

FIOS E TRAMAS
DA MEDIUNIDADE

CONVERSANDO COM MÉDIUNS

LÉIA DA HORA

DADOS DE COPYRIGHT

Sobre a obra:

A presente obra é disponibilizada pela equipe do *ebook espírita* com o objetivo de oferecer conteúdo para uso parcial em pesquisas e estudos, bem como o simples teste da qualidade da obra, com o fim exclusivo de compra futura.

É expressamente proibida e totalmente repudiável a venda, aluguel, ou quaisquer uso comercial do presente conteúdo.

Sobre nós:

O *ebook espírita* disponibiliza conteúdo de domínio público e propriedade intelectual de forma totalmente gratuita, por acreditar que o conhecimento espírita e a educação devem ser acessíveis e livres a toda e qualquer pessoa. Você pode encontrar mais obras em nosso site: www.ebookespírita.org.



www.ebookespírita.org

Fios e tramas da mediunidade: conversando com médiuns

Léia da Hora

2014

Fios e tramas da mediunidade: conversando com médiuns

Léia da Hora

Data da publicação: 29 de janeiro de 2014

CAPA: Cláudia Rezende Barbeiro
REVISÃO: Eunice de Oliveira Cazetta
PUBLICAÇÃO: EVOC – Editora Virtual O Consolador
Rua Senador Souza Naves, 2245
CEP 86015-430
Fone: (43) 3343-2000
www.oconsolador.com
Londrina – Estado do Paraná

Dados internacionais de catalogação na publicação
Bibliotecária responsável Maria Luiza Perez CRB9/703

H773f Hora, Léia da.
Fios e tramas da mediunidade: conversando com médiuns /
Léia da Hora; revisão de Eunice de Oliveira Cazetta; capa de
Cláudia Rezende Barbeiro. - Londrina, PR: EVOC, 2014.
73 p.

1. Mediunidade (Espiritismo). 2. Espiritismo – Estudo e
ensino. I. Cazetta, Eunice de Oliveira. II. Barbeiro, Cláudia
Rezende. III. Título.

CDD 133.91
19.ed.

Explicação preliminar

A primeira edição desta obra foi impressa em 2012, tendo sido seus direitos cedidos ao Instituto de Difusão Espírita de Juiz de Fora (IDE), instituição que a publicou naquela oportunidade.

Estando esgotados os exemplares da mencionada edição, a autora e o IDE, de comum acordo, decidiram autorizar uma nova edição da obra, na forma digital, pela EVOC – Editora Virtual O Consolador, de Londrina-PR, o que fazemos nesta oportunidade, esperando que ela possa alcançar os leitores que não puderam até o momento usufruir de sua leitura.

Agradecemos à autora e ao IDE a permissão que nos foi concedida, fato que beneficiará um número incalculável de pessoas que buscam nas páginas espíritas uma orientação segura para bem poderem realizar as tarefas relacionadas com a prática da mediunidade.

Aproveitamos o ensejo para cumprimentar a autora pela excelência da obra que ora editamos, não só pelo tema examinado, mas, sobretudo, pela forma com que o fez.

Astolfo O. de Oliveira Filho
Londrina, 29 de janeiro de 2014

Apresentação

O sentimento de fazer a apresentação desta obra só não é mais intenso do que o experimentado no momento em que Léia da Hora me ofereceu a oportunidade de participar da organização. Alegria e responsabilidade diante do objetivo: construir um texto que constituísse uma orientação segura para médiuns e quantos mais convivem com eles, quer seja nas reuniões mediúnicas, quer seja na vida cotidiana.

Enquanto médium, conheço bem os fios que constituem as tramas relatadas nestas páginas.

Participar da elaboração de uma obra que dialoga com *médiuns* e *mediunidades*, com uma pessoa que tem dedicado sua vida ao *atendimento fraterno*, especialmente a estes “incompreendidos” do mundo, é uma experiência única na vida de qualquer pessoa e eu a tive. Obrigada!

A partir de um arquivo – de causar inveja a muitos pesquisadores renomados – elaborado pelas experiências da Léia junto a médiuns, da pesquisa crítica da literatura espírita, do trabalho disciplinado, e de muitas escritas e reescritas, conseguimos, ao final de alguns meses, finalizar a organização deste estudo, que pretende ter a leveza e positividade das palavras da autora quando nos diz: *não precisa ser assim!*

A um olhar menos atento, este seria apenas mais um livro sobre Espiritismo. No entanto, a dedicação de sua construção, primando por trazer situações vividas por médiuns e as ações desenvolvidas em seu auxílio, juntamente com os estudos realizados na tentativa de aproximação com a realidade vivida por estes, faz com que esta obra se configure em uma leitura fascinante e esclarecedora a quantos (con)vivem (com) estas realidades.

Sandrelena da Silva Monteiro
Juiz de Fora, Inverno de 2011

Prefácio

Em uma das primeiras reuniões de trabalhadores do Instituto de Difusão Espírita – IDE-JF, o companheiro e fundador Nelson Lougon Borges de Mattos (desencarnado) contou que foi procurado em seu consultório médico por um paciente. Ao iniciar a consulta, este lhe disse que, na verdade, não estava doente, mas o procurou porque sabia que ele era do IDE e estava precisando conversar. Contou-lhe sobre seus sofrimentos enquanto médium. Diante do acontecido, Nelson percebeu a necessidade de se criar um *pronto-socorro* para os médiuns: *De que adianta fazer atendimento fraterno para os de fora se não conseguirmos socorrer os trabalhadores da casa?* – ponderou Nelson.

Eu, que já vinha fazendo esse movimento com uma amiga-médium, me comprometi a organizar esse trabalho, criando um espaço para acolhimento de *todos*. Foi assim que surgiu o Grupo de Apoio aos Médiuns, a partir do qual foi possível a construção desta obra.

Léia da Hora

Sumário

Primeira parte – O grupo de apoio com/aos médiuns, 7

Nem tudo é só mediunidade, 14

Ações e recursos utilizados no grupo junto aos médiuns, 19

Atenção para a prece, 19

Exercícios disciplinares diários, 20

Preparação para dormir, 20

Preparação para o dia, 21

Leitura, reflexão e meditação, 22

Estudo do Evangelho no Lar, 24

Intervenção magnética por meio do passe, 25

Algumas explicações: recordação do passado, abalo vibratório e distúrbio vibratório, 27

Abalo vibratório, 30

Distúrbio vibratório, 31

Segunda parte – Estudo de casos, 34

Caso 1, 34

Tratamento magnético e vontade consciente, 36

Sonambulismo e mediunidade, 38

O afastamento do trabalho mediúnico, 40

Desalento, 42

Caso 2, 44

Esclarecimento, educação e disciplina mediúnica, 46

Corrigendas, 49

Caso 3, 50

Sobre a emancipação da alma, 51

(Re)encontros, associações de ideias e sensibilização psíquica, 52

Como lidar com os relatos de sonhos, 54

Esforço e conquista, 55

Assimilação e somatização de fluidos, 59

Olhai, 62

Estudando um pouco mais sobre o desdobramento, 64

Encerrando esta reflexão, 69

Obras consultadas, 72

Primeira parte

O grupo de apoio com/aos médiuns

Lidando na área da mediunidade⁽¹⁾, podemos observar que alguns médiuns, embora vigilantes, disciplinados, aplicados, habituados ao estudo do Evangelho no Lar, ministrando passes, frequentando grupos de estudos e mediúnicos, continuam sofrendo o assédio de Espíritos enfermos e dificuldades significativas no equilíbrio de suas forças anímicas e mediúnicas. Em muitos desses médiuns, o passado se mistura ao presente, causando grande sofrimento e graves problemas pessoais, familiares e sociais. Geralmente são taxados de desequilibrados, e isso muito os faz sofrer.

Comecei a questionar⁽²⁾ o que acontecia com eles. As explicações foram surgindo a partir da questão 226, item 6, cap. XX de *O Livro dos Médiuns*, quando Kardec questionava os Espíritos sobre as qualidades morais dos médiuns. Os Espíritos chamavam a atenção para o que estava além da aparência: *"Conheces, porventura, todos os escaninhos da alma humana? Demais, pode a criatura ser leviana e frívola, sem que seja viciosa. Também isso se dá, porque, às vezes, ela necessita de uma lição, a fim de manter-se em guarda"*. Entendemos, a partir dessa questão, que aquilo que pode ser observado externamente é o que marca a atual existência, mas não a pessoa como um todo. Daí a resposta dos Espíritos: *"Conheces, porventura, todos os escaninhos da alma humana?"*

¹ Este texto resulta de um relato sobre nossas experiências no Grupo de Apoio a Médiuns, por isso, sugerimos a leitura das notas de rodapé na medida em que forem sendo apresentadas, pois trazem explicações importantes à compreensão do estudo aqui realizado.

² Ao longo do texto, ora o relato se faz na primeira pessoa do plural (quando se trata de reflexões feitas com o grupo ou na construção desta escrita), ora na primeira pessoa do singular (quando se trata de minha intervenção pontual junto aos médiuns).

Entendi, então, por que em muitos casos tais médiuns, que se esforçam por ter uma conduta equilibrada, às vezes caem em desequilíbrio. Há neles muito mais do que a personalidade atual nos apresenta. Passei, então, a compreender essa situação de aparente queda, não como um erro, mas como um despertar de possibilidades outras. A relação entre conquista e esforço ⁽³⁾ aqui se faz exemplar. O que vive na atual existência – uma conduta equilibrada – é mais fruto do esforço contínuo da vontade consciente que uma conquista já sedimentada. Muitas vezes podem ser *levianos e frívolos*, sem, no entanto, serem *viciosos*; ou seja, a aparente queda representa um processo de autoconhecimento e aprendizagem. Com o tempo e a construção de novos hábitos, que substituem os antigos, o esforço se torna conquista e, com ela, novos degraus da evolução poderão ser galgados. "*De grau em grau chegaremos, assim, ao sossego de espírito, à posse de nós mesmos, à confiança absoluta no futuro, que dão a força, a quietação, a satisfação íntima, permitindo-nos permanecer firmes no meio das mais duras vicissitudes*" (Léon Denis, *O problema do Ser, do Destino e da Dor*).

Compreendi que cada pessoa, aqui especificamente falando dos médiuns, possui e vive em um campo próprio de ação. Nesse campo coexistem presente e passado, posturas atuais e tendências de outrora. Esse campo não é estático, está em constante movimento. Alguns acontecimentos/ações na vida do médium podem fazer com que as tendências de outrora atrapalhem o esforço atual. Cobranças da própria consciência, ativadas por terceiros ou não, se fazem fortes o suficiente para

³ Usamos os conceitos de *conquista* e *esforço* para nos referir a duas situações que são, muitas vezes, confundidas pelas pessoas: aquilo que já é conquista do Espírito (a pessoa o faz sem grandes dificuldades, sem sofrimento) e o que ainda é esforço da vontade consciente (a pessoa já o consegue fazer, mas com esforço, disciplina e não raras vezes com doses de sofrimento moral). As aparentes quedas se fazem no âmbito das condutas que configuram esforço.

abalar seu equilíbrio, assim como a presença de um Espírito ou um fato existencial podem representar estímulos suficientes para fazer emergir situações dolorosas que existem no psiquismo espiritual do médium e não estão superadas ou resolvidas. Não consideramos aqui que ele tenha fracassado, retrocedido ou esteja cometendo erro.⁽⁴⁾ O que vem à tona é algo que já existe e que, de alguma forma, precisa ser trabalhado e superado, o que não raras vezes se faz permeado de dor e sofrimento moral. Nessas situações, os médiuns veem-se fragilizados. Precisam ser acolhidos, compreendidos, ouvidos, orientados. Superado esse momento crítico da vida, o médium retoma o equilíbrio, agora mais amadurecido, fortalecido, sempre sustentado pela Lei da Reencarnação, com a bênção do esquecimento, da superação e do recomeço após cada tempestade emocional. Kardec encerra a questão dizendo: *“Também isso se dá porque ele necessita de uma lição, a fim de manter-se em guarda”*. Compreendi que esses médiuns reencarnaram nessa condição para se preservarem de si mesmos.

A condição da mediunidade se afigura, assim, como uma oportunidade para que tais criaturas possam desenvolver com mais rigor a consciência do bem proceder, bem como cultivar valores morais mais sólidos, levando-os ao progresso. Trazem no seu perfil psicológico melindres, revoltas e, regra geral, devem trabalhar a humildade, pois, em sua maioria, são orgulhosos. Para eles, é extremamente constrangedor conviver com a sua exposição na sociedade crítica em que vivemos. Precisam de disciplina na prática diária do esforço e da vontade consciente para vencer os desafios do autoconhecimento e da conquista moral. Jorge Andréa, no livro *Dinâmica Psi*, nos ajuda a entender melhor essa questão quando afirma que: *"Na ausência de um bom ou aceitável comportamento, o indivíduo*

⁴ Erro implica afetar negativamente a outrem, querer prejudicar, causar dor. Nessa situação está apenas reencontrando seus próprios fantasmas.

colherá as dores que as energias negativas desencadearam, mas que serão neutralizadas, caso as construções positivas se façam presentes; o processo será lento, por haver necessidade de formação de novos alicerces após o expurgo dos potenciais deletérios. Nas dores, que os processos dessa ordem propiciam, existirão as vibrações retificantes, que ensinarão à alma deficiente o caminho seguro evitando novas quedas”.

Uma das razões para a criação do Grupo de Apoio aos Médiuns foi a necessidade de acolhimento desses médiuns. Estudo e diálogo que nos permitissem esclarecer, orientar e amparar a quantos nos procurassem; saber o que se passa em sua alma, os pensamentos que povoam sua mente e os efeitos da mediunidade em sua vida. O diálogo tornou-se nossa melhor terapia: o desabafo com o grupo, compreendendo que seu sofrimento não era único, que outros compartilhavam de experiências semelhantes. Ao longo dessas conversas, cada um revelou seus medos, dúvidas, ignorância sobre o assunto, e mais: suas crenças sobre mediunidade e sua forma de se relacionar com os Espíritos.

Uma de nossas companheiras chegou ao grupo completamente desequilibrada. Havia entrado em um quadro de abstração da vida atual após uma regressão de memória natural (sem intervenção terapêutica). Já se encontrava em tal situação havia vários meses, tinha feito tratamento com medicamentos psiquiátricos, mas sem resultados satisfatórios. Após o acolhimento do grupo, que lhe possibilitou maior segurança, fizemos a intervenção magnética⁽⁵⁾ através do passe por seis semanas e orientamos quanto aos exercícios de disciplina mental ⁽⁶⁾. Algumas semanas depois, nossa companheira já se encontrava equilibrada e de novo consciente

⁵ A intervenção magnética por meio do passe é uma ação por nós utilizada nos casos em que sentimos, pela intuição, que o médium dela necessita para reequilíbrio de suas forças físicas e mediúnicas. No final deste capítulo, apresentamos mais informações sobre esta ação.

⁶ No final deste capítulo, fazemos uma apresentação desses exercícios.

da sua encarnação atual. A continuidade da sua participação no grupo foi fundamental para que restabelecesse o equilíbrio e retornasse para o grupo mediúnico. Voltou a ter outras “crises”, mas, amparada pelo grupo, sentia-se protegida, retomando o equilíbrio com mais facilidade. Percebemos que estudar as situações oportuniza conhecimento mais seguro sobre seu mecanismo.

Vivendo alternadamente as duas dimensões, presente e passado, veem-se fortemente impressionados pelas lembranças. Mergulhados nelas, nem sempre de forma consciente, sua memorização acerca do aprendizado realizado hoje, bem como sua compreensão, são facilmente negligenciadas.

Nosso olhar para essa negligência ou esquecimento foi despertado ao perceber que, ao longo do tempo, os médiuns repetiam exaustivamente as mesmas perguntas e questionamentos, como se os estivessem fazendo pela primeira vez. Esse recomeçar sempre nos trazia a imagem de Sísifo⁽⁷⁾ com a sensação de um cair cíclico. Começamos a observar que cada um tinha como que um ciclo de realizações, sofrendo, de tempo em tempo, alguma “queda”. A imagem de Sísifo muito nos incomodava, pois uma condenação ao eterno recomeço não condiz com a bondade divina. Foi então que encontramos uma explicação em Jorge Andréa. Em *Dinâmica Psi*, o estudioso explica o fato: “*Como as raízes do desequilíbrio encontram-se encravadas nos arcanos de seu psiquismo, a drenagem, quase sempre lenta, dessas energias, se fará presente na periferia, traduzindo modificações afetivas, nos mais intensos distúrbios neurovegetativos, nos desgastes orgânicos com a ausência de*

⁷ Sísifo, personagem da mitologia grega, condenado pelos deuses, após sua morte, a empurrar uma pedra montanha acima, a qual rolava para baixo tão logo atingia o cume. O trabalho deveria ser retomado eternamente a cada queda da pedra. Esse exemplar castigo reafirma uma provável concepção grega do inferno como lugar onde se realizam trabalhos infrutíferos.

iniciativa e cansaço rebelde, desembocando, amiúde, nas reações depressivas". Continua esclarecendo que as energias podem inclusive ser transferidas de uma encarnação para outra, configurando *ilhas defeituosas*, que passam a fazer parte da *estrutura espiritual do médium*. Essas ilhas seriam campos defeituosos do psiquismo do médium, pontos de sintonia com as *energias negativas de outros campos espirituais*.

Buscando a explicação de Jorge Andréa para compreender a ideia do ciclo de realizações, percebemos que esses campos energéticos defeituosos (ou "ilhas") correspondem aos nossos chamados "pontos fracos", os quais, de tempos em tempos, afloram com o objetivo de drenar as energias doentes e substituí-las por realizações salutares. Algo muito importante a ressaltar é o papel do trabalho mediúnico na substituição de energias doentes por energias salutares. Jorge Andréa, no mesmo livro, destaca o "*fenômeno mediúnico como um excelente canal do psiquismo, a realizar saltos evolutivos ou permitir mergulhos abissais nas sombras do primitivismo*". Ao sofrer a ação do abalo vibratório que irá possibilitar o intercâmbio mediúnico, o médium estará sensível à expressão de suas *ilhas defeituosas*, podendo acontecer uma liberação das energias negativas, as quais, por intervenção dos Espíritos Protetores e pela ação efetiva no bem do médium, serão substituídas por energias salutares. Explica o autor que quando "*a mediunidade se desenvolve num clima sadio, numa atmosfera de harmonia e equilíbrio, qualquer que seja a evolução do Espírito em comunicação, só haverá construção e avanço para o psiquismo do médium*".

Sendo assim, muito ao contrário do eterno retorno ao ponto zero, percebemos que, a cada vez que entramos em contato com essas ilhas defeituosas, já nos encontramos em condições de mais uma etapa da drenagem. Na verdade, mais um passo à frente, e não retrocesso. Cabe a cada um compreender essa drenagem e não se rebelar. Muitos desistem, julgam a luta árdua demais. Para esses, o recomeço será mais difícil.

Orientamos a realização de exercícios de disciplina mental por meio da respiração, relaxamento, leitura e oração como recursos de equilíbrio, lucidez e segurança. No entanto, para que atinjam a proposta, esses exercícios precisam ser feitos com sentimento, emoção e vontade consciente. Se são feitos no "automático" não alcançam a proposta. Percebemos que muitos médiuns acabam caindo em um mecanicismo análogo a uma acomodação natural a rituais. Nesse caso, podemos dizer que vemos aí um trabalho sendo realizado de forma infrutífera. É verdade que nem todos os dias estamos com as melhores condições de realização dos exercícios disciplinares, mas devemos persistir. Analisar a eficácia ou não da realização deles caberá prioritariamente aos próprios médiuns, que deverão fazer uma análise sincera da sua conduta. No entanto, nem sempre o médium está em condições de se analisar, podendo ser alertado pelo coordenador da reunião mediúnica, pelo plantonista do Atendimento Fraterno ou por um amigo que tenha por conselheiro.

Nem tudo é só mediunidade...

Os encontros do grupo acontecem com horário marcado para início e fim. A escolha das leituras se faz de acordo com os interesses ou as necessidades do grupo. Estudamos aquilo que no momento julgamos significativo, mas com diretriz e organização. Um tema indica a necessidade de se estudar outro. Buscamos esclarecimentos para nossas dúvidas, lenitivos para nossas dores. Assim, todos participam, conversamos sobre o que lemos e cada um, na medida em que sente vontade ou necessidade, fala sobre suas experiências. O falar às vezes se faz como algo aprendido para exemplificar o que estamos estudando; outras vezes, como questionamentos de algo que desconhecemos e, ainda outras, como simples desabafo. O mais importante é que não haja, por parte dos integrantes, movimentos de julgamento, de certo ou errado, bom ou ruim. Somos todos acolhidos como uma equipe em busca de um objetivo comum: o equilíbrio físico e espiritual.

Ao falar sobre nossas experiências, percebemos acontecer o que Manoel Philomeno de Miranda denomina de *catarse*, na obra *Tramas do Destino*, cap. 10: "*A narração, repassada de sentimentos, funcionava como proveitosa catarse, como um dreno psíquico. Aquele homem de caráter difícil jamais expusera os seus problemas a quem quer que fosse, e, por isso, sem amigos, conselheiros ou diretrizes, emparedava-se nas opiniões infelizes, decorrentes das autoanálises tormentosas a que se impunha, sem uma clara visão ou, pelo menos, com imparcialidade, emocionalmente*". O que buscamos é, além do conhecimento, criar um ambiente propício à amizade e à construção de diretrizes. O falar, tanto das experiências mediúnicas quanto dos dramas da presente existência, possibilita que a pessoa tenha outro olhar sobre seus problemas.

Uma situação que pode ilustrar o que acabamos de dizer foi o relato, certo dia, de uma de nossas companheiras. Ela disse

saber que não se tratava de mediunidade, mas estava se sentindo estranha. Sentia muita angústia, muito medo, querendo ficar deitada, se isolar, só ficar dentro de casa. Os problemas, a princípio, eram por causa da doença do pai, preocupação que tinha se prolongado por vários meses. Naquele momento, tal situação era agravada pelo quadro de doença de seu filho, um jovem que sofria de uma doença degenerativa que poderia levá-lo a perder todos os movimentos. Seu filho tinha entrado em crise, sem conseguir se levantar, com o corpo bastante debilitado. Seu coração de mãe entrou em tristeza profunda, preocupada com a possibilidade de o filho perder totalmente os movimentos. Naquele instante, fez silêncio. Então, perguntei-lhe sobre o estado psicológico do filho, sua estrutura moral. Parou por um instante, analisando a personalidade do filho, que era tranquilo, calmo, resignado e lutava muito pela vida e fazia todos os tratamentos recomendados sem reclamações. Emocionada, percebeu, nesse momento, que o filho veio preparado para a doença. Novo estado de ânimo foi-se instalando nela. Na medida em que fomos conversando, a companheira foi-se acalmando, pensando em Deus, na Sua bondade e amparo. Essa companheira é médium, porém sabia, com bastante distinção, que seu problema, naquele momento, era existencial. Sabia também que, se continuasse com aquele estado de espírito deprimente, angustiante, fatalmente entraria em sintonia com Espíritos em desequilíbrio e ficaria em desarmonia também.

Este é apenas um dos inúmeros exemplos de como o falar pode trazer outros olhares sobre os problemas, amenizando o sofrimento, dando ânimo e forças para sua superação. O quadro de doença do filho não foi alterado, mas a forma de a mãe lidar com ele, sim; isto lhe trouxe relativa tranquilidade.

Outra situação foi a ocorrida com uma companheira encaminhada para um grupo mediúnico. Relatou que estava tendo grandes conflitos íntimos, não conseguia entrar no estado de concentração necessário à comunicação mediúnica,

pois não se sentia segura no grupo e não concordava com algumas posturas assumidas pelos dirigentes. Com sinceridade de coração, expôs sua situação em nossos encontros. Conversei com a médium, refletindo sobre a necessidade de conversar com os dirigentes da reunião, reavaliar seus sentimentos, se predispor a compreender o que estava acontecendo, bem como mostrar, com sinceridade, o que sentia e do que precisava. Assim, em um movimento mútuo de boa vontade, poderiam entender-se e mudar a situação. Após algumas semanas de reflexão e oração, tendo em vista os companheiros não terem compreendido suas dificuldades de adaptação, a médium decidiu sair daquele grupo mediúnico, indo para outro, onde desenvolve seu trabalho mediúnico com tranquilidade. Percebemos que o trabalho mediúnico não depende simplesmente de estar em um grupo, mas faz-se fundamental empatia, sintonia e afinidade com ele. Compreendemos e respeitamos a decisão da médium por entender, como bem esclarece André Luiz em *Mecanismos da Mediunidade*, cap. 18, que "*quase toda a exteriorização fisiológica do fenômeno pertence ao médium*", e, no livro *Nos Domínios da Mediunidade*, cap. 1, que "*a mente permanece na base de todos os fenômenos mediúnicos*". E, ainda, a importância do grupo nesse processo. Léon Denis, na obra *No Invisível*, cap. 8, esclarece que as dificuldades nas comunicações espíritas consistem em "*harmonizar vibrações e pensamentos diferentes*", por isso, se o médium não está conseguindo estabelecer sintonia vibratória (ou mental) com o grupo, com certeza não será feliz na sua prática mediúnica.

Muitos companheiros trazem conflitos vivenciados devido a influências espirituais, tanto na vida diária quanto nas reuniões mediúnicas. Esse é o caso de outra companheira que há muitos anos sofria influência direta dos Espíritos em sua vida diária, chegando mesmo a incorporações em casa, efeitos físicos, sugestões de suicídio e até a comportamentos violentos. Essa médium chegou ao Grupo em estado de profundo desânimo em

relação à vida. Acolhemo-la. Fizemos a intervenção magnética, orientamos a realização do Estudo do Evangelho no Lar e o uso dos exercícios disciplinares. Ela já está em condições de trabalhar em um grupo mediúnico e também auxilia no serviço de passe da casa. Tem-nos trazido relatos muito interessantes da relação estabelecida com o mundo espiritual. Devido à grande facilidade de desdobramento, costumava viver mais na dimensão espiritual que na material. Relatou-nos que certa vez, em uma festa, foi surpreendida por um companheiro desencarnado, em relação ao qual alimentava grande afetividade. Ele a convidou para dançar. Ela deixou o corpo a "dormir" na cadeira e saiu bailando com o companheiro pelo salão, até que foi "acordada" por uma amiga que perguntou se estava dormindo, se queria ir para casa. A médium revelou sentir grande prazer nesses encontros, pois não era feliz em seu casamento. Em nossa conversa, dissemos a ela que deveria voltar seus interesses e atenção para os acontecimentos da sua atual existência, uma vez que tais "saídas" se configuravam como fugas e poderiam tornar-se viciosas. Assim, não incentivamos essa prática de desdobramento voluntário.

O esclarecimento se faz de suma importância, pois percebemos que muito dos conflitos são fruto de desconhecimento e de crenças pessoais. O médium sem conhecimento de causa, que desconhece as leis que regem a comunicação entre os Espíritos e que ignora trazer em si o instrumento facilitador de uma comunicação mais complexa, se desequilibra e passa a se comportar de maneira arreada. Registra, sente "coisas" que ninguém consegue explicar e afirma que não está bem, que precisa consultar um médico ou fazer terapia. Não que o médico ou o terapeuta não o possam ajudar, mas, aliado aos tratamentos da medicina terrena, é necessário que cuide da saúde da alma também. O conhecimento sobre mediunidade e sobre sua realidade espiritual torna-se, assim, o melhor antídoto contra os conflitos que o afligem.

Ao longo destes anos de existência do Grupo, muitos médiuns chegaram e se foram, alguns permaneceram; muitas experiências têm enriquecido nossa formação e progresso no campo do estudo sobre médiuns e mediunidades. Foi em função dos resultados positivos alcançados que decidimos escrever sobre esta experiência, que tem sido bendita para muitos. Entendemos que a literatura espírita e científica nos é muito útil para compreender os mecanismos da mediunidade, mas, devido à diversidade de suas manifestações, acreditamos ser a atuação junto ao médium, considerando-o em sua integralidade, a peça fundamental deste estudo, que nos possibilita uma aproximação do conhecimento adquirido ou dos pensamentos que alimenta, dos conflitos que vive. Somente assim, considerando-o como muito importante para nós, merecedor do nosso olhar carinhoso e caridoso, da nossa escuta, da nossa atenção, é que poderemos ser realmente auxiliares no seu equilíbrio físico e espiritual. Tentamos ser fiéis na reprodução dos relatos que nos foram trazidos pelos médiuns e na apresentação das ações adotadas na tentativa de auxílio. Acreditamos e esperamos, sinceramente, que este relato possa ser útil a muitos médiuns e às pessoas que convivem com eles, seja nas casas espíritas, seja no lar ou na vida social.

Ações e recursos utilizados no grupo junto aos médiuns

Apresentaremos aqui as principais ações e recursos que utilizamos no Grupo de Apoio aos médiuns. Faremos uma descrição mais geral, destacando que pode haver pequenas variações e adaptações dependendo de cada situação. Quanto a essas variações, creditamo-las à intuição e às inspirações advindas dos Mentores Espirituais do Grupo. Quanto à indicação, a experiência tem-nos mostrado quando uma ou outra mais específica deve ser utilizada.

Atenção para a prece

"A prece é uma invocação; por ela um ser se coloca em comunicação mental com outro ser ao qual se dirige."
(ESE, cap. XXVII, item 9.)

Nesse mesmo capítulo de *O Evangelho segundo o Espiritismo*, encontramos a explicação de que a prece, ao nos colocar em contato com os Bons Espíritos, nos dá força moral para vencer as dificuldades e reencontrar o caminho certo. Tem o efeito de evocar a inspiração salutar e de nos proporcionar forças para resistir aos maus pensamentos, que nos podem levar a causar o mal. A prece nos coloca na situação daquele que solicita bons conselhos, mas está livre para segui-los ou não, tendo respeitado seu livre-arbítrio. Compreendemos que o poder da prece se prende ao pensamento, por isso, ela deve ser feita com pureza de coração, ou seja, com sinceridade de intenção. Não são as palavras ditas, mas a intenção atribuída a elas, o sentimento que as anima, a direção impressa pelo pensamento que nos colocará em comunicação mental com os Bons Espíritos. A partir deste entendimento, recomendamos a prece sempre.

Exercícios disciplinares diários

Denominamos aqui “exercícios disciplinares” a algumas ações desenvolvidas no intuito de auxiliar o médium a prestar atenção à sua vida atual, a tranquilizar-se diante das dificuldades existenciais, e a criar uma íntima relação com seus mentores espirituais.

Preparação para dormir

A prece é um recurso recomendado sempre. No entanto, há um momento em que sua ação se faz em especial, quando nos preparamos para dormir. No livro *Os Mensageiros*, cap. 41, encontramos uma explicação de Aniceto muito esclarecedora: *“O dia e a noite constituem, para o homem, uma folha do livro da vida. A maior parte das vezes, a criatura escreve sozinha a página diária, com a tinta dos sentimentos que lhe são próprios, nas palavras, pensamentos, intenções e atos, e no verso, isto é, na reflexão noturna, ajudamo-la a retificar as lições e acertar as experiências, quando o Senhor no-lo permite”*. Compreendemos, dessa forma, a importância da preparação para dormir; por isso, recomendamos aos médiuns procederem assim. Cuidamos da escovação dos dentes, de colocar uma roupa limpa, de selecionar as cobertas que aquecerão o nosso corpo; devemos também preocupar-nos com os caminhos que iremos trilhar enquanto nos encontramos emancipados pelo mecanismo do sono.

Antes de se recolher ao leito, ainda com a luz acesa, a pessoa deverá trazer à mente as preocupações que a afligem. Ao fazer isso de forma humilde e sincera diante de Deus, o ser se sensibiliza. Essa sensibilização lhe ajuda mobilizar todo o seu potencial espiritual no sentido desejado. Conversar com Deus, com seu Espírito Guardião, expondo-lhe suas preocupações. Logo após, deverá fazer a leitura de uma mensagem. Sugerimos alguns dos livros de Emmanuel: *Caminho, Verdade e*

Vida; Pão Nosso; Vinha de Luz; Fonte Viva. Por fim, deverá fazer sua prece, animando-a com todo o seu sentimento, direcionando seu pensamento a Deus, pedindo-lhe que permita, na medida do seu merecimento e de suas condições, que os Espíritos Guardiães possam acolher sua alma, enquanto seu corpo repousa. Que eles possam lhe inspirar bons pensamentos e conselhos salutareis, esclarecendo sobre sua preocupação, acalmando suas angústias. Finda a prece, deve recolher-se ao leito com o desejo sincero de acordar no dia seguinte com novo ânimo para a vida. Sabemos que os Bons Espíritos secundam a nossa vontade, por isso é tão importante termos, para nós mesmos, clareza do que queremos e precisamos. Quando demonstramos o desejo sincero e o trabalho assíduo no sentido da nossa melhoria, contaremos, então, com o auxílio dos Espíritos com os quais sintonizamos.

Léon Denis, em *O problema do Ser, do Destino e da Dor*, sugere que escolhamos, entre as *grandes almas*, aquela que possa nos ser modelo a seguir. Um exemplo que possa nos inspirar quando estivermos em alguma situação difícil. Sugere ele, "*em todas as circunstâncias difíceis, em todos os casos em que nossa consciência oscila entre dois partidos a tomar, inquirirmos o que ela teria resolvido e procedermos no mesmo sentido*". Acredita que, assim, aos poucos, iremos construindo um ideal de moral que servirá de diretriz segura para nossa vida. A caminhada para um ideal a ser alcançado é construção diária de nossos esforços, por isso devemos direcionar nossos pensamentos e a vontade consciente em sua direção.

Preparação para o dia

Logo ao acordar, sugerimos que a pessoa faça o que denominamos "exercício de respiração". Por ser um exercício disciplinar, deverá inspirar profunda e lentamente, exalando o ar de forma bastante tranquila, por tão somente cinco vezes. É fundamental que a pessoa o faça de forma consciente, para

não entrar em estado de abstração; o que ocorre de forma automática nas mentes viciosas. Por isso, sugerimos que conte conscientemente as respirações. Logo após, levante-se e inicie seu dia de trabalho com a certeza do amparo dos Bons Espíritos.

Por que esse exercício? A mente indisciplinada e enferma age de acordo com os condicionamentos negativos do passado. Esse exercício inicia uma nova postura mental, mais de acordo com a vontade do que se quer hoje, de tal forma que, ao longo do dia, quando se vê em alguma situação de risco, para o equilíbrio mental e das emoções, a vontade pode buscar, conscientemente, pela respiração, manter-se controlada e em paz.

Leitura, reflexão e meditação

Léon Denis, no livro *O problema do Ser, do Destino e da Dor*, esclarece que "*nas horas matinais, a alma, pela oração e pela meditação, eleva-se com mais fácil impulso até às alturas donde se vê e compreende que tudo – a vida, os atos, os pensamentos – está ligado a alguma coisa grande e eterna e que habitamos um mundo em que potências invisíveis vivem e trabalham conosco*" (p. 338). Por isso sugerimos que, se possível, ainda pela manhã, o médium faça o exercício da leitura, reflexão e meditação. Esse exercício deve ser feito em hora prefixada, exigindo, assim, uma prévia organização. Esse compromisso ajudará a mente viciosa, no cotidiano e no frívolo, a criar hábitos de disciplina mental, preparando-se para o bem.

Temos percebido que esse exercício traz bons resultados quanto à disciplina dos pensamentos e à criação de recursos para a substituição destes. Indicamos a leitura e reflexão dos livros *Agenda Cristã* ou *Sinal Verde*, ambos de André Luiz, que contêm pequenos parágrafos e de fácil entendimento. A pessoa deverá escolher um horário de acordo com sua organização diária, quando não será incomodada. Fazer a leitura de um

único parágrafo, refletindo sobre ele: "Que ensinamentos me traz?" "Que sentidos me oferece?" "Como o compreendo?" Sugerimos que escreva sobre sua reflexão, o que fará com que seu pensamento se volte para o que está fazendo no momento.

Nosso entendimento para o aconselhamento desse exercício se deu a partir das orientações de Léon Denis em *O problema do Ser, do Destino e da Dor*, na terceira parte, quando fala da disciplina do pensamento e da reforma do caráter. Convida-nos a estar em contato, pelo pensamento, com os escritores de gênio de todas as épocas e países, por meio da leitura e meditação de suas obras, impregnando-nos da substância da sua alma. Afirma que *"as radiações de seus pensamentos despertarão em nós efeitos semelhantes e produzirão, com o tempo, modificações de nosso caráter pela própria natureza das impressões sentidas"*. Mas não basta simplesmente ler toda a obra com a impulsividade de nosso ser. Julgamos importante transcrever toda a orientação do autor: *"É necessário escolhermos com cuidado nossas leituras, depois amadurecê-las e assimilar-lhes a quintessência. Em geral lê-se demais, lê-se depressa e não se medita. Seria preferível ler menos e refletir mais no que se leu. É um meio seguro de fortalecer nossa inteligência, de colher os frutos de sabedoria e beleza que podem conter nossas leituras. Nisso, como em todas as coisas, o belo atrai e gera o belo, do mesmo modo que a bondade atrai a felicidade, como o mal atrai o sofrimento. O estudo silencioso e recolhido é sempre fecundo para o desenvolvimento do pensamento. É no silêncio que se elaboram as grandes obras. A palavra é brilhante, mas degenera demasiadas vezes em conversas estéreis, às vezes malélicas; com isso, o pensamento se enfraquece e a alma esvazia-se. Ao passo que, na meditação, o Espírito se concentra, volta-se para o lado grave e solene das coisas; a luz do mundo espiritual banha-o com suas ondas"*.

Alguns médiuns reclamam que tentam fazer esse exercício, mas não conseguem registrar nada do que leram. Manoel

Philomeno de Miranda, em *Tramas do Destino*, esclarece que tal dificuldade procede da falta do hábito salutar da leitura e da convivência com bons livros. Chama a atenção para o fato de que *"a mente viciosa, indisciplinada, acostumada ao trivial, ao burlesco e ao insensato, se recusa atenção e interesse no esforço novo. Conveniente, desse modo, insistência e perseverança"*. Sugere que se leiam pequenos textos e se façam acompanhar as leituras de subsequente reflexão da parte examinada; recomenda-se o estudo com anotação como exercício gráfico, para que não aconteça à mente entrar em ociosidade nem em recusa ao aprendizado do que foi lido.

Sendo assim, aconselhamos que o médium escolha um pequeno parágrafo e faça a sua leitura, mas que o faça com a sinceridade da alma e a atenção que possa levá-lo a perceber sua essência espiritual. Internalizando, permitindo-se sensibilizar-se pelo que lê. Léon Denis sugere que meditemos *"em direção ao ideal sonhado. Meditemos nele todos os dias, à hora certa, de preferência pela manhã, quando tudo está sossegado e repousa ainda à nossa volta, nesse momento a que o poeta chama 'a hora divina', quando a Natureza, fresca e descansada, acorda para as claridades do dia"*.

Estudo do Evangelho no Lar

"Quando o Evangelho penetra o Lar, o coração abre mais facilmente a porta ao Mestre Divino" (Emmanuel).

O que vem a ser a nossa vida no lar? Esta foi uma pergunta feita pela sogra de Pedro ao Mestre Jesus (Neio Lúcio, *Jesus no Lar*), à qual o Mestre respondeu: *"O lar é a escola das almas, o templo onde a sabedoria divina nos habilita, pouco a pouco, ao grande entendimento da Humanidade"*. A experiência tem mostrado que a família é um grande amparo para o médium, quando se encontra em harmonia, e clima de acolhimento. Sabemos que as dificuldades do médium afetam todo o núcleo

familiar, por isso, sugerimos como ação muito importante o estudo do Evangelho no lar. Muitos já realizam essa prática, mas não raros a fazem como mera formalidade. Buscamos orientar e sensibilizar para a eficácia dela quando motivada pelo desejo de harmonizar o ambiente doméstico e trazer tranquilidade às relações familiares. André Luiz, no livro *Desobsessão*, cap. 70, chama a atenção para a necessidade dessa prática compreendendo-a como "*a lâmpada acesa para todos os imperativos de apoio e do esclarecimento espiritual*".

Intervenção magnética por meio do passe

Há alguns médiuns, em relação aos quais percebemos, por intuição e pelo estudo dos seus relatos, que necessitam de uma intervenção magnética mais direcionada. Em nosso grupo acontece isso, principalmente quando há complicadores como regressão de memória que esteja causando sofrimento moral, ou, ainda, doença física instalada. Nesses casos, temos a contribuição de duas experientes companheiras, que trabalham conosco há muitos anos, que assumiram o compromisso de direcionar sua atuação mais especificamente para essa intervenção. Atuam por meio do passe, com o direcionamento voluntário do pensamento e das vibrações para o restabelecimento específico com relação ao problema em questão. Em contrapartida, deve haver por parte de quem vai recebê-lo o mesmo movimento para si próprio; assim, a vontade de ambos se conjuga para um só resultado. Com certeza, não nos faltará a intervenção direta dos Mentores Espirituais do grupo.

Dessa forma, percebemos, mais uma vez, a concretização da ideia de que os Espíritos secundam a nossa vontade: tanto os médiuns que aplicam o passe quanto aquele que o recebe direcionam sua vontade consciente para o mesmo objetivo, no intuito de reequilíbrio de funcionamento do Corpo Espiritual e do psiquismo.

Alguns médiuns relatam uma mudança significativa após o início dessa intervenção. A intenção dos médiuns passistas, que atuam como magnetizadores, se faz no sentido contrário ao proposto quando se quer que haja a emancipação da alma. Busca-se o restabelecimento da harmonia do espírito com o corpo por meio da redução do ritmo vibratório da alma, cerceando o acesso do Espírito encarnado aos seus arquivos espirituais. Percebemos nos médiuns que encaminhamos para esse tratamento a existência do que Yvonne A. Pereira denomina, no livro *Recordações da Mediunidade*, de *distúrbio vibratório*⁸, o qual seria, então, o causador de sofrimento moral e muitas vezes físico. Assim, a ação da intervenção magnética se faz para reintegrar o Espírito encarnado à sua organização física, com predomínio dos seus sentidos, com seus interesses e preocupações da atual existência.

A duração do tratamento se faz, normalmente, de quatro a seis semanas seguidas, mas esse prazo é flexível, dependendo do resultado que o próprio médium apresenta.

⁸ Falaremos mais detalhadamente sobre abalo vibratório e distúrbio vibratório no próximo tópico.

Algumas explicações: recordação do passado, abalo vibratório e distúrbio vibratório

Algo recorrente nos conflitos dos médiuns é a existência de nuances do passado no presente, com graus e intensidades que variam, com afetações diversas em suas vidas. Em função desse fato constante, resolvemos pontuar aqui, com mais detalhes, o que estudamos sobre a questão.

No livro *Recordações da Mediunidade*, cap. 3, Yvonne A. Pereira cita Kardec (*O Livro dos Médiuns*, cap. XVI, questão 193, item 3º) ao falar sobre os Médiuns Positivos. Em seu entendimento, esses médiuns possuiriam grandes forças intermediárias, tais como eletromagnetismo, vitalidade, intensidade vibratória, sensibilidade superior, vigor mental em diapasão harmônico com as forças físico-cerebrais: são mais aptos do que as demais criaturas para o fenômeno de reminiscências do passado, o que se dá por predisposições particulares. Tal esclarecimento nos leva a compreender que o fato de recordar o próprio passado reencarnatório é uma faculdade que talvez seja mediúnica. Sendo assim, poderá, quando bem desenvolvida e equilibrada, não alterar o curso da vida do seu possuidor. No entanto, quando ainda não equilibrada, é possível que venha causar lamentáveis distúrbios emocionais, como qualquer outra faculdade mediúnica. Tal situação faz com que muitos médiuns sejam considerados loucos por todas as opiniões leigas e técnicas, embora não o sejam realmente. Aqui, em sua maioria, trata-se de efeito de causas pretéritas graves. Pelo lado positivo, tal disposição natural pode ser reflexo da aquisição de mentes trabalhadas pelo esforço da inteligência, fruto do cultivo dos dons da alma. Tal diferenciação poderá ser compreendida a partir das consequências de tal recordação na vida do médium, se implica distúrbios conscienciais ou não.

A experiência tem demonstrado que a imersão no passado espiritual ocorre mais comumente em três situações: a que se faz por intervenção e acompanhamento de um magnetizador ou hipnotizador (para o bem ou para o mal); a que se faz pelo desdobramento durante o sono do corpo físico (desta nem sempre nos lembramos); e, ainda, a que se faz naturalmente em estado de vigília. Estas últimas, provocadas por estímulos cotidianos sutis (uma música, um lugar, uma pessoa, uma imagem, entre outros) ou traumáticos, são as que vêm imersas em maior carga de sofrimento moral. No entanto, o princípio que possibilita as três situações é o mesmo: um abalo vibratório.

Começamos a entender essa questão com o estudo do livro *O problema do Ser, do Destino e da Dor*, de Léon Denis. O autor considera que a alma é um foco de vibração que irá variar em intensidade e amplitude, de acordo com o grau de elevação do ser. Sendo assim, cada alma tem sua vibração particular e própria. Segundo Denis, *"as almas que vibram em uníssono reconhecem-se e chamam-se através do espaço"* – sintonia que explicaria as atrações, as simpatias, a amizade e o amor.

Com a reencarnação, as vibrações da alma, antes livres, se amortecem sob o invólucro carnal. No entanto, durante o sono, no sonambulismo (natural ou por hipnose) ou no êxtase, tanto quanto no transe mediúnico, *"desde que à alma se abre uma saída através do invólucro de matéria que a oprime e agrilhoa, restabelece-se imediatamente a corrente vibratória e o foco torna a adquirir toda a sua atividade"*. Nessa condição, o Espírito se encontra novamente em seus estados anteriores de poder e liberdade: *"Tudo o que nele dormia desperta. As suas numerosas vidas reconstituem-se, não só com os tesouros do seu pensamento, com as reminiscências e aquisições, mas, também, com todas as sensações, alegrias e dores registradas em seu organismo fluídico. É essa a razão pela qual, no transe, a alma, vibrando as recordações do passado, afirma as suas*

existências anteriores e reata a cadeia misteriosa das suas transmigrações”.

O autor continua explicando que tudo o que vivemos em nossa existência fica registrado em nós e deixa suas marcas. Isso acontece não apenas em uma única vida, mas temos registros de todas as nossas experiências, da presente encarnação e das anteriores. Tal registro se faz na forma de estados vibratórios, os quais poderiam ser comparados às camadas concêntricas observadas na secção de uma árvore. Durante o curso normal da vida, temos a impressão de que as perdemos, no entanto, quando se abre à alma *uma saída através do invólucro da matéria*, independentemente do meio pelo qual se faça, registros anteriores ficam ao alcance da nossa consciência. Acontece aqui o que denominamos recordação do passado. *“O ‘sujet’ revive o seu passado, não só com o estado de alma e associação de ideias que lhe eram peculiares nessa época, ideias às vezes bem diversas das que ele professa atualmente, com os seus gostos, hábitos, linguagem, mas também reconstituindo automaticamente toda a série dos fenômenos físicos contemporâneos daquela época. Leva-nos isso a reconhecer que há íntima correlação entre a individualidade psíquica e o estado orgânico. Cada estado mental está associado a um estado fisiológico. A evocação de um na memória do ‘sujet’ traz imediatamente a reaparição do outro.”* Essa correlação *individualidade psíquica e estado orgânico* nos ajuda a entender o mal-estar físico que pode acompanhar as regressões de memória.

O acesso a esse arquivo espiritual se faz por ação da vontade própria, manifesta seja por autossugestão ou por sugestão estranha. No entanto, há que esclarecer que, tanto em uma situação (autossugestão) quanto em outra (sugestão estranha), deverá ter a aceitação da pessoa; sendo assim, podemos concluir que ninguém lembra sem querer. Aberta a saída à alma, a vontade faz reviver uma lembrança pertencente a um período de nosso passado, surgindo com ela *“todos os*

fatos de consciência que têm conexão com esse mesmo período”, os quais se desenrolarão em uma concatenação metódica.

Léon Denis fala da ação magnética, por meio da sugestão, que altera o ritmo vibratório da alma, possibilitando, assim, uma *saída* para esta (sua emancipação), o que possibilitaria pôr em movimento as potências vitais adormecidas, os sentidos psíquicos e as faculdades transcendentais.

Abalo vibratório

Nossos estudos e observações têm mostrado que, na maioria dos médiuns aos quais nos referimos aqui, o estado mental propício ao desprendimento é a abstração, no qual a mente viciosa permanece atenta ao que lhe interessa, ao que lhe prende a atenção de forma natural e inconsciente, sendo esse estado quase uma constante, o que os faz mais vulneráveis à imersão no passado, inclusive em estado de vigília, ou seja, fora da situação de sono do corpo físico ou magnetização na reunião mediúnica.

Nesse sentido, gostaríamos de chamar a atenção para o que Léon Denis, no livro *O problema do Ser, do Destino e da Dor*, denomina **abalo vibratório**: *“Esse abalo, acelerando o movimento rítmico, tem por efeito restabelecer a relação entre a consciência cerebral e a consciência profunda, relação que está interrompida no estado normal durante a vida física. Então as imagens e as reminiscências armazenadas podem reanimar-se e tornar-se novamente conscientes; mas, ao despertar, a relação cessa logo, o véu torna a cair, as recordações longínquas apagam-se pouco a pouco e tornam a entrar na penumbra”*. Para o autor, a explicação para muitos acontecimentos que envolvem o ser se explica pela *“diferença dos movimentos vibratórios que ligam a alma e o seu corpo psíquico ao cérebro material”*.

Distúrbio vibratório

O que a experiência tem-nos mostrado é que, passado esse primeiro **abalo vibratório**, que permite o acesso natural aos registros espirituais, muitos médiuns não têm logrado o restabelecimento do equilíbrio alma-corpo, o que tem como consequência um estranhamento diante da encarnação atual. Muitos dizem não se reconhecer no corpo que ocupam, nem seus familiares, nem suas relações presentes; com isso, se torna comum a rejeição à vida e, com ela, uma gama de sofrimento, podendo mesmo levar à doença física. Percebemos, assim, a configuração do **distúrbio vibratório**, estudado por Yvonne A. Pereira no livro *Recordações da Mediunidade*, e que se constitui de forma diferenciada do abalo vibratório.

O abalo vibratório se caracteriza como uma facilidade da mente de estabelecer relação entre a consciência cerebral e a consciência profunda, mediante um estímulo adequado (faculdade da alma que possibilita a relação entre a consciência cerebral e a consciência profunda); já o distúrbio vibratório se caracteriza por um **desequilíbrio vibratório**. Como explica Yvonne A. Pereira: *“Um distúrbio vibratório poderá ter várias causas, e uma delas será o próprio suicídio em passada existência. Um distúrbio vibratório agudo poderá ocasionar um estado patológico, um transe cataléptico, tal o médium comum que, quando esgotado ou desatento da própria higiene mental ou moral (queda de vibrações e, portanto, distúrbio vibratório), dará possibilidade às mistificações do animismo e à obsessão”*. Este último pode ser suscitado em função de alguma lembrança despertada pelo primeiro, o que não é raro acontecer. Após o despertar de uma lembrança, o médium pode se entregar a sofrimentos morais que acabam por caracterizar esse desequilíbrio. Nesse caso, a renovação mental será a terapêutica psíquica recomendada, uma vez que essa influi poderosamente no sistema de vibrações nervosas, possibilitando, assim, o retorno ao equilíbrio.

Um caso de desequilíbrio vibratório foi narrado no livro *Árdua Ascensão*, de Victor Hugo, no cap. 2, quando a menina Augusta, em um momento de introspecção sofrida, rompe com "*os depósitos do inconsciente, onde se arquivam as existências pretéritas, passando a viver conflitos difíceis de ser elucidados. Misturavam-se-lhe, no campo das ideias, as impressões mais vigorosas do ontem, portanto, mais deprimentes, com os acontecimentos atuais, atordoantes e desagradáveis*". Percebemos, então, que os acontecimentos da presente existência podem oferecer os estímulos que abrem os arquivos e despertam as lembranças do passado, somando-os. Vemos também a ação do pensamento sobre nossas vibrações. Os pensamentos, em verdade, não se reportam exatamente às experiências traumatizantes sofridas no passado, eles são as representações das associações feitas por nós em relação às impressões de desconforto registradas pelo consciente, mas que, alimentadas pelo desespero, nos levam ao desequilíbrio.

Infelizmente, muitos médiuns desconhecem a ação e soberania do pensamento. Muitas pessoas acreditam em Deus, fazem preces, buscam a Sua ajuda. Basta, porém, que uma preocupação qualquer lhes chame a atenção, lhes ocupe a casa mental para se esquecerem de que confiam em Deus, que a tudo provê. Entregam-se, em desespero, a esses pensamentos e as consequências são marcadas por dores e sofrimentos, muitas vezes prolongados e desnecessários. Nesses momentos, quando a pessoa, não importa o motivo, entra no estado de desequilíbrio, é necessário lembrar-se de todo o conhecimento adquirido pelos estudos, toda confiança em Deus que a fé raciocinada proporciona, e sair para a sua realidade atual, a que a *soberania da encarnação* determina, empurrando o passado de volta para seu devido lugar.

Uma situação que ilustra essa soberania é o sonho vivido por uma companheira de trabalho, no qual ela encarnava uma personalidade sua do passado que gozava de grande prestígio social. Sentia-se, vestia-se e se comportava como aquela

personagem, no entanto seu caráter era duvidoso; ela o sabia. Em seu sonho, corria apavorada, pois era perseguida por Espíritos que a acusavam e ironizavam seus títulos sociais. Essa perseguição durou intensos e dolorosos momentos. Muito aflita, ela já não sabia como fugir, nem se defender. E, sem que houvesse racionalizado, ela se lembrou da atual existência e prontamente inquiriu: "E hoje, eu não valho nada?" Como num passe de mágica, os Espíritos se afastaram. A condição moral da atual encarnação, ao ser solicitada, impôs respeito e a libertou dos perseguidores.

André Luiz, no livro *No Mundo Maior*, cap. 8, fala das recordações remanescentes dos dramas vividos no passado, que se manifestam como ações reflexas da alma, emergindo de um vasto e intricado túnel de sombras. Chama a atenção para o fato de que *"Se o mal demanda tempo para fixar-se, é óbvio que a restauração do bem não pode ser instantânea"*. Destaca, assim, a importância da disciplina e a persistência no bem, a fim de substituir as energias deletérias por energias positivas, surgidas do trabalho sincero no bem.

Quanto à ação no bem, o ensino dos Espíritos nos convida a examiná-la com atenção. Convida-nos a pensar, descrever, analisar, mas também a não nos permitir o divagar demasiado dos pensamentos, para que não nos embaracemos em nossas ações. Destaca que a existência no plano material deverá ser usada como alicerce para que possamos construir, com firmeza e equilíbrio, o edifício sólido do êxito, com a argamassa do bom ânimo, composta pelo esforço, qualificada pela vontade e embelezada pelo amor.

Segunda parte

Estudo de casos

Nesta parte do livro, apresentaremos alguns estudos de casos que foram registrados ao longo dos anos no atendimento aos médiuns e outros mais recentes que foram notados a partir dos encontros com o Grupo de Apoio aos Médiuns.

Caso 1

Uma médium me procurou para conversar sobre sua participação na reunião mediúnica.

Começou a narrar sua história de vida. Desde a adolescência, lembrava-se, nunca gostou da vida. Sentia-se fora do mundo, fazendo coisas por fazer, sem sentir prazer em nada. Acordava durante a noite, sem conseguir mover o corpo, gritava, gritava e a voz não saía. Fechava os olhos e pensava: "vou dormir e quando acordar estarei melhor". Em alguns momentos sentia que a vida não lhe pertencia, nem a mãe, nem os irmãos, nada era seu. E os dias se passavam entre uma tormenta e outra. Tinha, porém, um arrimo moral, seu pai. Quando este retornou à Pátria Espiritual, sentiu-se sem referência e só. Sentiu um peso muito grande ao ter que se responsabilizar pela própria vida, a dos irmãos e a da mãe, que passaram a ver nela seu apoio. Naquela mesma época, passou a assistir às Reuniões de Estudo do Evangelho em uma casa espírita. Teve acesso ao conhecimento sobre mediunidade, no entanto tinha horror à ideia de ser médium. Estudando a mediunidade deu-se conta de que muito do que sentia de estranho e inexplicável não passava de fenômenos mediúnicos. No entanto, a ideia de ser médium ainda a apavorava, pois estava ligada a sofrimentos, medos, desconhecimento sobre o assunto. Mesmo assim, continuava os estudos da Doutrina

Espírita. Iniciou o Curso de Orientação e Educação da Mediunidade – COEM⁹) e posteriormente ingressou em um grupo mediúnico. O trabalho mediúnico revelou-se um tormento. Chorava a semana inteira, detestava tudo que sentia. Criticava todas as manifestações que ocorriam através dela. Quando entrava no transe mediúnico, sentia-se gelada, paralisada; dava passividade, o Espírito manifestante era doutrinado e mesmo após a doutrinação permanecia o esfriamento, ficando assim até o final da reunião. De retorno ao lar, somente após algumas horas voltava a sentir-se “normal”. Disse que isso também acontecia durante a noite, acordando com o corpo frio, “batendo queixo”, totalmente desesperada. Sentia-se um “ET”, pois era diferente das outras pessoas. No grupo mediúnico enfrentava a crítica e a desconfiança, pois tudo questionava, sentia-se um incômodo, ao mesmo tempo em que não era acolhida incondicionalmente pelos participantes, já que estes não compreendiam o que estava acontecendo. Convidei-a para participar dos estudos no Grupo de Apoio aos Médiuns. Aqui começou a perceber que não era “anormal”, pois viu que existiam outras pessoas com situações semelhantes. Com o passar do tempo, a médium decidiu que gostaria de mudar de grupo mediúnico, pois suas relações com aquele de que participava estavam muito sensibilizadas. Foi então para outro grupo, que, tendo conhecimento da sua história, se propôs a ajudá-la. Continuei a acompanhar sua caminhada. Após muito estudo e pedido de orientação dos Espíritos Protetores do grupo, decidimos, juntas, que ela deveria fazer um exercício, pela vontade consciente de mudar o foco do seu trabalho. Não mais trabalharia com psicofonia, pois esta lhe trazia sofrimento, passaria a trabalhar no apoio ao grupo, principalmente ministrando passes aos médiuns que necessitassem.

⁹ Estudo oferecido pelo IDE aos seus participantes, que tem como objetivo primeiro o estudo da mediunidade e suas manifestações.

A decisão de mudar o foco de trabalho da médium deu-se a partir das nossas conversas e seus relatos sobre a facilidade indisciplinada que tinha de desdobramento. Entrava em transe com muita facilidade e frequência, não só nas reuniões mediúnicas, mas em outros lugares, inclusive em casa. Qualquer situação era motivo para que ela se abstraísse e tornasse alvo vulnerável às ações dos Espíritos. Esse estado frequente de abstração (transe) configurava um quadro patológico para a médium, que se via imersa em sofrimento físico e moral.

Buscamos entender tal situação, o que se deu a partir dos estudos de *O Livro dos Médiuns*, cap. XVIII, questão 221, na qual Kardec esclarece que o exercício da mediunidade para algumas pessoas é mais prejudicial que benéfico. Kardec explica que há casos em que *“é prudente a abstenção, necessária mesmo, ou, pelo menos, o exercício moderado, tudo depende do estado físico e moral do médium”*. E continua no item seguinte: *“Há pessoas relativamente às quais se devem evitar todas as causas de sobre-excitação e o exercício da mediunidade é uma delas”*. Sendo, portanto, inconveniente o transe mediúnico. Na médium em questão, bastou o deslocamento do foco do trabalho no grupo mediúnico. Ela deixou de exercer a mediunidade de psicofonia, no entanto direcionou suas forças mediúnicas para o auxílio aos outros médiuns. Hoje essa médium continua trabalhando em um grupo mediúnico, é uma auxiliar imprescindível, transmite confiança aos companheiros e é aceita por todos. Não que seus conflitos já estejam todos resolvidos, mas tem-se esforçado para aprender a vencer uma batalha de cada vez. Sente-se bem no grupo, o que lhe dá segurança e uma relativa tranquilidade.

Tratamento magnético e vontade consciente

Em seu tratamento, paralelo ao estudo e análise das diversas situações apresentadas no Grupo de Apoio, a médium

passou por um tratamento magnético com finalidade específica de ajuste das suas vibrações.

Esse tratamento exige um movimento da vontade consciente, tanto de quem aplica o passe quanto de quem o recebe. Buscamos orientação em *A Gênese*, de Allan Kardec, ao tratar no cap. XIV sobre os fluidos, sua manipulação pelos Espíritos encarnados e desencarnados e a ação destes sobre a vida humana. Kardec explica que, na manipulação dos fluidos em prol da cura, o agente propulsor é o Espírito encarnado ou desencarnado e que sua ação dependerá da energia da vontade que provoca a emissão fluídica, a qual será direcionada pelas intenções que animam os envolvidos. A partir das explicações de Kardec, percebemos que há aqui uma combinação de fluidos espirituais (emitidos pelos Espíritos Superiores) e fluidos humanos (emitidos por quem aplica o passe). Os fluidos são direcionados pela vontade consciente dos envolvidos, para o fim específico de ajuste das vibrações do "paciente", restabelecendo-lhe o equilíbrio.

É ainda Kardec, no mesmo livro, cap. XIV, quem nos explica o mecanismo dessa ação ao estudar a cura da mulher hemorroíssa que toca a túnica de Jesus e, então, se vê curada: *"A razão disso é simples. O fluido, sendo dado como matéria terapêutica, deve atingir a desordem orgânica para repará-la; pode ser dirigida sobre o mal pela vontade do curador, ou atraído pelo desejo ardente, a confiança, em uma palavra, a fé do enfermo. Com relação à corrente fluídica, o primeiro fato tem o efeito de uma bomba premente e o segundo o de uma bomba aspirante. Algumas vezes, a simultaneidade dos dois efeitos é necessária, outras vezes, uma só basta; foi o segundo que ocorreu nesta circunstância"*.

Buscamos a combinação da ação da vontade dos Bons Espíritos, do médium passista e do médium "paciente", de forma que tal ação pudesse ter eficácia duradoura. Sendo assim, nesse tratamento, há a necessidade de que o "paciente" tenha consciência do mecanismo pelo qual ele se processa e do

objetivo a ser alcançado, pois sua participação é imprescindível para a ativação da ação da sua vontade consciente, que então será uma “voz de comando” que o ajudará a reagir. É a vontade esclarecida agindo a favor do reequilíbrio do médium.

Não há um prazo pré-estipulado para a duração desse tratamento; sua evolução dependerá principalmente da mudança de comportamento do próprio “paciente” em direção ao equilíbrio. Juntamente com essa ação magnética direcionada, foi recomendado o estudo e oração disciplinados, com hora marcada. Sugerimos que a médium escolhesse um horário de sua preferência e diariamente se dedicasse ao estudo e à oração e reflexão sobre os ensinamentos de Jesus. A intenção principal era, além da disciplina mental, que ela tivesse recursos a que recorrer nos momentos de dificuldades e assim pudesse ter um reequilíbrio real, podendo ter suas relações espirituais e materiais restabelecidas.

Sonambulismo e mediunidade

Outra situação que nos permitiu um estudo sistematizado, nesse caso, foi o fenômeno de esfriamento no trabalho mediúnico, que acontecia tanto durante como após o transe mediúnico.

Ao tratar sobre sonambulismo, em *A Gênese*, Kardec esclarece que o Espírito em estado sonambúlico, em sua “*febril atividade, atrai a si, por assim dizer, o fluido perispiritual, que, retirando-se da superfície, produz aí uma insensibilidade momentânea. Poder-se-ia também admitir que, em certas circunstâncias, no próprio fluido perispiritual uma modificação molecular se opera, que lhe tira momentaneamente a propriedade de transmissão*”. Embora não fosse um médium sonambúlico na acepção da palavra, o princípio a reger o fenômeno era o mesmo. E, nesse sentido, no caso dessa médium, o fenômeno do esfriamento vinha quase sempre acompanhado da imobilidade. No entanto, o que mais a

incomodava era a primeira sensação. Uma possibilidade de compreensão desta questão se dá na explicação de Kardec, sobre a retirada do fluido perispiritual da superfície⁽¹⁰⁾ (imobilidade) e pela alteração molecular ocorrida (esfriamento).

Tal compreensão pode ser ampliada a partir do estudo de *Nos Domínios da Mediunidade*, cap. 11, no qual André Luiz, ao tratar do desdobramento em serviço mediúnico, relata que o médium, ao desdobrar-se, tinha seus membros inteiriçados; eles ficavam imóveis. Na situação descrita, o autor esclarece que o perispírito apresentava irregularidade, uma vez que havia absorvido certas faixas de força pertencentes ao corpo carnal. Eram eflúvios vitais que asseguravam o equilíbrio entre a alma e o corpo de carne. Sob a ação magnética do mentor Clementino, o médium devolveu essas energias ao corpo, garantindo-lhe, assim, o calor *indispensável*.

Em *Recordações da Mediunidade*, ao estudar quadros de doenças mentais, Yvonne A. Pereira explica que muitos daqueles casos considerados incuráveis pela medicina assim se conservarão, pois se trata de médiuns cujas forças mediúnicas se encontram ainda em elaboração. Aponta essas forças como agentes transmissores, os quais são a eletricidade, o magnetismo e o fluido vital. Essas são as mesmas propriedades particulares do perispírito, que também é força. Explica que, para que o efeito mediúnico se realize de forma normal, há que ter vibrações capazes de se conjugar com as vibrações excelentes do invisível, implicando que aquelas propriedades vibram harmoniosamente entre si e com o sistema nervoso do próprio médium. Quando isso não acontece, configuram-se diversos quadros de doenças mentais. Como explica no mesmo livro: "*Pode acontecer que a força trinitária de que se reveste o perispírito, sede da mediunidade, não realize ainda a harmonia do conjunto vibratório, diapasão normal necessário ao feito transmissor mediúnico. Exemplo: o fluido vital excessivo para o*

¹⁰ Kardec usa o termo *superfície* para fazer referência ao corpo físico.

grau delicado do magnetismo, essência transcendente, não permitirá o diapasão harmonioso de vibrações exigido para o equilíbrio da faculdade. Pode acontecer que o grau de eletricidade existente no perispírito constitua força excessiva; que a função mediúnica excitará ainda mais, atingindo as glândulas cerebrais, enfermado-as. Assim sendo, não possuindo ainda o perispírito o necessário equilíbrio de forças para o fenômeno da transmissão mediúnica, nada mais será que um aparelho defeituoso; que tende a se aprimorar com o tempo para as funções normais, onde a mediunidade é das mais importantes”.

No caso que aqui estudamos, não entendemos que se trate de um quadro de doença mental. Buscamos a explicação de Yvonne A. Pereira para compreender que tanto o esfriamento quanto a imobilidade podem acontecer em função da desarmonia vibratória envolvendo esta força trinitária (eletricidade, magnetismo e fluido vital) e que o direcionamento adequado do trabalho mediúnico poderá levar ao equilíbrio. Da mesma forma, uma condução inadequada poderá levar à enfermidade mental.

A experiência do trabalho com médiuns nos mostra que tal situação, tanto de esfriamento quanto de imobilidade, ocorre particularmente com médiuns iniciantes, que ainda não sabem conduzir adequadamente suas forças mediúnicas. No entanto, quadro muito semelhante acontece com médiuns em desequilíbrio. Sendo assim, há que se conhecer a história do médium, sondar seus conhecimentos e sua força de vontade disciplinada no trabalho com a mediunidade.

O afastamento do trabalho mediúnico

Há casos em que o afastamento do trabalho mediúnico propriamente dito é o mais aconselhável. Foi o que registramos em relação a outra médium que veio nos procurar, apresentando um quadro de desconforto com sintoma

mediúnico e desarmonia vibratória. Essa médium, entre outras coisas, ao se olhar no espelho, não reconhecia a imagem refletida como sendo a sua. Isso lhe trazia grande crise existencial.

Ao ser orientada e fazer o Curso de Orientação e Educação da Mediunidade, equilibrou-se. No entanto, ao ir para a Reunião Mediúnica Experimental, que acontece como complemento do curso, os sintomas voltaram.

Nesse caso específico, entendemos que seria melhor que ela, naquele momento, se afastasse dos trabalhos em reunião mediúnica, uma vez que, como explica Kardec, aquela atividade lhe era prejudicial.

Os Bons Espíritos, ao tratar da aceitação e resignação diante da vida, nos lembram que uma das maiores virtudes que podemos ter no mundo, por ocasião de uma existência, é a resignação; saber vencer os obstáculos desta vida sem reclamar e sem blasfemar contra Deus, pois somente assim viveremos perto do nosso Pai, lutando contra as tentações que aparecerão em cada reencarnação. Jesus nos ensinou que devemos *"orar e vigiar para não cairmos em tentação"*.

Este alerta se torna imprescindível para médiuns que vivem situações semelhantes à descrita neste texto, pois toda a sua existência é permeada por esses fenômenos, sejam eles existenciais, anímicos ou mediúnicos.

Ocorrendo de forma cíclica, exigem da pessoa uma luta árdua e constante na manutenção do equilíbrio tão desejado. Muitas vezes, o esforço se torna exaustivo e a pessoa cai, tornando-se presa fácil do desânimo.

Importantíssimo saber que, no trato com os doentes de toda sorte, da alma ou do corpo, o cansaço que os acomete ao longo da vida deve ser combatido, utilizando todos os recursos ao alcance, sabendo que, mesmo com seu esforço, alguns problemas serão amenizados, mas não resolvidos.

Desalento

Desalento é enfermidade moral, instala-se utilizando pretextos vários em que se apoia, para o nefando mister da destruição da vida.

Alerta

- Chega sorrateiro e modifica a paisagem interior, minando resistências e sombreando ideais antes clarificados pelo sol do otimismo.

Justificativas

- Alegações falsas promovem a fuga ao dever e à responsabilidade;
- Identificação com os insucessos passados ocasiona má vontade com que destroça as florações da alegria nascente;
- Adiante arregimenta as deficiências alheias, a fim de eximir-se de maiores comprometimentos com a ação relevante.

Consequências

- Cansaço injustificável – enfermidades imaginárias;
- Instila apatia, grassando como desinteresse mórbido;
- Favorece o desgoverno da ordem como árbitro da indiferença enfermiça;
- Aniquila os que lhe caem nas faixas estreitas por contínua intoxicação mental, que termina em processos penosos de distonia psíquica e descontrole emocional;
- Raramente se apossa por meio de ataque violento;

- Dissimulador, acoberta-se maneiroso, com habilidosas justificações.

Prevenção

- Previne-te contra as artimanhas desse adversário soez (vil, torpe, reles) sempre à espreita;
- Não te negues prudência e entusiasmo.

“Se o trabalho te parece desagradável, reajusta os setores e interesse e renova-te. Caso estejas cansado, busca motivação estimuladora e prossegue.” (Joanna de Ângelis, Celeiro de bênçãos, cap. 14.)

Caso 2

Ao adentrar certos recintos, ou ao aproximar-se de determinadas pessoas, alguns médiuns sentem-se estranhos, têm reações variadas, alguns até mesmo entram em estado de abstração/transe. Tais médiuns são pessoas altamente impressionáveis, e, não tendo conhecimento e/ou não sabendo que podem resistir, cedem com generosidade (até mesmo inconscientemente) suas possibilidades mediúnicas, não raras vezes, em desequilíbrio.

Apresentamos aqui dois casos em que essas situações aconteciam. Nesses casos, em particular, percebemos que tais comportamentos eram frutos da falta de esclarecimento e da crença de que "é assim que deve funcionar", sem mais questionamentos ou estudos.

No primeiro caso, uma companheira, que tinha chegado em nossa casa espírita havia pouco tempo, nos procurou dizendo sentir grande constrangimento quando recebia o passe, pois tinha uma reação diferente das outras pessoas. Ao entrar na sala e "tomar" o passe, seu corpo estremecia como que em choque, o que era visível a todas as pessoas.

Diante do exposto, perguntei se ela já havia sido orientada sobre como lidar com a situação. Disse já ter feito alguns tratamentos, mas que tinham sido de pouca valia.

Nesse primeiro momento, procurei saber seu nível de conhecimento sobre a questão, o esforço despendido e o empenho em se ajudar.

Conhecer o que a pessoa que nos procura sabe sobre sua situação torna-se fundamental ao pensar nas possibilidades de ajuda para que essa seja eficaz. A companheira, apesar de nova em nossa casa, já tinha participado de outros grupos espíritas. Mas, pelo que me revelou, pouco havia estudado sobre mediunidade, fluidos ou passe. Foi, então, que de forma positiva, firme, falei a ela: "Você não precisa sentir isso!"

Surpresa com esta informação e sentindo o impacto da nossa certeza ao transmitir-lhe tal pensamento, acreditou que, de fato, poderia ser diferente. Expliquei-lhe que essa reação era desnecessária, e que ela poderia perfeitamente receber a transfusão de energia (passe) sem os incômodos. Tal reação, possivelmente, era consequência de hábitos aprendidos e que foram se consolidando em seu modo de comportar-se durante o passe. Para auxiliá-la, recomendei-lhe exercícios disciplinares de oração e leitura com hora marcada.

O segundo caso é de uma companheira que, após muito tempo frequentando casas espíritas, estudando e recebendo orientações, relatou-me que, ao iniciar qualquer atividade para a qual fosse necessária a concentração no aprendizado, automaticamente entrava em estado de abstração, começando pelos intermináveis e desconfortáveis bocejos, seguidos de entrega e até mesmo de transe mediúnico.

Agi com ela no mesmo sentido descrito acima. Inicialmente buscando saber sobre seu conhecimento em relação à situação, orientando-a e recomendando os exercícios de disciplina mental; neste caso, além da oração e leitura, recomendei-lhe os exercícios conscientes de respiração. A intenção era, primeiro, que a médium pudesse se concentrar sem, no entanto, entrar em estado de abstração ou transe, quando não necessários; e, ainda, que aprendesse a controlar seu comportamento, eliminando os bocejos e ruídos.

Importante ressaltar que essas duas pessoas, após serem esclarecidas e seguir as orientações educativas, conseguiram mudar o comportamento, eliminando as situações de desconforto. Tanto em um caso quanto no outro, percebemos que se tratava de falta de conhecimento quanto à situação. As duas médiuns já se encontravam em condições de receber ajuda; bastou o esclarecimento. Havia o empenho e desejo sincero de mudança de comportamento, bastando somente a elucidação segura. Como diz Léon Denis, "*somos o que pensamos*"; assim, em um movimento de mudança, nossa ação

consciente, conduzindo nossos pensamentos, é o mais forte elemento do sucesso.⁽¹¹⁾

Esclarecimento, educação e disciplina mediúnica

Nos dois casos relatados, a presença de tremores e bocejos se faz de forma paradoxal, pois, ao mesmo tempo em que sabemos que não são necessários, revelam que algo está acontecendo, visto que muitos médiuns buscam orientação a partir dessas manifestações. A conversa se fez direcionada à aprendizagem em percepção dos fluidos, sem alimentar atavismos, nem criar viciações comportamentais, o que é desnecessário e se torna inconveniente. Os comportamentos relatados são mais comuns em situações em que o médium esteja iniciando seu desenvolvimento mediúnico; no entanto, podem se prolongar por uma atitude repetitiva.

Em situações como as descritas aqui, particularmente por se tratar de pessoas que já participavam havia mais tempo de grupos mediúnicos, há que falar à razão, com firmeza, de tal forma que a vontade consciente presente possa se sobrepor e orientar a mudança da ação mental e do comportamento. Ao longo da sua existência, o Espírito desenvolve hábitos e seu psiquismo se acostuma a agir e reagir de uma ou outra forma diante de certos estímulos exteriores. Em se tratando de médiuns, esses registros, por sua natureza fluídica, podem ser mais exaltados, chegando mesmo ao incômodo.

Manoel Philomeno de Miranda, no livro *Temas da vida e da morte*, é bem claro: *“Os pensamentos largamente cultivados levam o indivíduo a ações inesperadas, como decorrência da*

¹¹ Importante explicar nossa afirmativa de que essas duas médiuns já se encontravam em condições de receber ajuda. Essas condições estão à disposição delas para alterar o próprio comportamento. Elas realmente queriam mudar; apenas não sabiam como fazê-lo. Situação diferente de outras pessoas que nos procuram na esperança de que “autorizemos” ou “validemos” seus comportamentos. Buscam por informação, mas ainda não estão dispostas a entendê-las ou segui-las.

adaptação mental que se permitiu. Desencadeada a ação, os efeitos serão incorporados ao modus vivendi posterior da criatura. E mesmo quando não se convertem em atitudes e realizações por falta de oportunidade, aquelas aspirações mentais, vividas em clima interior, apresentam-se como formas e fantasmas que terão de ser diluídos por meio de reagentes de diferente ordem, para que se restabeleça o equilíbrio do conjunto espiritual. Conforme a constância mental da ideia, aparece uma correspondente necessidade da emoção”.

Essa “constância mental da ideia” age em uma espécie de retroalimentação⁽¹²⁾ psíquica, em que uma situação que pode começar por imitação ou por sugestão do próprio ambiente, ao ver os outros fazerem ou ouvir falar que significa, por exemplo, doação de fluidos ou mediunidade ostensiva, pode se transformar em um hábito. A reincidência desses hábitos ao longo de muitas existências pode constituir-se em uma atitude viciosa de mais difícil mudança.

Em se tratando de percepção fluídica, que se pode entender como o fenômeno da mediunização⁽¹³⁾, quando foram desenvolvidos hábitos apresentados por meio de reações corporais (bocejo, tremores, lacrimejar dos olhos), há que se fazer um movimento (re)educativo disciplinar no intuito de substituir esse *modus vivendi*, por outra atitude.

A mudança de atitude exige, primeiramente, que o médium tenha conhecimento da situação, o que ocorre pelo esclarecimento e ainda pela aceitação da possibilidade de registro dos fluidos sem a necessidade dessas reações exteriores, o que, contudo, não implica deixar de registrá-los ou deixar de “desenvolver a mediunidade”. O exercício constante,

¹² Modificação em sistema, comportamento ou programa, por efeito das consequência(s) ou resposta(s) à ação do próprio sistema, comportamento ou programa (Aurélio, Dicionário da Língua Portuguesa).

¹³ Tal qual descrito por Kardec em *O Livro dos Médiuns*, cap. XIX, questão 225: “Atuando sobre aqueles a quem mediunizamos”.

impulsionado pela vontade consciente, supre o hábito construído anteriormente, de tal forma que, progressivamente, uma nova atitude se torna o referencial natural do médium.

Ressaltamos que, ao falar de reações comportamentais, como o bocejo e os tremores, por exemplo, não estamos dizendo que eles deixarão de acontecer, já que estão ligados à própria capacidade de percepção mediúnica, mas o farão de forma que não se configurem em incômodo, quer seja para o próprio médium, quer seja para o grupo. Tal mudança perceptiva advém do entendimento de que essa deve acontecer dentro de uma conduta mais natural e tranquila possível.

Ao trabalhar com médiuns em situações como as descritas, há que ter firmeza de propósito, pois, algumas vezes, percebemos que esses hábitos se manifestam não só por desconhecimento, mas sustentados por uma necessidade da pessoa de chamar a atenção para si, para o que está acontecendo e que muitas vezes não consegue expor. Nesse sentido, para conhecer e estudar o perfil psicológico do médium, enquanto pessoa e Espírito, torna-se uma ação importante saber das preocupações dele e como ele lida com as manifestações. Isso porque há aqueles que o fazem porque não sabem, e outros porque se negam (ainda que inconscientemente) a receber e usar as informações em proveito próprio, mesmo tendo acesso a elas.

Quanto aos orientadores de médiuns, é importante que compreendam que essas reações indicam algo acontecendo: o registro de energias. No entanto, é preciso ter uma postura educativa, de forma que o médium se sinta seguro e supere comportamentos que possam gerar constrangimentos.

Corrigendas

"Porque o Senhor corrige ao que ama e açoita a qualquer que recebe por filho."

Paulo. (Hebreus, 12:6.)

Quando os discípulos do Evangelho começam a entender o valor da corrigenda, eleva-se-lhes a mente a planos mais altos da vida. Naturalmente que o Pai ama a todos os filhos, no entanto, os que procuram compreendê-lo perceberão, de mais perto, o amor divino.

Máxima identificação com o Senhor representa máxima capacidade sentimental. Chegado a essa posição, penetra o Espírito em outras zonas de serviço e aprendizado.

A princípio, doem-lhe as corrigendas, atormentam-no os açoites da experiência, entretanto, se sabe vencer nas primeiras provas, entra no conhecimento das próprias necessidades e aceita a luta por alimento espiritual e o testemunho de serviço diário por indispensável expressão da melhoria de si mesmo.

A vida está repleta de lições nesse particular.

- O mineral dorme.
- A árvore sonha.
- O irracional atende ao impulso.
- O homem selvagem obedece ao instinto.
- A infância brinca.
- A juventude idealiza.
- O Espírito consciente esforça-se e luta.

O homem renovado e convertido a Jesus, porém, é o filho do céu, colocado entre as zonas inferiores e superiores do caminho evolutivo. Nele, o trabalho de iluminação e aperfeiçoamento é incessante; deve, portanto, ser o primeiro a receber as corrigendas do Senhor e os açoites da retificação paterna.

Se te encontras, pois, mais perto do Pai, aprende a compreender o amor da educação divina.

(Emmanuel, Vinha de Luz, cap. 22.)

Caso 3

Uma médium me procurou relatando que, certa noite, deitou como naturalmente fazia, acordou por volta de 1 hora da manhã com mal-estar. Enquanto estava no banheiro, começou a sentir-se fraca, chegando a desmaiar. A médium já havia tido desmaios antes, por motivos de doença física, com causas bem definidas. Sendo assim, pôde comparar, afirmando que o retorno desse desmaio não foi como nos anteriores (por motivo de doença física). Segundo nos contou, o retorno se deu como se estivesse acordando, mas, sentindo ainda muita fraqueza, não conseguiu se levantar do chão de imediato. Somente após alguns minutos conseguiu levantar-se e retornou para a cama. Voltou a dormir. Durante o prolongamento do sono, sonhou com um Espírito: uma mulher morena, magra, bonita, cabelo longo, na altura do quadril, preto, liso. Nesse sonho, os acontecimentos começaram a se desdobrar deixando-a muito agressiva (atitude contraditória com seu atual comportamento), chegando mesmo a atacar “fisicamente” a mulher.

Já teve outros sonhos parecidos. Todos com algo em comum: a mulher não reage, parece ignorar a ação de agressão, o que a deixa ainda mais irritada. Nesses sonhos, o que provoca a raiva e a atitude de agressão é a percepção de que havia uma ligação afetiva entre a aludida mulher e seu marido atual.

Não temos aqui a pretensão de ficar analisando os sonhos (não somos psicanalistas; tudo ficaria no campo da especulação). Nossa intenção é a de compreender como a médium reage a tal registro e buscar caminhos para ajudá-la a superar o que, para ela, se configura como uma situação extremamente dolorosa. Pois, ao acordar e tomar consciência do registro do sonho, tem um sentimento de culpa pelas agressões e, racionalmente, compreende que, se algum dia aquela situação aconteceu, hoje não é mais assim. Hoje é uma pessoa tranquila, tem um casamento baseado no respeito e

uma família harmônica.¹⁴ O que a angustia é: "Por que isso acontece?" Por que, quando em estado de vigília, consegue compreender a situação e lidar com sentimentos de ciúme, raiva e, quando em desdobramento pelo sono, se rende a tais impressões? Como trabalhar de forma a superar essa situação que se apresenta extremamente dolorosa para ela?

Esses são questionamentos comuns a muitos médiuns, que, buscando assumir atitudes mais cristãs diante da vida atual, se deparam com provocações durante o sono que os deixam em sofrimento moral, raras vezes compreendidos e respeitados por aqueles que os cercam.

Na tentativa de ajudar essa médium, começamos a problematizar o que nos relatou e questionamos: se em estado de vigília ela repudia esses sentimentos, por que em estado de sono eles ganham tamanha força?

No intuito de compreender tal questionamento, buscamos recordar um ensinamento que nos é oferecido em *O Livro dos Espíritos*: o que significa o estado de sono e sonho?

Sobre a emancipação da alma

Na questão 401 de *O Livro dos Espíritos*, Kardec pergunta aos Espíritos se, durante o sono, a alma repousa com o corpo. A explicação nos ajuda a compreender o que se passa com a médium aqui destacada: "*Não, o Espírito jamais está inativo. Durante o sono, afrouxam-se os laços que o prendem ao corpo e, não precisando esse então da sua presença, ele se lança pelo espaço e entra em relação mais direta com os outros Espíritos*".

¹⁴ Podemos identificar a fonte desse desequilíbrio como sendo o sentimento de mágoa e revolta que intimamente alimenta em relação aos outros personagens envolvidos na situação. Interessante notar que, em estado de vigília, quando prevalece sua vontade consciente, ou seja, da personalidade atual, a médium se vê incomodada com a presença do sentimento. Percebemos que há uma luta interior consciente para superar tal sentimento, uma vez que o reconhece como causa do desequilíbrio espiritual e físico.

Na questão 402, ao questionar sobre como compreender a liberdade do Espírito durante o sono, os Espíritos explicam que: *“Quando o corpo repousa, acredita-o, tem o Espírito mais faculdades do que no estado de vigília. Lembra-se do passado e algumas vezes prevê o futuro. Adquire maior potencialidade e pode pôr-se em comunicação com os demais Espíritos, quer deste mundo, quer de outro mundo”*. E continuam esclarecendo que *“estando entorpecido o corpo, o Espírito trata de quebrar seus grilhões e de investigar no passado ou no futuro”*.

A alma, parcialmente liberta do corpo pelo mecanismo do sono, busca, no plano espiritual, por aqueles que são seus afins, outros Espíritos e lugares que a atraem qual ímã poderoso. Importante destacar que essas atrações se fazem por mecanismos tanto de afetações positivas quanto de afetações negativas. Assim, podemos ter tanto a orientação dos bons Espíritos, o encontro com amigos de outrora ou da atualidade, quanto sofrer a influência daqueles que nos cobram em função de nossos erros pretéritos ou dos dias atuais; ou, ainda, nos imantar àqueles a quem não perdoamos. Esses encontros, que nos fortalecem ou nos perturbam, interferem significativamente em nossa vida diária. Os Espíritos chamam a atenção para o fato de que o sono influi mais do que imaginamos na nossa vida (*O Livro dos Espíritos*, questão 402).

Relembradas essas orientações, podemos tentar entender o que ocorre com a referida médium e com muitos outros médiuns também.

(Re)encontros, associações de ideias e sensibilização psíquica

No livro *Nos Domínios da Mediunidade*, no cap. 24 – “Luta Expiatória”–, André Luiz apresenta um rapaz que mostrava um quadro de *“estremeções coreiformes”* (movimentos involuntários). O caso chamou a atenção dos presentes uma vez que, embora registrassem a presença de entidades de

aspecto desagradável que o observavam de longe, não percebiam nenhuma interferência magnética direta que justificasse tal agitação nervosa. Aulus, o orientador de André Luiz, explica que, quando experimentava a vizinhança daqueles “amigos transviados”, com os quais tinha ligações pretéritas, o rapaz registrava-lhes a influência nociva, o que era suficiente para que se entregasse a perturbações histéricas que lhe sufocavam a alegria de viver. E continua dizendo que o enigma que o envolvia era de *natureza mental, de origem pura e simples*, no entanto, *estava radicado à sensibilização psíquica* tanto quanto às ocorrências de ordem mediúnica. Acreditamos que esse exemplo possa nos ajudar a compreender o caso aqui descrito.

As hipóteses por nós levantadas ao tentar entender o acontecido é que, diante da situação de emancipação durante o sono, essa médium possa: 1) estar realmente entrando em contato direto com esse Espírito que estimula nela, por ação magnética, sentimentos e comportamentos de outras épocas, em relação aos quais tenta hoje se educar. Isso é possível, ao se considerar que, em estado de emancipação, suas tendências e personalidades do passado podem exercer influência mais livre sobre seu comportamento; 2) pela simples vizinhança desse Espírito, ao registrar-lhe as vibrações, ter reavivadas suas tendências pretéritas. Isso pode acontecer por associação, uma vez que, ao perceber “amigos transviados”, libera arquivos e emoções de outrora. Aqui pode ter acesso a memórias pretéritas, as quais ainda a perturbam e causam tal desequilíbrio.

Na primeira hipótese, há uma ação voluntária do Espírito sobre a médium, criando tal situação. Na segunda hipótese, não há uma ação voluntária do Espírito em causar tal constrangimento, mas sua simples presença leva a médium a tais lembranças. Na primeira, há um movimento inicial por parte do Espírito de reavivar tais arquivos; na segunda, não, esta ação é disparada pela própria médium, mas diante do

estímulo que continua o mesmo: a presença da companheira de outrora.

Lidamos com a hipótese de arquivos que estão sendo revistos, devido ao fato de que o comportamento atual da médium e seu desejo e esforço sincero de superar tal situação nos indicam, com segurança, que não se trata de comportamentos da presente existência, mas do pretérito. Aqui o mais importante é o desejo da médium de superar tal situação, quer seja se “libertando” da influência do Espírito, quer seja mudando os sentimentos negativos que ainda a prendem a essas situações de sofrimento, cobrança e violência, as quais não são mais alimentadas na presente existência.

Levantadas essas duas hipóteses, passamos a nos perguntar como poderíamos agir de forma a ajudar essa médium a construir a mudança que necessita. Sabemos que nossa atuação se limita a ouvir, refletir e analisar juntos, pois as ações para a mudança real devem partir da principal interessada, a médium. Voltamos, então, nossa atenção para o que se constitui a prioridade: a reação da médium a esses estímulos – acorda com mal-estar, sente-se perturbada com os comportamentos a que dá vida durante o sono.

Como lidar com os relatos de sonhos

Diante do relato de sonhos, se fazem necessários alguns esclarecimentos. Embora um primeiro relato do acontecido seja de fundamental importância àquele que o vive, pois o divide com outra pessoa, sentindo-se aliviado quando compreendido, não devemos nos prender a especulações de detalhes. Pela nossa própria experiência, percebemos que, à medida que se incentiva o relato repetitivo de situações como a descrita acima, e se solicita ao médium que dê mais e mais detalhes sobre o ocorrido, podem ocorrer duas situações não desejadas: a primeira é nos desviarmos do foco principal, que é a reação do médium diante de tais estímulos; e a segunda é que

incentivamos que o narrador entre em um processo de retroalimentação de tais sensações. Essa segunda acaba por se configurar em momento de sofrimento, que muitas vezes o leva a crer mais em suas fragilidades que em suas forças. O médium pode, e muitas vezes acontece, ficar preso a uma ideia fixa, levando-o a criar barreiras quase intransponíveis ao seu restabelecimento físico, emocional e espiritual.

Por isso, acreditamos que temos que observar não os detalhes da descrição, mas como o médium reage a esses registros. A descrição recorrente dos detalhes leva a uma atmosfera de especulação que não se distancia muito da "fofoca", quando na verdade ela é o menos importante. Há que ter uma narrativa que permita a contextualização do fato até o ponto em que seja possível ao médium analisar como ele reage ao que está vivendo. Não temos como agir nos sonhos, nem no passado; o que temos de concreto são as reações do médium diante do vivido. Por isso, não são as descrições a materialidade do trabalho de estudo e orientação a esse ou àquele médium, mas como ele (re)age em relação ao vivido. Em suma, o que impressiona o médium a ponto de tirá-lo de seu equilíbrio espiritual, emocional e muitas vezes físico, através da somatização, como na situação descrita aqui. Alguns estudos nos levam ao entendimento que nos tem ajudado a compreender e agir nessas situações. Um desses entendimentos é quanto à ideia de esforço e conquista.

Esforço e conquista

No livro *Caminho, Verdade e Vida*, Emmanuel nos traz uma bela reflexão sob o título de "Conversão". O Mestre recomendou a Simão Pedro que "*confirmasse os irmãos na fé, quando se convertesse*". O autor chama nossa atenção para o fato de que muitos dizem crer nos ensinamentos de Jesus, mas poucos podem declarar que estão transformados por eles. Essa é uma das reflexões que nos têm auxiliado a compreender a

relação entre esforço e conquista. Compreendemos que muitas das nossas ações na vida atual são frutos do nosso esforço em sermos pessoas melhores, mas ainda não se configuram como conquistas espirituais. Isso nos ajuda diante de situações em que, mesmo com o esforço sincero por se melhorarem, por se transformarem, ocorrem situações em que os médiuns “caem” em desequilíbrio.

Emmanuel nos apresenta o exemplo de Simão Pedro, que, mesmo tendo vivido com Jesus, presenciado muitas de suas obras, isso ainda não foi suficiente para sua transformação. Esclarece Emmanuel: *“acresce notar que Pedro sempre foi o seu mais ativo companheiro de apostolado. O Mestre preferia sempre a sua casa singela para exercer o divino ministério do amor. Durante três anos sucessivos, Simão presenciou acontecimentos assombrosos. Viu leprosos serem limpos, cegos que voltavam a ver, loucos que recuperavam a razão; deslumbrara-se com a visão do Messias transfigurado no Tabor, assistira à saída de Lázaro da escuridão do sepulcro, e, no entanto, ainda não estava convertido”*.

“Seriam necessários os trabalhos imensos de Jerusalém, os sacrifícios pessoais, as lutas enormes consigo mesmo, para que pudesse converter-se ao Evangelho e dar testemunho do Cristo aos seus irmãos.”

“Pedro sempre foi o mais ativo companheiro de apostolado”, mas suas ações ainda não eram conquistas, eram esforço de aprendizado. Seriam necessários os *“trabalhos imensos, os sacrifícios pessoais, as lutas enormes consigo mesmo”*, para que o esforço de se tornar uma pessoa melhor se transformasse em conquista espiritual.

Joanna de Ângelis, no livro *Jesus e o Evangelho – à luz da psicologia profunda*, nos incentiva ao esforço de aprendizado que se transformará em conquista. Afirma que *“na tentativa de buscar-se essa perfeição moral, já se pode sentir-lhe os efeitos salutares no íntimo, pela satisfação de encontrar-se empenhado na autolibertação e autossuperação da sombra”* (cap. “A

perfeição”). A conquista é obra do nosso esforço diário de superação da *sombra* que ainda obscurece nossos sentidos espirituais.

Mas ainda há uma pergunta que persiste: se a médium, como no caso aqui estudado, se empenha em um esforço sincero de superação dessa *sombra*, por que ainda se encontra em situações tão dolorosas, que se configuram ao seu olhar em “queda” e que muitas vezes apontam para um certo desânimo diante das dificuldades?

Entendemos, hoje, que essas “quedas”, aparentemente sinônimo de fraqueza ou de retrocesso, nem sempre o são. Tal compreensão se fez diante da ideia de catarse ou drenagem psicológica, tal qual explicado por Jorge Andréa no livro *Dinâmica Psi*. O autor esclarece que “os fenômenos anímicos e mediúnicos ainda estão desafiando a ciência, mesmo a ciência espírita, na explicação detalhada de sua mecânica e finalidade. Sem sombra de dúvidas, são fenômenos que se manifestam por uma necessidade de catarse, de drenagem psicológica. Se esta drenagem ou manifestação for sempre aproveitada, num sentido construtivo, fornecerá equilíbrio ao ser, àquele que é responsável pelos eventos”.

Continua dizendo que para “*nós, que conceituamos a vida como o resultado de etapas reencarnatórias, que são exigências pretéritas do Espírito (dívidas acumuladas) que aproveitam a catarse ansiosa de suas fontes para jorrar as energias doentes ou deletérias no exaustor da tela consciencial*”, essas aparentes quedas se configuram de forma mais instrutiva, pois são compreendidas como parte do processo de crescimento espiritual.

Ao compreender a vida como *o resultado de etapas reencarnatórias*, devemos nos deter em analisar como temos nos comportado no estágio em que nos encontramos. No caso em estudo, vemos que a médium tem-se esforçado por assumir comportamentos que lhe facultem o equilíbrio espiritual. Porém, esse esforço não anula as ações pretéritas que foram geradoras

de responsabilidades e compromissos pelos quais deve responder. Este dualismo, que muitas vezes gera confronto entre o que nos esforçamos para ser hoje e as nuances do pretérito que nos assombram, a nosso ver, seria uma possibilidade de compreensão da aparente “queda” à qual nos referimos anteriormente. Vemos nessas aparentes “quedas”, quando configuradas em situações de esforço consciente e sincero de mudança, uma catarse necessária à evolução do Espírito, ou seja, algo que faz parte da fase evolutiva em que nos encontramos. Sendo assim, optamos por uma mudança de concepção, não adotando uma postura negativa diante dela, ainda que ocorra imersão em sofrimentos muitas vezes superlativos ao médium. Buscamos compreendê-la como oportunidade de autoconhecimento, fazendo com que tomemos consciência do esforço necessário para que nosso equilíbrio espiritual se torne uma conquista. Com o passar do tempo, o exercício consciente da vontade disciplinada oportuniza ao ser humano momentos de tranquilidade, um refrigério à sua dor. Mas, ainda lembrando Jorge Andréa, isso *“pode custar, em tempo, uma vida inteira de uma etapa reencarnatória, [...], somente neutralizada em próxima personalidade, isto é, numa nova organização física”*.

Acreditando na vida enquanto etapa reencarnatória e que uma não se faz inferior à precedente, podemos acreditar que hoje somos melhores do que fomos ontem. Acreditamos também que o desequilíbrio que se configura como resultado de ações pretéritas será superado pelo conhecimento e novas ações, agora positivas, que irão substituir as dinâmicas negativas do psiquismo. Diante dessa situação, é preciso compreender que nossa personalidade atual, ou seja, a que anima a presente etapa reencarnatória, tendo por base a lei da reencarnação e o esquecimento do passado, é hoje a mais importante para nosso crescimento; por isso, é nela que devemos focar nossos interesses. E é a vontade consciente de animá-la que nos dará forças para superar as adversidades.

Aqui já podemos compreender que somos perturbados em nosso equilíbrio espiritual, porque o comportamento assumido na atual existência é mais fruto do nosso esforço do que uma conquista espiritual; por isso, não raro, caímos diante de estímulos que sejam fortes o suficiente para nos desequilibrar. Este esforço está para nossa capacidade de, em vigília, pautado no esquecimento do passado, nos esforçarmos conscientemente para sermos pessoas melhores; sua prática persistente se transformará em conquista.

Voltando à situação descrita no início desta reflexão, compreendemos que, quando em estado de sono, por termos afrouxados os laços que nos prendem à matéria, aliados ao esquecimento do passado, por vezes temos um acesso maior ou menor aos nossos arquivos e tendências de outrora. Esse acesso, juntamente com a atração que nos leva aos Espíritos que nos são afins, pode ocasionar desequilíbrios que irão se manifestar das mais diversas formas em nosso psiquismo consciente e que nem sempre nos deixam bem.

Assimilação e somatização de fluidos

Em outro episódio, narrado pela mesma médium, também na condição de sono do corpo físico, outro Espírito lhe oferece algo em um copo para beber. Percebemos que aqui, diferentemente da situação descrita anteriormente, há uma ação voluntária e consciente do Espírito sobre a médium, a entrega de um copo (imagem representativa) com algo que deveria ser ingerido.

Esta descrição nos leva a perceber que muitos de nós, em desdobraimento pelo sono do corpo físico, absorvemos, ao contato com outros Espíritos, energias que nos são dadas, voluntária ou involuntariamente.

A absorção dessas energias pode ter resultados positivos ou negativos para o encarnado, o que acaba por estabilizar ou

desestabilizar seu equilíbrio espiritual e, não poucas vezes, também físico.

A experiência tem-nos mostrado que esta afetação costuma se fazer de imediato, tanto em uma situação quanto em outra. É comum termos relatos de médiuns que, após sonhos com pontos semelhantes aos descritos acima, já acordam com o sentimento da cura ou sentindo-se mal, espiritual e emocionalmente. A somatização de energias deletérias ao corpo físico resulta, comumente, em afetação ao sistema digestório, o que pode ocorrer de imediato ou com maior demora. Registramos o depoimento de uma médium que todas as noites, durante longo tempo, se encontrava com um mesmo Espírito. Acordava sempre à mesma hora da madrugada com indisposição gastrointestinal. Neste caso fizemos dois movimentos de auxílio: a intercessão durante as reuniões do grupo mediúnico, pela médium e seu(s) companheiro(s) espiritual(is) e a orientação para uma mudança de comportamento, lembrando-a sobre a soberania da atual encarnação e que esse fenômeno não precisava continuar acontecendo, ou seja, ela poderia interromper o círculo vicioso se assim de fato quisesse. Outras afetações comuns são dores de cabeça e dores musculares sem causas aparentes.

Nesses casos, percebemos que há uma somatização⁽¹⁵⁾, que culmina na ação do corpo de expelir os fluidos deletérios, o que ocorre das mais diversas formas, sendo as mais comuns as indisposições do trato intestinal e vômitos. Pelas nossas observações e estudos, chegamos ao entendimento de que há uma absorção dessas energias durante o sono, pelos centros de força, e o tempo de manifestação delas no corpo físico está para o que poderíamos chamar de “tempo de metabolização”. Alguns se sentem bem ou mal de imediato, outros não. Diante de relatos que nos remetem a tais experiências, solicitamos ao

¹⁵ Converter experiência ou estado mental em sintoma orgânico (*Aurélio Dicionário da Língua Portuguesa*).

médium que tente buscar as causas da situação ou fatos que sempre as precedem, como, por exemplo, os sonhos. Uma situação em que pudemos registrar os resultados positivos da absorção de energias foi o de uma médium da casa, que, grávida, sonhou que teria um aborto. Durante o sonho viu-se em um hospital espiritual (interessante que a médium tinha consciência que se tratava de Espíritos e não médicos encarnados), onde lhe deram informações sobre a gravidez, fizeram uma cirurgia espiritual, medicaram-na e, antes de acordá-la, orientaram-na para que procurasse sua médica tão logo o dia amanhecesse. Assim foi feito, a médica encarnada recomendou que fosse feito um exame de ultrassonografia e detectou que havia acontecido um descolamento da placenta e tudo indicava que poderia ter acontecido o aborto, o que não houve, acreditamos por intervenção espiritual durante o sono físico.

Não nos cabe ficar questionando se o sonho é verdade ou mentira, se são criações da mente, reflexos do nosso dia-a-dia, lembranças do passado ou qualquer outra explicação que se queira dar.

Nossa atenção se volta para o estado espiritual do médium, como fica após o acordar no dia seguinte. Nesse sentido, destacamos a importância de considerar que os sentimentos e sensações experimentados no sonho já não são mais conscientemente alimentados em estado de vigília. Ou seja, a personalidade atual já se recusa a manter tais estados d'alma. Resta-nos buscar compreender como o sonho pode ser este estímulo natural ao (re)nascer dos mesmos e qual a importância deles na nossa atual encarnação. Para que e por que lembrar-se desses sentimentos e sensações?

Neste caso por nós estudado, esse sentimento surge envolto em dor. E percebemos que é exatamente essa dor que o torna consciente à pessoa. A partir daí, cabe a ela tomar a decisão do que fazer com este sentimento. Pode alimentá-lo, criando uma desarmonia íntima ainda maior, e até ampliá-la a

seus familiares, dando margem a que sua mente fique povoada por fantasmas. Pode, por outro lado, trabalhar com esse sentimento, a partir da vontade consciente, no intuito de compreendê-lo, já que o conhecer é condição para modificá-lo. Assim, o estímulo fornecido pelos sonhos deixará de sê-lo, e será superado.

Aqui vemos a dor enquanto um mecanismo de mudança do próprio sentimento. Por não querer mais aquela dor, a pessoa encontra forças para mudar os sentimentos que a causam. Deverá decidir-se pela luta, apesar das dificuldades, para sair da faixa de vibração mental do estímulo que (re)anima a dor; ou, pela acomodação, continuando a alimentar a dor, constituindo, assim, um quadro patológico. Talvez possamos compreender aqui a função da dor na nossa vida. A expressão da dor que desperta e impulsiona mudanças.

Para todas essas situações, orientamos os médiuns sobre a necessidade do preparo para dormir. Muitos profissionais falam da alimentação, do vestuário, dos ruídos, da temperatura ambiental, do mobiliário; nós falamos da preparação espiritual para se entregar com segurança à emancipação da alma que ocorre durante o descanso do corpo físico.

Aqui relembramos Emmanuel, no livro *Vinha de Luz*, quando nos convida, no cap. 87, a olhar, vigiar e orar, para que tenhamos forças para não sucumbir às tentações:

Olhai

"Olhai, vigiai e orai, porque não sabeis quando chegará o tempo." - Jesus. (Marcos, 13:33.)

Marcos registra determinada fórmula de vigilância que revela a nossa necessidade de mobilizar todos os recursos de reflexão e análise.

Muitas vezes, referimo-nos ao "orai e vigiai", sem meditar-lhe a complexidade e a extensão.

É indispensável guardar os caminhos, imprescindível se torna movimentar possibilidades na esfera do bem, entretanto, essa atitude não dispensa a visão com entendimento.

O imperativo colocado por Marcos, ao princípio da recomendação de Jesus, é de valor inestimável à perfeita interpretação do texto.

É preciso olhar, isto é, examinar, ponderar, refletir, para que a vigilância não seja incompleta.

Discernir é a primeira preocupação da sentinela.

O discípulo não pode guardar-se, defendendo simultaneamente o patrimônio que lhe foi confiado, sem estender a visão psicológica, buscando penetrar a intimidade essencial das situações e dos acontecimentos.

Olhai o trabalho de cada dia.

O serviço comum permanece repleto de mensagens proveitosas.

Fixai as relações afetivas. São portadoras de alvítilos necessários ao vosso equilíbrio.

Fiscalizai as circunstâncias observando as sugestões que vos lançam ao centro d' alma.

Na casa sentimental, reúnem-se as inteligências invisíveis que permutam impressões convosco, em silêncio.

Detende-vos na apreciação do dia; seus campos constituídos de horas e minutos são repositórios de profundos ensinamentos e valiosas oportunidades.

Olhai, refleti, ponderai!... Depois disso, naturalmente, estareis prontos a vigiar e orar com proveito.

(Emmanuel, Vinha de Luz, cap. 87.)

Estudando um pouco mais sobre o desdobramento

O estudo da situação apresentada nesta parte do trabalho nos levou a outra questão: o desdobramento.

Na questão 407 de *O Livro dos Espíritos*, Kardec questiona se é necessário que aconteça o sono completo para que ocorra a emancipação da alma. A que os Espíritos respondem: "*Não; basta que os sentidos entrem em torpor para que o Espírito recobre a sua liberdade. Para se emancipar ele se aproveita de todos os instantes de trégua que o corpo lhe concede. Desde que haja prostração das forças vitais, o Espírito se desprende, tornando-se tanto mais livre, quanto mais fraco for o corpo*".

A partir dos nossos estudos, entendemos que às pessoas não-médiuns essa emancipação é feita através do sono físico, de forma espontânea e inconsciente, da qual normalmente não se guardam lembranças após acordar. Quando ocorre o registro, normalmente é na forma de imagens de um sonho fugidio. Já em relação aos médiuns, além dessa emancipação pelo sono físico, pode ocorrer o que Léon Denis denomina de desdobramento, que é um fenômeno anímico no qual há a emancipação de forma consciente, ou seja, a pessoa guarda lembranças claras. Essa pode se dar de forma espontânea por ação individual do médium ou provocada, com intervenção de terceiros, quer sejam encarnados ou desencarnados.

Léon Denis no livro *No Invisível*, na segunda parte, item XII, ao estudar sobre a exteriorização do ser humano e sobre o desdobramento, apresenta este último como sendo o movimento de exteriorização da alma que, "*encerrada com seus tesouros na crisálida de carne, dela se evade em certas horas, se liberta das leis físicas, das condições de tempo e espaço, e se afirma em seu poder espiritual*".

Ao comparar o desprendimento da alma do corpo que ocorre durante o sono físico natural e o que ocorre durante um

sono provocado¹⁶), afirma que, no primeiro, a alma se afasta pouco, adquirindo apenas uma parte da sua independência, ficando, quase sempre, intimamente ligada ao corpo. Já na segunda forma de desprendimento, atinge várias gradações de desligamento. Explica que, quanto mais profunda a hipnose, o transe, mais a alma se desprende e eleva. Sua lucidez espiritual aumenta, sua penetração se intensifica, o círculo de suas percepções se dilata. No entanto, *"ao mesmo tempo as zonas obscuras, as regiões ocultas do 'eu' se ampliam, se esclarecem e entram em vibração: todas as aquisições do passado surgem"*. Aqui certamente encontramos uma explicação possível para os quadros de desequilíbrio que em muitos médiuns se instalam quando em situações de desdobramento que abrem à sua consciência atual o acesso a arquivos do pretérito. Alguns dos participantes do nosso grupo de apoio já tiveram essa experiência.

Temos o depoimento de um jovem médium que narra que só se dava conta de que estava desdobrado quando se via fora do corpo. Costumava tomar consciência do fenômeno quando via o corpo a uma certa distância. Disse-nos ele: "Percebo que não tenho para onde ir, o único porto seguro que tenho é meu corpo, então, me volto e deito junto dele e acordo". Quando tomava essa atitude, acordava tranquilo. Aos poucos, o médium foi estudando e tendo mais controle e serenidade sobre a situação. Outras pessoas o percebem com plena consciência. É o caso de uma médium que nos relatava que se desdobrava facilmente, conscientemente, tranquila, e percebia com clareza o momento em que estava se emancipando. Um dia, em desdobramento, encontrou-se com a filha na própria casa. Esta estava emancipada, por ação do sono físico, e, conseqüentemente, sem consciência.

¹⁶ Importante destacar aqui que o sono provocado pode sê-lo tanto por um magnetizador encarnado quanto por ação de Espíritos desencarnados. Neste segundo caso dizemos que a pessoa está mediunizada (usando expressão de Kardec, citada em *O Livro dos Médiuns*).

A mãe tentou se comunicar, no entanto, não foi notada, nem vista ou reconhecida. A filha passou por ela sem percebê-la.

Ao dar ênfase a esse fenômeno comum na vida dos médiuns, buscamos esclarecer sobre sua naturalidade. A preocupação se faz pertinente, uma vez que nem todos vivenciam o processo com tranquilidade. Como a situação em que uma médium chegou até nós com grande sofrimento, pois se via morrendo. Há muitos dias não conseguia dormir, pois ao iniciar o processo do sono se via morrendo, saindo do corpo, o que lhe causava pavor. Havia o medo de realmente morrer e não conseguir voltar, o que lhe estava causando fragilidade física e emocional. Em conversa com ela, explicamos sobre o fenômeno do desdobramento e orientamo-la a se preparar para dormir.

Outras situações que se fazem características desse fenômeno, comumente relatadas pelos médiuns, são a sensação de que o corpo está inchando, ficando muito maior que o normal; outros podem sentir-se dando voltas como se estivessem com vertigem, e outros ainda sentem-se caindo, numa queda "sem fim". Constatação realizada por meio dos relatos, comuns a muitos, é o fato de que, ao estarem deitados de barriga para cima, isso parece facilitar o fenômeno. É comum sentirem-se hirtos, sem conseguir se mover, embora a vida mental se mantenha febricitante. É comum o relato de tumulto emocional e insegurança quando são médiuns despreparados e ignorantes em relação ao fenômeno.

De tudo isso, importa saber que é um fenômeno natural, em nada devendo causar estranheza. A razão deve ser a condutora segura para a volta tranquila ao corpo e, geralmente, retorno ao sono natural. A identificação do fenômeno, pelo médium, é elemento facilitador do controle e do bem-estar nessas experiências. O pensamento e a fé devem ser os instrumentos soberanos na autopacificação: "Estou-me desdobrando, é normal. Posso controlar".

Desdobramento pode acontecer como fenômeno anímico puro, ou seja, sem interferência ou componente mediúnico visível¹⁷. Ou pode acontecer como parte de uma atividade mediúnica, por intervenção de Espíritos desencarnados.

No livro *Mecanismos da Mediunidade*, cap. 21, André Luiz apresenta situações em que um médium, desdobrado por sugestão de um terceiro, o que pode acontecer, por exemplo, nas reuniões mediúnicas, distancia-se do corpo físico, embora a ele fique ligado por um "fio tenuíssimo". O autor esclarece que, *"enquanto o carro fisiológico se detém, resfolegante e imóvel, a individualidade real, embora teleguiada, evidencia plena integridade de pensamento, transmitindo, de longe, avisos e anotações através dos órgãos vocais, em circunstâncias comparáveis aos implementos do alto-falante, num aparelho radiofônico"*. No mesmo capítulo, esclarece que médiuns que se educam para esse fim podem tornar-se preciosos instrumentos dos Benfeitores da Espiritualidade, fazendo-se interlocutores entre a esfera física e a esfera extrafísica.

Em *Nos Domínios da Mediunidade*, cap. 11, André Luiz descreve a atuação de um médium que se utiliza do desdobramento em favor do trabalho mediúnico. Aqui também há referência a um "cordão vaporoso" que mantém o médium desligado do veículo carnal, preso ao campo somático. Nesse capítulo o autor ressalta a importância do auxílio do grupo, dizendo que, *"o auxílio do supervisor, o médium foi convenientemente exteriorizado"*. E, em outro momento, afirmando que *"a oração do grupo, acompanhando-o na excursão e transmitida a ele, de imediato, constitui-lhe abençoado tônico espiritual"*. Com o sucesso do processo de exteriorização, o médium plenamente desdobrado alçou-se ao espaço, de mãos dadas com outros dois Espíritos desencarna-

¹⁷ No livro *Diversidade dos Carismas*, de Hermínio C. Miranda, pode ser encontrado um amplo estudo sobre o desdobramento, com riqueza de exemplos, tanto em situações da vida diária quanto em trabalho mediúnico.

dos. *"Desde esse momento, demonstrando manter segura comunhão com o veículo carnal, ouvimo-lo dizer através da boca física."* Findo o serviço, o médium reajustou-se: *"qual se o vaso físico o absorvesse, de inopino, acordou na esfera carnal, na posse de todas as suas faculdades normais, esfregando os olhos como quem desperta de grande sono"*.

Nesse mesmo capítulo encontramos a explicação de que uma das características do fenômeno do desdobramento é a exteriorização da sensibilidade do médium e que, se algum encarnado ferisse o espaço em que se situava a organização perispirítica do médium, este registraria, de imediato, *"a dor do golpe que se desfechasse, queixando-se disso, através da língua física, porque, não obstante liberto do vaso somático, prossegue em comunhão com ele, por intermédio do laço fluídico de ligação"*.

O caso relatado por André Luiz apresenta um médium iniciante que, com a experiência, aprenderá a manejar suas habilidades mentais em prol do serviço mediúnico.

Encerrando esta reflexão

Ao encerrar esta reflexão e tentativa de estudo mais sistematizado de alguns dos inúmeros casos envolvendo médiuns e fenômenos mediúnicos a que já tivemos acesso, pouca coisa nos resta a dizer. Talvez a mais importante de todas seja chamar a atenção dos médiuns para o fato de que muitas vezes se encontram em situações semelhantes e se desesperam, pensando que são únicos e se sentem solitários. Muitos acreditam que não podem contar a ninguém, pois não acreditariam. A estes, que saibam que não são únicos e não estão sozinhos. Que devem buscar conversar com pessoas em quem confiam e que lhes possam ajudar a conhecer o que se passa e criar estratégias de como lidar em cada uma das situações.

Muitos há que se mostram já com as características de seriedade, disciplina e desejo sincero de uma conduta no bem, mas que, mesmo assim, não poucas vezes ainda se encontram em sofrimento. A estes recordamos grandes Espíritos Médiuns que passaram pela Terra deixando-nos seus exemplos. Também fica o convite à vigilância, oração e esforço, que devem caminhar juntos, de forma consciente, tendo a atenção voltada aos exercícios disciplinares em busca do equilíbrio, de forma que esses não se façam de forma mecânica. Caso isso aconteça, eles perdem o objetivo e a eficácia. É fundamental sentirem-se motivados e sinceramente afetados pela oração e a busca de contato com seus Mentores Espirituais. Costumamos lembrar aos médiuns que participam em grupos de trabalho, estudo e/ou mediúnicos que podem contar sempre com os Mentores, que os tomam sob sua guarda e proteção.

E, talvez o mais importante, a autoaceitação. Ninguém poderá vencer as dificuldades por você; e quanto antes compreender o fato de ser médium, se aceitar como você é e empreender o esforço sincero para o equilíbrio físico e espiritual, melhor irá viver. A compreensão de que a atual

encarnação é soberana, deve-se sobrepor ao passado. Entretanto, é necessário ter conhecimento disso. Não só ter conhecimento como também acreditar. Utilizando todos os recursos à disposição em seu próprio benefício. A qualidade desta vida é pautada pelas ações desta vida, independentemente das provas a que esteja sujeito. Aqui surge mais uma questão, também fundamental, a fé em Deus e a forma como se coloca nessa relação. Não basta dizer que tem fé, se não se colocar em uma situação confiante e tranquila. Muitas vezes confiamos, mas ainda nos inquietamos, nos angustiamos e, com isso, sofremos muito.

Um dos mais ricos resultados de nosso trabalho no Grupo de Apoio aos Médiuns tem sido transformar pessoas "problemáticas" em companheiros de trabalho. Sentem-se no grupo, com o grupo e parte do grupo, sabendo do apoio espiritual que os sustenta. Para esse intento, reafirmamos: o mais importante é a acolhida com carinho e compreensão, sem tom acusatório ou de desconfiança, mas com alegria e encorajamento. Aqui usamos a risoterapia, não como técnica de terapia formal, mas como simplicidade no trato com nossas impossibilidades existenciais e mediúnicas.

O esquecimento do passado é reafirmado como mais uma ação da misericórdia divina em nossas vidas. Esforçamo-nos por sermos pessoas melhores a cada dia. O saber da existência da eternidade, do antes e do depois, e da nossa imortalidade enquanto Espíritos, nos impulsiona a seguir sempre em frente, sem desânimo.

Compreendendo que as aparentes recaídas são expressões do nosso esforço, caso contrário não as reconheceríamos, esperamos sinceramente que este breve e simples estudo possa servir de auxílio no esclarecimento de médiuns, doutrinadores de reunião mediúnica, trabalhadores do atendimento fraterno e profissionais na acolhida e cuidado de pessoas que ainda sofrem.

Como palavras finais deste escrito, buscamos um esclarecimento de Lísias a André Luiz em *Nosso Lar*. O recém-chegado da experiência terrena reclamava pelo afeto daqueles que o antecederam e sentia-se só, esquecido, quando o abnegado enfermeiro lhe esclareceu que sua mãe jamais o esquecera e que zelava por ele. Disse que no dia em que André Luiz orou com tanta alma, quando compreendeu que tudo no Universo pertence ao Pai Sublime, seu pranto fez-se diferente. Havia-se colocado em uma posição receptiva, permitiu-se compreender a infinita bondade do Pai e, desejando ardentemente ser ajudado, colocou-se no caminho da realização. Quando mentalizou firmemente a necessidade de receber o auxílio divino, dilatou o padrão vibratório da mente e alcançou visão e pôde perceber o socorro que vinha até ele.

Que nós possamos, a exemplo desse amigo espiritual, nos colocar em uma posição receptiva para compreender nossa existência e vivê-la da melhor forma possível.

Fim

Obras consultadas

ÂNGELIS, J. de. *Celeiro de bênçãos*. [psicografado por] Divaldo P. Franco. 3. ed. São Paulo: Alvorada, 1983.

_____. *Jesus e o Evangelho – À luz da psicologia profunda*. [psicografado por] Divaldo P. Franco. São Paulo: Alvorada, 2007.

ANDRÉA, J. *Dinâmica Psi*. 2. ed. Rio de Janeiro: F. V. Lorenz, 1990.

DENIS, L. *O problema do Ser, do Destino e da Dor*. 13. ed. Rio de Janeiro: FEB, 1919.

_____. *No Invisível*. 12. ed. Rio de Janeiro: FEB, 1919.

Emmanuel. *Caminho, Verdade e Vida*. [psicografado por] Francisco Cândido Xavier. 23. ed. Rio de Janeiro: FEB, 2003.

_____. *Vinha de Luz*. [psicografado por] Francisco Cândido Xavier. 27. ed.. Rio de Janeiro: FEB, 2008.

HUGO, V. *Árdua ascensão*. [psicografado por] Divaldo P. Franco. São Paulo: Alvorada, 1985.

KARDEC, A. *O Livro dos Espíritos*. São Paulo: Petit, 1990.

_____. *O Livro dos Médiuns*. 43. ed. Rio de Janeiro: FEB, 1944.

_____. *A Gênese*. Rio de Janeiro: FEB, 1990.

_____. *O Evangelho segundo o Espiritismo*. 86. ed. Rio de Janeiro: FEB, 1944.

LÚCIO, N. *Jesus no Lar*. 27. ed. [psicografado por] Francisco Cândido Xavier. Rio de Janeiro: FEB, 2001.

LUIZ, A. *Mecanismos da Mediunidade*. [psicografado por] Francisco Cândido Xavier e Waldo Vieira. 11. ed. Rio de Janeiro: FEB, 1990.

_____. *Nos Domínios da Mediunidade*. [psicografado por] Francisco Cândido Xavier. 16. ed. Rio de Janeiro: FEB, 1987.

_____. *Os Mensageiros*. [psicografado por] Francisco Cândido Xavier. 12. ed. Rio de Janeiro: FEB, 1980.

_____. *Desobsessão*. [psicografado por] Francisco Cândido Xavier e Waldo Vieira. 10. ed. Rio de Janeiro: FEB, 1989.

_____. *No Mundo Maior*. [psicografado por] Francisco Cândido Xavier. 9. ed. Rio de Janeiro: FEB, 1981.

MIRANDA, M. P. de. *Tramas do Destino*. [psicografado por] Divaldo P. Franco. 3. ed. Rio de Janeiro: FEB, 1987.

_____. *Temas da vida e da morte*. [psicografado por] Divaldo P. Franco. Rio de Janeiro: FEB, 1989.

PEREIRA, Y. A. *Recordações da Mediunidade*. 6. ed. Rio de Janeiro: FEB, 1989.