença entre o passado e o futuro, ou entre esta vida e as passadas.

Como eu disse no capítulo 3, as crianças pequenas, com frequência, se lembram das vidas passadas, já que sua estada no Outro Lado é ainda muito recente.

Certo dia, quando meu filho Christopher estava para fazer três anos, eu lhe perguntei casualmente: “Quem você foi antes?” Ele me informou sem um segundo de hesitação que tinha sido um caubói e tinha um cavalo chamado Brasa. Ele levava um tiro no estômago do lado de fora de “um lugar com portas de vaivém”. Apesar de fascinada, eu pensei que talvez ele estivesse vendo programas de

caubói na televisão, quando ele acrescentou: “E aí a minha filha correu e segurou a minha cabeça, enquanto eu morria.” Isso não combina com a imaginação de um menino de três anos. Lembrei-me daquela conversa milhares de vezes nos anos seguintes, quando Chris desenvolveu dores agudas e crônicas no estômago. Os médicos não conseguiam encontrar nenhuma razão fisiológica para elas. Uma noite, enquanto ele dormia, decidi começar a trabalhar com ele para ver se conseguia usar a informação que ele me dera para chegar às raízes reais daquelas dores. Sentei-me na ponta da cama e calmamente falei para sua mente subconsciente: “Chris, sei que você levou um tiro no estômago antes e sei que foi muito, muito doloroso. Mas isso aconteceu em um outro tempo, em uma vida passada. Você está seguro agora, seu estômago está bom e saudável e você nunca mais vai ter de passar por isso.” Na manhã seguinte as dores tinham desaparecido e nunca mais voltaram.

Pouco tempo depois disso, uma cliente me pediu para passar uma hora com seu filho de dois anos. Ele ficava absolutamente histérico cada vez que a mãe entrava no chuveiro. E gritava: “Mamãe, não! Não, mamãe, não!”, tentando desesperadamente tirá-la de lá. Juntamente com minha Guia Espiritual Francine e o Guia Espiritual do menino, descobri a fonte do problema e disse à mulher que queria falar com seu filho enquanto ele dormia. Ela teve medo de que ele não fosse entender, devido ao seu vocabulário limitado. Mas eu lhe assegurei que o espírito dele, eterno como o de todos nós, não teria problemas de compreensão. Naquela noite, quando ele estava dormindo, eu gentilmente acariciei sua testa e sussurrei: “Em 1942, você e sua família foram aprisionados em um lugar terrível chamado Dachau...” Forneci todos os detalhes trágicos de como ele tinha visto a mãe, o pai e dois irmãos serem levados para os horríveis e letais chuveiros de gás e como ele tinha morrido da mesma forma medonha quatro meses depois. “Foi uma das coisas mais cruéis e execráveis que já aconteceram na face da Terra, mas passou, acabou, graças a Deus. Nesta vida você e sua mãe estão seguros e bem, os chuveiros não vão machucá-la, e ninguém vai levar você ou ela daquele jeito novamente.” Continuei falando com ele por mais de uma hora, até que pude realmente sentir uma profunda paz tomando conta do menino. Algumas semanas depois,

a mãe me escreveu para dizer que o terror de vê-la entrar no chuveiro tinha desaparecido.

Ao longo dos anos, os médicos têm me mandado inúmeras crianças cujas doenças recorrentes não estavam respondendo à medicina tradicional, e eu descobri que 98% dessas crianças reagiam à reafirmação de que o trauma ou a morte na vida passada que ainda estavam lembrando já tinha passado. Por exemplo, uma criança que nascera com o que parecia ser um caso agudo de asma na verdade tinha sido acusada injustamente de roubar um cavalo na sua vida mais recente e fora enforcada por um crime que não cometera. Uma linda garotinha tinha morrido de septicemia devido a um ferimento não-tratado no final do século passado, e quando a conheci ela não estava reagindo à terapia contra leucemia. Outra criança que sofria de terror noturno estava, como descobrimos, revivendo através do subconsciente o horror de uma batalha da Guerra Hispano-Americana na qual ela e o irmão tinham perdido a vida. Em cada um desses casos, o uso de afirmações coerentes dirigidas à mente espiritual no subconsciente durante o sono, para libertar esses traumas de vidas passadas, resultou na cura da criança.

Se você tiver um filho pequeno com uma doença crônica ou fobia, *além de procurar assistência médica especializada*, tente calmamente assegurar a seu filho adormecido: “Você pode se libertar da sua vida passada agora. Acabou, e tudo o que o machucou antes se foi para sempre. Você nasceu para esta nova vida seguro, saudável e perfeito, e não tem mais que sofrer pela outra vida.”

Amplifique esse exercício com uma oração, pela criança, por um ente querido, ou por você mesmo se estiver sofrendo de alguma coisa da qual queira se livrar de uma vez por todas:

Querido Deus,

Por favor, me ajude a liberar para a luz purificante do Espírito Santo qualquer coisa que minha mente espiritual e minha memória celular tenham retido de uma vida passada e que esteja me prejudicando. Amém.

Mesmo se você for cético, ou simplesmente não acreditar em uma palavra do que eu acabei de dizer, tente apenas por uma semana. Com certeza não vai lhe fazer mal e também pode ter para você o mesmo resultado impressionante que já teve para tantos dos meus clientes, meus amigos e pessoas que recebi por indicação de médicos e psiquiatras.

A memória celular pode ser uma força especialmente poderosa em adultos e em crianças, tanto física quanto emocionalmente. Lembre-se, a sensação familiar de habitar novamente um corpo cria uma espécie de *déjà vu* no espírito, o que aciona uma reação fisiológica quando o corpo responde a sugestões da mente espiritual.

Digamos, por exemplo, que aos 34 anos você de repente desenvolva um sério problema brônquico/das vias respiratórias superiores sem nenhuma causa aparente e nenhuma reação satisfatória ao tratamento. Talvez em sua última vida você tenha morrido de pneumonia aos 34 anos, numa época em que essa doença era invariavelmente fatal. Sua mente espiritual, no ambiente familiar de um corpo, pode estar dizendo: “Veja só. Estou de volta em um corpo e ele já tem 34 anos. Isso significa uma doença relacionada às vias respiratórias – eu sempre tenho doenças desse tipo aos 34 anos.”

Ou, como aconteceu com uma cliente recente, você tem cinqüenta anos e pela primeira vez na vida começou a ter um terror absoluto de água. Mas se você se afogou em sua vida passada com essa idade, e sua mente espiritual e sua memória celular estão retendo essa informação sem fazer a distinção entre aquele tempo e este, é claro que o pavor de água irá repetir-se aos cinqüenta anos.

Já foi demonstrado através da fotografia Kirlian, que captura em filme uma imagem da energia ou “aura” que emana de todas as coisas vivas, que um membro amputado continua a aparecer em forma de energia como parte do corpo muito depois de ter sido extirpado. Estudos fascinantes foram documentados, especialmente pela Dra. Thelma Moss, com pessoas cujos membros amputados continuam a causar dor, como se ainda fossem reais e ligados ao corpo – tal como a mente espiritual e a memória celular os

percebem. O trauma e a morte em uma vida passada podem causar a mesma reação e exatamente o mesmo tipo de “dor-fantasma”.

Mas assim que a mente espiritual recebe e compreende a mensagem “É outro tempo, outro lugar, outra vida, outro corpo”, ela pode liberar a dor, o medo, o trauma ou a doença que está retendo. Este processo é mais fácil do que se imagina. Você nem mesmo tem que conhecer as especificidades da vida passada à qual sua mente espiritual e sua memória celular estão reagindo – basta reconhecer que uma vida passada pode ser a origem do problema.

S A Ú D E M E N T A L

Meu trabalho voluntário com a comunidade psiquiátrica tem sido uma fonte de enorme satisfação. A primeira cliente que recebi por indicação de um amigo psiquiatra foi uma adolescente que, segundo ele, podia ter um problema ligado à “minha área”. Ela estava convencida de que era assombrada por uma figura escura e sombria que tinha se ligado a ela e a seguia onde quer que fosse, 24 horas por dia. Estava tão apavorada com essa figura que se tornara incapaz de agir, saía de casa apenas para a terapia, não conseguia dormir e permanecia ansiosa e profundamente deprimida devido à crença de que a figura sombria queria lhe fazer mal.

Eu admito que quando meu amigo me pediu para vê-la, imaginei que *estivesse mesmo* sendo assombrada por algum pobre fantasma confuso com o qual eu saberia lidar. Mas, no instante em que a garota entrou, percebi que não havia nenhum fantasma com ela e nem mesmo perto dela. Comuniquei-lhe isso alegremente, com a expectativa boba de que ela fosse ficar aliviada. Não ficou. A garota me classificou na mesma categoria de todos aqueles que já tinham lhe dito que a figura sombria não existia.

Eu não podia deixar que ela saísse do meu escritório naquela perturbação. Não queria desapontar meu amigo psiquiatra no primeiro paciente que ele me mandava e, além disso, não sou boa perdedora, especialmente quando se trata de um monstro imaginário. O problema era que eu não conseguia fazer nenhum progresso com a garota, por mais que tentasse. Rezei com ela, conduzi-a por uma meditação de cura e cheguei a encenar um

exorcismo com ela. Horas depois, sentia-me exausta, e para ela eu tinha sido divertida mas inútil, pois a assombração permanecia.

Na minha ânsia de sucesso, eu me esquecera do que deveria ter feito em primeiro lugar. Sentei, fechei os olhos e disse silenciosamente: “Desisto, Deus. Ela é toda Sua. Por favor, ajude-a e apenas me diga o que fazer.”

A resposta veio em um instante, clara como água. Apenas seguindo as instruções, abri os olhos, estudei-a por um longo instante e depois anunciei com falsa surpresa: “Sabe de uma coisa? Você tem toda razão, *há* alguém com você! Não consigo entender por que levei tanto tempo para vê-lo! Mas o mais espantoso é que ele não é uma figura grande e escura – é só um garotinho!”

A garota me encarou: “Um garotinho?” Dava para perceber que ela não estava discutindo comigo, apenas queria confirmar o que tinha ouvido, e por isso continuei:

“Ele é lindo, tem só nove anos. Está muito assustado porque está perdido e quer ficar perto de você porque acha que você vai poder tomar conta dele.”

Depois de um momento de silêncio, ela sorriu aliviada. Sua voz estava cheia de compaixão e ternura quando ela disse, mais para si mesma do que para mim: “Eu posso lidar com um garotinho!”

Com certeza ela podia. Lenta mas seguramente a garota começou a retomar a vida, achando cada vez mais fácil pedir ao garotinho que, por favor, brincasse um pouco sozinho enquanto ela estava ocupada e ficasse esperando em casa enquanto ela saía, até que ele finalmente desapareceu. Da última vez que eu ouvi falar dela, tinha se formado na faculdade e estava tentando escolher entre uma longa lista de ofertas de emprego muito interessantes.

Aprendi uma lição valiosa sobre o medo naquele dia. Em vez de gastar o seu tempo dizendo a alguém que aquilo que ele teme é ridículo ou imaginário, tente achar uma maneira de reduzi-lo a alguma coisa que a pessoa possa enfrentar, descartar ou derrotar completamente. Com freqüência, o alívio inicial vai servir de base para uma cura a longo prazo.

Ainda acho muita graça – não da paciente, mas de mim mesma – quando me lembro de uma mulher que me foi indicada por um psicólogo clínico do Meio-Oeste. Pelo que me contaram, ela

acreditava de todo o coração que tinha uma cobra enrolada na cintura. Como ela tinha pavor de cobras, você pode imaginar o efeito que isso causava.

Para essa consulta, eu rezei pedindo a ajuda de Deus antes que a mulher chegasse e, no momento em que pus os olhos nela, eu gritei: “Ah, meu Deus, tem uma cobra enrolada na sua cintura!” Pulei da cadeira, arranquei a cobra imaginária do abraço imaginário em torno da mulher e passei a lutar com a cobra por todo o escritório. Para uma cobra imaginária, ela deu bastante trabalho. E se você quer saber a verdade, na hora em que consegui erguer a mão a uma altura suficiente para bater sua cabeça imaginária contra a parede e matá-la, eu já estava mesmo envolvida por aquilo tudo. Morta a cobra, eu reuni o que restava da minha já puramente imaginária dignidade e me apresentei. Uma hora depois, uma mulher muito feliz e livre de cobras saiu do meu escritório sem dúvida achando que eu era muitíssimo mais louca do que eu jamais poderia ter pensado que ela fosse.

Nunca é demais repetir: existem muitas doenças mentais e emocionais que eu não sou qualificada para enfrentar ou curar, e nenhum médium, inclusive eu, deve jamais ser utilizado como substituto para um psiquiatra. Eu tanto envio clientes para minha excelente rede de psicólogos como eles também me enviam, e acredito firmemente que, se todos fôssemos tão diligentes com nossa saúde emocional quanto somos a respeito de nossas dores e sofrimentos físicos, haveria uma vasta e duradoura melhora em nosso bem-estar geral. Um psiquiatra amigo meu me contou uma coisa que eu nunca esqueci e, quanto mais aprendo sobre a complexidade da conexão mente/corpo, mais se torna verdadeira: “A mente pode matar, e a mente pode curar.”

CORRENTES DE ORAÇÃO

É claro que o poder de cura de Deus é o maior de todos, e um coro de vozes pedindo em uníssono por esse poder e por Sua compaixão pode ser uma força impressionante. Por isso, se você nunca fez parte de uma corrente de oração, ou nunca esteve na posição de receptor de uma, vale a pena tentar.

Muitas igrejas, templos e centros espirituais pelos Estados Unidos já organizaram correntes de oração. Mantenho há muitos anos uma corrente que alcança cerca de 250 mil pessoas através do número de telefone do meu escritório e do meu *site* na internet, que você pode encontrar no final deste livro. Você é mais do que bem-vindo para participar da nossa corrente, ou simplesmente usá-la como modelo para começar uma corrente própria:

Todos os dias às 6 da manhã, horário do Pacífico, um membro da minha equipe recolhe as mensagens na secretária eletrônica do escritório, que fica ligada 24 horas por dia, e que invariavelmente contêm os nomes de pessoas ao redor do mundo que querem ser incluídas nas orações daquela manhã. Não precisamos saber o problema específico de cada pessoa – o simples nome de qualquer um que precise de ajuda especial é suficiente.

A lista de nomes é imediatamente passada para os cinquenta ministros da minha igreja independente Novus Spiritus. Cada um deles passa esses nomes a cinquenta membros da corrente de oração, que os passam por sua vez a cinquenta outros, e assim por diante, enquanto a mesma lista é distribuída através do ministério cibernético da Novus Spiritus no meu *site*. Na hora da tripla Trindade (três vezes Três), 9 horas pelo horário do Pacífico, onde quer que estejamos no mundo, oferecemos uma prece para cada nome na lista:

*Querido Deus,
na mente, no corpo ou na alma, onde quer que a dor deles se aloje,
que ela possa ser liberada com Vossa ajuda
pela benéfica luz branca do Espírito Santo. Amém.*

Meus arquivos estão transbordando de cartas de pessoas que foram curadas por nossa corrente de orações e outras semelhantes. Se você está cético, deixe-me repetir novamente: não custa tentar. Você não tem nada a perder além do preço de uma ligação telefônica e tem a ganhar a força impressionante de 250 mil pessoas erguendo suas vozes para Deus.

“O LABORATÓRIO”

Para uma experiência calmante e curativa, minha Guia Espiritual Francine me passou uma adorável meditação – ou um exercício mental, se meditação é uma coisa que você acha muito demorada ou simplesmente fora do seu alcance. Ela a chama de “O Laboratório”. Como ela explica, o Laboratório é um lugar especial onde você pode ir, a qualquer momento, onde quer que esteja, quando tiver alguns momentos de calma. “Quando você cria seu próprio laboratório em sua mente”, ela me disse, “nós do Outro Lado podemos vê-lo e nos reunirmos lá com você para ajudar em qualquer problema que esteja enfrentando.”

O Laboratório tem sido uma grande fonte de conforto e força ao longo dos anos para mim, para minha família, meus amigos, minha equipe e para os clientes com quem o compartilhei. Rezo para que ele faça o mesmo por você. Se quiser, grave este texto em fita e ouça-o, seguindo as orientações.

Em sua mente, crie uma sala retangular, do tamanho que lhe parecer ideal e confortável. Deixe a parede do fundo aberta, mas pinte as outras três com um verde suave e calmante. Adicione às paredes janelas largas que lhe proporcionem uma bela vista de água, de um azul-claro e sereno, para dar mais poder à sua cura. No centro da sala, crie uma mesa, com os mais intrincados entalhes e desenhos que puder imaginar, grande o bastante para que você se deite nela,

Aos poucos, decore sua sala com os móveis que preferir, obras de arte, plantas, velas, flores e outras peças de decoração de que você gosta. Quanto mais detalhes e toques pessoais você der ao seu ambiente, mais real ele vai lhe parecer, por isso não se apresse e procure torná-lo o mais bonito possível.

Na parede aberta, pendure um magnífico vitral. Estude cada centímetro do grandioso desenho à medida que o cria e, no centro, coloque o símbolo que tenha o significado espiritual mais profundo para você. Faça-o com o azul, dourado, verde e violeta mais brilhantes que já se viu.

Agora ande lentamente pelo maravilhoso Laboratório que você criou, apreciando cada detalhe perfeito com que você o enfeitou, até chegar diante do vitral, que é iluminado por trás de forma que você possa sentir o calor do seu suave brilho de arco-íris.

De pé ali, as cores brilhantes do vitral reluzem através de você, uma por uma, penetrando em sua mente e seu corpo, entrando profundamente dentro de você, fazendo com que sinta cada raio limpando sua alma.

Azul – a tranqüilidade e a consciência elevada enchem seu corpo... seu coração... seu espírito...

Dourado – você abraça sua divina dignidade... seu intelecto se aguça...

Verde – um laser de cura atinge o seu âmago, você se sente capaz, exultante...

Violeta – a cor da realeza, seu direito de nascimento como filho de Deus... sua espiritualidade se torna mais profunda, mais sagrada, alimentando e sendo alimentada... seu espírito se eleva nos ares...

Agora peça à luz branca do Espírito Santo para cercá-lo e curá-lo. Sinta o brilho amoroso do branco puro banhá-lo com paz, estabilidade, poder e controle – o alto da cabeça... cada contorno do rosto... o pescoço e os ombros, soltando a rigidez e a tensão... prosseguindo pelo peito abaixo, a coluna vertebral, cada osso, cada músculo, liberando toda a dor, toda a carga... a cintura, o abdômen, tranqüilizando, limpando... lentamente descendo pelas pernas, livres do peso, tão relaxadas que mal conseguem sustentar você... até os pés, aliviando, acalmando, renovando...

Ande lentamente até a linda mesa que você criou. A luz branca do amor de Deus o acompanha, envolvendo-o, uma maravilhosa capa brilhante flutuando suavemente como a mais fina seda enquanto você se deita sobre a mesa. A superfície é macia e firme, um apoio perfeito. Você está seguro e protegido. Todo o medo o deixa, liberado e dissipado no manto da luz de Deus.

Silenciosamente você convida o Outro Lado a vir até você. Eles estiveram esperando para se juntar a você no seu belo aposento e chegam em um instante, reunindo-se ao redor da mesa – seu Guia Espiritual, seus Anjos, seus entes queridos que já partiram, trazendo com eles os grandes mestres e doutores do Outro Lado para

confortar e curar você. Cercado pela saúde perfeita, pela sabedoria perfeita e pela aceitação perfeita, sua mente se desanuvia, libertada do estresse e dos fardos à medida que seus ajudantes espirituais os removem um por um e os absorvem para sempre. Toda a tristeza, toda a dor, toda a depressão e todo o caos emocional se dissipam – todo um mar zangado e agitado de dor não expressada se transforma em águas claras e tranquilas pelo poder de cura daqueles que são as Mãos de Deus e que se aproximam agora, estendendo os braços. Você sente a paz que emana deles.

As mãos deles aguardam acima do seu corpo e você lhes pede em silêncio que usem seu poder curativo na fonte do seu maior desconforto físico. Você fecha os olhos e sente o toque seguro e habilidoso dessas mãos, trabalhando com graça e certeza divinas, aliviando, acalmando e removendo serenamente a dor e deixando-o inteiro de novo. Você se entrega e, em união com Deus, em união com as Mãos que curam, todas as dúvidas deixam de existir, cada célula liberando as memórias de doença e trauma e sendo restaurada em seu momento mais saudável e vivo.

Logo, curado e em paz, enquanto as Mãos continuam a trabalhar, você cai num sono profundo. Um minuto, uma hora, um dia... o tempo não importa, o tempo não existe. Você está contente, sabendo que vai acordar plenamente restabelecido, com um renovado sentimento de bem-estar, mais facilidade para lidar com a vida e nada a temer, porque não há nada que você não consiga resolver com a ajuda de Deus.

Você é filho Dele. Você é abençoado.

É um novo dia.

Graças a Deus.

VIDA APÓS VIDA: COMO DESCOBRIR
SUAS VIDAS PASSADAS



Sei com absoluta certeza que vivemos muitas vidas nesta Terra. Quanto mais compreendemos sobre nossas vidas passadas, mais sentido fazem as vidas atuais. Entender nossas vidas passadas é uma chave valiosa para reconhecer a morte não como um fim, mas como mais uma transição na jornada contínua e eterna dos nossos espíritos.

Minha formação católica-judaica-luterana-episcopal inadvertidamente plantou as fundações para minha crença na reencarnação. Para ser franca, a idéia de ter apenas uma chance nesta coisa tão complicada que é a vida nunca me pareceu ter sentido. Como poderia um Deus amoroso julgar nosso sucesso em uma breve vida e depois decidir se deveríamos passar o resto da eternidade no céu ou no inferno? Também, como já disse, tive uma Guia Espiritual tagarela chamada Francine, ao meu lado desde os meus oito anos, me contando sobre minhas vidas passadas e como é o Outro Lado. Ela também me explicou que nossos espíritos são pura energia e, assim como a energia, não podem ser destruídos. Aquilo fez sentido para mim, como a verdade sempre acaba por fazer.

A realidade da reencarnação e das vidas passadas ficou completamente clara para mim numa tarde fria e chuvosa há quase quarenta anos. Eu era uma mestre hipnotizadora nessa época e estava no meu escritório durante uma sessão com um cliente que queria ajuda para um problema de obesidade, quando, de repente,

ele pareceu escapar para longe de mim. Começou a falar sobre o Egito e a construção das pirâmides no presente do indicativo, como se estivesse apenas me visitando durante o horário de almoço do canteiro de obras da construção das pirâmides. Em seguida mergulhou em uma longa e apaixonada dissertação em algum linguajar ininteligível. Meu extenso treinamento em hipnose tinha me ensinado que pode ser muito prejudicial interferir ou interromper abruptamente um paciente que pareça estar experimentando algum tipo de episódio psicótico. Por isso deixei que prosseguisse, continuando a falar com ele calmamente, certificando-me de que não estava conduzindo seus pensamentos de nenhuma forma. Depois de cerca de meia hora, tão de repente quanto tinha “escapado”, ele “voltou”, de novo o homem tímido e agradável que chegara ao meu escritório.

Como qualquer outro hipnotizador da época, eu tinha lido sobre o caso Bridey Murphy. Em 1952, uma mulher chamada Virginia Tighe, sob hipnose, começou a falar com sotaque irlandês e se identificou como Bridey Murphy, uma irlandesa do século XIX. Ao longo de diversas sessões gravadas com o hipnotizador Morey Bernstein, Virginia Tighe, como Bridey Murphy, cantou canções irlandesas, narrou histórias irlandesas e forneceu detalhes intrincados de sua vida no condado de Cork cem anos antes. As gravações foram vendidas e traduzidas para mais de uma dúzia de línguas, e o livro de Bernstein, *The Search for Bridey Murphy*, tornou-se um *best-seller*.

Não sei se eu estava pensando no caso Bridey Murphy quando a sessão acabou, mas tenho certeza de que em nenhum momento fiz a menor insinuação ou sugestão que pudesse levar meu cliente a falar outras línguas ou assumir a identidade de um egípcio construtor de pirâmides. Também estou segura de que quando enviei uma gravação da sessão a um professor amigo meu em Stanford, com a permissão do meu cliente, eu não disse uma palavra sobre o conteúdo da fita, apenas pedi a ele que a ouvisse e me dissesse o que pensava.

O professor me ligou três dias depois e eu podia perceber a enorme excitação em sua voz ao me perguntar: “Onde foi que arranjou essa fita?” E prosseguiu dizendo que a tinha ouvido e

analisado com colegas durante três dias. Todos concluíram, impressionados, que o que me parecia um “linguajar ininteligível” era na verdade a fala muito fluente de um antigo (século VII a.C.) e obscuro dialeto assírio que consistia de ideogramas, quase como uma escrita cuneiforme falada.

Não preciso dizer que telefonei depressa para o meu cliente, nem que ele teve exatamente a mesma reação que você ou eu teríamos se alguém perguntasse de repente: “Por acaso você conhece assírio antigo?” Ele não tinha a menor idéia do que eu estava falando.

Espiritualmente, eu já estava convencida de que a reencarnação existia. Aquela sessão de hipnose aguçou meu apetite para transformar a crença em ação. Conversei com meus colegas hipnotizadores da Fundação Nirvana para Pesquisas Mediúnicas, que fundei em 1974, com meus amigos médicos da comunidade psiquiátrica e sugeri que estudássemos e usássemos técnicas de regressão a vidas passadas clinicamente aprovadas em sessões futuras de hipnose, com pleno conhecimento e permissão de nossos clientes, e meticulosamente gravássemos qualquer indício de vidas passadas que se revelasse – se é que haveria algum.

Já realizei milhares de regressões a vidas passadas através da hipnose desde então, assim como meus colegas. Nunca fiz sugestões ou perguntas que induzissem e sempre deixei os clientes fornecerem cem por cento da informação nas sessões. Dizer que os resultados são absolutamente conclusivos é um eufemismo. As memórias de nossas vidas passadas estão armazenadas com detalhes ricos e assombrosos na mente espiritual do subconsciente, apenas esperando para serem destrancadas e expressadas. Tenho provas suficientes de regressões a vidas passadas nos meus arquivos para encher outro livro. Por “comprovadas” quero dizer que se alguém afirma, por exemplo, ter sido um vendedor de tecidos chamado Clifford Underwood, que viveu em Peoria, Illinois, em 1897, isso não é levado em conta até podermos provar que havia um vendedor de tecidos chamado Clifford Underwood em Peoria em 1897.

Por falar nisso, em milhares de regressões, eu só esbarrei com uma “celebridade” reencarnada – um economista britânico do século XVIII de quem eu nunca tinha ouvido falar, mas que alguns

historiadores conheciam. Eu nem me lembro o nome dele. Se alguém já fez uma sessão de regressão e ouviu dizer que é a reencarnação de Napoleão, ou da Virgem Maria, ou de William Shakespeare ou de Cleópatra, eu recomendo com fervor que procure uma segunda opinião antes de avisar a mídia.

Um dia, durante uma regressão, enquanto um cliente sob hipnose estava descrevendo uma encarnação anterior na cidade de Richmond, antes da Guerra Civil, eu por acaso perguntei: “Qual é o propósito da sua vida?” Sem um momento de hesitação, ele respondeu: “Eu estava aqui para aprender a ser um construtor.” A resposta veio tão rápida e tão segura que eu a anotei. Naquela noite sugeri a outros hipnotizadores que fizessem a mesma pergunta a seus clientes, sem entrar em detalhes nem guiá-los, para ver o que acontecia.

Eles fizeram isso e as respostas que obtiveram foram tão rápidas e seguras quanto a que eu tinha recebido. Passamos a fazer aquela pergunta e manter registros tanto escritos quanto gravados das respostas. Descobrimos semelhanças notáveis entre essas respostas enquanto prosseguíamos com milhares de novas regressões. Os mesmos 44 “propósitos de vida” se repetiam sem parar. Após anos de perguntas, estudos, pesquisas e conversas com minha Guia Espiritual, nosso trabalho resultou no desenvolvimento do que eu chamo de *temas de vida*.

TEMAS DE VIDA

A percepção de que os clientes eram capazes de identificar de imediato os propósitos ou temas de suas vidas passadas nos levou à conclusão óbvia de que os temas de nossas vidas presentes devem ter a mesma importância e realmente merecem ser identificados. Quando compomos nossos projetos do Outro Lado antes de nascermos, escolhemos dois desses 44 temas para nossa próxima existência na Terra – um tema primário, que é o que somos, e outro secundário, que é aquilo que estamos aqui para trabalhar. Numa analogia simples, pense nisso como o processo de planejar uma viagem. O tema primário é o objetivo básico de viajar do ponto A ao ponto B. O tema secundário é o maior obstáculo que vamos ter

que superar ao longo do caminho. O projeto é o mapa rodoviário altamente detalhado da rota que pretendemos tomar.

Todos chegamos aqui com um tema de vida primário e outro secundário. Descobrir o que são é um exercício valioso para esclarecer e simplificar nossas vidas – e sou a favor de ficarmos atentos e aproveitarmos cada oportunidade que surgir para isso. Ter um quadro de referência para o itinerário “básico” desta vida pode nos ajudar a seguir no caminho certo e reconhecer a dificuldade recorrente que está fadada a repetidamente tentar nos tirar do rumo vai nos livrar de sermos desviados e dominados por ela. É a diferença entre uma confusão aparentemente aleatória e um bem-informado “Ah, *isso de novo*. Eu sei o que é isso e estou preparado”.

Como discutimos no capítulo 1, a razão de deixarmos o Outro Lado para virmos para cá de tempos em tempos é aprender e também experimentar e superar a negatividade. Portanto, nem sempre escolhemos um tema de vida fácil e, além disso, muitas vezes escolhemos um tema primário e um secundário que entram em conflito para realmente nos desafiar. Vou me dar como exemplo: meu tema primário é “humanitário”. Isso é o que eu sou. Meu tema secundário, aquilo que estou aqui para combater e vencer, é “solitário”. Isso sim é um conflito: eu tenho que ser humanitária. Essa é a minha alegria e a minha paixão e é tão essencial para mim quanto respirar. Mas ao longo da minha vida tenho desejado desaparecer para o Quênia, sentar sozinha sob um baobá e apenas escrever do nascer até o pôr-do-sol. Isso nunca vai acontecer. Houve épocas em que eu me senti de ter que sacrificar a minha parte “solitária” e lutei muito para não ter que desistir dela. O desafio do tema secundário, no entanto, é vê-lo não como um fardo, e sim como uma força determinada por nós para nossas vidas e encontrar maneiras de fazer as pazes com ele.

Ao ler esses 44 temas de vida e as breves descrições de cada um, preste bastante atenção às suas próprias reações. Não duvido que seu espírito vá ressoar com um sonoro “Sim, é isso o que eu sou!” quando você reconhecer seu tema primário. Você pode obter uma resposta mais sutil ao querer descobrir o tema secundário, mas deve procurar alguma coisa que, apesar de ter atraído você fortemente desde que se conhece, mesmo as pessoas mais

próximas podem ficar surpresas ao tomar conhecimento. Se é alguma coisa que, apesar da sua atração por ela, iria complicar o seu tema primário ou mesmo torná-lo impossível, como no meu caso, há uma grande chance de que seja mesmo o seu tema secundário e exatamente o desafio que você escolheu enfrentar nesta encarnação para o progresso da sua alma vida após vida.

Analista: Os analistas precisam escrutinar os detalhes intrincados de como e por que as coisas funcionam. São extremamente valiosos para a ciência e outras áreas técnicas. O medo de não ver ou não perceber alguma coisa pode tornar difícil para eles relaxar, confiar em seus instintos e se afastar o suficiente para enxergar o quadro geral.

Ativador: Os ativadores estão aqui para fazer o que os outros deixaram de lado. Eles terminam o trabalho e terminam bem. São reparadores de problemas e ficam gratificados por completar a tarefa que têm pela frente, não importando se é pequena ou grande. Os ativadores têm que tomar cuidado para não querer abraçar o mundo com as pernas.

Buscas estéticas: As pessoas com um tema estético são movidas por uma necessidade inata de criar alguma forma de beleza artística – música, teatro, literatura, escultura, pintura, coreografia, artesanato, etc. Isso pode levá-las a ter fama e privilégio, o que será agradável se o tema secundário for compatível, mas pode ser trágico se os temas estiverem em conflito. Judy Garland, Vincent van Gogh e Marilyn Monroe são exemplos de uma “busca estética” primária em conflito não-resolvido com um tema secundário.

Carregador de bandeiras: Na linha de frente das batalhas contra o que consideram injustiças, os carregadores de bandeiras farão piquetes, manifestações e qualquer coisa necessária à idéia que fazem do que seja lutar o “bom combate”. O desafio para um carregador de bandeiras é aprender que pode atingir seus objetivos mais efetivamente com tato e moderação do que com fanatismo divisor.

Catalisador: Como o nome sugere, os catalisadores geram movimento e agitação, são aqueles que fazem as coisas acontecerem e transformam a inatividade em ação. São enérgicos, entusiastas e parecem se superar especialmente nas situações

estressantes. Sentem-se vazios e deprimidos se não tiverem um objetivo a vencer e conquistar.

Construtores: Construtores são o “vento sob as asas” da sociedade, as engrenagens freqüentemente invisíveis porém essenciais que mantêm girando as rodas das realizações. Os construtores não são aqueles que entram no palco para receber um prêmio, e sim os que pavimentaram o caminho até lá. Podem se sentir pouco apreciados por não receberem o crédito a que têm direito, mas precisam lembrar que as recompensas do construtor residem no avanço acelerado do espírito no seu caminho rumo à perfeição, o que é muito mais valioso do que qualquer prêmio.

Controlador: Os mais bem-sucedidos controladores são as pessoas capazes de assumir com excelência todas as tarefas de supervisão e delegação com sensatez, discricção e incentivo. Os menos bem-sucedidos são os que se sentem compelidos a ditar e julgar cada detalhe das vidas daqueles que os cercam. Ironicamente, o maior desafio para o controlador é o *autocontrole*.

Cura: Aqueles que escolheram este tema são com freqüência atraídos para profissões de cura física ou mental – mas não necessariamente. O tema escolhido pode se expressar de inúmeras formas, todas elas envolvendo a diminuição da dor e a melhoria do bem-estar de uma vida. É imperativo que aqueles que curam aprendam a se proteger de uma empatia excessiva em relação aos que estão tentando curar e a dosar o ritmo com cuidado para evitar uma sobrecarga dos problemas estressantes para os quais seu tema os atrai.

Defensor de causas: Se não existir uma questão social para defender, o defensor de causas criará uma. Ele é o general que comanda os carregadores de bandeiras – ativo e apaixonado em seus esforços por um mundo melhor, ele se expressa em voz alta, às vezes à custa da sua própria segurança e da dos outros. No seu extremo mais indisciplinado, o defensor de causas corre o risco de lutar para obter mais destaque para si mesmo do que para a causa que promove.

Emotividade: As pessoas nascidas com este tema têm uma capacidade extraordinária para sentir profundamente o auge da alegria, a mais profunda depressão e cada gradação intermediária

de emoção. Sua sensibilidade é tanto uma dádiva quanto um fardo, e elas precisam reconhecer que o equilíbrio tem uma importância incomum em suas vidas.

Espiritualidade: As pessoas cujo tema é a espiritualidade passam a vida buscando ardentemente seu próprio centro espiritual, ou como profissão ou através de uma constante procura pessoal. Quanto mais pesquisam, mais descobrem novos territórios a examinar. Atingindo o extremo mais alto do seu potencial, o tema da espiritualidade cria inspiração, compaixão, previdência e tolerância infinitas. No extremo mais baixo, ele pode se manifestar em uma mente estreita, sob a forma de julgamentos severos e do perigoso isolamento do fanatismo.

Experimentador: Os experimentadores insistem em provar toda busca ou estilo de vida que por acaso lhes chame a atenção. Irão seguir sem rumo, gerenciando uma loja, participando de uma escavação arqueológica no Peru, experimentando ser um artista de rua ou se tornando aprendiz de ferreiro, não por falta de objetivo, mas devido a uma necessidade de levar a vida como uma série ativa e variada de participações em eventos. O maior obstáculo para um experimentador é a condescendência excessiva consigo mesmo que pode chegar à beira da irresponsabilidade.

Falibilidade: O tema da falibilidade é normalmente assumido por aqueles que nascem com alguma deficiência física, mental ou emocional. Os que escolhem a falibilidade como tema são espíritos extraordinários e, quando se sentem desencorajados por essa escolha, precisam lembrar que estão fornecendo um exemplo inspirador para todos nós ao enfrentar e superar seus obstáculos.

Guerreiro: Os guerreiros são destemidos e dispostos a assumir riscos. São nossos soldados, pioneiros, astronautas, bombeiros e inúmeros outros heróis anônimos que têm a coragem de se oferecer para enfrentar um desafio físico, moral e/ou espiritual oriundo da vida cotidiana, na linha de frente das guerras contra o crime, as drogas, os desastres naturais e os tiranos homicidas, e para explorar os vastos mundos não conquistados do espaço. Sem direção, a agressividade do guerreiro pode ser destrutiva. Mas quando bem dirigidos, especialmente com um tema secundário

humanitário, aqueles cujo tema é guerreiro podem fazer contribuições históricas de significado global.

Harmonia: Paz, calma e tranqüilidade não são apenas as principais prioridades das pessoas cujo tema é harmonia: são as *únicas* prioridades. Para mantê-las, essas pessoas chegarão a qualquer extremo. Do lado positivo, são maravilhosamente cooperativas e podem ter um efeito calmante em situações caóticas. Do lado negativo, podem achar muito difícil aceitar os inevitáveis solavancos, contusões e estresses que a vida tem a oferecer e se ajustar a eles.

Humanitário: Os humanitários, por definição, nascem para se dedicar à humanidade. Em vez de lidar com os erros e as inquietudes da vida através de manifestações e protestos, os humanitários passam à frente dos manifestantes para alimentar diretamente os famintos, alojar os desabrigados, cuidar dos feridos, ensinar aos que não têm instrução e, de modo geral, combater de frente os males do mundo. Eles enfrentam um duplo desafio: saber que existe uma quantidade infinita de trabalho a fazer, saber quando e como parar, descansar e evitar seu próprio desgaste.

Infalibilidade: Este tema é exemplificado por pessoas que parecem ter nascido com tudo: boa aparência, talento, inteligência, privilégio, esperteza, graça, etc. Acredite se quiser, o tema delas pode ser mais difícil que o normal. Seus problemas quase nunca são levados a sério. Os outros se ressentem delas por suas vantagens, e elas podem se sentir secretamente pouco dignas por não terem tido que lutar por seu lugar privilegiado na sociedade. Não é raro que sejam atraídas por excessos, como obesidade, promiscuidade e vários tipos de abuso, quase como se estivessem tentando equilibrar a balança criando dificuldades com as quais não nasceram. Como receberam muitas coisas de bandeja, elas podem se sentir emocionalmente incapazes em situações que desafiam seu caráter.

Intelectualidade: A melhor expressão desta sede suprema de conhecimento é a pessoa que estuda ao longo da vida e continuamente usa seu patrimônio intelectual para informar, melhorar, nutrir e expandir a vida na Terra. A pior expressão deste tema são as muitas versões do “estudante profissional”, cujo único

propósito é o objetivo egoísta do conhecimento pelo conhecimento, armazenado em vez de compartilhado, que não tem utilidade para ninguém além daquele que o possui.

Interpretação: As pessoas que escolhem a interpretação como tema podem seguir carreiras na área do entretenimento, mas são igualmente capazes de se satisfazer em menor escala como a alma da festa, do escritório ou da sala de aula. São alimentadas pelos refletores, não importando o tamanho deles. Com muita frequência formam suas opiniões sobre si mesmas exclusivamente através dos olhos dos outros, coisa que precisam combater, reservando um pouco de sua considerável energia para a introspecção e aprendendo a fornecer seu próprio sustento espiritual e emocional.

Irritante: Você não acha espantosa a quantidade de pessoas que parecem ter escolhido um tema difícil como esse? Os irritantes são os pessimistas constantes e deliberados, os achadores de defeitos, aqueles que estão sempre reclamando de tudo. São muito úteis para nos ensinar paciência, tolerância e recusa a nos entregarmos à negatividade, ao mesmo tempo em que lutam para superar a mesma negatividade que o tema escolhido exigiu que abraçassem.

Justiça: As pessoas cujo tema é justiça estão em uma ativa e incessante busca de correção e igualdade. Alguns dos maiores ativistas americanos, como o reverendo Martin Luther King, são exemplos refinados do tema da justiça na sua melhor expressão. Tristemente, na pior, quando ele é mal dirigido e não tem Deus como centro, essa paixão por corrigir coisas erradas pode resultar em caos, anarquia e patrulhamento.

Legalidade: O cumprimento, a prática e o ensino da lei estão entre as expressões profissionais deste tema, que gira em torno de uma preocupação com a salvaguarda da linha que separa a legalidade e a ilegalidade. Aqueles que nasceram com este tema são servidores públicos devotados que ajudam bravamente a manter a ordem e o equilíbrio neste mundo. Mas se forem corrompidos, abusando de seu poder, tornam-se um insulto ao tema que escolheram.

Líder: De modo estranho, as pessoas com este tema podem ser muito dotadas na habilidade de liderança, mas quase nunca são inovadoras, preferindo atuar em áreas já estabelecidas – por exemplo, advogados que gravitam em torno de casos altamente

divulgados e prosperam na visibilidade resultante, em vez de dedicar sua capacidade para conseguir mudanças significativas no sistema judiciário. A melhor forma de aperfeiçoar este tema seria deixar de ter o sucesso próprio como prioridade, usando sua liderança na exploração de fronteiras novas e socialmente mais relevantes.

Manipulador: Este tema é poderoso e não necessariamente negativo. Os manipuladores tratam suas vidas e as pessoas ao redor como um jogo de xadrez com um só jogador e que são capazes de controlar em seu próprio proveito, muitas vezes com talento notável. Quando este tema é devotado ao bem maior centrado em Deus, o manipulador pode ter um impacto enormemente positivo sobre a sociedade. Quando o tema é corrompido, os manipuladores ficam absorvidos demais em si mesmos para se preocuparem com o bem-estar de qualquer outra pessoa e se concentram no próprio proveito, obtido às custas dos demais.

Mediunidade: Você poderia pensar que o meu tema primário é este, mas a habilidade mediúmica não é o grande determinante na minha vida. As pessoas cujo tema é a mediunidade muitas vezes escolhem passar a infância em ambientes repressores onde sua habilidade para captar coisas além dos sentidos “normais” de percepção é vista com severa desaprovação. O progresso em uma vida com tema mediúnico é aprender a aceitar essa habilidade não como um fardo, mas como uma dádiva e colocá-la em uso da maneira mais elevada, menos egoísta e mais espiritual.

Paciência: Este é um dos temas mais desafiadores, já que a paciência requer um esforço constante em um mundo onde a impaciência é quase considerada uma habilidade admirável. A escolha do tema da paciência indica uma ansiedade por se mover mais rapidamente na jornada do espírito rumo à perfeição maior do que a de alguém que escolheu um tema menos difícil – em outras palavras, a paciência, de certa forma, indica uma *impaciência* espiritual. Aqueles que têm este tema lutam permanentemente para não reagir asperamente ao estresse, enfrentando muitas vezes o sentimento de culpa por ocasionais lapsos nos esforços rumo ao seu objetivo e pela raiva que acreditam precisar superar devido ao

seu tema. Reconhecer a dificuldade do tema que escolheram pode ajudá-los a ser mais compreensivos consigo mesmos.

Pacificador: Ao contrário dos temas da passividade e da harmonia, o tema do pacificador costuma ser acompanhado de uma quantidade surpreendente de agressividade – os pacificadores podem ser completamente autoritários em seu zelo por eliminar a guerra e a violência. Sua dedicação à causa da paz é muito maior do que sua lealdade a qualquer grupo ou país e eles não se opõem a conquistar um pouco de celebridade quando se engajam em causas nobres e notáveis.

Passividade: Pessoas passivas são às vezes consideradas fracas, quando seriam descritas com mais precisão como sendo especialmente sensíveis a abalos emocionais. Elas têm opiniões, mas as expressam com mais eficácia em debates sem confronto, e quando assumem uma posição sobre algum assunto são estritamente não-violentas. Lidar com extremos é difícil para os que têm por tema a passividade, mas uma certa tensão pode ser valiosa para estimulá-los à sua forma de ação.

Peão: Os peões são essenciais ao progresso do espírito universal, já que seu papel é servir como o pavio que detona alguma coisa de grande magnitude, seja positiva ou negativa. Talvez o exemplo histórico mais clássico de um peão seja Judas, cuja traição a Cristo foi essencialmente um elemento crítico para o nascimento do cristianismo. As pessoas que escolheram o tema do peão, embora importantes de certa forma, têm que estar vigilantes para se alinhar apenas às causas mais merecedoras e voltadas para o amor.

Perdedor: O tema do perdedor é essencialmente o da falibilidade sem as deficiências físicas, mentais ou emocionais. As pessoas nascidas com este tema têm muitos talentos e boas qualidades, mas insistem em não percebê-los por estarem determinadas a sentirem pena de si mesmas. Procuram chamar a atenção sendo mártires, e se não houver melodrama em suas vidas irão criá-lo. Como os irritantes, elas podem nos ajudar, fazendo-nos ser mais positivos e levando-nos a desaprovar seu comportamento, sem no entanto julgá-las.

Perseguição: Este é outro tema extraordinariamente difícil, pois o perseguido costuma estar sempre preparado para a pior possibilidade. Também está convencido de que foi escolhido de alguma forma para ter um azar especial e atrair atenção negativa. A felicidade o assusta, porque ele tem certeza de que terá que pagar muito caro por ela ou de que ela pode lhe ser tirada a qualquer momento. Superar o tema da perseguição requer uma enorme força, mas a recompensa por essa superação é um notável avanço espiritual.

Perseguidor: Os perseguidores típicos são sociopatas agressivos que se autojustificam, que são capazes de praticar violência e até de matar sem culpa nem remorso, e sem o fator atenuante de uma doença mental ou emocional. Obviamente, é quase impossível compreender o propósito deste tema no escopo de uma única vida. Mas, sem querer, eles podem testar, desafiar e fazer progredir nossas leis, nosso sistema judiciário, nossas técnicas forenses, nossas fronteiras morais, nossa consciência social e a unidade do gênero humano.

Pobreza: O desafio do tema da pobreza é evidente. Predominante nos países do terceiro mundo, ele talvez seja ainda mais difícil em países abastados, onde o contraste com a riqueza é capaz de parecer um deboche e um desequilíbrio injusto. Mesmo os privilegiados podem exibir um tema de pobreza, com um sentimento perpétuo de que nada é suficiente, não importa o quanto tenham. A capacidade de suportar, a esperança, a luta pela sobrevivência e uma compreensão maior da irrelevância universal dos bens materiais podem fornecer um esplêndido crescimento espiritual para aqueles que escolheram o tema da pobreza.

Rejeição: O tema da rejeição é outro extraordinariamente difícil, cuja origem está em geral no isolamento ou abandono na mais tenra infância e cuja tendência é seguir com os mesmos padrões ao longo da fase escolar, da idade adulta e dos relacionamentos. Por mais duro que seja, o desafio consiste em reconhecer a rejeição não como um fardo fora do seu controle, mas como um tema escolhido especificamente para que se aprenda que um espírito pleno e autoconfiante não depende da aceitação ou rejeição dos outros para tomar posse de sua identidade

Responsabilidade: Aqueles que escolheram o tema da responsabilidade o abraçam não como uma obrigação, mas como uma forma de alimento emocional. Encontram alegria em realizações ativas e práticas e sentem-se culpados quando não agem para resolver algo que precisa ser feito. Seu desafio é desenvolver o altruísmo para não absorver todas as tarefas e lembrar que as pessoas ao seu redor também precisam assumir responsabilidades e querem tomar parte na execução de alguma coisa.

Salvador: Você certamente já viu um salvador em ação – alguém que gravita em torno de vítimas, querendo ajudá-las e salvá-las, mesmo quando a vítima obviamente criou sua própria crise e/ou não tem nenhum desejo especial de ser salva. Os salvadores se mostram mais fortes na presença dos mais fracos e desamparados e são altamente empáticos. Se não conseguir manter uma distância emocional segura daqueles que está tentando salvar, o salvador pode acabar se tornando vítima.

Seguidor: Os seguidores são tão essenciais para a sociedade quanto os líderes, já que sem eles *não haveria* líderes. Oferecer um apoio forte e confiável pode ser a maior e mais generosa contribuição de um seguidor nesta Terra. Mas ele deve sempre se lembrar da importância de escolher cuidadosamente quem e o que seguir.

Sobrevivente: De um modo geral, todos parecemos ter um tema de sobrevivência. Mas para aqueles que realmente escolheram este tema a vida é uma luta implacável e contínua, uma coisa a ser suportada apesar dos permanentes obstáculos. Normalmente os sobreviventes se destacam em situações de crise, mas têm problemas para distinguir entre uma crise verdadeira e sua visão amarga dos desafios comuns do dia-a-dia. Todos eles deveriam receber, e levar a sério, um adesivo de pára-choque dizendo: “Anime-se!”

Solitário: Os solitários podem muitas vezes ser ativos e visíveis, mas tendem a escolher carreiras e estilos de vida que lhes permitam ficar isolados. Ficam contentes sozinhos, usualmente apreciam a própria companhia e com frequência lutam para superar o

sentimento de estarem sendo sugados e invadidos quando outras pessoas passam tempo demais no seu espaço.

Temperança: O tema da temperança é tipicamente acompanhado por um vício a ser enfrentado e superado. Mesmo se o verdadeiro vício nunca se manifestar, as pessoas que escolhem este tema têm que lutar contra um constante senso de vulnerabilidade a um vício potencial, seja uma droga, o sexo, um estilo de vida ou outra pessoa. Elas também têm que evitar o oposto extremo que é se tornarem fanática ou patologicamente repelidas por aquilo que percebem como um vício potencial. A chave para o progresso no tema da temperança é a moderação.

Tolerância: A pessoa com este tema sente-se compelida a encontrar uma maneira de tolerar até o intolerável. Obviamente, isso pode se tornar um fardo tão insustentável que a pessoa termina concentrando toda a energia na única área que ela se sente capaz de tolerar com mais facilidade, estreitando sua mente e se esquecendo de todo o resto. Seu crescimento vem ao reconhecer que este tema pode causar uma visão pouco realista do mundo e ao aprender que só vale a pena ser magnânimo quando o alvo é digno.

Vencedor: Este tema difere do da infalibilidade porque os vencedores têm uma compulsão ativa por conquistar e triunfar. São otimistas perpétuos, sempre acreditando que o próximo negócio, o próximo relacionamento, o próximo lance de dados no pano verde, o próximo bilhete de loteria ou de rifa, o próximo emprego e até o próximo casamento ou o próximo filho serão exatamente aqueles pelos quais estavam esperando. Na sua forma mais refinada, o otimismo infalível do vencedor e sua habilidade para se reerguer após cada fracasso e seguir com confiança são inspiradores e estimulantes. Mas se perder o contato com a realidade, o vencedor pode dilapidar seu dinheiro, sua segurança e sua vida com um excesso de decisões impetuosas, indisciplinadas e mal informadas.

Vítima: Por definição, estes são os cordeiros do sacrifício e seu propósito entre nós é colocar em evidência a injustiça e nos inspirar a tomar atitudes e criar mudanças para melhorar a situação. Crianças maltratadas e assassinadas, as vítimas de crimes de ódio, as pessoas condenadas erroneamente por crimes violentos e depois

libertadas estão entre aqueles cujo tema de vítima tem por objetivo o bem maior.

O que causa vítimas: Estes estão aqui para procurar e alcançar o controle absoluto sobre o maior número possível de vítimas, com o propósito de se cercarem o tempo todo de provas visíveis do seu poder. A vontade e os sentimentos das vítimas não têm sentido a menos que estejam em perfeito acordo com os seus, e a única compaixão de que são capazes é dirigida ao próprio ego hipersensível e insaciável. Numa dimensão menor, eles são os amantes ou cônjuges controladores, os pais patologicamente superprotetores, etc. No paroxismo, temos Jim Jones do Templo do Povo, “Bo” e “Peep” orquestrando o suicídio em massa da seita Heaven’s Gate – qualquer um que exija tamanha devoção escravizante que mesmo crianças sem opção são sacrificadas, não em nome de Deus, mas em seu próprio nome.

Identificar nosso tema de vida primário e secundário pode clarear os caminhos que escolhemos. Saber que fomos nós que os determinamos ao traçar nosso projeto de vida, em vez de recebê-los ao acaso, nos dá um enorme conforto. Não podemos mudar nossos temas de vida porque eles são escolhas que fizemos do Outro Lado antes de embarcarmos nesta encarnação, baseadas não apenas no que queremos trabalhar, mas também no que já experimentamos em vidas passadas. Mas podemos lutar para aperfeiçoá-los no que têm de mais positivo e superá-los nos seus aspectos mais negativos ou destrutivos.

MARCAS DE NASCENÇA

Os temas de vida são apenas uma faceta da pesquisa que tive a alegria de desenvolver durante regressões hipnóticas a vidas passadas. Outra área que veio à luz mais recentemente é o estudo fascinante das marcas de nascença. O crédito do meu interesse sobre o significado dessas marcas deve ir para um amigo neurologista, cuja curiosidade e amor pela pesquisa são tão insaciáveis quanto os meus. Ele estava convencido de que as marcas de nascença não são sempre casuais ou simples acidentes genéticos, e vinha tentando, sem sucesso, estabelecer uma

conexão entre marcas de nascença e certas doenças congênitas. Francamente, até aquela conversa eu nunca tinha parado para pensar em marcas de nascença. Mas ele tinha tanta certeza de que as marcas possuíam um significado que me encorajou a tentar descobrir alguma pista através das sessões e regressões a vidas passadas.

Posso dizer honestamente que eu não tinha nenhuma expectativa quando comecei a explorar o assunto. Recebi um cliente para hipnose na manhã seguinte com uma atitude cética, mas mantendo a mente aberta. É comum que eu pergunte a um cliente, durante uma regressão às suas vidas passadas, sobre qualquer ferimento sério ou doença que ele tenha tido naquelas vidas e como aquela vida terminou. Mas naquela vez, quando o cliente estava completamente “acordado” ao final da sessão, perguntei se por acaso ele tinha alguma marca de nascença. Ele confirmou e suspendeu a calça para me mostrar uma marca de nascença avermelhada na parte de trás da batata da perna direita, cerca de sete centímetros abaixo do joelho. Eu olhei fixamente para aquele ponto e o pobre homem, pensando que eu estava horrorizada, murmurou uma desculpa sobre as suas pernas finas e, constrangido, puxou a calça para baixo de novo.

Quando expliquei a razão da minha reação e toquei uma parte da gravação de sua regressão, ele acabou olhando para sua marca de nascença com o mesmo espanto. Ele descrevera como, na vida anterior, tinha sangrado até a morte, depois de levar uma facada “na parte de trás da perna direita, uns cinco ou sete centímetros abaixo do joelho”. No lugar exato da sua marca de nascença.

Se aquela “coincidência” tivesse acontecido apenas uma vez ou duas, eu teria dito ao meu amigo neurologista que não tivera mais sorte do que ele. Mas repeti a mesma experiência diversas vezes e constatei que nove em cada dez clientes nasceram com algum tipo de marca visível que corresponde exatamente a um ferimento em uma vida passada ou a uma causa de morte não-natural.

Uma mulher cujas mãos foram cortadas durante sua vida anterior nos terríveis dias da caça às bruxas nasceu nesta vida com nítidas li-nhas vermelhas intermitentes circundando ambos os pulsos. Um homem que tinha uma mancha marrom no meio do peito morrera no

final do século XVII quando uma lança atravessou o peitoral de sua armadura. Outro homem que foi enforcado em 1879 por roubar um cavalo tinha uma acentuada marca de nascença branca do lado do pescoço. Os exemplos continuam a surgir até hoje com uma tal freqüência que agora é raro encontrar clientes que não tenham marcas de outra encarnação.

Pensando bem, não sei por que fiquei tão surpresa. No capítulo 4, falei sobre a memória celular – a habilidade que têm nossas células de reter as informações das vidas passadas. Portanto, faz todo o sentido do mundo que nossos corpos carreguem algum tipo de evidência física de um ferimento traumático ou fatal em uma vida anterior.

Minha neta Angelia, de seis anos, fornece uma variação da conexão entre vidas passadas e marcas de nascença. Angelia é, literalmente, a reencarnação de minha adorada vovó Ada, que era médium e morreu quase quarenta anos antes de Angelia nascer. Nunca dissemos a Angelia que ela é a vovó Ada. Nunca foi preciso. Ela é jovem e médium o bastante para ter memórias vívidas de sua vida como minha avó.

Vovó Ada tinha uma pensão e passava uma grande parte do tempo na cozinha, cozinhando, lavando e mantendo seus hóspedes supridos com infinitas xícaras de café. Ao visitar meu escritório recentemente, Angelia viu meu assistente Michael enxaguar as cafeteiras e disse-lhe com naturalidade: “Quando eu era Ada, costumava fazer esse tipo de coisa o tempo todo.” Uma outra vez, quando ela começou a gargalhar e eu perguntei o que era tão engraçado, respondeu: “Lembra quando eu era Ada e fiz para você aquela camisola com a gola franzida que você detestou?” (Eu detestei mesmo aquela camisola. Além de franzida, a gola era muito alta e parecia que alguma coisa estava rastejando por trás do meu pescoço ou então tentando me estrangular.) Alguns meses atrás, estávamos passando de carro pelo bairro em que eu morei em Kansas City. Meu filho Christopher, que é o pai de Angelia, dirigia. Sem aviso, Angelia gritou: “Papai, pára o carro!” Ele parou, assustado com a urgência dela. Ela se virou para mim e, apontando pela janela, exclamou, excitada: “Bagda!” (Ela me chama de Bagda desde que começou a falar. Descobrimos que é uma palavra *farsi*

que significa “mulher sábia”. Você acha que algum de nós fala *farsi* ou tinha ouvido essa palavra alguma vez na vida até Angelia vir para nós? Mas estou fugindo do assunto...) “Bagda, olha! Lembra quando eu era grande e você era pequena e eu costumava carregar você por esta rua até a mercearia?” Claro que eu me lembrava da vovó Ada fazendo isso. Devo registrar que a mercearia da minha infância já tinha desaparecido há muito tempo quando Angelia chegou à cidade.

De qualquer jeito, do lado interno do antebraço direito de vovó Ada havia uma marca de nascença muito sensível ao toque. Eu tinha oito ou nove anos quando ela me contou que era devido a uma queimadura grave com um atizador de lareira em uma vida passada. (E como foi que eu levei mais trinta anos para perceber a conexão entre vidas passadas e marcas de nascença? Só posso dizer que em criança eu estava tão ocupada me ajustando à minha mediunidade que não tinha tempo, energia nem interesse para gastar com essa coisa de reencarnação, por isso eu simplesmente não registrei isso.) Angelia nasceu com uma marca de nascença idêntica, exatamente no mesmo lugar, só que do lado *externo* do antebraço direito. Era como se a vovó Ada estivesse dizendo: “Oi, Sylvia, eu voltei!” Além disso, é uma indicação de que o espírito está no processo de eliminar aquela queimadura tão antiga, já que a “cicatriz” se moveu do interior para o exterior do braço e, em Angelia, não causa desconforto quando é tocada.

COMO DESCOBRIR SUAS PRÓPRIAS VIDAS PASSADAS

Não há dúvida de que de inúmeras maneiras nossas vidas passadas podem fornecer chaves úteis para uma compreensão maior da nossa vida atual. Também não há dúvida de que você pode ser guiado às suas vidas passadas por um hipnotizador sério, especializado em regressões, e/ou um médium.

Com paciência, persistência e mantendo a mente aberta, você pode guiar a si mesmo nessa excitante e esclarecedora jornada por onde e quem você já foi. Lembre-se, todo o conhecimento de suas vidas passadas está armazenado em sua memória espiritual, que permanece viva no seu subconsciente. Para revelar este

conhecimento à sua mente consciente, você precisa seguir as instruções até esse “quarto de guardados” e, então, gentil e metodicamente, trabalhar para destrancar a pesada porta.

Algumas sugestões antes de começarmos:

Insisto que você grave o texto das páginas seguintes ou peça isso a um amigo cuja voz gravada você ache reconfortante. Sintase à vontade para tocar alguma música instrumental calma e tranqüila ao fundo durante a gravação, para ajudar você a se concentrar na fita enquanto a ouve e criar uma atmosfera de beleza e paz para a jornada que está prestes a empreender. Faça as pausas necessárias entre as instruções e as perguntas.

Se em qualquer ponto desta jornada você se vir parado ou diante de uma barreira inesperada que não consegue atravessar, relaxe! Você vai conseguir na próxima vez que tentar ou nas seguintes. Lembre-se, não há pressa, e, como tantas outras experiências novas, quanto mais praticar, menos inibido você vai ficar e mais livre e confiante vai se sentir. Por isso, por favor, seja paciente consigo mesmo.

Pode haver momentos, enquanto volta no tempo, em que você vai sentir que não está apenas lembrando um evento do passado, e sim revivendo aquilo tão claramente que fica assustado ou sente dor. Se isso acontecer, dê um passo atrás, relaxe, e depois se aproxime novamente mantendo uma certa distância, de forma a estar apenas observando. Ao longo desta experiência, repita para si mesmo que os eventos que está relembrando fazem parte do passado, assim como qualquer dor ou medo que possam ter causado.

Se isso não o inibir, não hesite em ter um amigo por perto para tomar notas enquanto você faz essa viagem. Não é raro, depois que volta, esquecer algumas das coisas que você disse, viu e sentiu, e eu não quero que nenhuma parte da sua mente esteja preocupada tentando se lembrar de tudo enquanto você prossegue.

Esta experiência requer espontaneidade. Seu lema durante toda a viagem é: “Não pense! Não censure! Diga apenas o que lhe vier à mente!”

E por fim, eu garanto, empreender esta viagem é absolutamente seguro. Não existe nenhum perigo de não ser capaz de achar o caminho de volta no instante que quiser.

A JORNADA ÀS SUAS VIDAS PASSADAS

Sente-se confortavelmente em um lugar sossegado onde não haja interrupção. Coloque os pés no chão e deixe as mãos abertas descansarem sobre as coxas, com as palmas para cima, prontas para receber a divina energia e a graça de Deus.

Peça a Deus para cercar você com a luz branca do Espírito Santo. Sinta o calor amoroso dessa luz em torno do seu corpo, absorvendo suas preocupações e problemas no brilho purificador e curativo do seu poder.

A luz acaricia seus pés. Cada músculo relaxa ao seu toque: as solas dos pés... os dorsos... cada dedo, um por um, liberando a dor e a tensão... acalmando... tranquilizando... sem pressa... as células lembrando sua idade mais saudável e vigorosa e retornando a ela enquanto a luz se move lentamente para cima...

Os tornozelos, as canelas, os joelhos estão relaxando, liberando, rejuvenescidos... sem tensão... sem estresse... o sangue circula livre e saudável, trazendo oxigênio, trazendo vida. Sua respiração se torna mais lenta, mais profunda, mais ritmada, a pacífica respiração do sono, enquanto a luz continua a subir...

Pelas coxas, pelas nádegas, pelo abdômen... limpando... acalmando... retirando toda a dor, nutrindo cada órgão, cada músculo, cada veia, cada célula... Respirando profundamente, sem esforço, num ritmo suave, cada expiração se tornando uma liberação divina e curativa...

A luz branca do Espírito Santo massageia o estômago, o peito, os ombros, e o relaxamento se torna sua própria força energética, seguindo em ondas através dos órgãos, músculos e ossos até a espinha, que é a linha de vida do corpo, centímetro por centímetro, numa lentidão abençoada, uma purificação amorosa e terna de toda a negatividade, todos os fardos...

Desce pelos braços, os pulsos, as mãos, os dedos... liberando, relaxando... você respira calma e facilmente... você se sente leve, seu ser cheio de vida, livre de estresse... músculo por músculo, tendão por tendão, dedo por dedo... sem pressa... sem preocupações... nenhuma tensão... tão contente...

A luz sobe pelo pescoço, absorvendo toda a tensão, os músculos e nervos vão relaxando, aliviados... a cabeça, as têmporas... respirando com ritmo... os olhos fechados... a luz branca acalmando, mãos divinas invisíveis pousando sobre cada traço do rosto... a boca relaxando... a testa... o nariz... as rugas se atenuando... a mandíbula soltando... a pele suavizando... o sangue correndo, purificando e limpando...

A respiração se aprofunda. Com os olhos ainda fechados, olhe para o seu nariz, contando até vinte... não mais do que isso, para que você não adormeça...

Agora... com os olhos fechados, respirando lentamente, num ritmo suave, viaje de volta em sua mente até a idade de vinte anos... um aniversário, o Natal, seu casamento, seu primeiro emprego, qualquer evento ou dia especial... Se nenhum dia em particular se manifestar e os detalhes não vierem diretamente, pergunte gentilmente a si mesmo, sem pressão: “Eu sei que já tive vinte anos. O que estava acontecendo em minha vida naquela época?” Se nada surgir desta vez, será na próxima... Onde você vivia, o que estava fazendo, quem vivia com você, que carro você ou a família tinha, algum detalhe, grande ou pequeno, não importa, irá abrir-se finalmente como uma flor para revelar uma cena inteira, clara como um filme, tão vívida como se estivesse acontecendo agora... Olhe em volta, perceba cada cor, cada aroma, o que você está vestindo, como se sente... Se a lembrança é alegre, reviva a sensação... Se é uma lembrança que perturba você, apenas observe... Não há pressa... Fique o quanto quiser, explorando a realidade de ter vinte anos novamente... Depois diga para si: “Que qualquer negatividade, consciente ou inconsciente, que eu esteja carregando desde os vinte anos seja resolvida na luz branca do Espírito Santo, ao longo da minha vida espiritual feliz, saudável, produtiva e inovadora...”

Agora continue em sua jornada até a idade de dez anos, quando sua verdadeira identidade começa a tomar forma... Outro Natal, outro aniversário, o primeiro dia de aula, o encontro com um novo amigo, um dia especial em um acampamento, qualquer dia para o qual você consiga encontrar o caminho, e repetindo o mesmo processo se nada acontecer... Em que série você está, em que

escola, quem era seu professor, quem sentava ao seu lado na classe, onde você morava?... Seja paciente... Deixe que a lembrança venha no seu próprio ritmo, e outra cena, outro filme vívido irá finalmente se revelar... Explore-o, perceba tudo... Reviva o que foi alegre e apenas observe o que foi triste... Esta é a sua jornada, você se sente em total segurança e no comando, nenhuma dor ou medo pode interferir... Repita, como antes: “Que qualquer negatividade, consciente ou inconsciente, que eu esteja carregando desde os dez anos seja resolvida na luz branca do Espírito Santo, ao longo da minha vida espiritual feliz, saudável, produtiva e inovadora...”

Depois, com paciência, calma e sem pressão, retorne ao momento da sua concepção. Reafirme que pode fazer isso. Você estará apenas usando percepções sensoriais às quais não costuma recorrer. Não pense. Aceite a primeira coisa que vier à sua mente... A lembrança está em seu subconsciente, esperando ser descoberta. Você pode encontrar inicialmente a escuridão. Deixe que isso aconteça. Deixe a escuridão e as imagens se manifestarem no ritmo que a mente as revelar. Lenta, pacificamente, você está viajando pela quietude do útero, desde a concepção até o nascimento, repetindo este importante lembrete: “Se eu encontrar qualquer negatividade, dor ou medo durante o meu nascimento, não quero revivê-los, mas simplesmente observar minha entrada neste mundo.”

Agora você está viajando através de um túnel lindo, brilhante e muito tranquilo, um túnel do tempo, com páginas de um calendário passando por você, impelidas por uma brisa perfumada... para trás, para trás, para trás, as datas nas páginas se tornando cada vez mais antigas... Você prossegue feliz, com disposição e estímulo, rumo à luz pura e branca diante de você... em direção a ela... através dela, sabendo que não há qualquer risco...

Instantaneamente um magnífico brilho de luz violeta, a cor da espiritualidade, envolve você. Essa luz causa uma sensação maravilhosa, você sabe que essa luz violeta em torno do seu corpo está abrindo e aguçando sua consciência...

Um mapa do mundo glorioso e em cores brilhantes aparece em uma tela. Você anda até ele, dizendo: “Onde quer que eu tenha

realmente estado antes, através da graça da memória da minha alma, que minha mão seja guiada a esse lugar no mapa.” Sem pensar, sem olhar, sem interferir de nenhuma forma, deixe sua mão tocar o mapa, guiada instintivamente pelo seu espírito.

Você olha para ver onde sua mão pousou sobre o mapa, com fé e confiança, sem questionamentos. Com total aceitação, diga: “Meu espírito se lembra. Meu espírito vai me levar lá, para esse lugar e esse tempo...”

E de repente você está lá, naquele lugar e naquele tempo tão familiares para o seu espírito quanto o lugar e o tempo que você deixou para trás. Com fascinação e energia, você começa a perceber os detalhes...

O que está vestindo?

Se não consegue ver imediatamente, olhe em volta e procure um lugar onde possa ver seu reflexo... um espelho... a vitrine de uma loja... um lago ou um riacho... Vá até lá e descreva o que vê...

Agora, o que você está vestindo...?

Qual é sua altura...?

Como é seu corpo...?

Você é homem ou mulher...?

De que cor é o seu cabelo...? Ele é comprido? Curto? Ou você está ficando careca...?

Você está usando um chapéu, um lenço, ou está com a cabeça descoberta...?

Como são os seus sapatos...?

Não pense! Aceite a primeira resposta. Quanto mais você deixar as respostas fluírem, mais facilmente as descrições virão...

Que ano é esse...?

Quantos anos você tem...?

Quem faz parte da sua família...?

Onde você mora...?

Quem são seus irmãos? Você tem irmãos...?

Quem são seus pais? Ambos estão vivos...?

Aceite a primeira resposta... há alguém perto de você – mãe, pai, irmãos, amigos – que esteja na sua vida atual...? Veja a essência do espírito deles através da aparência física, veja quem realmente são...

Quem são eles em sua vida atual...?
Agora cinco anos se passaram...
Onde você está agora...?
Você está casado...?
Se você tem um cônjuge, como é ele/ela...?
Um por um, descreva seus filhos...
Onde você mora...?
Você tem um emprego? O que faz? Como passa o seu tempo...?
Descreva sua casa e a vista da maior janela...
Você é feliz?... Triste?... Como é seu temperamento...?
Você conhece seu cônjuge ou algum dos seus filhos na vida que está vivendo agora...?
Quem são eles na sua vida atual...?
Você está repetindo agora o relacionamento que tinha com eles antes...?
Acredite na primeira coisa em que pensar... Acolha a resposta que vier... Não existem respostas erradas...
Agora...
Vá para o momento em que essa vida terminou, o momento da sua morte...
Você está apenas observando, não está vivendo... Não há medo, você está apenas assistindo a sua própria viagem para o Lar...
Do que foi que você morreu...?
Quem estava com você...?
Foi doloroso...?
Quem veio do Outro Lado para receber você...? Você conhece essa pessoa hoje...?
Que doença, ou que marca de nascença, ou que traços daquela morte você carregou para esta vida...?
Pensando naquela vida, qual era o propósito dela? Qual era o seu tema primário? Qual era o secundário? O que você tinha vindo trabalhar e o que você aprendeu...?
Aceite a primeira resposta que lhe vier – qual das suas vidas você acaba de ver? E quantas vidas você já teve...?
Agora, lenta e pacificamente, com a amorosa luz branca do Espírito Santo envolvendo seu ser e com uma rica luz verde de

cura, com um tranqüilizante sentimento de bem-estar fluindo através do seu corpo e do seu espírito...

Calmamente, retorne a esta vida, feliz, com seu ser renovado, agradecendo a Deus pela viagem segura e pela reunião com sua própria eternidade. Abra os olhos...

Se você não tem um amigo para anotar suas respostas, registre imediatamente em um diário ou em fita tudo o que se lembrar sobre a experiência que acaba de ter, com o máximo de detalhes possível.

Repita este exercício tanto quanto quiser, com a provável surpresa de retornar a um tempo, um lugar e uma vida diferentes a cada jornada.

Quando você tiver praticado o bastante para se sentir confortável com o processo, pode aprimorá-lo colocando-o a serviço de inúmeros propósitos específicos. Está curioso a respeito da origem de uma marca de nascença, ou doença, ou medo inexplicável? Gostaria de saber se conheceu em outra vida um melhor amigo, o amor da sua vida, ou seu filho? Existe alguém com quem tem muita dificuldade de se relacionar, com quem talvez tenha passado em outra vida por uma experiência negativa que está finalmente tentando resolver? Você deseja superar uma aversão crônica e inexplicada por algum lugar, cultura ou assunto?

Qualquer pergunta que tiver, qualquer curiosidade que quiser satisfazer, pode ser explorada com este mesmo exercício. Apenas diga a si mesmo e a Deus, antes de começar, o que quer saber e então peça ao túnel do tempo para guiá-lo até a vida que tem a resposta, com a luz branca do Espírito Santo cercando e protegendo você a cada passo do caminho.

Vida após vida após vida.

6

ASSOMBRAÇÕES – O QUE SÃO E O QUE VOCÊ PODE FAZER



“Eu não acredito em fantasmas”, me disse um cliente uma vez, “mas tive medo deles a vida inteira.” Isso resume muito bem a atitude que em geral tenho encontrado desde que comecei formalmente a investigar assombrações em 1974, o ano em que criei a Fundação Nirvana para Pesquisas Mediúnicas. Algumas dessas “assombrações” acabaram se revelando roedores indisciplinados, fios elétricos com problemas, ilusões de ótica, imaginações delirantes e algumas tentativas lamentáveis de embustes completos. Não é de admirar que as assombrações tenham uma reputação tão ruim.

Mas também encontrei uma boa quantidade de fantasmas, espíritos, impressões e energia cinética muito reais, e encontrei sobretudo afirmação do poder eterno da alma ao aprender o que é cada um e quais são as diferenças entre eles.

FANTASMAS

Os fantasmas definitivamente existem. Eu já os encontrei, já falei com eles, até já desenvolvi relacionamentos com alguns. E a coisa mais triste e fascinante que todos têm em comum é que nenhum deles sabe que está morto. Por várias razões bastante pessoais, os fantasmas se recusam a transcender para o Outro Lado e insistem em ficar presos à Terra. Em suas mentes confusas e iludidas, sentem-se tão vivos e reais quanto nós. Por estarem teimosamente

agarrados a esta dimensão após a morte, são os residentes do mundo espiritual mais fáceis de ver e ouvir.

Uma regra que considero inquebrável é nunca pesquisar demais antes de investigar uma assombração, para que minha objetividade não fique comprometida por alguma expectativa prévia. Quando isso acontece, um médium pode simplesmente imaginar uma visão, a partir de alguns poucos fatos impressionantes pesquisados – e acabar sendo denunciado como farsante. Não quero isso para mim, obrigada.

Por isso, quando a série de TV *Unsolved Mysteries* (Mistérios não-resolvidos) me pediu para conferir os boatos de que havia um fantasma em um restaurante chamado Moss Beach Distillery, à beira de um penhasco no norte da Califórnia, cheguei lá sem saber de nada além do fato de que inúmeros proprietários, cozinheiros, garçonetes e fregueses tinham ouvido e visto o que parecia ser uma mulher vagando ansiosamente pelos quartos e pela praia próxima. Diziam na região, segundo eu soube mais tarde, que ela era a lendária Mulher de Azul, uma frequentadora habitual do local no final dos anos 20, quando era um bar clandestino. A história contava que ela estava enganando o marido com o pianista do local e por acidente levou uma punhalada fatal certa noite na praia, tentando interferir em uma briga entre os dois homens.

Os fantasmas tendem a gostar de atenção, ou talvez apenas das nossas reações a eles, e essa não era exceção. Com as câmeras de *Unsolved Mysteries* ligadas, ela rapidamente apareceu para mim. Mas, em vez de uma melindrosa infiel, eu me vi conversando com uma fantasma triste e ansiosa, realmente vestida de azul, usando um grande chapéu preso com uma *écharpe*, que se apresentou como Mary Ellen Morley. Contou-me que tinha sofrido um terrível acidente de carro perto de Moss Beach Distillery e estava percorrendo a área para procurar e confortar seu filho de três anos. As roupas e o penteado estavam fora de moda havia décadas, mas ela claramente pensava que apenas alguns minutos tinham se passado desde o acidente. O tempo não tem nenhum significado após a morte, mesmo para aqueles que não vão ao encontro da luz do Outro Lado.

Depois que minha parte nesse segmento de *Unsolved Mysteries* terminou, as câmeras acompanharam alguns empregados da Moss Beach Distillery até a biblioteca local, onde, após vasculhar jornais velhos, eles descobriram o obituário de uma mulher chamada Mary Ellen Morley. Causa da morte: um acidente de carro. Ela deixara marido e um filho de três anos.

Aquela fantasma ficou presa à ilusão de que o filho ainda tinha três anos e precisava dela. Outro fantasma comovedor ficou para trás por outra razão muito diferente: sua fé e sua confiança tinham morrido anos antes dele.

Uma equipe do noticiário da rede de TV CBS estava comigo em 1984 quando eu fui até Alcatraz, anos depois que a famigerada ilha-prisão já havia fechado as portas para explorar o que era descrito como “perturbações estranhas”. O vigia noturno que primeiro relatou tais perturbações estava conosco, assim como um antigo preso chamado Leon Thompson.

Não constitui surpresa que a atmosfera dentro de Alcatraz fosse vil, abafada e sinistra, um perturbador ataque aos sentidos. Logo no início da visita tive uma reação particularmente forte a uma cela nua no hospital da prisão. Eu “via” a letra S nas paredes vazias que me pareciam cobertas de anotações e cartões. Aquela cela, descobri mais tarde, tinha sido ocupada por mais de dez anos por Robert Stroud, o famoso “homem-pássaro de Alcatraz”.

A horrível sensação de uma violência passada me atingiu no instante em que entramos na lavanderia da prisão. Um momento mais tarde apareceu um fantasma alto e careca, com olhos pequenos e desconfiados. A inicial M imediatamente surgiu para mim, mas ele disse que era chamado de “Açougueiro”.

Quando contei tudo isso à minha pequena e cada vez mais nervosa equipe, Leon Thompson deu um passo à frente. Ele se lembrava do “Açougueiro”, um assassino condenado chamado Abie Malkowitz, que tinha sido morto por outro prisioneiro naquela lavanderia.

O mínimo que podemos fazer pelos fantasmas que encontramos é tentar convencê-los de que estão mortos e insistir que sigam para a luz. Os espíritos do Outro Lado têm consciência dessas almas presas à Terra e fazem todos os esforços para trazê-las de volta ao

Lar. Basicamente, enquanto empurramos, o Outro Lado puxa e, mais cedo ou mais tarde, em questão de minutos ou de centenas de anos, os fantasmas encontram seu caminho para a luz.

E assim, com um desejo genuíno de tirá-lo de lá e de poder também ir embora, comecei a contar ao pobre Abie Malkowitz que sua vida tinha terminado, que ele estava livre para ir para casa agora e encontrar a paz no Espírito Santo. Ele começou a caminhar na minha direção, olhando para mim, mas se recusando a ouvir uma única palavra.

Detesto perder, especialmente quando o que está em jogo é a alma de alguém. Em vez de recuar, eu convoquei minha sempre presente parceira – minha Guia Espiritual Francine. Enquanto eu entrava em um estado de transe, ela falou com ele através de mim:

– Não tenha medo. Não estamos aqui para machucar você.

Ele já tinha ouvido aquilo antes. Francine tinha certeza de que aquilo lhe tinha sido dito inúmeras vezes por pessoas que lhe infligiam dores profundas. Mantendo seus olhos diretamente nos dele, ela continuou:

– Quando eu deixar o corpo de Sylvia, estarei voltando para o Outro Lado. Por favor, venha comigo. Há pessoas lá que se preocupam com você e querem ajudar.

Ele pensou sobre aquilo durante um longo silêncio. Quando finalmente falou, foi para oferecer uma resposta simples e definitiva, que era provavelmente a única posição confiável que a vida tinha lhe ensinado: “Eu não acredito em você.”

Abie Malkowitz ainda é um prisioneiro lá, um fantasma naquele inferno desolado, preso à Terra por sua própria escolha mal orientada. Ainda há estranhas perturbações em noites escuras no que hoje é um parque estadual chamado Alcatraz. Ainda rezo por ele depois de todos esses anos, pedindo à luz branca do Espírito Santo para levá-lo de volta ao Lar.

O Outro Lado e eu tivemos um sucesso que eu nunca esqueci, porque ela era provavelmente a fantasma mais assustada e desconsolada que eu já encontrei. Não vou mencionar o nome do museu em São Francisco onde fui chamada para investigar relatos de passos sem corpo, sombras que se moviam e o eco vago e ocasional de uma mulher chorando. Eles nunca incluíram a palavra

assombrado em seus folhetos, por isso eu imagino que prefiram ser conhecidos pelas obras que expõem. Mas o museu foi construído no local onde havia um orfanato dirigido por freiras e eu descobri uma dessas freiras ainda vagando pelos salões do edifício, uma freira cuja breve vida foi interrompida pela tragédia múltipla de um aborto ilegal.

Eu podia imaginar o pesadelo que ela atravessara e implorei que finalmente deixasse tudo acabar na paz e no conforto que o Outro Lado lhe reservava. Ela acreditava em mim, pois afinal se especializara em transcendência e vida após a morte. Mas era exatamente isso que a estava detendo: ela acreditava profundamente que o pecado que cometera era tão imperdoável que perdera o direito de encarar Deus e de pedir a Sua compaixão.

Felizmente eu fui criada na Igreja Católica e pude usar com ela nosso vocabulário comum. Foram necessárias várias visitas, muitas orações e alguns rituais sagrados, mas finalmente Francine e eu restauramos sua fé em si mesma como filha de um Deus perfeito e amoroso e a enviamos, feliz, para a luz. (Por falar nisso, que essa fantasma sirva de resposta para qualquer um que já tenha se perguntado por que eu acho que a culpa é uma força tão destrutiva.)

E agora vem a minha indicação para o prêmio de “Fantasma com Melhor Senso de Oportunidade”.

Um programa de TV de Los Angeles chamado *Evening Magazine* me pediu para participar de um passeio caça-fantasmas em um lugar estranho e fascinante chamado a Misteriosa Mansão Winchester, concebida no final do século XIX numa colaboração entre Sarah Winchester, herdeira da fortuna gerada pelas armas de mesmo nome, e uma equipe de espíritos que ela contactava todas as noites em sua pequena sala azul para sessões espíritas. Sarah ouvira de um médium que havia uma maldição lançada sobre ela por todos aqueles que tinham sido mortos por um rifle Winchester e que sua única esperança era construir uma casa tão vasta e complexa que os espíritos malignos enviados para executar a punição não pudessem encontrá-la.

Estima-se que a certa altura Sarah e sua equipe noturna de espíritos arquitetos conseguiram ter cerca de 750 quartos construídos, demolidos, reelaborados, reconstruídos e demolidos

novamente, tudo com o propósito de mantê-la a salvo da maldição. Ela dormia em um quarto diferente a cada noite, recusava qualquer contato humano, a não ser com suas intermináveis equipes de construtores e zeladores, cercava-se de passagens secretas e alçapões para escapadas rápidas. Apesar disso, não conseguiu evitar a morte, que veio tranqüilamente durante o sono na idade madura e não-amaldiçoada de 85 anos.

A Misteriosa Mansão Winchester parece hoje um quebra-cabeça inacabado de 160 quartos, merecendo sua designação oficial de marco histórico. Quilômetros de corredores a percorrem, às vezes terminando em armários ou paredes nuas, outros com apenas 60 cm de largura conduzindo à parte de trás de uma câmara frigorífica. Sarah ouvira dizer que os espíritos gostam de usar chaminés como atalhos, por isso construiu 47 delas. Obcecada com o número 13, insistiu em ter 13 cúpulas na estufa, 13 palmeiras ladeando o caminho de entrada, tetos com 13 painéis de madeira, 13 ralos na pia da cozinha e 13 lâmpadas nos candelabros. Certa noite, convencida de que tinha visto a marca da mão do demônio na adega de vinhos, ela ordenou que o aposento fosse selado e emparedado de tal forma que quase um século depois ainda não foi encontrado.

Quando a equipe de TV de Los Angeles me pediu que a escoltasse até a Misteriosa Mansão Winchester, eu já tinha estado lá pessoalmente mais de uma vez com grupos de pesquisa que também achavam irresistível a idéia de conhecer uma casa construída por fantasmas para fantasmas. A primeira noite que passei na casa escura – a maior parte dela nunca recebeu fiação elétrica – foi movimentada e tensa. Havia inexplicáveis rajadas de vento gelado por toda parte. Um *show* de luzes frenéticas apareceu, cintilou brilhantemente e desapareceu com a mesma rapidez. Dois enormes globos de um vermelho agressivo e feroz nos enfrentaram em pleno ar antes de explodirem de volta à escuridão. Todos ouvimos os sons de carpinteiros martelando em canos e na madeira, de portas abrindo e fechando sozinhas, de passos e correntes arrastadas que tinham sido fartamente relatados por outros visitantes. Ouvi também música de órgão que ninguém mais

escutou até descobrirmos, no dia seguinte, que estava perfeitamente audível na fita que gravamos naquela longa noite.

Eu pouco sabia sobre a casa quando entrei nela pela primeira vez. Só imaginei o pesadelo que devia ser limpá-la. Portanto, quando um casal de fantasmas apareceu, acompanhado por seu enorme cachorro labrador, dizendo que eram os zeladores, tentei imaginar que tivessem ficado para trás após a morte para garantir os trabalhos domésticos. Ela tinha aparência hispânica e seu nome era Maria. Ele era ruivo e ambos usavam roupas da virada do século. Não pareciam ameaçadores, mas definitivamente não gostavam de ter estranhos na casa de sua patroa.

Pesquisas subseqüentes revelaram que, apesar de todas as suas excentricidades, Sarah Winchester foi uma patroa justa, bondosa e muito generosa durante os 38 anos que passou naquela casa. Aqueles dois empregados ferozmente leais tinham recusado a luz do Outro Lado pela necessidade compulsiva de proteger e preservar a privacidade de sua patroa.

Eu não podia prometer que os dois zeladores apareceriam para a equipe de câmeras de TV que viajara várias horas na esperança de registrá-los em filme. Mas estava torcendo para que eles dessem pelo menos um pequeno susto no apresentador do programa. Eu não precisava ser médium para adivinhar, pela atitude daquele rapaz, que aquele não era exatamente o emprego dos seus sonhos. Na opinião dele, o salário não justificava seguir uma mulher maluca por uma casa procurando fantasmas que qualquer pessoa sensata sabe que não existem. Tenho certeza de que ele estava silenciosamente elaborando sua carta de demissão enquanto esperava... e esperava... e esperava... e as câmeras continuavam ligadas...

Por fim, ele não agüentou mais e anunciou, em alto e bom som, que estaria esperando do lado de fora no caso improvável de que alguma coisa interessante viesse a acontecer.

Assim que ele se virou para sair, alguém aparentemente decidiu que aquele homem precisava de uma lição – não um dos zeladores, mas o fantasma da própria Sarah Winchester, que, bem na linha de visão dele e registrada em filme, moveu-se numa névoa branca graciosa e inconfundível pelo lado de fora de uma janela do

segundo andar, desaparecendo novamente com a tarefa cumprida, e bem cumprida. Assim que nosso apresentador se acalmou e conseguiu formar frases inteiras de novo, tornou-se atencioso, humilde e grudado em mim feito cola pelo resto da noite.

Obrigada, Sarah. Eu lhe mandaria um cheque pela sua aparição, se não tivesse medo que você fosse desperdiçar o dinheiro adicionando mais um cômodo.

Sem dúvida o fantasma mais teimoso, rabugento e dado a discussões que já encontrei reside em Sunnyvale, na Califórnia, na loja de brinquedos Toys'R'Us. No verão de 1978, os empregados e fregueses da loja começaram a perceber que alguma coisa muito estranha estava acontecendo. Luzes eram ligadas e desligadas, torneiras abriam-se e fechavam-se aleatoriamente. Passos e ruídos altos de coisas batendo ecoavam em salas vazias. Uma boneca falante com defeito rompeu sua mudez e começou a gritar “Mamãe!” com toda a força de seus falsos pulmões quando estava sendo colocada na caixa para ser devolvida ao fabricante. Durante a noite, quando ninguém podia entrar ou sair da loja sem acionar um sofisticado alarme, os brinquedos eram sistematicamente removidos das prateleiras e arrumados no chão em padrões deliberados e intrincados. Pilhas de papel distantes de qualquer ventilador ou corrente de vento de repente flutuavam para o chão, página por página. Painéis presos com segurança caíam, coisas penduradas na parede começavam a balançar sozinhas com violência, para a frente e para trás.

Por fim, um dia meu telefone tocou. O gerente da loja, relutantemente convencido de que estava lidando com uma assombração, entrara em contato com um programa de TV popular chamado *That's Incredible* (Isto é incrível). O programa, na expectativa de registrar o espectro em filme, me convidou para ser a “caçadora de fantasmas” em ação.

Alguns empregados da loja tinham pesquisado um pouco, tentando encontrar a possível identidade do fantasma. O candidato mais provável era Martin Murphy, o rico fundador de Sunnyvale, morto em 1884 e que, de acordo com a lenda, ainda podia ser visto vagando por seu amado vale de Santa Clara quando a lua estava

cheia. Eles se referiram carinhosamente ao fantasma como “Martin” quando me contaram a respeito.

Eu não tinha feito nenhuma pesquisa, é claro, por isso estava aberta para qualquer possibilidade quando alguns empregados, a equipe de TV e eu fomos trancados na loja para passar a noite, com os alarmes ligados a fim de evitar que qualquer um entrasse ou saísse até o amanhecer.

Pouco depois de nos instalarmos, uma montanha de bolas de praia despencou repentinamente das prateleiras. Logo depois um peso para exercícios caiu do alto da estante. Isso é uma coisa que até pode acontecer – não é muito comum, mas pode –, por isso o colocamos no lugar de novo e o prendemos com uma caixa pesada. Ele voltou a cair e descobrimos que a caixa tinha sido cuidadosamente removida para o lado. Um grande boneco de pelúcia executou um desajeitado salto mortal da plataforma alta onde estava até o linóleo recentemente encerado que ficava abaixo.

Pouco depois da meia-noite eu vi o fantasma pela primeira vez. Ele bombeava água imaginária de um riacho que parecia brotar de um canto da sala. Sua perna estava ferida e ensangüentada, fazendo com que mancasse.

Não era Martin Murphy.

Ele me disse que se chamava John Johnston e era um pregador itinerante que se hospedava na casa da família a quem pertencia a propriedade onde estávamos. Ele amava uma moça chamada Beth, filha de um rico e proeminente casal de Sunnyvale, mas ela tinha partido o coração dele casando com outro homem e se mudando para Boston. Johnny, como eu vim a chamá-lo, estava bem ali, onde Beth poderia encontrá-lo quando ela inevitavelmente percebesse seu erro e voltasse.

No dia seguinte, uma equipe de pesquisa do *That's Incredible* descobriu, na *História do Condado de Santa Clara*, o registro de um pregador ambulante chamado John Johnston, que costumava se hospedar com seus paroquianos e morrera solteiro depois de sangrar até a morte ao ferir-se com um machado em 1884.

Martin Murphy, por coincidência, tinha morrido no mesmo ano, deixando para trás vários filhos, inclusive uma filha, Elizabeth, que todos chamavam de Beth.

Em 1884 havia um pomar onde hoje está a loja, com um riacho correndo por onde agora está o canto da loja, onde eu vi Johnny Johnston bombeando água.

Foram tiradas muitas fotografias naquela noite na loja Toys'R'Us de Sunnyvale. Aquelas que usaram filme infravermelho mostram claramente grandes e inexplicáveis globos de luz em pleno ar. A minha favorita é uma nítida silhueta de Johnny em pessoa, inclinado contra as prateleiras em um corredor deserto, olhando para nós.

Já tentei muitas vezes explicar a ele que sua vida como Johnny Johnston terminou e que basta seguir até a luz para encontrar Beth do Outro Lado. Ele acabou ficando tão cansado da minha insistência que me deu um ultimato: “Se você me disser mais uma vez que eu estou morto, não vou mais falar com você.”

Desde então, quando levo minha neta Angelia para vê-lo, conversamos sobre outros assuntos. Ele se sente apegado ao que acredita ser ainda um pomar e tira dele seu sustento, esperando que Beth volte. Um dia ele se queixou de todas aquelas crianças barulhentas que ficam aparecendo sem motivo, especialmente um par de gêmeos desordeiros e indisciplinados – dos quais os empregados da loja reclamaram comigo mais tarde.

Algum dia, quando ele finalmente encontrar o caminho para o Outro Lado, espero que Beth seja a primeira a lhe dar as boas-vindas. Todos na Toys'R'Us de Sunnyvale vão sentir saudades dele, e eu, também. Conseguimos estabelecer uma espécie de amizade, e minha netinha parece se divertir quando a levo para visitá-lo.

Como os fantasmas pensam que ainda estão vivos, acreditam firmemente que têm direito aos lugares onde habitam e que nós somos os intrusos. Afinal, eles chegaram primeiro. Pedir a um fantasma que sossegue ou que parta é como ser um convidado e pedir ao anfitrião que se cale ou vá embora da própria casa. Simplesmente não se consegue.

Já encontrei dezenas de fantasmas, e mais cedo ou mais tarde eles todos vão transcender, com um esforço conjunto nosso e do Outro Lado. Enquanto isso, eles merecem mais compaixão do que medo.

Os espíritos, por sua vez, já aceitaram sua morte e transcenderam para o Outro Lado. Quando eles nos visitam, vêm de outra dimensão, o que geralmente os torna mais difíceis de ver e ouvir. Perceber o mundo espiritual através dos meus olhos e ouvidos é um pouco como ver e ouvir uma sala cheia de gente através de uma folha de papel vegetal e um par de tampões de ouvido. É por isso que costuma ser fácil distinguir os espíritos da nitidez quase humana dos fantasmas. Quanto maior o tempo decorrido desde a última encarnação, mais rápida e mais alta se torna a vibração dos espíritos. Isto não é uma reclamação, e eu não tenho a intenção de ofender, mas Francine, que não voltou a encarnar por quase quinhentos anos, soa quase como um esquilinho de desenho animado.

Essa diferença no tom da maioria das vozes de espíritos pode gerar alguns desafios interessantes durante as consultas. Um homem encantador veio a mim esperando encontrar algum sinal de que sua amada esposa já falecida estava perto dele. Eu a vi imediatamente, uma morena radiante de felicidade, com olhos pequenos e profundos e um queixo forte. Ele confirmou minha descrição imediatamente, mas então, apenas para se convencer de uma vez por todas, perguntou qual o apelido carinhoso que eles usavam para chamar um ao outro.

É importante mencionar que, como médium, eu sou apenas um cabo conectando você ao Outro Lado. Minha tarefa não é censurar ou editar o que recebo, mesmo quando tenho certeza de que não pode estar certo. Por isso ouvi com bastante atenção e, com o máximo de convicção que consegui reunir, eu disse: “Soa como... *smooshie?*”

Quase – era *wooshie*. Ele ficou extasiado. Além de ser um detalhe que eu não tinha como saber, era uma coisa que eu nunca iria adivinhar.

Um jeito fácil de ilustrar a diferença entre a freqüência de vibração dos fantasmas e dos espíritos é olhar para um ventilador. Quando ele está desligado, você vê as pás imóveis. Somos nós, nesta dimensão. Ligue o ventilador no mínimo, e o movimento das pás torna mais difícil, embora não impossível, identificar cada uma delas – você precisa se concentrar. Essa é a dimensão dos fantasmas,

menos distintos do que nós após a morte, mas ainda visíveis. Coloque o ventilador no máximo, e as pás giram tão rapidamente que se tornam quase invisíveis – podemos olhar diretamente através delas, como se tivessem desaparecido. Esta é a dimensão dos espíritos, que existe em uma velocidade/vibração que o olho humano normal não consegue perceber. Da próxima vez que você se perguntar por que deveria acreditar que há espíritos por aí quando não consegue vê-los, pergunte a si mesmo se você pára de acreditar que as pás do ventilador existem quando ele está na velocidade máxima.

Felizmente alguns espíritos, sobretudo se morreram recentemente, têm um poder suficiente e um desejo de visitar forte o bastante para que possam reduzir as vibrações e serem vistos, ouvidos e percebidos como humanos por períodos de tempo muito breves. A vovó Ada é um deles, como o demonstrou pela primeira vez no outono de 1954, dois anos após sua morte.

Vovó Ada Coil, médium brilhante desde o nascimento, era minha mentora, minha heroína e uma confidente amorosa e paciente para esta criança que nem sempre conseguia saber a diferença entre dons mediúnicos e insanidade. Vovó Ada calmamente explicava as vozes e as visões que ninguém parecia perceber além de mim. Ela me contou o que eram Guias Espirituais quando eu fugi aos berros do meu primeiro encontro com Francine. Ela moldou a minha vida ao me ensinar que ser médium não é um fardo, mas uma bênção sagrada. Vovó Ada sempre esperou e desejou que eu me tornasse professora. Dizer que houve épocas, durante os meus anos de ginásio, em que isso parecia realmente improvável é um eufemismo, e eu tinha só 18 anos e era uma caloura na faculdade quando o coração da vovó Ada parou e, como resultado, partiu o meu.

Um mês antes do meu vigésimo aniversário, comecei minha carreira de professora em uma pequena escola católica no Missouri. Não se passava um dia sem que eu desejasse que a vovó Ada tivesse vivido o bastante para ouvir aquela classe cheia de alunos chamando sua pequena Sylvia de “Srta. Shoemaker” (meu nome de solteira).

Meu telefone tocou numa tarde de sábado em novembro, no segundo mês do ano letivo. Era a irmã Regina Mary, a diretora, e

parecia aborrecida. É claro que eu, ainda vivendo sob a pressão da culpa católica, imaginei imediatamente que tinha cometido algum pecado mortal e comecei a dar tratos à bola tentando descobrir o que era. Para ganhar tempo, perguntei se estava tudo bem. Ela disse que não tinha certeza.

Pouco tempo antes, ela se encontrava sozinha na escola, tratando de alguns papéis no raro silêncio do prédio vazio. O alarme estava ligado e as portas de entrada e das salas de aula estavam todas trancadas. Quando ela ouviu pela primeira vez um barulho vindo do andar de baixo, achou que devia ser imaginação. Afinal, ninguém poderia ter entrado sem acionar o alarme. Mas quanto mais ela prestava atenção, mais certeza tinha de estar ouvindo passos no frio chão de ladrilhos do “nível inferior”, o termo polido que usava para designar o porão que abrigava a fornalha, os dutos de ar e a minha sala de aula. Valente e católica até a medula, a irmã Regina Mary agarrou o crucifixo e cautelosamente desceu as escadas para explorar.

Apesar de tanto eu quanto ela termos confirmado que a porta da minha sala de aula estava trancada quando saí na noite anterior, ela a encontrou escancarada quando chegou ao porão. Lá dentro, olhando ao redor, estava uma mulher idosa.

Surpresa e aliviada ao mesmo tempo, a irmã Regina Mary a saudou, hesitante: “Posso ajudá-la?”

“Não, obrigada”, respondeu a mulher. “Eu só passei aqui para dar uma olhada na sala da Sylvia. Por favor, diga a ela que está fazendo um bom trabalho.”

A irmã Regina Mary prometeu que diria e perguntou o nome da mulher, mas ela simplesmente respondeu: “Não se preocupe. Ela vai saber.”

O telefone tocou e a irmã Regina Mary saiu da sala para atender. Quando voltou, momentos depois, a mulher tinha desaparecido sem ser vista e sem acionar o alarme – o que era impossível.

Eu perguntei como era essa mulher.

“Era alta, mais ou menos 1,75m, com o cabelo de um branco puro penteado num tipo de estilo do início do século. Ela usava um vestido azul e cheirava a lavanda. Você a conhece?”

Foi um dos momentos mais reconfortantes e afirmativos da minha vida. “Sim, eu conheço”, eu disse. “É a minha avó.”

“Mas como foi que ela entrou e saiu?”

Eu estava sorrindo àquela altura. “Para ela é fácil. Ela já morreu.”

A irmã Regina Mary conseguiu emitir um falso e quase inaudível “Entendo” e nunca mais olhou para a Srta. Shoemaker da mesma maneira.

Aquele era o espírito, e não o fantasma, da vovó Ada. Não estava perdido, iludido e preso à Terra, e sim poderoso e decidido o bastante para aparecer, certificar-se de que eu estava em um bom lugar, deixar sua mensagem e então partir novamente para o Outro Lado.

Quando eu digo a um cliente que posso ver seu ente querido falecido bem atrás dele e confirmo isso com uma descrição, compreendo perfeitamente o olhar que me dirige. Eu nunca acrescento “Parabéns, não se trata de um fantasma” porque levaria o resto da consulta para explicar. Mas os fantasmas, presos em nossa dimensão, também obedecem a uma das mais básicas leis da Física: não podem estar em dois lugares ao mesmo tempo. Não podem vagar por Alcatraz ou pelo Moss Beach Distillery, por exemplo, e visitar entes queridos ao mesmo tempo.

Os espíritos se movem livremente entre nós e o fazem sem nossas limitações de tempo e espaço. Essas coisas não existem do Outro Lado, onde a vida é vista em termos de eternidade. Nada deixa Francine mais impaciente do que quando eu a pressiono com a questão “Quando?”. No mundo dela não existe diferença entre cem anos e um piscar de olhos. Em vez de responder com, digamos, “Uma semana”, ela sempre inclui as palavras “*O que você considera uma semana*”.

Por mais que desejemos que os espíritos nos visitem com o propósito de trazer mensagens específicas como “A apólice do seguro está na chapeleira verde no sótão”, eu raramente vejo isso acontecer. Na maioria das vezes, eles vêm aqui para nos fazer saber que estão conosco, nos amam e estão bastante vivos.

Na maioria, eles estão bem e felizes também, embora eu já tenha visto exceções, invariavelmente causadas por nós. O caso mais extremo foi o de uma cliente cuja vida tinha parado por completo

desde a morte da filha alguns anos antes. A filha apareceu de pé bem atrás dela, chorando. Quando perguntei por quê, ela me contou: “Minha mãe não me deixa partir.” Essa mulher, pelo que parecia, tinha manipulado a filha ao longo da vida e continuava exigindo a mesma obediência absoluta apesar de a filha já ter transcendido para o Outro Lado. Expliquei o que estava acontecendo e a profunda tristeza que estava causando, mas a mulher calmamente retrucou: “Claro que eu não a deixo partir. Não tenho nenhuma intenção de deixá-la partir.” Eu costumo ser bem objetiva e nada emocional durante as consultas, mas não foi assim daquela vez. Aquela mulher com sua necessidade egocêntrica de controle sobre a filha teve uma boa amostra do que eu sou capaz quando fico indignada.

Não quero dizer com isso que não devemos sofrer com a morte de um ente querido. Há alguns anos eu perdi nove pessoas que me eram muito próximas, inclusive meu pai, que eu adorava, em um período de três meses. Houve muitos dias em que eu não tinha nenhuma vontade de tornar a respirar, para não falar em levantar da cama. Sofrer com a perda de alguém que amamos é instintivo, necessário e inevitável – até os animais sentem isso. Mas, da próxima vez que você decidir ser desagradável, egoísta ou mesquinho logo depois da morte de um ente querido, não se preocupe em imaginar o que ele diria se ainda pudesse vê-lo. Porque *ele está* vendo você. E nosso comportamento pode afetar bastante a paz de espírito a que ele tem direito enquanto segue sua vida do Outro Lado.

Os espíritos revelam sua presença de uma forma mais sutil e atenciosa do que os fantasmas. Eles deixam um número incomum de moedas caídas para você encontrar. Movem uma fotografia, especialmente a deles mesmos, apenas o suficiente para você perceber. Sopram sobre você sua fragrância preferida. Mexem gentilmente no seu cabelo ou na sua nuca, ou lhe dão aquela estranha sensação de estar sendo observado quando você está sozinho em um cômodo ou no seu carro. Um dos sinais mais confiáveis do meu pai é fazer tocar uma caixa de música na qual eu não dou corda há anos. Eles gostam de criar procedimentos estranhos em qualquer coisa que envolva corrente elétrica,

especialmente televisores, telefones, relógios, luzes e pequenos aparelhos, de preferência nas primeiras horas da manhã, por uma razão lógica mas não romântica. A eletricidade e o ar pesado de orvalho de antes do amanhecer agem como condutores perfeitos para que eles “viajem”. Ao contrário dos fantasmas, os espíritos têm consciência de que são apenas convidados nesta dimensão; por isso, se você lhes disser educadamente que estão perturbando, eles param. Eles não querem nos assustar, só estão tentando dividir o espantoso e reconfortante fato de que se encontram bem aqui entre nós, literalmente a poucos centímetros de distância.

Com freqüência, quando aparecem durante as consultas, não dizem nada e se comunicam por gestos, como num jogo divino de mímica. E embora eu possa ver e descrever o que fazem, nem sempre sei o que aquilo significa.

Uma mulher me pediu para contactar seu falecido marido, a quem ela amava muito. Ele estava de pé atrás dela, claro como o dia para mim, e eu passei a descrevê-lo para comprovar que era ele e não algum outro espírito que tivesse aparecido para receber atenção. Então, de um modo que me confundiu, ele começou a repetir o mesmo gesto sem parar – tocava o peito, com a mão fechada, vários centímetros abaixo da garganta. Frequentemente os gestos de um espírito representam a causa de sua morte, mas, como aquela mão fechada estava indicando um ponto alto demais para o coração e baixo demais para sugerir estrangulamento ou um problema de traquéia, fiquei empacada.

Felizmente, eu não faço adivinhações e não tenho vergonha de dizer “Eu não sei”. Por isso, simplesmente mostrei o gesto que ele fazia para mim, dizendo: “Ele está repetindo isto. Não sei o que significa.”

Nunca vou esquecer a alegria que de repente se estampou na face da mulher. Sem que ninguém soubesse, ela tinha recentemente passado a usar o anel de casamento pendurado em uma corrente ao redor do pescoço e ele tocava o peito no local exato em que o anel se encontrava. Aquele pequeno gesto era toda a prova de que ela precisava de que ele a estava observando e se encontrava realmente ao lado dela. Ela foi embora naquele dia com a paz de espírito pela qual estivera rezando desde o dia em que ele morreu.

Observe e preste atenção aos esforços dos espíritos para se comunicarem com você, sem exigir que sejam radicais ou que cada mensagem envolva grandes notícias. Basta saber que estão conosco e nos observam com amor eterno.

I M P R E S S Õ E S

Eu ainda fico com um bolo no estômago quando me lembro da primeira vez que enfrentei uma impressão, o que infelizmente ocorreu antes mesmo que eu soubesse o que era uma impressão. Eu estava indo para casa no norte da Califórnia com um dos meus ex-maridos após alguns dias em Palm Springs. Na luz estranha e suave do anoitecer, chegamos a uma área de uma rodovia conhecida pelos moradores da região como Desfiladeiro Pacheco.

De repente, sem nenhum tipo de aviso, fui atingida por uma onda do que só posso descrever como pânico, dor e terror absolutos. Nunca senti nada, nem antes nem depois, que me dilacerasse tão profundamente e com tanto poder. Senti como se minha alma estivesse sendo atacada. Meu instinto imediato foi rezar, mas eu não conseguia lembrar nenhuma palavra além de “Pai Nosso...”. De qualquer forma, parecia que qualquer oração teria sido sufocada pela multidão de vozes que começou a me atingir, gritos de fúria, violência e agonia, o som do inferno que todos imaginamos.

Mais tarde, descobri que agarrei o braço do meu marido e gritei “Me ajude” e ele tentou sem sucesso encostar o carro naquela estrada estreita. Tudo o que me lembro é de que quanto mais ele dirigia, mais visões apareciam, incessantes quadros de brutalidade – índios circundando uma criança assustada em um carroção coberto, espanhóis com capas espancando impiedosamente índios acorrentados, colonizadores mexicanos e americanos em terríveis batalhas, multidões reunidas em torno de um corpo pendendo enforcado de uma árvore, tochas incendiando cabanas toscas de madeira, prendendo famílias indefesas lá dentro. Mesmo quando eu fechava os olhos, tentando escapar à carnificina, era assaltada pelo cheiro acre e sufocante de pólvora, fogo e sangue.

Muitos quilômetros e não sei quanto tempo depois, meu pânico começou finalmente a ceder, deixando uma profunda depressão que

perdurou por dias. A família e os amigos foram solidários e tentaram me garantir que era apenas uma série especialmente intensa das sensações psíquicas que eu tivera por toda a vida. Mas eu sabia que era mais do que isso e que eu não podia ser a única pessoa a ter sido emboscada por alguma coisa horrível naquela estrada. Transmiti um chamado através da estação de rádio local pedindo que qualquer um que tivesse percebido alguma coisa estranha no Desfiladeiro Pacheco me ligasse.

Meu escritório na Fundação Nirvana recebeu uma enxurrada de ligações e cartas que ainda tenho arquivadas. As palavras eram diferentes, mas as experiências eram sempre as mesmas: “expectativa desesperada...”, “perdido, em pânico e muito tonto...”, “extremamente assustado...” , “totalmente sozinho e isolado, e sentia que não conseguia escapar...”, “um estado de puro pânico...”, “não me lembro de nunca ter sentido tanto terror...”, “eu realmente senti que a minha morte era iminente...”. Agentes da Patrulha Rodoviária da Califórnia relataram um número muito acima da média de acidentes, brigas violentas, pancadarias, suicídios e uma crença de que “estão todos tentando morrer depressa por aqui”. Um tenente acrescentou: “Conheço gente que nem mesmo passa pelo Desfiladeiro Pacheco porque morre de medo de lá.”

O desfiladeiro – que corta a Cadeia Costeira entre a Interestadual 5 e a Rodovia 101, foi batizado com o nome do proprietário de terras Dom Francisco Pacheco, em 1843 – absorveu mais de duzentos anos de tragédia indescritível. Os índios, acorrentados, espancados e mortos como escravos do império feudal espanhol que existia no início do século XIX, o chamavam de “Caminho das Lágrimas”. Bandidos mexicanos e índios libertados da escravidão assassinavam uns aos outros e atacavam os colonizadores americanos que foram para lá mais tarde no mesmo século, durante a corrida do ouro, e eram ferozmente rechaçados pelos colonizadores.

Graças ao que pensei que seria uma viagem monótona de Palm Springs para casa, eu me tornei tanto uma vítima quanto uma estudiosa das impressões.

Uma impressão é basicamente um vórtice de energia, uma espécie de Triângulo das Bermudas emocional. Ela é causada por

uma coleção altamente concentrada de sentimentos intensos – como fúria, violência, dor, terror – que se reúnem em uma área específica e vão se tornando independentes e auto-suficientes ao longo dos anos. Toda a atmosfera no local e ao redor, agindo quase como um véu invisível de cera macia, torna-se indelevelmente “impressa” enquanto o vórtice continua a girar sobre si mesmo e a se intensificar, sugando outras energias emocionais que cruzam seu caminho. Ao sentir o poder da emoção concentrada da impressão, reagimos profundamente e nossas reações intensas ajudam a alimentar a impressão e torná-la mais forte.

Desde aquela noite inesquecível, há mais de vinte anos, já encontrei e enfrentei impressões no mundo todo. Você também já passou por isso, possivelmente sem também compreender esse impacto tão profundo. Campos de batalha, campos de concentração, qualquer um dos locais onde as piores desumanidades do homem contra o homem causaram o mesmo pânico, a mesma desorientação e a mesma depressão de que eu me lembro tão bem. Mas não é sempre a violência que cria uma impressão, e você sabe disso se já esteve perto do Muro das Lamentações, do Memorial do Vietnã, ou fez a peregrinação a Lourdes, a Fátima ou a algum dos lugares onde acontecem grandes milagres de cura.

Às vezes uma casa é construída no lugar errado, como uma casa nova em folha, em um bairro residencial, que meu primeiro marido comprou em Kansas City. No momento em que entramos pela porta percebi que havia alguma coisa muito, muito errada com aquela casa. Aquele lugar também assustava o meu bebê, o meu pastor alemão e a minha irmã Sharon. Fiquei tão doente lá que acabei sofrendo uma cirurgia de cinco horas. Meu casamento se desintegrou. Meu marido perdeu o emprego. Aparições de um azul brilhante surgiam na parede. Nosso pastor alemão foi atirado através de uma porta de tela sem que houvesse ninguém perto dele. A casa pegou fogo sem nenhuma causa aparente.

Francine me mandou até a biblioteca local, onde, pesquisando em documentos, descobri que nossa casa nova em folha tinha sido construída num local onde antes havia um cemitério indígena que não deveria ter sido perturbado. Esta história aconteceu antes do

Desfiladeiro Pacheco e por isso pensei que estávamos sendo vítimas de uma assombração. Depois do Desfiladeiro Pacheco e da pesquisa que ele inspirou, descobri que estivéramos vivendo no centro de uma impressão.

Por falar em casas, lembro-me de outra emoção poderosa – a alegria – que também pode criar uma impressão. Uma vez fiz uma breve viagem de volta a Kansas City, minha terra natal, com meus dois filhos e decidi levá-los para ver a casa em que cresci, uma casa que eu adorava.

Quando a dona da casa abriu a porta e eu comecei a me apresentar, ela me interrompeu com um tom amigável: “Eu sei exatamente quem você é. Ouço a sua voz por aqui todos os dias.” Hoje já estou acostumada a que as pessoas reconheçam a minha voz, que eu considero marcante. Mas essa viagem foi anos antes de eu aparecer na televisão pela primeira vez.

Ela gentilmente nos convidou a entrar e eu perguntei o que queria dizer. Explicou que a minha voz, em especial as minhas risadas, fluía pela casa de forma sutil mas regular. Tinha se acostumado rapidamente com aquilo e as achava amigáveis e inofensivas demais para assustá-la, embora parecesse bastante aliviada de descobrir que a voz pertencia a uma mulher que estava bastante viva.

Francamente, foi o fato de eu estar viva que me desconcertou. Já tinha tido inúmeros encontros com vozes sem corpo e todas vinham de mortos. Mas ela apagou quaisquer dúvidas que eu tivesse quando acrescentou: “Eu sei até qual era o seu quarto – a maior parte das suas risadas parece vir de lá.” Ela nos levou até o quarto que era meu – numa casa de quatro quartos, ela não teria como adivinhar.

Depois de ainda mais experiências e pesquisas, sei que os vivos podem criar impressões, e o fazem em lugares nos quais investiram intensa emoção. Não tenho certeza de como me sinto a respeito disso. Por um lado, adoro o fato de podermos deixar felicidade e risadas estampadas na atmosfera sem para isso termos que morrer. Por outro lado, se o que deixamos para trás nem sempre é felicidade e alegria, impor a nossos sucessores uma impressão negativa nos faz pensar. Quando John Donne disse “Nenhum

homem é uma ilha”, ele *realmente* não estava brincando. Todos afetamos uns aos outros o tempo todo, quer nos encontremos quer não. Fico feliz e grata àquela adorável mulher na minha antiga casa em Kansas City por receber tão bem a minha impressão e por somar a sua.

ENERGIA CINÉTICA

A definição de *energia cinética* segundo o *Downing International Encyclopedic Psychic Dictionary* é “o movimento de objetos espontânea e involuntariamente e sem o uso de meios mundanos”. Em outras palavras, ao contrário da energia psicocinética, que é a manipulação mental deliberada de objetos tangíveis, a energia cinética pode ser igualmente poderosa mas é inconsciente, o que a qualifica como outro fenômeno confundido freqüentemente com uma assombração. Apesar de inúmeros farsantes gerarem ceticismo em relação à energia psicocinética e cinética, elas existem. Acredite em mim. Meu filho Paul e minha neta Angelia são dotados dela, espontaneamente, o que eventualmente faz com que criem involuntariamente um caos. Paul já é adulto e possui um controle muito melhor. Angelia só tem seis anos e é compreensível que ache divertido entrar em uma sala e causar panes em cada computador, aparelho de fax e copiadora que estiver pela frente. Nem o meu outro filho, Christopher, nem eu temos habilidades cinéticas, mas devo admitir que, se eu tivesse, também ficaria tentada a brincar um pouco com ela.

Se os objetos voam pelos cômodos da sua casa, ou os seus aparelhos elétricos parecem enlouquecer todos ao mesmo tempo, se os quadros caem no chão e o seu tapete preferido de repente se ergue no ar e se enrola ao redor da sua cabeça, pode não ser um fantasma, um espírito ou uma impressão. Talvez você tenha energia cinética, ou esteja vivendo com alguém que a possui. Se for este o caso, eu realmente recomendo que você seja o mais paciente e compreensivo que puder. A menos que uma pessoa cineticamente dotada tenha sido diagnosticada e treinada por um parapsicólogo sério, ela não é responsável por estar causando toda aquela confusão e gerando tanta despesa com consertos, e, a longo prazo,

pode correr mais perigo do que você. É comum que pessoas apresentando uma forte energia cinética, mesmo treinadas e controladas, estejam sujeitas a problemas de saúde, particularmente ataques do coração, devido às “ondas de força” que o corpo atravessa durante um exercício cinético.

Como se não bastasse a perturbação que causam os hormônios, a energia cinética atinge seu pico durante a época em que os níveis hormonais estão oscilando com maior intensidade. Adolescentes e mulheres grávidas ou na menopausa são especialmente vulneráveis a explosões cinéticas incontroláveis, e os momentos imediatamente antes do sono, quando a mente consciente está passando o controle para o subconsciente, costumam ser os mais caóticos.

Quando meu filho Paul estava entrando na adolescência, comecei a ouvir uma longa série de ruídos altos de pancadas vindos de trás da porta fechada do seu quarto, toda noite, depois que ele ia dormir. Soava exatamente como se ele estivesse lá dentro de tênis sapateando nas paredes. Após diversas noites incômodas, finalmente descobri o que estava acontecendo. Meu filho estava inconscientemente fazendo com que todos os seus sapatos rodopiassem loucamente pelo quarto toda vez que começava a adormecer. A partir daí, quando o barulho começava, eu apenas batia bem alto na porta do quarto e gritava: “Paul, acorde e pare com isso!” Sempre funcionava.

Você pode estar se perguntando se a energia cinética é hereditária. Talvez eu possa responder descrevendo a história recente da minha família. Minha avó materna Ada tinha um dom mediúnico, mas não cinético. Minha mãe não era médium nem cinética, nem o meu pai. Eu sou médium, mas não sou cinética. Minha irmã Sharon não é nem médium nem cinética. Meu filho Paul é cinético, mas não é médium. Meu filho Chris é médium, mas não é cinético. Minha neta Angelia, filha de Christopher, é tanto médium quando cinética. O outro filho de Christopher, William, não é nem médium nem cinético, é apenas o bebê mais fofo e feliz que já nasceu. Isso ajuda a entender?

Não achei mesmo que fosse ajudar.

PURIFICANDO E ABENÇOANDO SEU LAR

Gostaria de ter aprendido essas lições muito antes. Se fosse assim, não me teria sentido tão desamparada e agredida quando vivi na casa construída sobre o cemitério índio. Francine deve estar cansada de me ver tentar entender as coisas por mim mesma antes de finalmente decidir perguntar a ela. Mas hoje executo rituais, para mim mesma e para clientes em casos de emergência, que realmente ajudam. Exigem muito menos tempo e esforço do que a limpeza de rotina que fazemos em nossas casas todos os dias, e os resultados podem ter um impacto muito maior na nossa saúde física, mental e espiritual e na de nossas famílias.

Recomendo isso para todos, mas com especial veemência se você tem alguma razão para acreditar que está convivendo com um fantasma, com um espírito ou com os efeitos de uma impressão. Se você está morando, construindo ou trabalhando no local ou perto do local de uma morte violenta, preste bastante atenção a essas sugestões simples e gaste alguns minutos para segui-las.

Ao procurar uma casa, um quarto-e-sala ou uma mansão, nós nos concentramos tanto no preço, na metragem, no número de banheiros e na vista que esquecemos de considerar a história do lugar e do terreno em que foram construídos. Não vemos problema em perguntar sobre problemas com ratos, camundongos, baratas e cupins. Mas e quanto à atmosfera espiritual do lugar que estamos prestes a pedir que nossa família chame de “lar”?

Se você pode passar algum tempo em cada quarto para avaliar o espaço dos armários e a cor do carpete, pode levar um minuto extra em cada um para se perguntar “Qual é a sensação que tenho aqui?” e prestar atenção à primeira resposta que tiver. Como eu disse, sabia que havia algo errado com aquela primeira casa no instante em que entrei nela, mas não agi a partir do que sabia, e meu filho, meu cachorro, meu casamento e eu mesma pagamos o preço. Eu aprendi com aquele erro e espero que você também. Se um lugar lhe transmite uma sensação ruim, estranha, arrepiante ou qualquer outra palavra que implique negatividade, vá embora. Você pode ter certeza de que alguém vai dizer que está sendo hipersensível, ridículo e/ou louco. E daí? Não há nada de hipersensível, ridículo ou louco em se proteger e àqueles que ama.

Mobília. Eu amo antigüidades e as compro. Também aceito alegremente itens de segunda mão e heranças de familiares e amigos. Mas nunca trago nenhum desses objetos para casa sem tocar nele e passar vários minutos com ele para me concentrar na sensação que ele me transmite e em como me sinto perto dele. Um fantasma pode ficar ligado a um objeto e acreditar que ele ainda lhe pertence. Um espírito pode ter um apego duradouro por um objeto e querer vir visitá-lo, onde quer que esteja. E todo objeto é capaz de conter uma impressão que pode ser ou não boa. Seus cinco sentidos gostaram do objeto. Agora dê ao seu sexto sentido uma chance de fazer o que sabe. Ele o avisa quando há tensão e negatividade no ar e é capaz de fazer exatamente a mesma coisa quando você estiver fazendo compras.

Eu procedo da mesma forma com itens novos e você também, embora talvez não perceba. Quando numa loja você vê um objeto de que gosta, você o pega, segura por um momento e, de repente, aparentemente sem motivo, decide que não está interessado. Há alguma coisa nele que não lhe dá uma sensação muito boa. Não é importante identificar o que é, basta que você sinta e vá embora sem o objeto. Portanto, o que eu estou recomendando é apenas ter consciência de um instinto que você já possui e fazer disso um hábito. Se os seus instintos dão sinal verde, ou se você não sente nada nem bom nem ruim sobre o objeto, ótimo. Se ele lhe traz a menor sombra de aviso, o ideal é que você o deixe onde está e vá embora.

Mas de vez em quando, se você é como eu, apesar de ter aquela sensação de que alguma coisa está errada, vai decidir que quer aquele objeto mais do que tudo no mundo e vai comprá-lo de qualquer jeito. Antes de trazer um objeto novo ou uma antigüidade para sua casa, você pode abençoá-lo ou dar-lhe um “banho espiritual”. Leva menos tempo do que escovar os dentes.

O banho espiritual. Visualize o objeto ou fique de pé ao lado dele. Imagine uma luz branca brilhante – quanto mais brilhante melhor – flutuando sobre ele até parecer que a luz o cercou completamente. Então, mantendo essa imagem na mente, peça a Deus para cercá-lo com a luz branca do Espírito Santo e liberar com Seu amor e cuidado qualquer negatividade que o objeto possa estar retendo.

É só isso, e faz muita diferença. E não é tarde demais para fazer com os que você já possui. Você pode sair pela casa abençoando um por um, ou pode abençoar a casa ou o apartamento inteiro e tudo o que há lá dentro de uma vez só, através de uma técnica diferente.

O *exorcismo*. Vou comentar no capítulo 7 por que não acredito que as pessoas possam ser possuídas, mas acho que as casas podem. Exorcizá-las significa apenas purificá-las de qualquer espírito negativo e impressão que possam estar nelas. É muito fácil e vale a pena. Seja um lugar para o qual você está prestes a se mudar ou um lugar onde está morando há anos, uma boa renovação espiritual sempre ajuda.

Se você preferir pedir ao seu ministro, sacerdote, rabino ou mestre espiritual para realizar o exorcismo, siga seu desejo. Mas, diante de Deus, você é tão nobre e digno quanto todos os Seus outros filhos, por isso não há nenhuma razão que o impeça de fazer isso pessoalmente.

Sinceramente, quando Francine sugeriu que eu realizasse um exorcismo e me contou como fazê-lo, eu disse que aquilo me parecia uma grande tapeação. Como você pode estar pensando a mesma coisa, vou transmitir a resposta dela: rituais antigos que sejam sagrados para qualquer religião são poderosos precisamente por carregarem a santidade dos séculos.

Continuei duvidando até experimentar. Ela realmente estava certa, como sempre.

Você só vai precisar de sal, uma vela branca e água benta. O sal é um símbolo antigo de purificação, e a vela branca representa simplesmente a energia espiritual positiva.

Eu sei, você não sabe como conseguir água benta. Na verdade, você mesmo pode fazê-la. Basta deixar água comum descansar sob a luz direta do sol por três horas e três vezes durante essas três horas fazer qualquer sinal sobre ela que tenha poder e significado espiritual para você. Por exemplo, eu faço o sinal-da-cruz.

Começando à noite, na passagem de uma hora tripla, ou hora da Trindade – 3h, 6h, 9h ou 12h –, ilumine seu caminho com a vela branca e espalhe o sal ao redor da sua casa até que ela esteja completamente envolvida. Não se importe com o que acharem os

vizinhos. Pare em cada porta e janela e borrife-as com água benta, fazendo sempre o sinal da sua fé ou carregando o símbolo correspondente, como a cruz.

Quando terminar de envolver a casa em um círculo de sal e selar as aberturas com água benta, entre e vá de cômodo em cômodo, ainda carregando a vela branca. Abençoe cada cômodo com mais água benta e o sinal da sua fé, ou seu símbolo, e repita sempre a mesma oração de um extremo ao outro da casa:

“Amado Pai, limpe e purifique este cômodo com a luz branca do Espírito Santo. Remova dele toda a negatividade e encha-o com a graça do Seu amor. Amém.”

O LADO NEGRO: PROTEÇÃO CONTRA
O MAL QUE NOS CERCA



O Lado Negro não gostou nem um pouquinho que este capítulo fosse escrito. Na primeira noite em que eu e Lindsay nos sentamos para gravá-lo, com o mesmo equipamento que usamos para todos os outros capítulos, acabamos com três horas da minha voz sufocada por uma estática estranha e aguda. Recusando-nos a aceitar a derrota, levamos as fitas para um engenheiro de áudio que tinha certeza de poder recuperá-las. Alguns dias depois, no entanto, ele ligou para anunciar que lamentava muito. Tinha tentado todos os truques profissionais que conhecia, mas as fitas pareciam irrecuperáveis.

Por isso nos sentamos para uma segunda tentativa de gravar o capítulo “O Lado Negro”. Naquela noite, enquanto trabalhávamos, a cada dez minutos mais ou menos, durante quinze a vinte segundos cada vez, as luzes se apagaram na sala em que estávamos, e *apenas nela*. Temos testemunhas. Até mesmo as luzes no banheiro adjacente permaneceram acesas, apenas para nos dar um sinal evidente e infantil de que o Lado Negro não estava gostando de ser mencionado – ou melhor, exposto.

É típico das entidades negras serem fúteis e egoístas o bastante para tentar interferir num livro que nunca vão ler. E acredite em mim, qualquer livro que explore ou valorize nossa essência espiritual não teria nenhum interesse para o Lado Negro. O simples fato de você estar lendo este livro já garante que você não é uma entidade negra, pois, se fosse, nem pensaria em fazer uma coisa dessas. As

entidades negras nunca passam um momento imaginando se são negras – não porque elas já saibam que são, mas porque, ao contrário de nós, elas simplesmente não ligam.

Ao longo deste capítulo, estarei discutindo *entidades negras*, *entidades brancas* e *entidades cinzentas*. Negro, branco e cinzento são apenas adjetivos referentes à quantidade da luz de Deus que um espírito assimila. Se passou pela sua cabeça que essas tonalidades do espírito humano tenham qualquer ligação com raça, pode descartar a idéia.

O QUE É O LADO NEGRO?

Deus não criou a negatividade, o caos e o mal que caracterizam o Lado Negro. Para que Ele criasse essas coisas, parte Dele teria que *ser* negativa, caótica e má, e sabemos que isso não é verdade.

A razão pela qual existe um Lado Negro é que Deus dotou os espíritos de livre-arbítrio, e alguns deles exerceram esse livre-arbítrio para rejeitar a luz e abraçar uma escuridão sem Deus. Deus nunca se afasta de ninguém, mas não impede ninguém de se afastar Dele.

Quando Deus viu que alguns de Seus filhos tinham escolhido o Lado Negro, Ele enviou Lúcifer, um de Seus mais belos, mais amados e mais poderosos Anjos para tomar conta deles. Lúcifer não é negro nem caído. Ele não foi rejeitado por Deus nem banido da luz. Na verdade, o nome Lúcifer *significa* “luz”. Foi por não querer que Suas criações ficassem abandonadas e sozinhas que Deus as confiou a ele.

Eu não aceito a existência dessa coisa chamada “demônio”. Também não acredito em uma eternidade de fogo chamada inferno, à qual algum deus mesquinho supostamente condena todos que o irritam. Se isso fosse verdade, o que seria dos católicos que foram para o inferno por comer carne às sextas-feiras? Agora já se decidiu que eles *podem* fazer isso se quiserem. Os católicos do inferno conseguiram sair depois disso ou ficaram presos lá embaixo? E já que os batistas acham que dançar é pecado, onde foram parar Fred Astaire e Gene Kelly? Desculpe, mas, para mim, quanto mais você

usa a simples lógica, mais essa coisa toda de inferno se desmancha.

Mais importante ainda, o Deus que nos criou não julga, não pune e certamente não condena. Todos somos Seus filhos. Seu amor por nós é incondicional e eterno. Sim, há conseqüências para quem O rejeita e ao Seu amor. Mas Ele não condena aqueles que se recusam a retribuir esse amor e preferem viver na escuridão. Eles condenam a si mesmos. Portanto, por favor, enquanto discutimos o Lado Negro, não imagine uma legião de criaturas malignas voando para dentro e para fora do inferno como morcegos sob o comando de Satanás. É uma imagem assustadora e fica ótima nos filmes, mas não é real.

O Lado Negro existe tanto na forma humana quanto na espiritual, assim como as entidades brancas existem na forma humana e espiritual. Na forma humana podem ser parentes, vizinhos, amantes, alguém com quem você trabalha, um suposto amigo. Quando humanos “negros” morrem e os espíritos deixam seus corpos, a energia negativa deles pode nos afetar profundamente sem que percebamos o que está acontecendo (incluindo proezas como arruinar fitas-cassete e ligar e desligar luzes). Mas seja na forma humana ou espiritual, todas as entidades do Lado Negro compartilham as mesmas características básicas:

Em primeiro lugar, elas não têm consciência, nenhum senso de responsabilidade por suas ações e nenhum remorso. Assumem todo o crédito e nenhuma culpa de tudo o que acontece ao seu redor. Na opinião delas, se magoam você, a culpa ou responsabilidade deve ser sua. Se elas o apunhalam, foi você que se atirou contra a lâmina. Se você as critica, é porque você é estúpido ou superficial demais para compreendê-las e apreciá-las. Autojustificam-se com tanta naturalidade quanto respiram. Aos olhos delas, você tem sorte de estar entre os poucos escolhidos que elas decidiram agraciar com seu tempo e atenção. Acredite em mim, qualquer relacionamento com uma entidade negra é humilhante e inaceitável.

Em termos psiquiátricos, as entidades negras na forma humana são verdadeiros sociopatas. Podem imitar emoções humanas com perfeição sem nunca chegarem a senti-las de verdade. Conseguem parecer incrivelmente charmosas (tudo para seduzir e atrair você),

mostram-se profundamente sensíveis, cheias de compaixão e amor, aparentam estar sinceramente sentidas depois de terem ferido você, para confundi-lo e deixá-lo inseguro. Podem fingir interesse por tudo o que lhe interessa – incluindo Deus e a espiritualidade – para criar a ilusão de que têm alguma coisa em comum com você. É tudo uma encenação, que elas abandonam quando se convencem de que já o controlaram.

Infelizmente, nós, entidades brancas que temos emoções e fé genuínas, passamos maus pedaços até absorver a idéia de que é tudo fingimento. Por isso, em vez de nos afastarmos da entidade negra assim que ela “remove a máscara”, continuamos com ela, tentando desesperadamente resgatar a pessoa maravilhosa que temos certeza que existe, porque a vimos com nossos próprios olhos. É quase impossível imaginar que aquela pessoa fantástica nunca existiu de fato. Mas, no caso de uma entidade negra legítima, essa é a verdade nua e crua.

Em segundo lugar, as entidades negras não chegam a conhecer realmente as pessoas com quem convivem ou a se importar com elas. Elas só se importam com o reflexo de si mesmas nas pessoas ao redor. As entidades brancas são espelhos nos quais elas se admiram. Enquanto esse reflexo conseguido através dos nossos olhos for lisonjeiro, temos valor para elas. No minuto em que percebemos que estamos olhando para um completo disfarce, elas reagem de duas formas. Ou se distanciam ou repetem a encenação inicial, tentando nos reconquistar.

Em terceiro lugar, as entidades negras vivem de acordo com suas próprias regras arbitrárias e egoístas, que podem mudar a qualquer instante. Elas consideram seu comportamento sempre aceitável, mas ficam ultrajadas ou profundamente magoadas se alguém agir da mesma maneira com relação a elas. As entidades brancas sempre tentam compreender tudo isso e se ajustar. É uma coisa lógica. E também inútil. As regras e o comportamento que agradam a uma entidade negra na terça-feira podem lhes causar um ataque de fúria na quarta. O resultado é que a entidade branca fica constantemente insegura e confusa, o que dá à entidade negra muito mais controle e poder.

O objetivo de uma entidade do Lado Negro não é tornar negra uma entidade branca. Isso é impossível. Seu objetivo é destruir a entidade branca – não precisa ser fisicamente, mas certamente no nível emocional. Veja bem, a única maneira de a escuridão sobreviver é extinguindo a luz, por isso esse é o seu propósito e o seu prazer. A entidade negra investe para criar o máximo possível de turbulência emocional, insegurança, culpa e depressão no maior número possível de entidades brancas. Ela insulta, humilha, ameaça terminar um relacionamento levando tudo o que é importante se a entidade branca não “tomar jeito”. Insiste ao mesmo tempo que ninguém mais desejaria um relacionamento com alguém tão sem valor quanto aquela entidade branca. Em suma, ela se empenha ao máximo para fazer a entidade branca se sentir insegura, eliminando assim qualquer força que a entidade branca possa ter.

O problema é que as entidades brancas possuem consciência. Somos sensíveis, sentimos compaixão e levamos nossas responsabilidades morais a sério. Temos uma tendência natural a acreditar no melhor acerca das pessoas de quem gostamos. São exatamente essas qualidades que atraem as entidades negras. Elas adoram o lisonjeiro reflexo de si mesmas que vêm em nossos olhos, sabem que provavelmente vamos perceber a escuridão nelas como algum tipo de tristeza ou dor e tentar ajudar. Você já deve ter ouvido dizer que “nenhuma boa ação fica impune”. Tenho a impressão de que essa frase foi cunhada por uma entidade branca que tentou resgatar alguma entidade negra supostamente perturbada e incompreendida. Se você estiver tentando salvar uma entidade negra com seu amor e/ou amizade, por favor, faça esta pergunta simples a si mesmo: na relação com essa pessoa, qual é a reação mais freqüente aos seus esforços – apreciação ou punição?

Virar as costas a outro filho de Deus contraria provavelmente seus instintos humanitários. Mas eu juro que você tem maneiras muito mais valiosas de despender o seu tempo e a sua energia do que tentando ajudar ou salvar uma entidade negra. Mesmo que você tenha certeza de que ela poderia ser uma pessoa maravilhosa se conseguisse “mudar” (um objetivo ao qual as entidades brancas se referem com freqüência quando falam de uma entidade negra em suas vidas) e aceitar a luz que você tem a oferecer. Uma entidade

negra não pode ser transformada em branca, como uma branca não pode se tornar negra. Você não pode apelar para uma consciência que não existe e, não se engane, as entidades negras não têm consciência e nunca assumem qualquer responsabilidade pelo mal que causam. Afirmo isso tanto como médium espiritual quanto como alguém que aprendeu da maneira mais difícil: se houver uma entidade negra na sua vida – um amigo, um amante, um cônjuge ou um parente –, siga o conselho de Cristo: “Sacuda o pó dos pés e parta.”

Comecei este capítulo contando como as entidades negras em forma espiritual tentaram, de maneira infantil, interferir com este capítulo. Vou dar um exemplo de uma entidade negra em forma humana, porque pode ser útil: minha mãe era uma delas. Era uma mãe física e emocionalmente violenta, com todas as características que mencionei. Quando me tornei adulta, parei finalmente de tentar “ajudá-la”, fazê-la feliz ou encontrar algum terreno espiritual comum onde pudéssemos nos conectar. Desisti de discutir com ela, porque era um desperdício do meu tempo e da minha energia, e resisti até à tentação de retribuir seus maus-tratos emocionais – decidi evitar qualquer contato pessoal pelo resto da minha vida. Lutei contra a culpa por anos, até ter uma conversa com minha Guia Espiritual Francine sobre isso. Quando lhe falei sobre um dos Dez Mandamentos – “Honrarás pai e mãe”–, ela respondeu calmamente: “Claro. *Se eles forem dignos de honra.*” A partir daquele momento, nunca mais senti culpa por manter minha mãe a uma certa distância. Pelo resto da vida dela, garanti que fosse cuidada, mas fiz isso de longe.

Eu escrevi meu projeto para esta vida antes de vir para cá, o que significa, entre outras coisas, que escolhi ter como mãe uma entidade negra. Quando eu era mais jovem, achei que obviamente devia estar louca enquanto escrevia meu projeto. Mas, pensando nisso agora, consigo compreender por que fiz essa escolha. Foi ela quem me ensinou a ser uma boa mãe – fiz sempre o oposto do que ela teria feito em alguma determinada situação com um filho. Não estou dizendo isso de brincadeira. Meus filhos já me garantiram muitas vezes ao longo dos anos que fui uma boa mãe e também me honraram ao me envolver de perto na vida dos filhos deles.

Outra citação de Francine que eu preciso acrescentar: “Uma única entidade branca pode dispersar mil entidades negras.” Por favor, preste atenção na palavra *dispersar*. Não é *salvar*, nem *transformar*, nem *reabilitar*. Apenas *dispersar*. Desviar e mandar para outro lugar. A energia negativa de uma entidade negra, seja na forma humana ou espiritual, pode debilitar uma entidade branca sensível e preocupada. Mais à frente neste capítulo vou lhe dar algumas ferramentas específicas para você se proteger espiritualmente das entidades negras. Mas, de modo geral, a opção mais segura para lidar com as que estão em forma humana é dizer um firme “Não, obrigado!” enquanto você foge para a saída mais próxima.

Nenhuma discussão sobre o que são entidades negras estaria completa sem deixar bem claro o que elas *não são*. Nem todos os assassinos e outros criminosos são entidades negras. Nem todo mundo que já abandonou você ou rompeu com você é uma entidade negra. Nem todo mundo que o critica é uma entidade negra. Nem todo mundo que se apossa do controle remoto, ou lhe dá uma fechada no trânsito, ou tenta passar com 12 itens na fila do caixa rápido para dez itens ou menos é uma entidade negra. Nem todo mundo que não gosta de você é uma entidade negra, e nem todo mundo de quem você não gosta é uma entidade negra. Não estou falando de rotular as pessoas, nem de julgá-las, nem de se tornar um esnobe espiritual, o que é estúpido. Categorizar as pessoas descuidadamente como “entidades negras” sem pensar exaustivamente no assunto é simplificar uma distinção que merece ser levada a sério.

Fazer essa distinção é mais complicado do que parece. Por exemplo, Judas, uma das pessoas mais notórias da História, um discípulo amado de Jesus, que o traiu por trinta moedas de prata. Um dos maiores responsáveis pela crucificação de Cristo. Judas representou um papel importante na extinção daquela que foi provavelmente a luz mais pura e brilhante que este mundo conheceu. Uma entidade não pode ser mais negra do que isso, certo?

Mesmo assim, aquela traição foi essencial para o nascimento do cristianismo. Jesus até a previu durante a Última Ceia. Alguém tinha que cumprir aquele destino. Alguém tinha que escrever em seu

projeto que seria Judas, o homem que tomou a angustiante decisão de entregar seu amigo mais precioso e adorado aos soldados que O levariam para a morte. Assim que Jesus foi preso, Judas ficou tão horrorizado e consumido pela dor do que tinha feito, que se recusou a guardar as trinta moedas de prata e depois se enforcou.

Isso não chega nem perto do comportamento de uma entidade negra. Uma delas teria guardado o dinheiro e se afastado alegremente sem nenhuma sombra de culpa, em busca de alguma outra entidade branca para destruir.

Por isso, você não pode simplesmente apontar o dedo e dizer: “Aquela pessoa fez uma coisa desprezível, logo ela é uma entidade negra.” Além disso, o Lado Negro não inclui os doentes mentais ou os que têm um desequilíbrio químico genético, o que torna a distinção ainda mais complicada. Eu acredito que um dos mais importantes versículos da Bíblia é: “Não julgueis para não serdes julgados.” Quero insistir que meu propósito ao explicar e expor o Lado Negro não é gerar um patrulhamento leviano e injusto. Meu propósito é evidenciar as características comuns das entidades negras para podermos aprender a identificá-las, compreender como funcionam, qual é o seu objetivo, e evitá-las como se tivessem uma grave doença contagiosa.

Se alguém na sua vida o faz se sentir sugado, deprimido, diminuído, cansado, inseguro, inadequado, fraco, pessimista, confuso, desamparado ou mesmo enjoado e com dor de cabeça, não posso garantir que seja uma entidade negra, mas você deveria se afastar dessa pessoa por precaução. As entidades negras florescem na depressão, no medo, na perturbação e no caos emocional. Esses são os sintomas que uma entidade branca desprotegida experimenta se passa muito tempo com uma entidade negra. Quanto mais fraca for a sua resistência emocional, mais fácil será para uma entidade negra manipular você. A energia negativa delas pode ser tão real e poderosa quanto a energia positiva de uma entidade branca. Portanto, ao causar um desses sintomas negativos, ou todos, conseguem exercer mais poder sobre você, e nós, entidades brancas, não podemos lhes dar essa satisfação.

As entidades negras não surgem por acidente, é claro. Existe uma razão lógica para elas parecerem tão espiritualmente vazias, e,

mesmo que não exista inferno, elas pagam um alto preço por escolher a escuridão em vez da luz.

O OUTRO LADO ENTRE AS VIDAS

Antes de eu começar a estudar o Lado Negro em profundidade, costumava imaginar o que faria se uma entidade negra viesse a mim durante uma sessão. Não que eu tivesse medo delas. Graças à minha mãe, já tive bastante experiência com a escuridão. Mas, por alguma razão que eu não compreendia, achava que não haveria nada nelas que um médium pudesse captar.

Muitos anos de pesquisa depois entendi por quê.

Existe uma porta da direita e uma porta da esquerda para o Outro Lado.

As entidades brancas atravessam a porta da direita quando nós “morremos”. Normalmente é uma viagem tão direta que raramente percebemos que há uma porta. Apenas a atravessamos alegremente enquanto seguimos a luz.

As entidades negras atravessam a porta da esquerda para um abismo de nada, vazio de esperança, em uma escuridão que é o oposto espiritual da pura luz branca do amor incondicional de Deus. Mais uma vez repito, nem por um momento foi Deus que as enviou para lá. “Pessoas da porta da esquerda” estão separadas de Deus apenas porque escolheram se afastar Dele. E também não ficam lá muito tempo. Do vazio negro, sem esperança e sem amor por trás da porta da esquerda, as entidades negras voltam direto ao útero para outra vida na Terra, repetindo eternamente o mesmo padrão.

Isso explica por que eu sempre tive essa sensação de que não havia nada que pudesse captar de uma entidade negra. Realmente não há! Elas se reciclam, vida após vida após vida, sem um projeto, sem Guias Espirituais, sem Anjos, sem o benefício da paz, da sabedoria, da percepção, dos encontros com os entes queridos, do amor perfeito e da felicidade na luz de Deus que o resto de nós tem a esperar do Outro Lado.

Por exemplo, estou convencida de que minha mãe deixou a Terra através da porta da esquerda rumo à escuridão e depois voltou no útero de uma pobre mulher da Etiópia, que nem desconfia. Daqui a

uns 12 anos, se você ouvir falar de uma revolta violenta na Etiópia, vai balançar a cabeça, dizendo: “Deve ser a mãe da Sylvia.”

No entanto, nem mesmo as entidades negras estão condenadas a uma eternidade excluídas da presença de Deus. Mais cedo ou mais tarde, as poderosas entidades brancas do Outro Lado conseguem agarrar essas entidades negras em trânsito de uma dimensão para a outra, trazendo-as para o Lar, para serem abraçadas na luz branca do Espírito Santo. Mas até lá as entidades negras prosseguem na viagem escura que escolheram, sem projetos e sem Deus. Não tente resgatá-las, você não consegue.

Tal como as entidades brancas, algumas entidades negras permanecem presas à Terra por algum tempo, sem perceber que estão mortas, e outras visitam a Terra em forma espiritual no seu breve tempo entre as vidas. Se eu pudesse escolher, preferiria sempre lidar com uma entidade negra na forma de fantasma ou espírito do que na forma humana. Mas em qualquer forma elas são capazes de criar todo o tipo de caos com sua energia negativa. Podem interferir em carros, telefones, aparelhos, computadores, televisores e qualquer coisa mecânica ou elétrica. Também podem afetar a atmosfera geral de um ambiente, de forma que, de repente, até mesmo as pessoas mais felizes e agradáveis se tornam deprimidas, ansiosas e irritadas, começam a discutir asperamente umas com as outras sem saber o que as atingiu.

Nessa situação é importante abrir a boca e falar sobre o que você está sentindo e vendo acontecer. Se as entidades negras estão agindo sobre um grupo, há uma boa chance de que você não seja o único a sentir o ataque. Avise os outros que seu carro está apresentando defeitos sem nenhuma razão, ou que teve uma dor de cabeça repentina ou que ficou de mau humor sem motivo aparente. Vai ficar surpreso com a quantidade de vezes em que os outros afirmarão em coro: “Eu também!”

Falar dissipa a confusão e o desamparo que você está sentindo, porque coloca a culpa em quem merece – na negatividade das entidades negras. Nada as faz desaparecer mais depressa do que serem arrastadas para a luz das entidades brancas.

Quero esclarecer alguns mitos sobre as entidades negras na forma espiritual, porque em alguns casos as pessoas lhes atribuem

mais poder do que na verdade têm.

1. Elas não podem ferir você fisicamente. No máximo, causam confusão suficiente para que você se descuide e se machuque por acidente.

2. Elas não podem convencer você a se matar. No máximo, conseguem gerar depressão suficiente para que você saia dos trilhos, mas *é apenas temporário e não é culpa sua!* Não se atreva a lhes dar a satisfação de enfraquecer a sua luz. Nós, entidades brancas, precisamos umas das outras e, juntas, somos mais poderosas do que elas jamais serão.

3. Elas não podem amaldiçoar você. Como vamos discutir mais tarde neste capítulo, não existe maldição. Não existe mesmo.

4. Acima de tudo, *elas não podem possuir você.*

Eu não acredito em possessão demoníaca ou maligna. Veja bem, eu até faço exorcismos, mas só quando trabalho com alguém tão convencido de estar possuído que nada a não ser o exorcismo irá fazê-lo acreditar que está “curado”. Mesmo assim, durante o exorcismo eu reafirmo que não existe diabo e não existem demônios – e, de qualquer modo, se existissem, não teriam poder suficiente para invadir sua mente ou seu corpo.

Uma autoridade especialista – minha Guia Espiritual Francine – me contou que nenhum espírito, seja branco ou negro, pode realmente possuir a sua mente. Nós conversamos muitas vezes sobre possessão, e ela sempre volta ao mesmo ponto básico: o mundo espiritual pode afetar nossas mentes, mas nunca pode entrar nelas ou controlá-las. Sim, nossas mentes humanas podem sofrer uma lavagem cerebral. Mas ainda assim nosso “cérebro” está sendo apenas “lavado”, e não é o “cérebro” de alguma entidade negra substituindo o nosso.

Eu sou uma médium que recebe espíritos. Isso significa que, ao entrar em transe, eu posso “chegar para o lado” e permitir que minha Guia Espiritual use minha voz para se comunicar com as outras pessoas. Alguns médiuns permitem que os espíritos realmente habitem seus corpos durante as sessões espíritas e de canalização. Eu não aceito isso – o que é mais uma prova contra a possessão. Qualquer médium vai me apoiar quanto a isso: o mundo espiritual só pode nos usar à medida que *permitimos*. Por isso, se

uma entidade branca pode habitar um médium treinado apenas quando ele consente, não há nenhuma chance de que uma entidade negra possa possuir alguém sem permissão.

Não estou dizendo que as pessoas que alegam terem sido possuídas estão inventando coisas. Se elas acreditam nisso, merecem que o que acontece seja levado a sério e resolvido. O que estou dizendo é que há outros fenômenos que podem ser facilmente confundidos com a possessão.

Em primeiro lugar, existe o “poder de sugestão”. Ser criado em uma cultura ou uma religião que acredite na possessão é capaz de fazer com que qualquer coisa – de TPM a uma séria doença mental – possa parecer “possessão”. A pessoa chega a apresentar sintomas de uma possessão se isso lhe for sugerido com intensidade suficiente. Você vai perceber que as pessoas com um passado religioso mais devoto sempre têm certeza de que é Satanás que as está possuindo.

Algumas pessoas são tão sensíveis à energia negativa que se tornam dominadas por ela, ao ponto de sentirem que perderam sua própria identidade. Isso não é possessão. Todos nos sentimos perdidos e “fora de nós” às vezes, e quanto mais sensíveis somos, maior a frequência com que isso pode acontecer. Eu repito, a menos que tomemos uma decisão consciente de deixar outro espírito assumir, estar “fora de nós” não quer dizer “ser outra pessoa”. Só significa que precisamos receber atenção espiritual extra de nós mesmos e de nossos entes queridos para nos ajudar a encontrar o caminho de volta ao nosso rumo seguro e familiar.

A energia cinética também pode causar o espantoso caos físico que nos faz pensar em possessão. Lembre-se de que a energia cinética atua quando a mente manipula objetos tangíveis espontânea e não deliberadamente. Épocas de extremo tumulto emocional ou espiritual podem acionar espasmos de energia cinética – flutuações de energia elétrica, objetos voando pelo quarto, aparelhos enlouquecendo, canos estourando, etc. Como o tumulto que libera a energia cinética é com frequência o mesmo tumulto que associamos à possessão, não admira que as duas coisas sejam confundidas. Mas existe uma diferença importante: a energia cinética existe. A possessão não.

ENTIDADES CINZENTAS E O UMBRAL

Em qualquer mundo onde existam o branco e o negro deve haver tons de cinza. E isso é verdadeiro tanto para o mundo espiritual quanto para aqui na Terra.

As entidades cinzentas estão como que “em cima do muro” entre nós. Podem ser influenciadas profundamente tanto pelas entidades brancas como pelas negras, por isso não têm certeza do lugar a que pertencem. Não é que elas sejam fracas: estão apenas confusas e tentando encontrar um lugar onde possam se encaixar.

Para sermos sinceras, nós, entidades brancas, temos que admitir que pelo menos uma vez já imaginamos se o Lado Negro não estaria se divertindo muito mais do que nós, e demos uma chance ao comportamento “negro”. Não existe quem não tenha feito isso, mesmo sabendo que estava errado. No fundo de nossos corações temos consciência de que entramos como penetras em uma festa onde nem queríamos estar e, com graus variáveis de embaraço e remorso, nos arrastamos de volta à “brancura” que é a única zona de conforto real que temos. Repito mais uma vez, entidades brancas não podem ser transformadas em negras. É como se de repente resolvêssemos experimentar um guarda-roupa novo que parece mais excitante do que o nosso, mas a novidade se desgasta quando finalmente admitimos que essas outras roupas simplesmente não nos ficam bem.

Entidades cinzentas estão bem no meio, em busca do seu próprio estilo, capazes de usar ambos os guarda-roupas, sem saber ao certo qual lhes cai melhor. Uma entidade cinzenta pode ser transformada em branca ou em negra, por isso elas se sentem como se estivessem sendo puxadas em ambas as direções.

Elas são os criminosos que, ao contrário das entidades negras, *podem* ser reabilitados. São crianças perdidas, ainda procurando uma identidade que vá lhes trazer mais atenção e aprovação – os alvos preferidos do Lado Negro. Podem ter esbarrado nas entidades brancas “erradas” com demasiada freqüência e começado a se perguntar se há realmente alguma sinceridade, integridade, compaixão ou esperança na “brancura”. Ou terem experimentado vidas boas e decentes até que o azar ou tragédias em doses

excessivas as fizeram questionar o sentido de tudo. Abuso de drogas, desequilíbrios químicos fisiológicos, doenças mentais – inúmeras forças podem empurrar um espírito inocente para um deserto cinzento.

Há algumas coisas que nós, entidades brancas aqui na Terra, podemos fazer para ajudar a afastar as entidades cinzentas do Lado Negro.

Uma é evitar um comportamento eventual das entidades brancas de ser “só papo e nenhuma ação”. Todos já vimos isso. E, vamos admitir, todos já caímos nessa. Fazemos com que amar a Deus e viver a vida de uma verdadeira entidade branca pareça uma maravilha quando descrevemos isso. Mas depois que voltamos da igreja, podemos ser tão agressivos, rudes, desonestos e julgadores quanto aqueles que denunciemos. Como atrair uma entidade cinzenta se não vivemos de acordo com o que pregamos? Além de falar da alegria e da esperança que vêm de seguir a Deus, precisamos demonstrá-lo com atos, para que as entidades cinzentas não encarem nosso discurso como propaganda enganosa.

E sem dúvida podemos rezar por elas.

A importância disso me foi revelada numa experiência que tive enquanto escrevia este livro. Não sou adepta da projeção astral. Não costumo deixar meu espírito viajar por aí sem o meu corpo, mas uma noite, através da projeção astral, cheguei ao que minha Guia Espiritual me explicou mais tarde ser o Umbral.

Eu estava cercada por pessoas que tinham morrido. Elas não me disseram uma palavra, mas eu podia perceber seu profundo desespero. O ar pesava com a tristeza, e as pessoas, cuja idade variava do início da adolescência até a velhice, arrastavam os pés ao andar e mantinham os olhos baixos, de forma que até a linguagem corporal transmitia a falta de esperança.

Além da área em que nos encontrávamos, vi uma enorme escuridão que sinceramente me aterrorizou, fazendo com que eu quisesse me afastar dela. Foi aí que percebi que tinha entrado pela porta da esquerda do Outro Lado e que aquela escuridão estava cheia de entidades negras prestes a retornar para a Terra num útero.

Também percebi que as pessoas com quem eu estava ainda tinham o livre-arbítrio para escolher. Elas podiam seguir para a escuridão ou passar pela porta da direita para a luz de Deus do Outro Lado. Elas não estavam presas naquele Umbral, estavam esperando até fazer a escolha.

Elas não tinham perdido a fé, mas se sentiam absolutamente confusas e desamparadas. Por puro instinto, comecei a me aproximar de uma por uma, implorando: “Por favor, diga que ama a Deus. Por favor, diga que tem esperança. Acredite em Deus e você poderá sair daqui.” Elas continuaram silenciosas, sem mesmo erguer os olhos tristes para mim. Fui ficando cada vez mais fraca com o desespero que comecei a absorver delas antes de finalmente sair dali.

No dia seguinte exigi que Francine, minha Guia Espiritual, me explicasse por que nunca tinha me contado sobre o Umbral. Ela disse o mesmo que afirma nessas situações: “Se você não fizer a pergunta, não vou lhe dar a resposta.” Odeio quando ela faz isso.

Mas Francine também me contou que eu tinha conseguido tocar dois espíritos entre os milhares que se encontravam ali. Dois deles tinham deixado o Umbral e atravessado a porta da direita para a luz do Outro Lado depois que eu fui embora.

Desde aquela noite incluí aqueles espíritos tristes e perdidos do Umbral nas minhas preces. Espero que você faça o mesmo. Se eles não conseguem reunir a fé necessária para chegar em segurança ao Outro Lado, o mínimo que nós, entidades brancas, podemos fazer é ajudá-los com a nossa fé.

S U I C Í D I O

Mesmo que nenhum daqueles espíritos tivesse falado comigo, eu “sabia” por que alguns deles estavam no Umbral, e Francine confirmou a razão. Por isso, quero esclarecer alguns fatos sobre a confusa e trágica questão de dar fim à própria vida.

Eu aprendi na infância que “as pessoas que cometem suicídio vão para o inferno”. Ponto final. Caso encerrado.

Isso não é verdade. E posso acrescentar que é uma mentira feia, cruel e geradora da culpa que sentem os entes queridos das vítimas

de suicídio. Vou repetir mais uma vez, não existe “inferno”e, se existisse, Deus não condenaria um dos Seus filhos a uma eternidade nele, de jeito nenhum. Embora, de modo geral, o suicídio seja uma quebra de contrato com Deus e com nossos próprios espíritos, já que ninguém escreveu “suicídio” em seus projetos, existem exceções. Portanto, como sempre, não temos nada que ficar fazendo julgamentos genéricos como esse.

Os que foram levados ao suicídio por uma doença mental ou física extrema têm tanta chance quanto nós de irem para a luz e serem acolhidos do Outro Lado.

Os suicidas movidos pela desesperança e pela angústia extrema, agora eu sei, vão para o Umbral. De fato, as pessoas que tiveram uma experiência de quase morte durante uma tentativa fracassada de suicídio por desespero descrevem que se viram em um lugar de tristeza avassaladora, não em uma completa escuridão, mas como se estivessem “fora da luz”. Estavam cercadas pelo silêncio, ou então receberam o deboche e o escárnio de outros espíritos ao redor delas, sem encontrar compaixão em lugar algum. Este é certamente o Umbral. Mas isso significa que elas ainda podem escolher juntar-se às entidades negras na escuridão ou seguir rumo ao amor incondicional de Deus através da porta da direita para o Outro Lado. Mais uma vez, nossas orações podem ajudá-las muito.

Os suicidas por desespero e outras entidades cinzentas que escolhem o Lado Negro voltam diretamente para o útero, assim como as entidades negras. Mas, ao contrário destas, elas não serão negras na nova encarnação. Voltarão a ser cinzentas, com uma nova vida e novas chances de escolher a luz e superar a desesperança que as derrotou da última vez.

Outros suicidas, no entanto, foram movidos por vingança, autocomiseração ou a simples mesquinhez de punir aqueles que, do seu ponto de vista, não lhes deram atenção suficiente ou frustraram suas expectativas. Esses são os únicos suicidas que seguem diretamente pela porta da esquerda para a escuridão e daí direto para o útero novamente. Eles não serão necessariamente entidades negras na próxima encarnação, mas, como não terão um projeto, nem um Guia Espiritual, nem toda a ajuda fornecida pelo Outro Lado, a próxima encarnação fará com que esse suicídio por

vingança, autocomiseração ou mesquinhez não tenha valido a pena. E, mais uma vez, nunca é Deus impondo privações a esses suicidas como uma forma de punição. Eles causam as privações e punem a si mesmos, enquanto Deus espera como sempre com Seus braços eternamente estendidos para abraçá-los.

Como os suicidas normalmente sofrem mortes por trauma, seus espíritos podem ficar chocados com o ato brusco, mesmo tendo sido auto-infligido, e permanecer presos à Terra por algum tempo, sem perceberem que estão mortos. As mesmas regras sobre o que fazer com fantasmas se aplicam a suicidas presos à Terra. Diga a eles sem cessar que estão mortos e insista com eles para seguirem em direção à luz. Acima de tudo, reze por eles. Se são brancos ou cinzentos, você pode ser de grande ajuda para mandá-los de volta ao Lar. Se forem negros, é uma excelente maneira de se proteger deles. Afinal, não há proteção melhor do que Deus em qualquer situação.

Eis um exemplo perfeito de um suicídio inspirado por pura mesquinhez e vingança que resultou em uma assombração: uma mulher profundamente perturbada pediu minha ajuda para identificar e eliminar a presença ameaçadora que ela sentia em todos os cômodos e cantos da casa. De imediato, a fonte ficou evidente. Seu falecido marido tinha sido violento e patologicamente possessivo ao longo dos 16 anos de casamento. Ela tinha finalmente começado a se impor e matriculou-se numa escola noturna, apesar das objeções ultrajadas e brutais dele. Na primeira noite de aula, minutos depois que ela conseguiu escapar de casa e da ira dele, dirigindo para a escola, ele pegou uma espingarda de caça na estante, deitou-se no lado dela da cama e estourou os miolos. Como se já não tivesse causado dor suficiente em vida, ele permaneceu preso à Terra, vigiando-a, assombrando-a e mantendo-a constantemente assustada e infeliz.

Acho compreensível que não tenha sido muito fácil convencê-la a deixar de lado seu ressentimento e se unir a mim em oração, insistindo com ele que seria melhor aceitar que estava morto e deixar que Deus o levasse para o Lar. O fato de ela ter rezado comigo mais para se livrar dele do que para abençoar seu espírito era perfeitamente justo. Algumas semanas depois, com o esforço

conjunto de nossas orações e minhas conversas com ele, seu espírito finalmente partiu. Mesmo assim ele escolheu virar as costas para Deus, entrar pela porta da esquerda e emendar direto em outra encarnação negra. Cabia a ele escolher, não a nós, e de qualquer forma nós cumprimos o objetivo inicial. Ela estava finalmente livre dele de uma vez por todas e hoje tem um casamento feliz e pacífico com um homem bom e gentil.

ATAQUES PSÍQUICOS

Não, não se trata de uma situação na qual você é atacado por uma turba de pessoas com poderes psíquicos. Ataques psíquicos são uma das formas insidiosas pelas quais a energia negativa do Lado Negro tenta extinguir a luz das entidades brancas. Eles são dirigidos diretamente a nossas consciências e às sinceras preocupações que temos sobre nossas contribuições para a humanidade e para com Deus.

Pergunte a si mesmo se isto lhe parece familiar:

“Eu não sei por que pensei algum dia que poderia ter alguma importância na Terra. Achei que trabalharia duro e me esforçaria, mas olhe para mim. Não realizei nada que valha a pena. Só estive me enganando. Se eu simplesmente desaparecesse, não faria nenhuma diferença para ninguém.”

Essas palavras, ou uma versão delas, são o sintoma do ataque psíquico clássico. São ataques da energia negativa do Lado Negro, aparentemente surgidos do nada, contra nosso bem-estar mental e emocional. São a maneira que o Lado Negro tem de cobrir a luz, por assim dizer, e tentar destruir nosso poder debilitando-nos com depressão, dúvida e desesperança. Mesmo que os pensamentos implantados por um ataque psíquico possam parecer reais, eles são falsos, eu juro. Uma lição que eu aprendi na prática.

Há alguns anos fui atingida bem no meio dos olhos por todos os pensamentos negativos que descrevi. Sentia-me um fracasso completo e uma impostora, não como médium mas como ser humano. Na minha opinião, qualquer um que dissesse que me apreciava ou me amava ou mesmo que gostava de mim estava só sendo educado, ou então iludido por mim. Eu me sentia entorpecida

e sem forças, insignificante demais para merecer qualquer atenção especial de Deus.

Uma noite, no meio desse “deserto espiritual”, eu estava falando na minha igreja para uma congregação de cerca de 150 pessoas. Decidi que meu dever para com aquelas pessoas era deixar de fingir que tinha alguma coisa de valor a dizer, não para pedir compaixão, mas para ser honesta, e por isso confessei o que estava sentindo. Comecei a desfiar a lista de todos os pensamentos negativos que me atormentavam. Esperava ver um mar de rostos chocados e desapontados.

Em vez disso, para minha surpresa, vi um mar de unânimes gestos de cabeça demonstrando compreensão e ouvi até alguns suspiros de alívio.

O que acontece é que cada uma das pessoas naquela sala tinha se sentido em algum momento exatamente como eu, com a mesma sensação de fracasso, falsidade e desvalorização. Tinham ficado envergonhadas demais para admitir o que haviam sofrido. Não preciso dizer que a timidez não pode ser considerada um dos meus problemas, mesmo nas piores fases.

Aquela noite foi o começo da minha pesquisa sobre ataques psíquicos. Também foi o começo do fim do ataque que eu estava atravessando – provando uma vez mais que *temos que falar aberta e honestamente uns com os outros!* Descobrir que não era só comigo e que pessoas que eu amava e que não eram fracassadas, nem impostoras, nem desprovidas de valor, nem nada disso, tinham sobrevivido ao mesmo vazio nos libertou a todos.

O mais importante de tudo foi descobrir que quando um ataque psíquico nos atinge, *estamos todos usando exatamente a mesma “gravação”*. Clientes por todo o mundo, na maior variedade possível de circunstâncias, descobriram a mesma mensagem tocando em suas mentes em algum período de suas vidas.

Por isso aqui vai o que eu quero que você tente da próxima vez que se descobrir no meio de um ataque psíquico. Não se preocupe se por acaso se sentir idiota fazendo isso. Sentir-se idiota é melhor do que sentir-se entorpecido, deprimido e fracassado.

No instante em que os pensamentos negativos a seu respeito entrarem em sua mente, não os valorize por um segundo sequer,

imaginando se são verdadeiros. Lembre-se de que é só o Lado Negro mais uma vez inserindo outra daquelas mensagens ridículas na sua cabeça para tentar desligar a sua luz. Você é mais inteligente e mais forte que o Lado Negro e não vai cair nesse truque estúpido de novo.

Com o seu dedo indicador, toque um ponto da sua testa entre as sobrancelhas e cerca de quatro centímetros acima delas, onde fica seu “terceiro olho”, e imagine ali um botão de “ejetar”. Pressione esse botão enquanto diz: “Eu recuso esta gravação e o Lado Negro e libero sua negatividade da minha mente na luz branca do Espírito Santo.”

O simples ato de apertar esse botão de “ejetar” irá lembrá-lo de que esses pensamentos negativos são realmente apenas uma gravação irritante que todos nós ouvimos de vez em quando. Lembre-se disso e você nunca mais irá se sentir tão desamparado e agredido durante um ataque psíquico.

S E I T A S E M A L D I Ç Õ E S

Existem várias razões para eu colocar as duas coisas na mesma categoria. Ambas só respondem a nossas questões e necessidades espirituais sinceras com mentiras egoístas e manipuladoras, e florescem durante épocas de medo e incerteza – como, por exemplo, a chegada de um novo milênio. Como elas podem lhe custar muito em termos financeiros, emocionais e espirituais, por favor, fique especialmente vigilante e seja muito claro em seu alto e sonoro “Pare!”.

Seitas. Elas quase sempre são iniciadas por uma entidade negra disfarçada de branca para atrair e destruir outras entidades brancas. Eu acredito apaixonadamente na liberdade de religião. Mas também acredito apaixonadamente que qualquer grupo que promova o suicídio e o isolamento e que leve crianças inocentes a serem molestadas, postas em perigo ou sacrificadas, precisa de um bocado de audácia para querer ser considerado “religião”.

O que é mais doloroso com relação às seitas é que por definição elas vitimam pessoas que estão em uma busca espiritual sincera, bem-intencionada e humanitária. Se você está numa busca dessas

e acha que encontrou a resposta na pessoa ou no grupo ao qual pensa em dedicar seu dinheiro e/ou sua vida, eu sinceramente espero que você procure alguém em quem confie e *que não pertença ao grupo* para discutir as seguintes questões:

Noventa e nove vezes em cem existe uma pessoa (ou, muito raramente, duas) à frente do grupo que exige que, para ser aceito, você a reconheça como seu centro divino. Isso significa que você fica dependente dela para estar próximo de Deus, porque ela está mais próxima de Deus do que você, e somente ela determina quem merece e quem não merece as recompensas máximas que Deus tem a oferecer.

Tudo isso é mentira. Tenha certeza de uma coisa: *você é seu centro divino*. Toda vez que alguém sugerir que você deve buscar fora do seu próprio espírito divino o seu centro de Deus, *caia fora!*

Os líderes de seitas elaboram todos os tipos de argumentos para justificar por que seu grupo deve se isolar do resto da sociedade. Esses argumentos podem parecer até sensatos ou mesmo espirituais. A verdade é que se trata apenas de uma retórica inteligente para encobrir a razão real pela qual o líder de uma seita quer que você se isole: as seitas não se sustentam sob o exame minucioso de gente “de fora”. Na brilhante luz do dia, alguém pode olhar para o líder e denunciar que “o rei está nu”.

Ou alguém pode se perguntar por que, em alguns casos, um grupo que professa a não-violência tem mais armas do que muitos pequenos países.

Ou alguém pode querer examinar por que os membros da seita “doaram” ou legaram em testamento todos os bens para o grupo e/ou o seu líder. Como as seitas se isolam da sociedade, sabemos que o dinheiro não está sendo usado para um fim caridoso respeitável ou para o bem da humanidade em geral. E como os membros das seitas não vivem luxuosamente, só uma pequena parte do dinheiro está sendo gasta com eles.

Portanto, se todo esse dinheiro não está beneficiando a humanidade, não está sendo gasto com os membros, e Deus não precisa dele, para onde você acha que está indo? Ou, para ser mais precisa, para quem?

Se depois de conversar, deixar-se honesta e profundamente questionar e fazer um exame de consciência honesto você ainda estiver decidido que uma seita é o que quer para a sua vida, eu realmente desejo que você vá com Deus. Mas, por favor, não arraste seus filhos com você. Se isso em que você está entrando é realmente uma busca digna e centrada em Deus, eles poderão optar por ela quando tiverem idade suficiente para tomar suas próprias decisões. Se você tem o direito de escolher, eles devem ter o mesmo direito algum dia. Enquanto isso, pare e pense. Você sabe que os pais que se juntaram ao Templo do Povo e aos Branch Davidians não acreditavam que estariam condenando seus filhos a uma sentença de morte no final. A vida é sua para fazer dela o que quiser. Mas toda criança merece uma chance de crescer em segurança, para que algum dia a vida seja *dela* para fazer o que quiser.

Maldições. Este é outro modo insidioso de separar você do seu dinheiro através do medo e de uma suposta linha direta com Deus e/ou o mundo espiritual. Aqueles que são vulneráveis à ameaça de uma maldição normalmente atravessam uma maré de má sorte e querem descobrir por que isso está acontecendo e fazer com que pare. Aqueles que alegam ter as respostas se autodenominam de muitas coisas – médiuns, videntes, adivinhos e espiritualistas –, mas todos têm uma coisa em comum: são mentirosos.

Esta é a verdade: a única pessoa que pode amaldiçoá-lo é *você mesmo*. Ninguém mais tem esse poder, a menos que você o dê, e mesmo assim você tem que ativamente fazer a maldição funcionar.

Eu sou a prova viva de que maldições não têm nenhum poder sem a nossa permissão. Já ajudei a polícia e a promotoria pública a desmascarar inúmeros desses desprezíveis artistas do golpe, por isso você sabe que existem bonequinhos da Sylvia por toda parte sendo espetados com alfinetes 24 horas por dia. Se as maldições fossem reais, minha vida seria apenas uma série de dolorosos sobressaltos e uma sucessão incessante de: “Ai, ai, ai, ai, ai...!”

Nos tempos antigos, e até hoje em algumas culturas, se alguém jogasse uma maldição em você, anunciaria isso colocando uma galinha morta diante da sua porta. Você ficaria paralisado de medo com a idéia de ter sido amaldiçoado, iria para a cama, recusaria

qualquer alimento e água porque poderiam estar envenenados. Num curto período de tempo você morreria e o mito da maldição prosseguiria, apesar de ser óbvio que a causa da morte era inanição. Se qualquer versão disso acontecer com você, levante-se, coma, beba bastante água, continue com a sua vida e, pelo amor de Deus, livre-se daquela nojenta galinha morta diante da entrada.

Não é uma coincidência que a única maneira de se livrar de uma maldição, não importa o que ou quem esteja por trás dela, seja, direta ou indiretamente, dinheiro? Entregue seu dinheiro e/ou o que tem de valor ao vidente e, como num passe de mágica, tanto a maldição irá desaparecer – juntamente com o seu dinheiro e/ou bens de valor – quanto o vidente.

Existem três fatos simples que podem lhe poupar muito dinheiro e muita aflição:

1. *Qualquer um* que tentar usar os seus medos contra você para torná-lo ainda mais assustado faz isso para controlá-lo, e não para ajudar.

2. Não existe nenhuma razão para que uma consulta com qualquer médium, adivinho, vidente ou espiritualista deva lhe custar um centavo a mais do que o preço que você concordou em pagar a princípio.

3. No momento em que você ouvir referência a “maldição”, “trabalho”, “mau-olhado”, “olho-gordo” ou qualquer outro termo implicando que você foi selecionado para a danação, vá embora e não pague.

Eu não poderia estar falando mais sério. Se você foi vítima de um golpe de alguém a quem procurou para algum tipo de ajuda psíquica ou espiritual, *denuncie!* Você pode se sentir estúpido, embaraçado ou idiota, mas, lembre-se, é exatamente com isso que esses pilantras estão contando, e o seu silêncio é a única forma que eles têm de continuar no negócio.

FERRAMENTAS DE PROTEÇÃO

Às vezes parece que o Lado Negro está em toda parte, pronto para pular sobre nós. Infelizmente, isso não está muito longe da verdade. Mas a boa notícia é que nós, entidades brancas, podemos

vencer. O Lado Negro já está enfraquecido pelo fato de ter se afastado de Deus, e seus truques deixam de ser assustadores quando lançamos uma luz sobre eles, falamos sobre eles e os enfrentamos juntos.

A primeira e mais forte Ferramenta de Proteção contra o Lado Negro é amar e abraçar a Deus, dizendo todos os dias: “Ninguém além de mim é ou será meu centro divino.”

A segunda é: nunca ceda seu livre-arbítrio, sua mente ou o seu bom senso para alguém! Eles são dádivas preciosas, dadas a você por um Deus amoroso e generoso que deveria ser sempre o único lugar onde você procura respostas.

As Ferramentas de Proteção a seguir não estão em nenhuma ordem em particular e uma não é mais eficaz do que a outra. Use uma delas ou todas as que o interessarem – quanto mais melhor. Qualquer hora do dia ou da noite é boa. Eu por acaso prefiro as manhãs, quando estou me preparando para o dia, e a noite, quando estou indo para a cama, mas escolha qualquer horário que funcionar com você. Crie o hábito de usar suas Ferramentas até chegar a um ponto em que você se sentiria nu sem elas.

Se você duvida que elas vão funcionar, tente por uma semana ou duas, só para me agradar. Tentar não vai custar nada e certamente não vai lhe fazer nenhum mal. A única desculpa que não funciona comigo é “Eu não tenho tempo!”. Se você pode gastar cinco minutos para fazer a barba, dez minutos para se maquiar, quinze para se pentear ou vinte para fazer alongamento, você certamente pode dedicar um ou dois minutos para se armar contra o Lado Negro e sua energia negativa por um dia inteiro.

O círculo de espelhos. Imagine-se no interior de um círculo perfeito de espelhos, mais altos que você, voltados para fora. As entidades brancas serão atraídas pelos espelhos, enquanto as negras serão repelidas por eles e evitarão você.

A bolha de luz branca. Embora você deva sempre pedir para estar cercado pela luz branca do Espírito Santo, é bom visualizar isso. Imagine uma linda bolha feita da luz branca, brilhante e transparente do Espírito Santo e coloque-se dentro dela. Tente atravessar o dia e a noite envolvido pela bolha e você vai começar a perceber que as entidades negras não vão querer nada com você.

Quando tiver contato com alguém que você imagine ser uma entidade negra, projete silenciosamente este pensamento: “Você não tem poder aqui. Vá embora.” Você vai se espantar ao constatar como essa afirmação é eficaz para lembrá-lo do seu poder e diminuir o das entidades negras sem precisar dizer uma palavra.

A espada dourada. Imagine uma longa, poderosa e brilhante espada dourada, com um lindo punho adornado de pedras preciosas. Segure essa espada diante do seu corpo, fazendo com que o punho forme uma cruz sobre o seu “terceiro olho” entre as sobrancelhas e ligeiramente acima delas, e a lâmina se estenda como um escudo de força e proteção ao longo do seu corpo, intimidando e desviando a covardia inerente ao Lado Negro.

Redes de ouro e prata. Visualize uma rede de pescador, de um tecido diáfano de ouro e prata, forte mas leve como o ar, as fibras trançadas e brilhando com a luz branca do Espírito Santo. Envolver-se com ela, protegendo-se da cabeça aos pés com a divina luz branca. Ao longo do dia, envolva qualquer entidade negra que avistar numa rede de ouro e prata semelhante, para abençoá-las e para conter e neutralizar qualquer poder que tenham.

O domo de luz. Imagine um domo magnífico, as paredes e a cúpula perfeitamente redondos feitos da radiante luz branca do Espírito Santo. Você e aqueles que você ama estão lá dentro, seguros, aquecidos e regozijando-se no amor de Deus, protegidos de toda a escuridão e a negatividade.

Para mostrar-lhe como o domo de luz pode ser prático e eficaz, eu estava recentemente em uma festa com um amigo psicólogo. Havia uma entidade negra em ação no recinto, um oportunista detestável. Enquanto o observávamos, meu amigo gemeu e expressou sua preocupação em ter que cumprimentar aquele óbvio farsante. Eu disse: “Não vamos precisar. Ele não vai nem chegar perto de nós.” Para isso, envolvi nós dois com o domo da luz branca de Deus.

Havia trinta pessoas naquela festa. A entidade negra perturbou sem cessar 28 delas. Mas durante a noite toda não chegou a menos de três metros de nós.

Eu *adoro* o domo de luz!

Que todo dia e toda noite, ao longo da sua vida, você e as outras entidades brancas deste mundo possam se encontrar e caminhar juntas sãs e salvas através da negatividade do Lado Negro no seu caminho rumo ao Lar.

DEZ COISAS QUE TEMEMOS E POR
QUE NÃO DEVEMOS TER MEDO DELAS



O medo é destrutivo. Ele nos isola, reduz o nosso mundo e nos afasta da nossa dignidade, da nossa autoconfiança e da nossa fé. O medo se alimenta de si mesmo e, se permitirmos, torna-se uma companhia diária e zombeteira. Infelizmente nenhum de nós atravessa a vida sem sentir suas garras.

Os medos podem estar tão profundamente enraizados no subconsciente que nem mesmo temos certeza do que são ou de onde vêm, o que nos faz viver com um sentimento recorrente e desconfortável de que alguma coisa está errada e de que corremos sempre algum tipo de perigo emocional que não conseguimos discernir. Mas como é possível derrotar ou mesmo enfrentar uma coisa que não conseguimos identificar, se ela está definitivamente fora do nosso alcance?

A verdade é que não podemos.

Quando ouvimos um barulho ou vemos uma forma estranha num canto durante a noite, temos duas escolhas. Podemos continuar deitados no escuro, cada vez mais assustados, imaginando monstros, ou podemos acender a luz e descobrir exatamente o que estamos enfrentando. Nove em cada dez vezes não se trata de nada além da casa estalando ou de uma pilha de roupas em uma cadeira do quarto.

Mesmo quando é alguma coisa mais séria do que isso, acho que devemos acender todas as luzes da casa. Conhecimento é poder. Quanto mais medo tivermos de alguma coisa, mais precisamos

aprender sobre ela. E quanto mais aprendermos, mais confiantes ficaremos para enfrentá-la e derrotá-la.

Meus milhares de clientes vêm de todas as partes do mundo, de todas as origens e condições financeiras, e mesmo assim a maioria está lutando contra os mesmos dez medos básicos. Isso não chega a me surpreender, pois também já lutei contra alguns deles. Sei o quanto o medo pode ser paralisante. Sei quanta força, coragem e trabalho árduo são necessários para derrotá-lo. Principalmente, sei que existem poucas vitórias na vida mais libertadoras do que o triunfo sobre as nuvens negras do medo que impedem nossos espíritos de usufruir seu lugar de direito ao sol.

Você *pode* superar qualquer uma das coisas que tememos e que descrevo a seguir. Embora à primeira vista algumas possam não parecer questões psíquicas, freqüentemente costumam apresentar raízes psíquicas profundas. Às vezes estão ligadas a eventos traumáticos nesta vida, mas em geral o desamparo que causam é multiplicado pelo fato de não sermos capazes de descobrir o que está causando o medo.

A dor desses medos pode nos dilacerar até nosso íntimo psíquico. É esse íntimo que precisa ser examinado, tratado e curado. Eu tenho um medo especial de insetos grandes, mas não é deste tipo de medo que estou falando. Os Dez Medos de que vamos tratar aqui podem ferir nossa essência psíquica, mas não é necessário fugir deles. Felizmente, podemos fazer uma coisa bem melhor. Podemos pegar um belo sapato psíquico bem grande e, tal como faço com os insetos, esmagar esses Dez Medos para sempre, com compreensão, conhecimento e alguma ação bem direcionada.

1. REJEIÇÃO E 2. ABANDONO

Esses dois medos estão profundamente relacionados. Ambos podem causar intensa dor, dando a sensação de que fracassamos de alguma maneira ou parecemos inadequados aos olhos de alguém e por isso fomos descartados.

O medo da rejeição e/ou do abandono pode prejudicar nossos relacionamentos ao longo da vida. Passamos a evitar que uma pessoa se torne muito próxima, temendo que nos cause dor.

Podemos nos agarrar com ansiedade excessiva a alguém, sufocando-o inadvertidamente e provocando assim a rejeição e o abandono que tememos. Podemos até nos envolver com aqueles que sabemos no nosso subconsciente que irão nos rejeitar ou abandonar, seja para provar que o nosso medo é justificado ou para ver se podemos provar pelo menos uma vez que não é.

Dependendo da sua experiência, você provavelmente tem sua própria opinião sobre a diferença entre rejeição e abandono. Eu sempre defini rejeição como alguém dizendo “Vá embora”, e abandono como alguém dizendo “Adeus”. Você pode ser rejeitado por um estranho, por alguém que ama, ou por um amigo. O abandono, por outro lado, implica que o amor, ou o que parece ser amor, é dado e depois retirado. Em ambos os casos, no entanto, o resultado é um sentimento de perda emocional por vezes devastador.

Há uma razão espiritual muito boa e profundamente enraizada que explica por que a rejeição e o abandono têm um efeito tão intenso sobre nós. Entender essa razão é um grande passo para compreender o medo que nos causam:

A dor da rejeição e do abandono nos é familiar desde o momento em que nascemos. Por isso, cada vez que a experimentamos na Terra, estamos reabrindo uma ferida que já existe.

Quando no Outro Lado tomamos a decisão de voltar aqui para outra encarnação, somos submetidos a um processo dessensibilizador para ajudar a aliviar o choque espiritual da transição. De certa forma, é o oposto da orientação que recebemos quando deixamos esta vida e retornamos ao Lar. Como parte desse processo, as entidades do Outro Lado, tanto os nossos entes queridos quanto os Guias Espirituais que escolhemos, nossas almas gêmeas e nossos inúmeros amigos e colegas de trabalho se distanciam emocionalmente de nós. É um ato de bondade em nosso benefício, sua maneira de nos preparar para a jornada.

Imagine-se cercado todos os dias por uma família feliz, estimulante, produtiva e abertamente amorosa, com amigos que oferecem confiança absoluta, compaixão e um suprimento infindável de amor incondicional. Seus amados animais de estimação estão com você, e o próprio ar que você respira vibra com o poder e a

presença de Deus. Você vive num estado de bem-aventurada perfeição. Mas, para o seu próprio crescimento e progresso essencial, você assumiu com sua alma o compromisso de partir para estudar ou para um emprego importante. Sabe que é a decisão certa a tomar, e todos seus seres amados concordam plenamente. Você já fez essa viagem antes e eles também, por isso você tem consciência de que, como parte de sua preparação para a partida, eles devem se afastar. Se não fizessem isso, a partida seria dolorosa e você não chegaria a seu destino com tanta independência e abertura quanto deveria.

Por isso, por necessidade, você começa sua viagem para longe do Outro Lado sentindo-se abandonado e rejeitado, e toda vez que experimenta o abandono e a rejeição nesta vida você está subconscientemente revivendo o profundo sentimento de perda, vazio e separação que permitiu que você viesse até aqui. É muito natural atribuir toda a dor do abandono e da rejeição na Terra ao evento que deu origem a ela. Mas a maior parte da dor não é causada por esse evento imediato, e sim pela memória espiritual de uma perda muito maior – e puramente temporária – do que as que jamais experimentaremos aqui.

Não digo isso para minimizar o trauma muito real que o abandono ou a rejeição na Terra podem causar, nem a importância de procurar ajuda para superá-los. Estou simplesmente lhe garantindo que não é um ferimento novo que você está sentindo, e sim o agravamento de um antigo ao qual você já sobreviveu. O tratamento mais eficaz, é claro, é tratar do ferimento original – nosso distanciamento devastador mas necessário do Lar.

A chave para o tratamento é a espiritualidade. Quanto mais energia e paixão investimos nela enquanto estamos aqui, mais conectados nos sentimos com tudo e todos que deixamos para trás nesta breve jornada fora do Outro Lado. É a maneira mais garantida de manter contato com aqueles de quem sentimos falta até podermos estar reunidos novamente. Ao mantermos essa conexão espiritual viva e ativa, ninguém que nos abandone ou rejeite aqui neste planeta poderá jamais nos infligir uma dor que seja profunda demais para ser suportada.

3. F R A C A S S O

São muitas as razões do medo do fracasso, mas a raiz espiritual verdadeira do medo do fracasso se reduz a uma única questão, tenhamos consciência dela ou não: estou seguindo meu projeto?

E a resposta é um simples e inequívoco sim!

Então, se iremos seguir nossos projetos, mesmo que metamos os pés pelas mãos, ou sejamos preguiçosos e mesquinhos, qual é a motivação para fazer qualquer esforço?

Lembre-se, antes de deixarmos o Outro Lado e virmos para cá, compomos um projeto ou mapa para a vida que irá começar e também escolhemos um tema primário e um secundário para trabalhar enquanto estamos aqui, compatíveis com os objetivos do projeto. NINGUÉM – nem mesmo nós – pode interferir com esses temas de vida ou com o desdobrar dos mapas que desenhamos. Já nascemos motivados, dirigidos para propósitos estabelecidos por nós mesmos.

As variações ao executar nossos projetos derivam de como lidamos com os inevitáveis obstáculos com que nos defrontamos ao longo do caminho e com as dificuldades que criamos para nós mesmos no processo. Um exemplo: digamos que, de acordo com seu mapa, seu propósito nesta vida seja caminhar de Los Angeles até Nova York. É certo que durante a sua vida você vai chegar até lá. A questão é: como? Você vai fazer isso via Argentina? Vai reclamar disso a cada passo, tornando todos ao redor infelizes? Que meios de transporte vai usar? As pessoas que você conhecer no caminho se tornarão melhores ou piores com esse encontro? Quem é que você vai escolher como companheiros de viagem: as pessoas que vão tratá-lo bem e enriquecer sua trajetória ou as que irão criar todos os tipos de obstáculos tentando convencê-lo de que a sua viagem é menos importante que a deles?

Em outras palavras, você irá, sem dúvida, caminhar de Los Angeles a Nova York. Vai chegar lá de um jeito ou de outro, por isso ter medo do fracasso significa ter medo de uma coisa que não pode acontecer.

A maneira mais segura de apagar esse medo de uma vez por todas é concentrando-se na qualidade da sua viagem. Uma simples

regra prática para garantir essa qualidade é viver a vida de acordo com uma promessa não escrita que Deus nos oferece toda vez que deixamos o Outro Lado para voltar aqui: *“Se você tomar conta dos meus filhos, eu sempre tomarei conta de você.”*

Será que isso significa que Deus nega Seu amor e cuidado àqueles que o desapontam? Claro que não. Mas será que é fácil sentir-se amado e cuidado por alguém que você ignora ou continuamente afasta de si?

Faça-me um favor. Pelos próximos três meses, assuma o compromisso de fazer uma prece por dia para manter-se conectado com Deus e uma boa ação por dia para se manter conectado com Seus filhos. É provável que as duas coisas juntas levem menos tempo do que tomar banho ou escovar os dentes. Três meses é tempo suficiente para criar um hábito, de forma que um dia sem uma prece e uma boa ação venha a lhe parecer estranho e desagradável. Você estará garantindo a si mesmo uma vida na qual a palavra “fracasso” nunca mais vai entrar na sua mente.

Para se certificar de que está fazendo um progresso regular no cumprimento do seu projeto, tente se sentar uma vez por mês por alguns minutos tranquilos e dar respostas sinceras a estas questões básicas:

- . Como você está lidando com a negatividade inevitável que veio aqui para enfrentar? Você está fazendo um esforço genuíno para superá-la e está ajudando quem está à sua volta a vencê-la, sem julgá-los, quando eles precisam de você? Ou está perpetuando a negatividade, chafurdando nela e/ou se permitindo ser vítima dela para atrair atenção?

- . Você está usando as dádivas que lhe foram dadas ou está abusando delas e as desperdiçando?

- . As vidas que você toca se tornam mais ricas ou mais pobres por sua causa?

- . Se causou dor a alguém, pode dizer sinceramente que não foi sua intenção?

- . Sua vida diária reflete de forma genuína seus valores e suas crenças ou seus valores são apenas um padrão conveniente que você usa para medir a vida de todo mundo menos a sua?

. Quando você comete erros, assume a responsabilidade por eles e faz tudo o que está ao seu alcance para pedir desculpas e consertar as coisas ou começa imediatamente a procurar alguém a quem culpar? Você perdoa os erros dos outros tão rápido quanto espera que perdoem os seus?

. Não importa qual seja a sua idade, quando foi a última vez que fez algum esforço para aprender alguma coisa?

. Não importa qual seja a sua idade, você está se dedicando todos os dias, com a mesma intensidade, à sua saúde mental, física e espiritual?

. Com que frequência você pára e procura ouvir – e agradecer – a Sabedoria Superior e seus ajudantes espirituais do Outro Lado que nunca o abandonam, mesmo naqueles momentos sombrios em que você os rejeita?

Uma das perguntas que me fazem com maior frequência durante as consultas é: “Qual é o meu propósito na vida?” Como a vida é muito complicada, tendemos a complicar ainda mais a resposta a essa questão. Mas aqui vai a resposta mais simples de todas, a que se aplica a todos nós, independentemente de nossos projetos:

*Ame a Deus,
faça o bem,
depois cale a boca e volte ao Lar.*

4. S U C E S S O

Acho que a principal razão pela qual muitas pessoas temem o sucesso é que têm medo de que ele lhes seja tirado. É por isso que muita gente se agarra às suas versões de fracasso. Pelo menos quando você fracassa tem o consolo de saber que as coisas não podem ficar piores.

É realmente triste perceber o quanto ficamos assustados com o sucesso. Quando conta alguma coisa boa que está acontecendo em sua vida, você bate na madeira, com medo de atrair azar, ou quase pede desculpas por isso ou insere alguma noticiuzinha ruim na conversa para equilibrar as boas, não é mesmo?

Ninguém gosta de quem conta vantagem, mas há uma diferença entre compartilhar uma notícia boa sobre você e martelar a cabeça

das pessoas com ela. Da próxima vez que tiver boas notícias para dar, tente fazer isso sem pedir desculpas e sem gestos supersticiosos. Diga em alto e bom som o quanto você é grato por isso e mude de assunto. Se houver pessoas ao seu redor que não conseguem ficar felizes com o seu sucesso e/ou parecem ficar incomodadas com ele, afaste-se delas. Ponto final. Se você se relacionar apenas com pessoas que estão bem quando você parece estar fracassando ou que o fazem sentir culpado quando vive algum sucesso, vai acabar só saindo com seus inimigos.

O mesmo vale para pessoas que acreditam que os bons momentos e o sucesso não duram. Isso só é verdade se você achar que é. Se você acredita profundamente que as notícias boas sempre são seguidas por más ou que o próximo passo lógico após o sucesso é o fracasso, irá mover céus e terras para fazer isso acontecer. Por isso tenha cuidado para não dar um tiro no próprio pé nem deixar ninguém mais fazer isso.

Por outro lado, muita coisa depende da sua definição de sucesso. Eu não acho que tenha nada a ver com dinheiro, emprego, tamanho da casa, marca das roupas ou tipo de carro que você dirige. Já conheci pessoas muitíssimo bem-sucedidas que eram podres de ricas e pessoas muitíssimo bem-sucedidas que não tinham um tostão furado.

O sucesso reside no espírito. Só ali. Se você se define por qualquer outra coisa além da integridade, disposição, coragem, profundidade, curiosidade e compaixão do seu espírito, ainda tem que trabalhar um pouco antes de realmente poder se considerar bem-sucedido. Uma boa maneira de averiguar o seu progresso é se perguntar quem você seria se perdesse amanhã a carreira, o casamento ou o relacionamento amoroso, a poupança, a casa, o carro – qualquer coisa externa através da qual você possa estar tentando se identificar. Se você não sabe a resposta, só vai encontrá-la explorando, nutrindo e expandindo seu eu espiritual. É isso que você é. Essa é a sua identidade. O resto é guarda-roupa e maquiagem. Ter um espírito feliz, saudável e ativo é o maior sentimento de segurança que você irá experimentar, porque é o único marco de sucesso que ninguém jamais poderá lhe tirar.

Outra medida útil para conferir seu sucesso real, aliás, diz mais ou menos assim: você colhe o que planta.

Se você ouve isso e pensa: “Tomara que sim!” – é bom para você, pois está no caminho certo.

Se você ouve e pensa: “Ai não!” – se eu fosse você, poria mãos à obra para mudar isso. Não importa o que tenha feito, não é tarde demais. Nunca é tarde demais enquanto você estiver respirando.

Uma prova final de que não estou só inventando essas coisas:

Pergunte a qualquer pessoa conhecida que seja espiritualmente feliz, saudável e ativa se ela tem medo do sucesso.

Ela não vai ter a menor idéia do que você está falando.

5. TRAIÇÃO

Este assunto é muito difícil para mim, já que conheço de sobra o que é ser traída por alguém que jurou me amar e ao mesmo tempo quase me destruiu.

No entanto, a forma mais devastadora de traição é a traição do seu próprio eu. Podemos nos trair de inúmeras maneiras, seja ignorando os sinais que enviamos a nós mesmos ou nos deixando desviar por uma coisa que eu chamo de “determinismo”. Em termos simples, determinismo significa deixar que outra pessoa determine supostos “fatos” sobre você, havendo ou não evidências que sustentem esses fatos.

Por exemplo, um dos muitos fatos que a minha mãe me contava sobre mim na infância era que eu não tinha nascido para ter uma profissão e que minha única esperança de sucesso seria como dona-de-casa e mãe. Imagine o quanto eu teria traído a mim mesma e ao meu espírito se tivesse permitido que o determinismo dela impedisse que eu desenvolvesse o dom com que nasci, uma verdadeira dádiva de Deus! Deixar de expressar essa dádiva – mesmo para ser uma dona-de-casa e mãe, o que eu acho muito valioso e recompensador – teria sido uma autotraição suprema.

É uma autotraição deixar que qualquer um, inclusive você mesmo, defina arbitrariamente quem você deveria ser e quais são os seus supostos limites. É uma autotraição deixar que alguém, inclusive você mesmo, humilhe você, maltrate você ou ponha em dúvida sua

bondade e potencial. É uma autotraição deixar que qualquer um, inclusive você mesmo, o separe dos seus dons, dos seus sonhos e da alegria do poder de Deus em você.

Aqui vai um exercício simples para facilitar o seu caminho rumo ao hábito de prestar atenção em si e se recusar a permitir a autotraição. Toda vez que você se ouvir dizendo ou pensando qualquer frase que comece com as palavras “Eu sempre quis...”, tome nota dela. Continue acrescentando frases à lista durante o tempo que for necessário, até chegar a cinco. Depois, com muita calma, verifique item por item e debaixo de cada um escreva a resposta *sincera* à pergunta: “Por que eu não fiz isso?” Embaixo disso escreva a resposta *sincera* à pergunta: “Por que eu não faço isso agora?” Você vai imediatamente identificar a diferença entre as razões legítimas e as desculpas esfarrapadas. Continue acrescentando frases à sua lista com o passar do tempo. Se não servir para mais nada, pelo menos o exercício vai ser uma ótima maneira de se manter em contato com seus sonhos e desejos e lembrar que não precisa ser tarde demais para persegui-los.

Requer trabalho, disciplina e fé em você e em Deus, mas você *pode* prevenir e/ou superar a autotraição.

Superar a traição de alguém que você amava e em quem confiava não é tão fácil. Eu gostaria de poder lhe prometer que, se você usar o máximo de inteligência, precaução, cuidado ou bondade, nunca sofrerá uma traição. Na verdade, só posso prometer que você pode, deve e vai sobreviver se isso lhe acontecer – mesmo que seja só para recusar ao traidor a satisfação adicional de destruir você. Infelizmente, as pessoas boas são as mais fáceis de trair, por uma razão bastante lógica. Como vemos o mundo apenas através dos nossos olhos e imaginamos que todo mundo pensa como nós, não nos ocorre permanecer em constante alerta contra enganos, mentiras e punhaladas nas costas, ainda mais por parte de alguém que amamos e que afirma nos amar.

Francine, minha Guia Espiritual, me disse há alguns anos que todas as traições são causadas por dois motivos básicos – cobiça e vaidade. Levei um certo tempo para concordar com ela. A maioria de nós nunca daria mais valor à cobiça e à vaidade do que ao amor. Mas, no entanto, existem pessoas que não conseguem entender

que o amor, quando sentido e expressado em seu estado mais divino, reduz automaticamente a cobiça e a vaidade às tolices mesquinhas, rasas e míopes que elas são na verdade. Quando eu der meu último suspiro nesta Terra e voltar para o Lar, espero ansiosamente encontrar a paz de saber que eu amei, e muito. Acho difícil imaginar que possa haver alguma paz em ficar lá pensando: “Bom, eu posso estar sozinha, todo mundo que se importou comigo pode me odiar, mas pelo menos eu fui ganancioso e vaidoso.”

É triste, mas eu duvido que você precise que eu lhe dê exemplos de traição, pois provavelmente já experimentou isso na pele. Se meus clientes servem como amostra, isso acontece todos os dias a algumas das pessoas melhores e mais inteligentes que existem. Como o cônjuge que abandona a relação por uma alternativa mais jovem e/ou mais rica. Cobiça e vaidade. Como o melhor amigo que viola sua confiança pelas costas, sempre tentando arruinar sua reputação e incrementar a dele como portador de informações privilegiadas. Cobiça e vaidade. Como o que aconteceu comigo, quando meu ex-marido, sem o meu conhecimento, usou meu nome e reputação para seduzir ilegalmente investidores para um empreendimento comercial supostamente “imperdível”. Cobiça e vaidade. (Antes que eu me esqueça, já devolvi cada centavo àqueles investidores.) As histórias não têm fim. Lamento dizer que aparentemente a inevitabilidade de ser traído em algum ponto de nossas vidas também não tem.

Recuperar-se de uma traição é muito parecido com recuperar-se da morte de um ente querido. Você enfrenta a negação, a dor, a raiva, a autocomiseração, a auto-recriminação. Elas não podem ser evitadas, mas mantenha um objetivo importante em mente – permita-se senti-las com o propósito de eliminá-las do seu sistema, e não para ficar obcecado com elas a ponto de não conseguir mais progredir. *Existe* vida após a traição, pode acreditar em mim. Aqui vão algumas dicas, parte das quais eu aprendi da maneira mais difícil:

. A resposta para “Como eu pude ser tão ingênuo/estúpido/cego?” é: “Por acreditar que a mente e o coração de todas as pessoas são iguais aos meus.” Agora você sabe que não são e talvez tenha que passar mais vezes pela mesma

experiência para aprender. É muito simples. Existem outras pessoas boas como você por aí, e quanto mais cedo você se reerguer e se afastar de quem o traiu, mais cedo vai encontrá-las.

. A resposta para “Como ele pôde fazer isso comigo se me amava?” é: “O espírito dele tem um caminho mais longo em sua jornada do que o seu, senão ele não daria tão pouco valor ao amor.” É ele que tem que aprender a lição, o que pode acontecer ou não nesta vida. Não se empenhe em ensiná-lo sem saber se ele quer ou não aprender. Ele não vai aprender até estar pronto, da mesma forma que um aluno de jardim-de-infância ainda não é capaz de aprender física nuclear. Tente vê-lo não como você gostaria que ele fosse, mas como as evidências provam que ele é: reconheça que foram os limites espirituais dele, e não os seus, que causaram a traição – e desapegue-se do sofrimento.

. Não se esqueça de que a frase “Os atos falam mais do que as palavras” é sumamente importante. Quando há uma contradição entre o que uma pessoa diz e o que ela faz, ignore as palavras – a verdade está sempre no comportamento. Ouvir “Eu te amo” de alguém que está enfiando uma faca entre as suas omoplatas não significa “O amor é uma faca entre as omoplatas”. Significa: “Esta pessoa está deliberadamente me ferindo, e isto não é amor!”

Pode dar um alívio fantasiar sobre vingança, mas vingar-se de fato está fora de questão. Há um ditado na filosofia oriental que eu adoro: “Se você se dispõe à vingança, pode cavar duas covas – uma para o seu alvo e a outra para você.” O maior problema com a vingança é que ela ocupa o seu tempo, os seus pensamentos e a sua energia. Quando alguém lhe causou toda aquela dor da traição, você não acha que já devotou tempo, pensamentos e energia demais a ele para ainda prolongar isso e dar-lhe mais poder enquanto tenta se vingar? Não se engane: enquanto uma pessoa for o ponto focal da sua atenção, você estará lhe transmitindo a mensagem de que ela tem importância e poder sobre a sua vida. O maior insulto que se pode fazer contra alguém não é o ódio – é a indiferença.

Vamos deixar uma coisa clara quanto à questão do perdão. Ser uma pessoa boa e espiritualizada *não* requer que você perdoe toda e qualquer coisa que alguém lhe fizer. É muito pouco razoável achar

que você não pode progredir ou encontrar paz após uma traição enquanto não a perdoar. Você pode sim. A maneira de progredir e encontrar paz é incluir em suas orações: “Isso é grande demais para mim, meu Deus. Você toma conta disso.”

Deus vai resolver. Pode estar certo. Enquanto isso, você vai estar ocupado com outra coisa, porque tem coisas muito melhores a fazer do que gastar mais alguns minutos com alguém que teve sua chance com você e a jogou fora.

6. S O L I D ã O

As pessoas que têm medo da solidão sempre acham difícil acreditar no que vou dizer, mas é a verdade. E qualquer um que não tenha esse problema vai me apoiar:

A cura para a solidão não tem absolutamente nada a ver com as outras pessoas. A cura está dentro de você. Portanto, por que ter medo de uma coisa que você pode controlar?

Não confunda *estar sozinho* com *solidão*. Você pode estar sozinho sem sentir uma pontada de solidão e pode penar com a solidão em uma sala cheia de gente. Uma das primeiras coisas que eu pergunto a clientes que querem desenvolver sua espiritualidade é: “Você consegue ficar sozinho?” Se não conseguem, essa é a primeira coisa que temos que trabalhar, porque a capacidade de estar sozinho significa que você conhece e aprecia quem você é, sem ter que procurar em outras pessoas sua identidade. Só quando você atingir um nível mais alto de espiritualidade poderá receber a alegria, o amor, a paz e o poder que ela tem a oferecer.

Só você pode preencher sua própria solidão. Isso não significa que todo mundo não fique solitário de vez em quando, pensando em uma pessoa que ama, em uma voz familiar, na risada, sentindo falta do estímulo e incentivo que os amigos e entes queridos têm a oferecer. Mas a solidão crônica e penetrante significa que a pessoa não começou a descobrir o quanto é interessante, engraçada, poderosa, curiosa, amorosa, perspicaz, divertida e criativa, independente da opinião dos outros.

Há duas fortes razões para superar o medo da solidão, além do fato de que ele pode levar à depressão, ansiedade e doença.

Em primeiro lugar, depender das outras pessoas para identificar quem você é o deixa numa horrível vulnerabilidade, porque sua identidade vai depender da conveniência e humor da outra pessoa. Por que os outros são mais dignos de confiança do que você ou têm opiniões mais brilhantes e precisas do que as suas? E quem tem chance de conhecer você melhor do que você mesmo?

Em segundo lugar, se você acha que a solidão pode ser curada simplesmente tendo alguém com você, está correndo um grave risco. Eu estremeço só de pensar em quem você pode estar aturando só para escapar da solidão. Pense no seguinte: se você não se conhece e aprecia de verdade, então sempre que está sozinho você está condenado a passar o tempo com um estranho por quem você não tem muito interesse. Em vez de complicar o problema atraindo mais pessoas que você não conhece e não aprecia, por que não faz amizade com você mesmo?

Em algum momento você vai descobrir uma ironia engraçada. Quanto mais você aprecia estar sozinho, mais as outras pessoas vão querer passar o tempo com você. Reclamar repetindo como você é solitário e depressivo é a melhor maneira de anunciar que você é uma companhia bem chata, o que não costuma atrair uma multidão de amigos. Quando fica evidente que você se sente muito bem sozinho, as pessoas recebem a mensagem de que você deve ser uma pessoa interessante, estimulante e conseqüentemente atraente.

Tudo o que você precisa é de um ligeiro empurrão na direção certa para começar e um lembrete de que fazer amizade consigo mesmo é mais fácil e barato que fazer amizade com outras pessoas.

Todos os dias, enquanto estiver no banheiro, dirigindo até o trabalho, preparando o jantar ou qualquer outra coisa que realize sozinho e não exija muitos pensamentos, faça a si mesmo cinco perguntas rápidas que você poderia fazer a qualquer pessoa que estivesse interessado em conhecer. Vale todo e qualquer assunto. A única regra é *não copiar as respostas de ninguém!* Neste exercício nós não ligamos para o que as outras pessoas pensam, entendeu? Ele é sobre você. Se a resposta para qualquer pergunta for “Não sei”, continue pensando sobre ela até descobrir o que acha ou sabe. Porque você sempre acha algo a respeito de qualquer coisa. Este é

o objetivo: ajudar você a aprender não só que você tem suas próprias opiniões, mas também que elas são tão valiosas e interessantes quanto as de todo mundo.

Vou dar alguns exemplos e você pode continuar a partir dessas perguntas, cinco por dia, até isso se tornar um hábito pelo qual você realmente anseie:

Como você se sente a respeito da pena de morte? Por quê?

Quem é o seu artista favorito?

Qual foi o melhor livro que você leu nos últimos seis meses? O que você gostou nele? Você já leu alguma coisa do mesmo autor ou sobre o mesmo assunto? Se não, este pode ser um belo dia para fazer uma visita à biblioteca ou à livraria.

Quais são os seus três programas de televisão preferidos? Por quê? Você tem amigos que gostam dos mesmos programas? Por que não se juntam para assistir a eles cada semana na casa de um?

Você gosta de *rap*? (Se responder “Eu odeio”, você já tentou ouvir, ou simplesmente formou uma opinião sobre alguma coisa que não conhece?)

Se você pudesse fazer uma viagem de férias a qualquer lugar da Terra, onde iria? Por quê? Você já estudou alguma coisa sobre esse lugar? Se a língua que falam lá é diferente da sua, que tal comprar ou alugar umas fitas e aprender algumas palavras e expressões básicas só para garantir?

Há algum esporte que você gosta de praticar?

Diga três coisas nas quais você é especialmente bom.

Diga três coisas que você gosta muito de fazer. Qual foi a última vez que fez alguma delas?

Que figura histórica você admira mais? Por quê?

Quem é o seu comediante favorito?

O que você acha de ópera? (Se for “Eu odeio”, você já ouviu alguma?)

Você gosta de comida tailandesa? (Se “Não!”, você já experimentou?)

Que perguntas você tem acerca de Deus? O que você está fazendo para tentar encontrar as respostas?

Qual é o seu signo astrológico? Você acredita em astrologia?

Você já entendeu. Nenhum assunto é grande ou pequeno demais, nenhuma resposta é errada, desde que sejam *as suas respostas*. Cinco perguntas por dia, todo dia, e não apenas você vai aprender algumas coisas sobre si mesmo, como também vai realmente começar a fazer amizade consigo mesmo e apreciar a sua própria companhia.

E quando isso acontecer, eu lhe dou a minha palavra de que você nunca mais vai ter medo da solidão.

7. DOENÇA

Já falamos sobre esse assunto com muito mais detalhes no capítulo 4, mas aqui temos um ponto importante sobre o medo da doença. Você pode piorar uma doença potencial ao se preocupar com ela, acrescentando estresse e ansiedade àquilo que seu corpo já está tentando combater.

A doença é uma parte natural da experiência de vida que incluímos em nossos projetos antes de virmos para a Terra. Assim como fazemos com toda a negatividade inscrita neles, as doenças são um desafio para aprendermos a superá-las tanto física quanto espiritualmente – não para chafurdar nelas, nos obcecar com elas ou assumi-las como parte da nossa identidade.

Tenho certeza de que você conhece pessoas que praticamente se apresentam contando o que está errado com elas. “Oi, eu sou Susie. Não repare, mas eu manco, tenho um problema de coluna.” “Meu nome é John. Não repare essa ferida em minha boca, estou com herpes.” Dá vontade de retrucar com um “Quem foi que perguntou?”. Em um caso amplamente divulgado, alguém na Califórnia lutou pelo direito de ter uma placa de carro com a inscrição “HIV POS”. Discutia-se se aquilo era ou não de mau gosto, quando o *verdadeiro* problema é que quanto mais você declara que uma doença ou problema físico faz parte de você, mais você vai se prender a ele e recusar-se a se livrar dele, porque nós nunca abrimos mão voluntariamente de uma coisa que entremeamos no tecido da nossa identidade.

Por favor, não me entenda mal – não estou dizendo nem por um momento que você não deva levar as doenças a sério. Siga o

conselho dos melhores médicos que tiver ao seu alcance, faça exames físicos regularmente, instrua-se sobre questões de saúde, coma com sensatez, pratique exercícios e preste atenção quando o seu corpo tentar lhe dizer que precisa de alguma atenção especial. Mas não fique obcecado com a saúde.

Temer a doença ou fazer dela um tópico de conversa constante equivale a ordenar: “Nos próximos cinco minutos, não pense em elefantes.” É provável que você nunca mais pense tanto em elefantes quanto nesses cinco minutos. Lembre-se, tudo o que você ouve – inclusive suas próprias palavras – fica registrado na sua mente e a afeta. Por isso, repetir vezes seguidas coisas como “Não estou me sentindo bem”, “Estou sentindo uma dor ou uma pontada”, “Você me conhece, eu pego todos os resfriados que aparecem” diz à sua mente, vezes seguidas, que indique ao seu corpo para ficar doente. Até mesmo tentar ser positivo e repetir “Eu me recuso a ficar doente, eu me recuso a ficar doente, eu me recuso a ficar doente!” envia a palavra *doente* de modo contínuo para a mente e daí para o corpo. Mude isso para “Sou saudável, sou saudável, sou saudável!” e sua mente e seu corpo com certeza vão recompensá-lo por isso.

Aqui vai um rápido exercício que, além de ajudá-lo durante um problema físico até que você possa receber qualquer tipo de cuidado médico, é também uma grande maneira de lembrar que “você” e seu corpo são duas coisas separadas.

Ao primeiro sinal de dor ou do estágio inicial de uma doença, não se contraia! Relaxe e respire. Relaxe e respire. Relaxe e respire, enquanto pede a Deus pela proteção da luz branca do Espírito Santo, visualizando a luz cercando você por inteiro. Então, na sua mente, transforme aos poucos a brilhante luz branca em uma luz verde cálida e curativa. Depois que estiver rodeado por essa luz verde, imagine a dor ou a doença concentrada em uma bola de fogo e faça com que ela voe para fora do seu corpo e entre em uma caixa de chumbo a alguns centímetros de você. Assim que a bola de fogo estiver segura dentro da caixa, lacre-a firmemente, acenda um pavio que vá até dentro da caixa e faça explodir para sempre a dor ou a doença. A caixa de chumbo vai proteger você e as pessoas ao

redor, e, ao externar sua dor ou doença e detoná-la, você estará agindo para ser mais fácil lidar com ela e eliminá-la.

Não me entenda mal: a dor não vai desaparecer, mas você vai ter maior controle sobre ela e terá dado passos importantes na direção da cura.

Mais uma vez repito, há muito mais sobre o assunto doença no capítulo 4. Quanto mais você ler, mais terá certeza de que seu controle sobre a doença é muito maior do que pode pensar. E a lógica é muito simples: não temos medo de nada que possamos controlar.

8. ENVELHECIMENTO

Assim como podemos nos recusar a nos identificar com nossas doenças, podemos nos recusar a nos identificar com nossa idade.

Uma vez perguntei à minha Guia Espiritual por que nós ficamos velhos. Por que não escolhemos uma idade agradável e ativa – como trinta anos, por exemplo – e permanecemos nela até o fim? Nunca esqueci a resposta dela: “Aqueles que escreveram idade avançada em seus projetos fizeram isso porque envelhecer deixa você cansado o bastante para querer voltar ao Lar.” Isso não quer dizer que deveríamos todos ir dando cambalhotas para os caixões gritando “Oba!” quando chegar a hora. Mas aos 62 anos estou começando a compreender o que ela queria dizer.

Ainda não estou cansada nem pronta para partir. Ainda tenho muito trabalho a fazer e netos para mimar. Se eu partisse hoje, no entanto, posso dizer sinceramente que iria para o Lar sem uma única reclamação. Foi uma viagem incrível, procurando não desperdiçar um único dia, e esta é uma das melhores maneiras que conheço de fazer uma careta para o medo de envelhecer. Tente viver cada dia como se fosse o seu último na Terra e você irá eliminar qualquer possibilidade de uma velhice cheia de arrependimentos.

Existem algumas coisas sobre envelhecer que me agradam muito e que ninguém se importou em me contar quando eu era jovem.

Quando eu era adolescente, por exemplo, adorava sair para dançar até as duas ou três horas da manhã. Na verdade, tinha

certeza de que dançar até essa hora era uma necessidade tão vital quanto o oxigênio. Minha avó estava com mais de oitenta anos na época e costumava estar deitada, dormindo profundamente, enquanto eu ainda estava começando a decidir o que ia vestir naquela noite. Eu a amava e sentia pena dela. Pobre vovó Ada. Ela devia desejar desesperadamente sair para dançar, já que qualquer pessoa no seu juízo perfeito iria querer isso. Mas ela nunca ia, obviamente porque já estava muito velha e não conseguia mais. Como era triste e injusto ficar velho.

Mais tarde, descobri outra razão possível para a vovó Ada não estar atravessando a terceira idade dançando o foxtrote – nada poderia ser menos interessante para ela. Mesmo agora, com vinte anos a menos do que ela tinha na época em que eu estava morrendo de pena dela, tenho certeza de que ainda gosto de deslizar numa pista de dança. Mas numa boate barulhenta e lotada às duas ou três horas da manhã? Como a vovó Ada, não é que eu esteja velha demais. Eu simplesmente não quero. Tenho outros interesses que são tão excitantes quanto.

Não é adorável e espiritualmente precioso que nós amadureçamos e nos tornemos mais sábios com o passar do tempo? Não é maravilhoso pensar que brincar de pique-esconde é o máximo do divertimento aos cinco anos, mas quando temos trinta não pensamos em convidar os amigos para brincar disso no sábado à noite? Não é um luxo ser velho o bastante para que nossas vidas não sejam mais reféns dos hormônios, ao contrário do que acontece na adolescência? E ninguém mais vai nos dizer que somos jovens demais para saber o que é o amor. Você não aprecia a lenta mas inevitável percepção de que o que as outras pessoas pensam a seu respeito já não importa tanto e que mais vale a sua própria opinião?

Envelhecer também dá uma desculpa excelente e irrefutável para se livrar de coisas que você não quer fazer. Eu fiz de tudo tentando provar que era uma mãe participativa. Como avó, quando por acaso não estou com vontade de escalar ruínas ou voar de asa-delta, posso me livrar com um simples “Obrigada, mas já não sou mais uma criança”.

Tenho o cuidado de usar exatamente essas palavras. Você nunca vai me ouvir dizer “Estou velha demais” ou “Mas na *minha* idade?”,

como se a minha idade fosse limitadora ou alguma coisa de que eu devesse ter vergonha. Tenho orgulho da minha idade. Eu mereci cada minuto de cada dia de cada ano dela, assim como vou continuar merecendo meu tempo até voltar ao Lar. Acredite em mim: o que você diz em voz alta sobre si mesmo pode ter um efeito drástico sobre o quanto você se sente jovem ou velho. Tente, por três curtos meses, assumir que você tem exatamente a idade que quer ter, mesmo que a princípio não acredite, e acho que você vai descobrir que isso faz uma diferença e tanto no entusiasmo com que você vai levantar da cama todos os dias.

Obviamente parte do medo de envelhecer envolve preocupações com os problemas mecânicos que nossos corpos podem desenvolver, e Deus sabe que nenhum de nós quer ficar incapacitado. Mas envelhecer é outra boa razão para lembrar que “nós” não somos nossos corpos. “Nós” somos espíritos que já estiveram aqui muitas vezes, que escreveram os projetos que estamos vivendo agora e que guardam a divina promessa da eternidade no amor de Deus que nos espera do Outro Lado.

Não há dúvida de que, assim como os carros, nossos corpos dão mais trabalho à medida que aumenta o número de quilômetros rodados. Mas, da mesma forma que com os carros, podemos caprichar na manutenção, mantendo a pintura em dia e consertando os amassados e os arranhões. Isso é auto-estima, é cuidado, é até uma medida higiênica. Por isso, vou usar de todos os recursos disponíveis e me considerar um trabalho em andamento.

9. PERDA

Se você já experimentou a perda de um ente querido, sabe o quanto isso é devastador. Embora eu tenha certeza sobre a vida do Outro Lado, também já fui dizimada pela dor, não por aqueles que partiram para o Lar, mas por mim mesma, separada deles por dimensões diferentes, por mais que essa separação seja temporária.

Cavalgar o corcel negro da dor é um processo dilacerante, vazio, entorpecente, enfurecedor e intensamente pessoal. Leva o tempo que tiver que levar – nem mais, nem menos. Isso não é novidade,

apenas um lembrete se você estiver tentando ajudar alguém que esteja sofrendo. A palavra *deveria* não significa nada – o que ela “deveria” estar sentindo, o que “deveria” estar fazendo, quão próximo da recuperação “deveria” estar, quando “deveria” ter vontade de sair e encontrar pessoas novamente. Compreendo a necessidade de tentar aliviar a dor de um ente querido, mas por trás desse empenho está uma característica da natureza humana: é tão doloroso e assustador assistir à dor que com frequência nossos esforços são mais para o nosso próprio conforto do que para o deles. Não, a coisa mais útil que você pode fazer por um ente querido que está sofrendo é, com o maior respeito, colocar-se ao lado dele para que tenha alguma coisa em que se segurar até estar pronto para desmontar e caminhar novamente.

Encerrar o período de luto antes que esteja plenamente expressado e vivenciado pode ser perigoso para a saúde. Tentei isso há muitos anos. Decidi que era forte e indestrutível demais para sentir tanta dor e então a escondi lá no fundo e superlotei minha agenda com todo o tipo de trabalho que pude encontrar. Paguei por isso com uma terrível infecção renal. Como qualquer outra emoção poderosa, a energia da dor tem que ir para algum lugar e, se não for trabalhada e liberada do corpo, você pode contar que ela vai cobrar seu preço mais cedo ou mais tarde. Portanto, tenha paciência com a dor da perda, em você e nos outros.

Lembro-me de sair dirigindo do hospital depois que meu pai morreu, imaginando como todas aquelas pessoas na rua podiam continuar com suas vidas tão calmamente, como se aquele fosse apenas mais um dia comum, enquanto o meu mundo tinha desmoronado por completo. Lembro que fui ao supermercado no caminho de casa e andei por um corredor como um zumbi até que um estranho me parou com um estúpido e alto “Ei, anime-se!”, provavelmente bem-intencionado. Tive vontade de atropelá-lo com o carrinho.

Para ser justa, como ele poderia saber? Mas até hoje eu me descubro pensando que devíamos voltar a usar roupas de luto, ou braçadeiras negras, ou alguma forma visual de identificar a pessoa que perdeu alguém, para que os outros possam lhe dar o espaço e a consideração especial com a dignidade que essa dor merece.

Por mais agonizante que seja a dor, quanto mais compreendemos a visão espiritual do que aconteceu, mais em paz podemos ficar e menos vamos culpar Deus por nos roubar alguém que amamos. Dizer “Ele o levou” faz Deus parecer muito arbitrário e egoísta, especialmente quando se trata de uma criança. Não é assim que funciona. Mesmo os bebês mais minúsculos abrigam espíritos eternos que compuseram seus projetos do Outro Lado antes de vir até aqui, e esse projeto inclui a sua morte. Não nos cabe compreender suas escolhas e as razões que levaram a elas. Cabe-nos apenas respeitá-las o melhor que pudermos, mesmo que pareçam cruéis e injustas. Deus não “leva embora” nenhum de nós ou nossos entes queridos contra nossa vontade eterna. Ele simplesmente nos ajuda a compor os projetos e viver de acordo com eles, e nos ama o suficiente para caminhar conosco e manter nossos espíritos em segurança ao longo do caminho.

Já tive inúmeros clientes cujo medo de perder as pessoas amadas os fazia manter-se emocionalmente à distância para se protegerem da dor da possível perda. No final, eles se privavam e a seus entes queridos da alegria da intimidade espiritual e, em vez de estarem protegidos quando ocorria a perda, precisavam lutar contra a culpa e o arrependimento por tudo o que tinham deixado de fazer. Vidas regidas pelo medo – mesmo o medo de alguma coisa tão devastadora quanto a perda – são vidas privadas da paz, da liberdade, do amor e da compaixão que este mundo tem a oferecer, se formos pacientes e não exigirmos demais.

Um cliente que me tocou profundamente foi um homem chamado Bernie, intensamente abalado pela dor da perda recente de sua esposa, após um casamento de 32 anos. Acrescido à sua imensa dor estava o fato de que, apesar de amar profundamente a esposa, ele sempre se mantivera a uma ligeira distância emocional dela e nunca chegara a lhe dizer o quanto a amava. Durante a consulta, eu descobri a razão. Quando Bernie era criança, um dia ele disse à sua mãe o quanto a amava. Três dias mais tarde, ela morreu, de repente. Sem perceber, ele concluiu que amar alguém e lhe dizer isso significava que aquela pessoa ia desaparecer. Ao longo do casamento ele privara a si mesmo e a sua esposa da verdadeira intimidade emocional pela irônica razão de que a amava demais.

Felizmente, nunca é tarde para dizer a nosso ente querido falecido tudo que está em nosso coração. Ele ouviu isso com um certo ceticismo, mas prometeu tentar. Uma semana depois teve o que descreveu como um sonho com sua falecida esposa, mas que, na verdade, foi uma visita dela, durante a qual ele expressou a profundidade de seus sentimentos por ela e o quanto ela o tinha feito feliz. No “sonho”, ela lhe garantiu que nunca duvidara dele nem por um momento, o que finalmente fez sua mente e seu coração sossegarem.

É verdade que há conforto em saber que nossos entes queridos vivem em nossa memória e nossos corações. Mas eu acho ainda mais reconfortante o fato de que nós realmente incorporamos as qualidades que mais admiramos em cada um que toca nossas vidas. Fazemos muito mais do que lembrar os entes queridos. Somos tributos vivos e ativos a eles, e o vazio que deixaram para trás pode ser diminuído enormemente se prestarmos atenção às muitas maneiras pelas quais eles estão vivos e fazem parte de nós. Sou aprimorada todos os dias pelo senso de humor do meu pai, a sabedoria da minha avó e seu amor pelos netos, e pela compaixão, a generosidade, as percepções únicas, as risadas e a coragem incomuns dos meus grandes amigos que já se foram. O mesmo efeito têm até mesmo os espíritos dos que já partiram e que eram, para ser delicada, imperfeitos. Qualquer coisa certa que eu tenha desempenhado como mãe, por exemplo, deve-se largamente ao fato de imaginar o que minha mãe teria feito na mesma situação e então fazer exatamente o oposto. Quando olhamos para nós mesmos como mosaicos, combinando nossas próprias cores brilhantes com as daqueles cuja falta sentimos para criar um todo envolvente, percebemos que realmente nunca “perdemos” ninguém.

A verdade permanece, no entanto: não podemos evitar as perdas que teremos que enfrentar durante nossas vidas. Mesmo assim há algumas coisas maravilhosas que podemos fazer para nos manter preparados para a perda e que irão ajudar a nos tornar fortes o bastante para atravessá-la intactos.

Uma delas é manter nossos relacionamentos com os entes queridos em dia, evitando o mais possível os assuntos inacabados. Não faça isso por seus entes queridos, faça isso por você. *Não há*

assuntos inacabados para os nossos entes queridos quando estão do Outro Lado. Arrependimentos, ressentimentos, raiva e negatividade não existem quando eles estão no Lar. Mas meu coração fica partido quando ouço os clientes dizerem: “Ele sabe o quanto eu o amava?”, “Eu queria pedir desculpas por aquela briga estúpida que tivemos. Eu nunca cheguei a fazer isso e agora é tarde demais” ou “Tenho tanto medo que ela ainda esteja zangada comigo”. Por favor, não faça isso com você! Expresse o seu amor e faça as pazes hoje, enquanto vocês estão na mesma dimensão, para colher os benefícios.

A segunda coisa que podemos fazer é manter vivo, ativo e sempre acessível nosso relacionamento com a espiritualidade – com a divina presença de Deus que vive dentro de nós. Quanto mais estivermos em contato com nossas vidas espirituais e com nossa consciência do amor e da sabedoria de Deus, mais facilmente vamos lembrar a verdade que cada um de nós conhece nos recônditos da alma, de que mesmo a perda mais cruel e devastadora é temporária. Por mais que pareça infundável enquanto tentamos nos recuperar dela, é um piscar de olhos em uma eternidade e apenas a alguns momentos da alegria inimaginável dos encontros que podemos esperar ter quando estivermos todos de volta ao Lar, juntos de novo do Outro Lado.

10. MORTE

Sabe o que é difícil de entender? Eu sei que os espíritos transcendem a morte. Você sabe que os espíritos transcendem a morte. Praticamente todas as religiões da Terra sabem que os espíritos transcendem a morte. Mas qual é o nosso maior medo com relação à morte? Aniquilação. O medo de que quando morrermos vamos deixar de existir.

Mas o que é isso, pelo amor de Deus? *Sabemos* que não é assim! Ou será que achamos que o espírito de todo mundo vai transcender a morte, menos o nosso? Que bobagem! Não existe essa coisa de aniquilação do espírito, ponto final. Portanto, podemos tirar isso da cabeça já.

Também parecemos acreditar que a morte é, por definição, uma provação medonha, uma passagem horrorosa. Mas aqui vai uma coisa fascinante que aprendi através de milhares de sessões de regressão hipnótica. Cada cliente que já tive está muitíssimo menos traumatizado pela memória da morte em uma vida passada do que pelo nascimento nesta. Se você pensa que eu só estou dizendo isso para fazer você se sentir melhor, imagine o processo do nascimento. Num minuto você está num lugar escuro, seguro e quentinho, dormindo, se alimentando e cuidando da própria vida. No minuto seguinte você está sendo espremido por um lugar apertado, agarrado por mãos frias ou aço frio e puxado para aquelas luzes brilhantes em uma sala cheia de completos estranhos gritando, berrando e encarando você, até que um deles lhe dá uma palmada e depois corta seu tubo de alimentação. Você já passou por isso, senão não estaria aqui. O que é o momento da morte comparado a isso?

Também nos preocupamos sem necessidade em imaginar *como* vamos morrer. É importante perceber que, quando redigimos nosso projeto antes de vir para cá, escrevemos nele cinco “pontos de saída” – cinco oportunidades diferentes para deixar esta vida e voltar ao Lar. Numa analogia simples: você decide deixar um lugar que ama para uma viagem de estudos e aprendizado, sabendo que só vai embarcar nessa viagem quando tiver garantido seu retorno, e este só acontecerá quando você estiver pronto. Antes de sair de casa, você acerta cinco opções para esse retorno, em estágios diferentes da viagem: digamos, uma reserva de passagem de avião para dali a uma semana, uma passagem de trem para dali a um ano, uma passagem de ônibus depois de cinco anos, um carro alugado dali a 12 anos e reservas num navio de cruzeiro para dali a 25 anos. Você prometeu a si mesmo que, ainda que sinta falta de casa enquanto estiver ausente, vai continuar a viagem até ter atingido seus objetivos preestabelecidos. Se isso acontece em apenas uma semana, você irá embarcar naquele avião. Se levar 12 anos, vai usar aquele carro alugado, e assim por diante. Em outras palavras, os cinco pontos de saída são simplesmente cinco meios de transporte que você reserva antes de deixar o Lar e é você quem

escolhe qual dos cinco vai tomar, dependendo do momento em que sentir que já aprendeu tudo o que precisava.

Alguns pontos de saída são óbvios e você os reconhece. Um acidente sério, uma doença grave, até mesmo uma colisão que você evitou por pouco ou uma queda do berço a meio palmo de uma quina afiada que poderia matá-lo são exemplos perfeitos. Mas outros pontos de saída são tão sutis que você pode não os reconhecer: uma entrada “errada” na estrada, um cancelamento ou mudança de voo na última hora, alguma coisa aparentemente trivial como uma série de atrasos tolos que impedem você de sair de casa na hora que planejou. Quer você tenha ou não consciência de que um dos seus pontos de saída chegou e ficou para trás, não existem “acidentes”: tudo é parte da mágica da vida e de Deus.

Durante a recuperação de um sério acidente de motocicleta, um amigo muito querido me pediu que o hipnotizasse e o guiasse de volta aos detalhes do desastre, já que ele não tinha lembrança consciente de como e por que ele acontecera. Sob hipnose, ele lembrou dois detalhes fascinantes. Um foi a absoluta consciência de ter *escolhido* desviar para fora da estrada e bater num barranco do que permitir o que teria sido uma colisão fatal de frente com o caminhão que estava voando na direção dele pela pista errada. O outro foi a voz (seu Guia Espiritual, como descobrimos) que sussurrou enquanto ele recuperava a consciência na ambulância: “Este foi o número quatro.”

Por favor, não entre em pânico se você pensar nos pontos de saída que já teve e perceber que foram quatro e que você agora vai enfrentar o quinto e final. Você não os distribui uniformemente quando escreve o projeto. Podem passar décadas entre um e outro. Eu tive o terceiro e o quarto pontos de saída no mesmo ano. Isso foi há vinte anos, e minha Guia Espiritual me diz que o quinto ainda não está nem próximo.

Ela também assinala que, seja qual for o ponto de saída que você escolher usar para deixar a Terra, você também tem uma escolha sobre o tempo que quer levar se agarrando à corda que o retém aqui. A decisão de quando, com a bênção de Deus, nos entregaremos à paz e aos encontros jubilosos que estão nos esperando do Outro Lado é essencialmente nossa e somente

nossa. Somos condicionados a nos agarrar, pelo bem dos nossos entes queridos. Mas será um ato de extrema e generosa bondade conseguir dizer a alguém que você ama e cujo tempo de partir chegou, que vá em direção à luz, que volte ao Lar.

Quero enfatizar outra questão: com algumas poucas exceções, o suicídio *não é uma opção como ponto de saída em potencial*. Na maioria das vezes, o suicídio é um contrato quebrado com nós mesmos, com nossos projetos e com Deus. Isso não significa que Deus condena os suicidas a uma eternidade no inferno. Isso não existe e Deus nunca faria isso. Mas como você viu no capítulo 7, o alívio momentâneo buscado no suicídio é inteiramente desproporcional às conseqüências a longo prazo e que podem durar muitas vidas para a maioria dos suicidas.

Aposto que você pensava que eu ia lhe dizer para não ter medo da morte porque ela é uma “transição natural” e você estará indo “para um lugar melhor”. Ambos os clichês são verdadeiros, mas estão de tal modo batidos que há muito tempo deixaram de dar qualquer conforto às pessoas. Eu tenho o benefício da comunicação direta com o mundo espiritual, por isso você não precisa aceitar a minha palavra de que a morte é fascinante, complexa, um passo a mais em uma jornada pela eternidade e uma magnífica reunião com o Lar do Outro Lado. Aceite a palavra daqueles que já “morreram” e que, através de mim, querem desesperadamente que você saiba que eles estão mais felizes, mais saudáveis e mais vivos do que nunca na divina luz branca de Deus que espera por todos nós.

Conhecimento é poder. Se alguma coisa o assusta, esteja ou não incluída neste capítulo – por favor, em vez de correr dela, procure conhecê-la e enfrentá-la. Nada parece tão assustador sob o brilho de luzes fortes. E na superação do medo está a diferença entre uma vida vivida plenamente e uma vida desperdiçada se escondendo no escuro, onde o sol não pode alcançá-lo.

UMA BÊNÇÃO FINAL



Foi uma alegria empreender esta jornada com você, juntos aprendendo e crescendo na fé e celebrando o fato de que, como filhos de Deus, somos uma família global, irmãos e irmãs, unidos por nossa herança divina e pela coragem necessária para escolhermos deixar o Lar e voltar até aqui. Sinto muito carinho por essa nossa conexão, pelo intenso desejo de conhecimento, esperança e intimidade com o centro divino em cada um de nós que nos levou a nos encontrarmos nestas páginas.

Ao encerrar, até nosso próximo encontro, espero que possamos nos sentar juntos, com as mãos abertas sobre o colo, as palmas voltadas para cima, recebendo a graça e a alegria de Deus, enquanto nossos espíritos se unem em uma prece que eu ofereço com amor do fundo do meu coração pleno e agradecido:

Querido Deus,

Venho até Você consciente de que sabe quem eu sou e o que desejo realizar. Ajude-me todos os dias a seguir o projeto que escrevi, para que eu possa atingir minha própria perfeição e assim glorificar Seu sagrado nome. Permita que eu perceba sempre a luz branca do Espírito Santo me envolvendo e a Consciência de Cristo me guiando. Se eu cair, como todos fazemos, dê-me Sua mão para me guiar de volta ao caminho que escolhi.

Prometo usar meu discernimento, minha honra e minha integridade para seguir sempre o caminho do bem. Procurarei ser consciente em minhas ações de forma a nunca ferir

intencionalmente outra pessoa. Quero me entregar ao serviço pelos outros sem esperar nenhuma recompensa.

Peço que Sua luz envolva este mundo e traga a paz e a harmonia para todos. Peço que finalmente vivamos uma vida espiritual e juntos criemos um mundo livre de preconceitos de cor, credo e religião. Peço que durante este ano e todos os anos que virão, até estarmos novamente juntos, Seu amor entre em cada coração, cada mente e cada alma.

Todos nós unidos, meu Deus, ombro a ombro, iremos criar uma gigantesca escada levando direto ao Seu coração, de onde viemos. Se cada coração simplesmente se transformasse e sussurrasse o Seu nome de amor, então toda a escuridão no mundo se transformaria em luz.

Podemos fazer isso.

Devemos fazer isso.

E faremos.

Pelo amor de Deus, de nós e da humanidade.

Amém.

APÊNDICE: AFIRMAÇÕES



As orações são uma ligação com o Deus do qual fazemos parte. As afirmações, por outro lado, são a ligação com o Deus que faz parte de cada um de nós. Tornar uma prática diária tanto as orações quanto as afirmações pode criar milagres em nossas vidas.

As afirmações reforçam em nós aqueles elementos divinos que nos pertencem por direito de nascença – dignidade, auto-respeito, esperança, compaixão, paz de espírito e intimidade com o Poder Superior, cuja voz ressoa na profundidade dos nossos espíritos, apenas esperando.

Existem inúmeras afirmações belíssimas na literatura: a Bíblia, o Alcorão, o Talmude, os escritos dos mestres budistas e qualquer coisa que você já tenha lido ou escrito que acenda o fogo e a verdade do Espírito Santo de uma maneira duradoura em sua alma. As diversas afirmações que incluí aqui são as que eu uso todos os dias, sempre que encontro um momento de calma – no chuveiro, no carro, ao adormecer, qualquer momento, mesmo o mais breve, que eu possa considerar “meu”. As afirmações são um hábito diário na minha vida e eu lhe juro que elas são capazes de trazer êxtase e saúde verdadeiros.

“**D**eus me concedeu a força e a firmeza para viver este dia com paz, amor e alegria. Estou protegido de toda a negatividade ao meu redor pela luz branca do Espírito Santo.”

“**A**o longo deste dia irei visualizar meus entes queridos e eu seguros dentro de uma perfeita bolha branca da luz de Deus. Vou cercar até mesmo meus inimigos com a mesma bolha de luz, para

que Deus possa desarmar e dissolver a negatividade e a escuridão que nos separam.”

“*P*ereço hoje a cada célula do meu corpo para responder e reagir como fazia na idade em que eu me senti no auge da minha saúde e energia. Vou recusar toda a doença, sabendo que minha mente é mais forte que o meu corpo.”

“*H*oje vou me tornar um pouco mais a pessoa que desejo ser. Vou fazer uma lista de todas as coisas indesejáveis que eu não sou, vou afirmar e celebrar todas as coisas maravilhosas que eu sou e investir nessas coisas rumo à perfeição espiritual.”

“*N*este dia eu declaro, com a infinita força do poder de Deus, que mereço a abundância e os meios financeiros para uma vida confortável e que irei compartilhar alegremente minha abundância com outros menos afortunados.”

“*H*oje eu vou irradiar uma aura de beleza e luz para todos ao redor, com um brilho cintilante cor de laranja irradiando do centro do meu peito, para fazer os outros se sentirem abençoados e amados.”

“*C*omeço este dia com a visão de uma nuvem muito branca sobre a minha cabeça e, dentro dela, coloco tudo o que desejo mais profundamente para mim e para aqueles que amo. Peço então a Deus que deixe essa nuvem baixar suavemente sobre mim, até que me envolva e se torne parte de mim.”

“*H*oje vou prestar muita atenção a este veículo que é o meu corpo. Não vou negar nenhuma dor ou doença que necessite de cuidado médico especializado. Mas qualquer dor ou doença crônica sem gravidade vou condensar em uma bola de fogo, liberar do meu

corpo, guardar em um cofre de chumbo grosso e fazê-la explodir para que se torne um vapor inofensivo e impotente.”

“**V**ou encontrar um momento de sossego para mim neste dia e escrever uma carta para o Universo, endereçada a Deus, dizendo a Ele todos os meus desejos, os meus sofrimentos, minhas frustrações e minhas alegrias. Vou então queimar a carta em um lugar seguro, confiando que a energia do fogo irá levar minhas palavras ao seu destino divino.”

“**H**oje, no início de cada nova hora, vou lembrar que tenho juventude, vigor, posso realizar qualquer objetivo e possuo grande beleza na mente e no espírito.”

“**A**firmo neste dia que minha mente e minhas emoções estarão fundidos numa coisa só, formando um funil perfeito pelo qual as mensagens e a energia de Deus fluirão para me curar e àqueles que eu amo.”

“**A**o começar este dia, eu sinto uma onda de força que vou usar para seguir meu projeto de vida e aperfeiçoar meus propósitos espirituais.”

“**E**u venho de Deus. Sou parte de Deus, e Deus é parte de mim. Portanto, nada pode me diminuir. Sou forte, sou capaz de amar e receber amor, porque vivo este dia e todos os dias de acordo com o grande plano de Deus.”

“**A**o encarar minha dor hoje, não vou negá-la, em vez disso vou aceitá-la. E, ao fazer isso, peço a Deus que me ajude a reunir forças com Seu divino plano e me cerque com Seus Anjos, conhecendo a verdade de que vou ver e compartilhar a eternidade com meus entes queridos mais uma vez na perfeita alegria do Outro Lado.”

“*H*oje não vou apenas olhar para as pessoas ao redor. Vou ver realmente os espíritos divinos dentro delas e amá-las sem preconceito como os filhos de Deus que todos somos. Afirmo que meu propósito maior não é esperar amor, e sim dá-lo livremente, sem pedir nada em troca.”

“*V*ou me amar completamente neste dia, vendo-me com orgulho e honra. Minha alma e meu espírito vêm de Deus, e por isso meu amor não permite que alguém me desfigure ou difame de alguma maneira.”

*P*or nove noites, precisamente às 9 horas, acenda uma vela e repita:

“Sou um filho abençoado de Deus. Estou bem. Sou feliz. Uma grande abundância está a caminho porque, como filho de Deus, tenho o poder de criar milagres.”

AGRADECIMENTOS



Aos talentosos e vigilantes Brian Tart, Bonnie Solow e Reid Tracy, por me darem o apoio, a liberdade e o incentivo para expressar minha paixão pela escrita.

À minha amada equipe, meus incansáveis ministros e meus grupos de estudo por todo o país.

Aos membros da comunidade médica, psiquiátrica e policial do país, que continuam a abraçar esta devotada servidora da sociedade com sua confiança, sua segurança e sua amizade.

Aos meus clientes, meus amigos e minhas platéias por todo o mundo, e a todos os clientes, amigos e platéias ainda por vir. Meu amor por vocês é uma porta aberta por onde sempre podem entrar.

À Dra. Carolyn Doherty, de Beverly Hills, Califórnia, por sua habilidade, talento artístico e rara elegância.

Ao meu filho Christopher, cuja generosidade me proporcionou uma linda casa onde escrever e cujo amor fez dela um lar.

Ao meu filho Paul, por sua amizade e compreensão.

Às minhas lindas noras, Gina e Nancy, a quem eu adoro, que me deram as maiores dádivas de todas: Angelia, Willy e Jeffrey.

Ao Larry, que torna minha vida mais fácil e amorosa.

E, por último, mas não menos importante, ao meu amado pai, William L. Shoemaker, que amava tudo que eu fazia.

Eu lhes ofereço meu agradecimento mais profundo e mais eterno.

S O B R E A A U T O R A



Para obter maiores informações sobre Sylvia Browne, consulte o seu *site*:

www.sylviabrowne.com/

Ou então entre em contato através do telefone de seu escritório nos Estados Unidos:

1(408)379-7070

ISBN 9788575426951

Para obter informações sobre os próximos lançamentos da autora, bem como sobre a organização de palestras e *workshops* no Brasil, favor entrar em contato com:

EDITORA SEXTANTE

[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

CONHEÇA OUTROS TÍTULOS DA EDITORA SEXTANTE

1.000 lugares para conhecer antes de morrer, de Patricia Schultz
A História – A Bíblia contada como uma só história do começo ao fim, de The Zondervan Corporation
A última grande lição, de Mitch Albom
Conversando com os espíritos e Espíritos entre nós, de James Van Praagh
Desvendando os segredos da linguagem corporal e Por que os homens fazem sexo e as mulheres fazem amor?, de Allan e Barbara Pease
Enquanto o amor não vem, de Iyanla Vanzant
Faça o que tem de ser feito, de Bob Nelson
Fora de série – Outliers, de Malcolm Gladwell
Jesus, o maior psicólogo que já existiu, de Mark W. Baker
Mantenha o seu cérebro vivo, de Laurence Katz e Manning Rubin
Mil dias em Veneza, de Marlena de Blasi
Muitas vidas, muitos mestres, de Brian Weiss
Não tenha medo de ser chefe, de Bruce Tulgan
Nunca desista de seus sonhos e Pais brilhantes, professores fascinantes, de Augusto Cury
O monge e o executivo, de James C. Hunter
O Poder do Agora, de Eckhart Tolle
O que toda mulher inteligente deve saber, de Steven Carter e Julia Sokol
Os segredos da mente milionária, de T. Harv Ecker
Por que os homens amam as mulheres poderosas?, de Sherry Argov
Salomão, o homem mais rico que já existiu, de Steven K. Scott
Transformando suor em ouro, de Bernardinho

INFORMAÇÕES SOBRE OS PRÓXIMOS LANÇAMENTOS

Para receber informações sobre os lançamentos da Editora Sextante, basta cadastrar-se diretamente no site www.sextante.com.br

Para saber mais sobre nossos títulos e autores, e enviar seus comentários sobre este livro, visite o site www.sextante.com.br ou mande um e-mail para atendimento@esextante.com.br

EDITORA SEXTANTE

[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