

O médium mais fiável do Reino Unido

Gordon Smith

MEDIUNIDADE

A Arte de Comunicar
com os Espíritos

Um guia para desenvolver
as suas habilidades psíquicas

nascente

*Dedico este livro a todos os grandes médiuns
e psíquicos do passado.*

Àqueles que conheci pessoalmente:

Jean Primrose, Albert Best e Mary Duffy, entre outros.

*A quem seguir a arte digo que avance
sempre com orgulho e sinceridade.*

Índice



Lista de exercícios	7
Introdução	9
Capítulo 1: Altos e baixos da mente	17
Capítulo 2: Controlar o poder	39
Capítulo 3: Trabalhar a aura	51
Capítulo 4: O cartão de visita	79
Capítulo 5: Três faculdades da mediunidade	103
Capítulo 6: Trabalhar num círculo	135
Capítulo 7: Partilhar o dom	171
Conclusão	189

List a de exercícios



Equilibrar a mente	29
Satisfação na sua mente calma	43
Sentir a energia áurica de outra pessoa	67
Procurar o cartão de visita	87
Ter consciência plena da sua mediunidade	118
Ler as vibrações	121
Sentar-se sozinho	161

Introdução

Desde que me lembro, a mediunidade faz parte da minha vida. Acho que se pode dizer que era bastante sensível em pequeno, a ponto de sentir as emoções fortes e a dor alheias; a alegria e a felicidade dos outros também me animavam. Hoje em dia é-me fácil reconhecer que era naturalmente intuitivo, amiúde afetado pela atmosfera que me rodeava.

A função de um médium é ser a conduta entre esta vida e a vida depois da morte, ou o mundo dos espíritos. Todos os médiuns são intuitivos ou psíquicos, mas nem todos os psíquicos são médiuns. Em retrospectiva, agora vejo claramente que a minha natureza sensível em criança era parte do que viria a desenvolver-se até criar o dom da mediunidade, a qual experienciei pela primeira vez aos 6 anos, quase 7.

Ainda hoje posso dizer que se trata de uma das mais nítidas lembranças do início da minha infância. Estava a brincar sozinho, no pequeno quintal à frente da minha casa, quando vi um homem a dirigir-se a mim, vindo do

outro lado da rua. Pareceu-me familiar e não demorei a reconhecê-lo como sendo um amigo dos meus pais, com a alcunha invulgar de «Ummy». Visitava a nossa casa frequentemente e sempre que aparecia trazia-nos presentes, ou então dava às crianças umas moedas, regra geral depois de ganhar dinheiro nas corridas de cavalos. A pista de corridas era uma parte bastante importante da vida dele.

Lembro-me de me sentir feliz aovê-lo e quis correr para ele, mas os meus pés pareciam colados ao chão. Recordo-me ainda de me sentir numa bolha, ou numa espécie de membrana, algo que me deixava seguro e tinha uma qualidade onírica. Transmitia igualmente uma sensação de formigueiro bastante agradável.

Ummy sorriu-me, como era seu hábito, e os olhos pareciam-me brilhantes e felizes. Trauteava baixinho, seguindo uma melodia que eu nunca ouvira, «Seremos enterrados em Dalbeth». Não fazia ideia do que isso poderia ser, mas era uma canção que ficava nos ouvidos, pelo que dei comigo a acompanhá-lo.

Não sei quanto tempo ali ficou à minha frente, mas quando começou a deslocar-se na direção de onde viera senti a bolha onde me encontrava a rebentar e, instintivamente, corri para casa.

A minha mãe estava na cozinha, a descascar batatas.

— Mamã, o Ummy esteve aqui, o Ummy esteve aqui!
— anunciei, entusiasmado.

A reação da minha mãe foi largar tudo o que tinha nas mãos. Os olhos arregalaram-se-lhe de medo enquanto eu entoava a canção.

Quando dei por mim recebera um estalo e um ralhete, e não fazia ideia do motivo por que a minha notícia, tão feliz, deixara a minha mãe tão assustada ou zangada.

Só muitos anos depois é que a minha mãe me contou que ficara de tal modo estupefacta com o que eu lhe dissera que perdera as estribeiras. O Ummey morrera num acidente, mas os meus pais não haviam sentido necessidade de o explicar aos filhos pequenos. Ademais, eles haviam ficado responsáveis pelo enterro e, como tinham pouco dinheiro, haviam-no sepultado numa vala comum, numa zona remota de um cemitério chamado Dalbeth, nos arredores de Glasgow, Escócia. Os meus pais eram pessoas orgulhosas e não haviam comentado o assunto com ninguém, pois sentiam-se envergonhados por não terem como pagar um funeral decente ao amigo.

É habitual perguntarem-me se, em pequeno, alguma vez me assustei ao deparar-me com espíritos do outro lado, mas, muito sinceramente, nunca senti qualquer receio. A reação das pessoas que me rodeavam preocupava-me mais do que qualquer ser espiritual.

Embora tenha chegado a esta vida dotado de capacidades psíquicas naturais, fui obrigado a aprender a aperfeiçoar o meu dom. Quis saber como esses poderes funcionavam e o motivo por que os tinha, e também que objetivo serviriam.

A análise da combinação de sensibilidade e de mediunidade permitiu-me compreender mais acerca da mecânica do meu dom, de modo a simplificá-lo e a esmiuçá-lo,

podendo agora explicá-lo com maior clareza a quem desejar aprender a desenvolver as suas capacidades.

A maioria dos médiuns com que me cruzei nas minhas viagens encontrou, a dada altura, um professor, alguém que os ajudasse a aceitar as suas capacidades espirituais e os orientasse quanto à melhor forma de as usar. Tive a grande felicidade de encontrar a minha professora aos 20 anos, quando as minhas aptidões mediúnicas e psíquicas haviam voltado a despertar, após a morte de um amigo que me apareceu com um aspeto tão real como o Ummmy, naquela minha experiência de infância. Foi devido a esse incidente que encontrei Jean Primrose, uma grande senhora do espírito que se tornaria na minha mentora e me ensinaria os simples valores e códigos morais de que precisaria, de modo a empregar o meu dom em prol de pessoas de todo o mundo.

O melhor em relação à Sra. Primrose era o facto de ela garantir uma base a partir da qual os seus alunos pudessesem crescer. Os ensinamentos dela eram simples e bastante claros, com todos os seus alunos a terem de começar por trabalhar em si próprios antes de alargarem os pensamentos para o mundo do espírito. Ela queria que todos soubéssemos que grande parte do que acontecia na nossa mente vinha *de nós* e que com os exercícios mentais adequados conseguiríamos distinguir entre os nossos pensamentos e imaginação e aquilo que nos era impresso na mente pelos espíritos que nos rodeiam.

É preciso bastante tempo para que se consiga desenvolver o suficiente para usar os seus dons de consciência

psíquica ou mediunidade, pois temos de aprender a ser responsáveis por tudo o que dizemos a quem procura a nossa ajuda. Lembro-me de pensar que, uma vez que tivera experiências psíquicas bem cedo, seria capaz de aprender tudo rapidamente, sobretudo agora que contava com uma professora como a Sra. Primrose. Como estava errado...

A Sra. Primrose começou por me ensinar a acalmar a mente durante sessões de meditação. Permitia que os novos alunos, como era o meu caso, meditassem um pouco e, quando me retirava do estado de acalmia, pedia-me que descrevesse o que se passara na minha mente. Fazia-o sempre com grande pormenor e surpreendia-me que ela ignorasse as minhas divagações com um mero aceno de cabeça. Eu partia, naturalmente, do pressuposto de que eram brilhantes e ficava, inevitavelmente, a interrogar-me quanto ao que se passava na minha mente durante as sessões de meditação.

Certa noite, depois da nossa sessão, a Sra. Primrose chamou-me à parte e perguntou-me se me importaria de ficar de olhos abertos na sessão seguinte. Queria que me limitasse a observar os outros alunos e que tentasse não pensar neles nem no que se passaria com eles.

Fazia sempre o que ela me pedia, pelo que, na semana seguinte, limitei-me a ficar em silêncio a observar os outros alunos. Daí a pouco, enquanto os observava, comecei a pensar no que poderia ir na cabeça daquela pessoa, ou da outra, mas depois lembrei-me de que o objetivo era observar e não avaliar nem julgar. Isso

começou por parecer-me complicado, mas depois fui acalmando a mente, sem seguir os meus pensamentos. Creio ter sido a primeira vez que separei a consciência dos pensamentos concretos.

Não demorei a perceber que os meus pensamentos limitavam-se a atravessar-me a consciência como folhas num rio, e que, se decidisse não lhes prestar atenção, eles passariam simplesmente. Ocorreu-me que isso era algo que teria de levar para a meditação quando estivesse em sessão, de olhos fechados.

Assim que me apercebi disso, a professora olhou na minha direção e assentiu. Estávamos no fim da sessão e os alunos estavam a ser retirados da meditação. Mal podia esperar para falar com a Sra. Primrose e contárlhe essa epifania.

À época já estaria há mais de um ano naquela aula, sempre com a professora a ouvir os meus disparates de final de meditação, sem nunca realmente comentar. Compreendo agora que ela estava a avaliar o meu progresso, identificando instantaneamente o ponto em que me encontrava.

Para mim, nesse tempo, era empolgante ter alguém tão experiente a orientar-me pelos corredores da minha mente, a aprender sobre a psique e sobre o mundo do espírito. Foi espantoso, sobretudo porque, até então, nunca tivera oportunidade de falar sobre o meu dom ou sobre a minha opinião quanto à vida depois da morte. Sempre pressupusera que ririam de mim, ou que me considerariam uma aberração. Nunca me ocorrera que

aquilo que para algumas pessoas era ser uma aberração, outras viam como sendo único...

Sinto-me profundamente grato à Sra. Primrose por me ensinar o entendimento das práticas espirituais e a manter o foco no meu trabalho. Sem a sua orientação e ensinamentos, práticos e realistas, nunca teria chegado ao que sou hoje. As bases que ela me deu permitiram-me viajar pelo mundo com palestras e apresentar o meu dom a milhares de pessoas, bem como explorar ainda mais e chegar a novas percepções espantosas acerca da mediunidade e do mundo dos espíritos. Elas deram-me ainda a confiança para permitir que investigadores psíquicos da Universidade de Glasgow testassem as minhas capacidades e publicassem artigos científicos baseados nas suas descobertas.

Hoje em dia tendo a dedicar-me mais ao ensino da mediunidade, pois são muitas as pessoas a encarar o facto de que se deparam com experiências mediúnicas ou intuitivas, e a procurar explicações para elas, a par da oportunidade de desenvolverem as suas competências até onde puderem. Todos os que contam com dons espirituais merecem a oportunidade de orientação, através do labirinto que é a mente humana, pela mão firme de um professor experiente. Além disso, ter um plano para o desenvolvimento de um dom abre-nos o caminho que temos pela frente, tornando-o muito menos congestionado.

Há alguns anos pediram-me que levasse as minhas competências à Alemanha, onde muitos alunos queriam

organizar um curso para o desenvolvimento da mediunidade que fosse de compreensão fácil e servisse de modelo para outros que se seguissem. Pareceu-me uma ideia maravilhosa, pelo que delineei o curso de desenvolvimento espiritual que agora partilho convosco neste livro.

Gostaria de aproveitar esta oportunidade para esclarecer alguns dos equívocos em torno da mediunidade e simplificar o processo de desenvolvimento, mas, sobretudo, quero que saibam que é perfeitamente lícito que explorem os vossos dons espirituais e os partilhem com quem deles precisar. Afinal de contas, um dom só o é realmente quando conseguimos partilhá-lo com os outros.

Gostaria ainda que soubessem que, enquanto médiuns, devem ser responsáveis pelo que dão aos outros. Já me deparei com muita gente, que se autodenomina médium e psíquico, que perturba os demais com o seu trabalho. Até já encontrei quem assuste as pessoas com comentários inoportunos sobre o futuro ou acerca de pormenores pessoais.

Trabalhar com o público acarreta uma responsabilidade enorme, sobretudo quando somos vistos como alguém que pode dar esperança ou tranquilidade a outra pessoa. Assim sendo, devemos entender claramente o processo de mediunidade antes de começarmos a usá-lo com o público. Isso significa que temos de ser lúcidos e equilibrados, tanto mental como emocionalmente. É por isso que começaremos por ver os altos e os baixos da mente.

Capítulo 1



ALTOS E BAIXOS DA MENTE

Antes de dar início a qualquer formação sobre mediunidade tenho por hábito fazer uma apresentação geral daquilo que é a mente e como ela pode ser preparada para trabalhar com o mundo dos espíritos. Partilho sempre esta informação no arranque de um novo curso, estando a partilhá-la agora para que compreenda a sua mente e como ela pode ser afetada, tanto pelo mundo dos espíritos como pelas emoções.

UM PONTO DE PARTIDA...

Para o início do seu desenvolvimento espiritual recomendo sempre que procure um bom professor ou um grupo espiritual onde se sinta aceite e tenha facilidade em confiar naqueles que o rodeiam. Funcionar em grupo sempre me pareceu benéfico para o meu trabalho espiritual. Conheço muitos médiuns que não se «sentam em círculo», tal como a prática é conhecida, e alguns

que nunca o fizeram de todo, e, amiúde, contestam que não é necessário desenvolver os dons espirituais num «círculo», pois defendem que o dom é natural e irá progredir por si mesmo.

Até certo ponto tenho de concordar que um médium natural provavelmente encontraria maneira de utilizar as suas capacidades especiais na vida, mas a verdade é que foi o meu círculo que assim me moldou enquanto pessoa e me ensinou a ter o maior respeito pelo mundo dos espíritos e pela forma como aqueles que lá habitam nos guiam compassivamente sempre que precisamos deles. Digo a todos os meus novos alunos que o desenvolvimento espiritual prende-se com a criação de uma melhor pessoa através da qual o espírito possa comunicar, tendo sido isso que me aconteceu, bem como a muitos meus conhecidos que sei terem começado num grupo. Há muitas igrejas espiritualistas e outras organizações que permitem o desenvolvimento num círculo, pelo que não deverá ter dificuldade em encontrar uma perto de si.

Não quero com isto sugerir que não seja capaz de progredir sozinho. No entanto, se o fizer torne-o uma atividade especial, como se frequentasse uma aula de desenvolvimento. Seja qual for o modo que escolha para começar, procure empenhar-se o mais possível no seu desenvolvimento. (*Aprofundaremos os círculos e as sessões solitárias no Capítulo 6.*)

Quer esteja sozinho ou em grupo, o processo é o mesmo: começamos o desenvolvimento espiritual sentando-nos em silêncio e tentando entrar num estado meditativo.

Será aconselhável fazê-lo num local onde nos sintamos confortáveis e equilibrados. Se estiver numa divisão da sua casa certifique-se de que se sente bem nesse espaço. Procure sempre iniciar as sessões à mesma hora e comece por preparar o local. Há quem goste de acender uma vela ou queimar incenso, mas o importante aqui é orientar a mente numa direção mais espiritual antes de dar início à prática — e para isso é preciso aclarar a mente.

ACLARAR A MENTE

Recordo agora aquilo que a Sra. Primrose me ensinou sobre escutar e observar sem pensamentos nem julgamentos, e compreender o seu verdadeiro valor. O grande problema com a maioria dos alunos é começarem por acreditar que estão a receber mais mensagens do mundo dos espíritos do que acontece na verdade. Eles pressupõem que cada pensamento ou conversa que lhes atravessa a mente quando se sentam e fecham os olhos tem outra origem que não a mente pensante.

À semelhança do que fazia a minha professora, eu ouço cada aluno e tento descortinar de onde vêm as suas palavras segundo o tom de voz. Aprendi que é importante dar conta de tudo o que me dizem, mesmo que saiba que aquilo que estão a dizer nada tem que ver com o mundo dos espíritos nem pertence ao seu desenvolvimento espiritual. Um bom professor deve sempre observar e escutar os alunos.

Nesta fase precoce, a maior parte das pessoas recebe um mínimo de mensagens espíritas através da mente, com uma grande percentagem a ser os seus pensamentos e criações, baseados no estado emocional prévio ao início da prática. Se entrou na meditação com a mente cheia com as coisas que lhe estão a acontecer na vida e não consegue desligar-se dessa linha de pensamento, o mais provável é que a sua sessão se centre nessas situações, não tendo, por isso, hipótese de meditar efetivamente, e muito menos de receber mensagens do outro lado.

É por isso que se recomenda que, nos primeiros tempos, se acalme face ao dia que teve antes de encetar qualquer prática de meditação. Será igualmente útil falar com outras pessoas, de modo a descartar tudo o que possa alojar-se na vanguarda da sua mente superior pensante. É esta a parte da mente que usa no dia a dia. Chegar um pouco mais cedo à aula de meditação, mesmo se apenas 10 ou 20 minutos, dar-lhe-á tempo para descomprimir, quiçá partilhar o que lhe aconteceu e habituar-se à ideia de mudar da situação banal da vida para a prática de meditação. De certeza que não quer levar o seu dia para o espaço tranquilo que é a sua mente meditativa.

Uma das melhores coisas que me lembro de fazer antes das minhas aulas de desenvolvimento é de andar até ao local, em vez de apanhar um autocarro. Essa caminhada ao fim da tarde, desde a área norte até à zona oeste de Glasgow, clareava-me a mente e permitia-me descartar muitos dos pensamentos confusos que se haviam acumulado durante o dia de trabalho. Acredito

sinceramente que o tempo despendido a caminhar foi a minha primeira experiência real de mindfulness: estava apenas a andar e a observar, sem avaliar nem julgar. Quando chegava à igreja tinha a mente quase vazia.

Também é bom ganhar consciência de que a aula de desenvolvimento pertence a um nível diferente das banalidades do dia a dia. O simples facto de pensar que está a dirigir-se a um sítio especial pode elevar-lhe a mente a uma vibração superior antes de dar início à sessão. Quando for capaz de o fazer estará a chegar ao estado de espírito correto para encetar o seu desenvolvimento.

Qualquer forma de ligação espiritual tem que ver com a elevação da consciência a um estado mais alto. Lembre-se de que os espíritos, fazendo parte do divino, existem nesse estado mais elevado.

ULTRAPASSAR O MEDO

Há muitos alunos que me abordam e dizem que recebem mensagens espantosas do outro lado, mas têm medo dos espíritos que lhas levam. Ou que adorariam participar num grupo de desenvolvimento, mas temem poder vir a entrar «numa espécie de estado de transe esquisito» e nunca mais sair. Ou que não sabem o que pensar dos espíritos que surgem — alguns podem ser maus, etc.

Foi este tipo de ideias que me levou a conceber uma forma de ajudar as pessoas a ultrapassar o receio que sentem dos espíritos e do desenvolvimento espiritual,

«Há muita gente que tem um dom espiritual e que, por algum motivo, decide não o usar, mas para quem se sente impelido a seguir o meu caminho, acreditem que encetaram uma extraordinária aventura.»

Com uma linguagem simples e direta, este guia permitir-lhe-á ligar-se com o mundo espiritual, desenvolvendo as suas capacidades psíquicas e utilizando o seu dom para benefício dos demais.

Gordon Smith, um dos mais relevantes médiuns da Europa, traz-nos uma obra que lhe permitirá, por exemplo:

- Acalmar a sua mente, possibilitando a comunicação dos espíritos consigo.
- Controlar e compreender o poder que cada um tem.
- Trabalhar a aura e ler os sinais e símbolos que rodeiam todas as pessoas.
- Ligar-se ao seu espírito-guia.
- Conhecer as três faculdades da mediunidade: clarividência, clariaudiência e clarissenciência.
- Construir um círculo espiritual em casa.
- Partilhar o seu dom, ajudando os outros.

SE A FUNÇÃO DE UM MÉDÍUM É SER UM CANAL ENTRE ESTA VIDA E A VIDA DEPOIS DA MORTE, OU O MUNDO DOS ESPÍRITOS, ESTE É O GUIA QUE LHE INDICARÁ O CAMINHO.



Penguin
Random House
Grupo Editorial

www.penguinlivros.pt
@ penguinlivros

ISBN: 978-989-589-702-5
 9 789895 897025