

Experiências de Quase Morte (EQM)



Aprendizados para a Vida

Rubens Santini - novembro/2024
- Distribuição gratuita -

Índice

<i>O que é Experiência de Quase Morte (EQM)</i>	<i>3</i>
<i>Dr. Raymond Moody Jr. escreveu o primeiro livro de EQM.....</i>	<i>4</i>
<i>Os estudos sobre EQM de um cardiologista holandês.....</i>	<i>5</i>
<i>A EQM de uma médica americana.....</i>	<i>8</i>
<i>Um neurocirurgião cético relatando sua EQM.....</i>	<i>10</i>
<i>A Experiência de Quase Morte de C.G Jung.....</i>	<i>12</i>
<i>Deficientes visuais (cegos e míopes) enxergaram com nitidez nas suas EQMs.....</i>	<i>14</i>
<i>As crianças e suas EQMs.....</i>	<i>17</i>
<i>Suicidas que foram reanimados nos contam as EQMs vivenciadas.....</i>	<i>20</i>
<i>Relatos por quem passou pela Revisão da Vida.....</i>	<i>22</i>
<i>Lições aprendidas das EQMs.....</i>	<i>24</i>
<i>Como ajudar quem teve uma EQM.....</i>	<i>26</i>
<i>Não precisamos passar por uma EQM para usufruir dos seus ensinamentos.....</i>	<i>28</i>
<i>Fontes bibliográficas.....</i>	<i>30</i>
<i>Sobre o Autor.....</i>	<i>31</i>

O que é Experiência de Quase Morte (EQM)

As "*Experiências de Quase Morte*" (EQM) são relatos de pessoas consideradas clinicamente mortas por alguns minutos (sem batimentos cardíacos e sinais de atividade cerebral), e que foram ressuscitadas depois de serem consideradas ou declaradas mortas pelos seus médicos. O paciente relata lembranças desse período em que estava fisicamente inconsciente.

As pessoas que viveram este fenômeno relatam, geralmente, uma série de experiências comuns, descritas nos estudos de Elisabeth Kubler-Ross (1967) e Raymond Moody Jr (1975), tais como:

- Um sentimento de paz interior;
- A sensação de flutuar acima do seu corpo físico;
- A impressão de estar em um segundo corpo, distinto do corpo físico;
- Passagem através de um túnel em direção a uma luz;
- A visão de seres de luz (Espíritos);
- Uma revisão da própria vida desde o nascimento até o momento atual;
- Que a comunicação na espiritualidade é através dos pensamentos;
- Encontro de parentes, amigos e de pets que já morreram;
- Relutância em voltar à vida terrena.

Até por volta da década de 60, este fenômeno de quase morte costumava ser considerado pela ciência da época como um assunto da imaginação do paciente, efeito colateral da anestesia, falta de oxigênio no cérebro ou interferência da educação religiosa. No entanto, na década de 1970, pesquisas como a do médico Raymond Moody Jr. e a da médica Elisabeth Kubler-Ross, principalmente após a publicação dos best-sellers "*Vida Depois da Vida*" e "*Sobre a Morte e o Morrer*", respectivamente, levaram ao início de uma corrente de pesquisas em todo o mundo sobre o fenômeno de quase morte.



Dr. Raymond Moody Jr. escreveu o primeiro livro de EQM

Dr. Raymond Moody Jr nasceu na cidade de Porterdale, Geórgia, Estados Unidos em 30 de junho de 1944.

É psiquiatra, psicólogo, parapsicólogo e filósofo.

Ficou muito conhecido como autor de livros sobre vida depois da morte e experiências de quase morte.

Foi o criador do termo "Experiência Quase Morte" (EQM), em 1975, quando publicou seu best-seller "Vida Depois da Vida".

Tudo começou quando era um estudante de filosofia na Universidade da Virgínia, e nesta época estava com vinte e dois anos. Estava participando de um seminário com temas relacionados à morte ministrado pelo professor John Marshall.

Marshall havia mencionado que conhecia um psiquiatra na cidade, seu nome era doutor George Ritchie.

E Dr. Moody continua com este relato, extraído do seu livro "A Luz que vem do Além":

"(...) que o doutor George Ritchie havia sido dado por morto com pneumonia dupla e, então, ressuscitado com sucesso. Enquanto esteve "morto", Ritchie teve a experiência marcante de passar por um túnel e ver Seres de Luz.

Essa experiência meu professor comentou que havia marcado profundamente esse médico, que estava convencido de ter tido permissão para espiar no mundo pós vida.

Francamente, naquela altura da minha vida, a possibilidade de que pudéssemos sobreviver espiritualmente após a morte física nunca me havia ocorrido.

Eu havia sempre acreditado que a morte era destruição do corpo físico da pessoa assim como da sua consciência.

Naturalmente, fiquei intrigado pelo fato de que um médico respeitado estivesse convicto o suficiente para admitir publicamente ter tido uma visão do pós morte.

Poucos meses depois, ouvi o próprio psiquiatra descrever sua experiência para um grupo de estudantes.

Ele nos disse ter visto o próprio corpo morto, a uma certa distância, deitado numa cama de hospital, e depois ido em direção a uma luz brilhante que emanava amor e de ter também revivido cada momento de sua vida num plano tridimensional.

Arquivei a história de Ritchie na minha memória e continuei com meus estudos, terminando o doutorado em filosofia em 1969. Foi quando comecei a lecionar na universidade que deparei com outra experiência de quase-morte.

Um dos meus alunos quase havia morrido no ano anterior e eu lhe perguntei como tinha sido a experiência.

Fiquei espantado ao descobrir que ele havia tido um episódio quase idêntico àquele que o doutor Ritchie tinha narrado mais de quatro anos antes.

Comecei a encontrar outros estudantes que sabiam de outras EQMs.

Quando entrei na escola de medicina em 1972, eu já tinha nada menos do que oito casos de estudo de EQMs de pessoas sinceras e confiáveis.

Na faculdade de medicina descobri mais casos e logo eu tinha casos de estudo suficientes para compilar "A Vida Depois da Vida", que se transformou num best-seller internacional.

Havia claramente uma sede em saber o que nos acontece após a morte."

Neste livro, Dr. Moody relatou mais de 100 casos de EQMs. E ele deixou claro que seus estudos não eram científicos. Só se preocupou em realizar as entrevistas com estas pessoas, ouvir suas histórias e publicá-las no livro.

Depois da publicação do seu livro, e do seu enorme sucesso, vários médicos/neurocientistas iniciaram várias pesquisas para comprovar cientificamente os fenômenos relatados nas EQM.



Os estudos sobre EQM de um cardiologista holandês

Um dos primeiros estudos clínicos sobre experiências de quase morte, em pacientes em estado de parada cardíaca, foi feito pelo cardiologista holandês Dr. Pim van Lommel e sua equipe médica.

Foi publicado em 2001 pela revista científica inglesa "Lancet", onde foi considerado como o mais importante feito sobre EQMs pela ótica científica.

Estes estudos foram posteriormente publicados no seu livro "Consciousness Beyond Life" (Consciência Além da Vida).

Estes estudos foram realizados no período de 1988 a 1992, onde foram entrevistados 344 pacientes, em 10 hospitais na Holanda, que estiveram clinicamente mortos, sendo submetidos a técnica de ressuscitação cardiorrespiratória (RCR) com sucesso.

De acordo com o cardiologista, dos 344 pacientes estudados que foram reanimados com sucesso, depois de sofrerem parada cardíaca, 62 (18% do total) relataram alguma recordação durante o tempo de morte clínica, 21 (6% do total) tiveram uma EQM superficial e 41 (12% do total) tiveram uma EQM significativa. Daqueles que tiveram uma experiência significativa, 23 (7% do total) relataram uma EQM profunda ou muito profunda.

Os primeiros estudos começaram enquanto Van Lommel era estudante de medicina. Na época ele tinha a seguinte visão sobre EQM:

"Enquanto estudava para o meu diploma, eu tinha aprendido que tal coisa é de fato impossível: estar inconsciente significa estar inconsciente – e o mesmo se aplica a pessoas que sofrem uma parada cardíaca ou pacientes em coma. Em tal momento é simplesmente impossível estar consciente ou ter memórias porque toda a função cerebral cessou. Em caso de parada cardíaca, o paciente está inconsciente, já não respira e não tem pulso ou pressão arterial palpáveis".

O primeiro caso de EQM da qual o Dr. Van Lommel vivenciou ocorreu em 1969, durante sua residência médica numa unidade coronariana holandesa.

Naquela época ainda não se falava da terminologia EQM.

Pim van Lommel participou de uma equipe de reanimação (usando desfibrilação, massagem cardíaca e respiração artificial), fazendo um atendimento a um paciente. Este processo demorou em torno de quatro minutos.

Quando o paciente recuperou a sua consciência física, para a surpresa da equipe médica, o paciente estava bastante irritado, pois não queria ter voltado ao corpo físico. Ele relatou sobre um túnel, de seres de luz, paisagem com cores maravilhosas, um ambiente com muita paz e amorosidade.

Após os seus estudos realizados com EQM, van Lommel relatou o seguinte:

"Cheguei à inevitável conclusão de que certamente o cérebro tem uma função facilitadora e não produtiva para viver a consciência. Ao fazer um caso científico para a consciência como não-local e, portanto, um fenômeno onipresente, temos que questionar o paradigma puramente materialista da ciência. Além do mais, estudos recentes de EQM parecem ser uma fonte de novas perspectivas sobre a possibilidade da continuidade de nossa consciência após a morte física."

No seu livro *"Consciousness Beyond Life"* (Consciência Além da Vida) ele dá um valioso depoimento:

"A EQM é uma experiência autêntica que não pode ser atribuída à imaginação, psicose ou privação de oxigênio. Após uma experiência tão profunda, as personalidades dos pacientes passaram por uma mudança permanente".



A EQM de uma médica americana

Dra. Jean Renne Hausheer é uma médica oftalmologista, cirurgiã, cientista, professora norte-americana da Universidade de Oklahoma.

No ano de 1975, com 20 anos de idade, enquanto era estudante da faculdade de medicina, teve uma síndrome chamada Gillain-Barré, uma doença autoimune que afeta o sistema nervoso (sistema imunológico do corpo humano, o sistema nervoso periférico). Os médicos restringiram o diagnóstico a duas possibilidades: uma variante jacksoniana da síndrome de Guillain-Barré ou miastenia gravis. Acabou recebendo uma overdose de um medicamento que lhe causou uma parada cardiorrespiratória.

Foi nesse momento que teve a sua EQM.

Começou a sentir falta de ar, e gradativamente a perda da capacidade de respirar, sentindo uma pausa em tudo e uma escuridão.

Nesse momento percebeu que estava no teto da sala, olhando para baixo, como se estivesse assistindo a um filme. Via as pessoas lá embaixo tentar ressuscitar um corpo.

Ela ainda não sabia que aquele corpo era o seu.

Depois de um tempo, percebeu a sua direita, e encontrou ao longe, *"uma amorosa, viva, pura, branca e radiante luz, com as cores mais vivas e de muita paz"* onde ela estava indo em sua direção.

Só depois que passou pelo telhado do hospital é que percebeu que havia morrido.

Conforme ia chegando mais perto da luz, foi vendo outros seres de luz das mais variadas cores. Ela sentia que era amada por todos eles e passou a sentir um grande amor por todos eles.

Neste lugar onde ela estava, percebia que era como se estivesse voltando para casa. Parecia que já conhecia este lugar. Ela dizia: *"este é o lugar de onde vim, esta é a minha casa"*.

E algo surpreendente ela percebia: era como se não tivesse boca e olhos. A comunicação era pelo pensamento, e conversava com vários seres de luz simultaneamente. E que podia visualizar à sua volta em 360 graus ao mesmo tempo.

Depois de um tempo, foi informada que ainda não tinha encerrado seu propósito no plano terreno e teria que voltar ao seu corpo físico. E que o seu propósito de vida seria *"praticar a arte da medicina"*, ou seja, teria que terminar sua faculdade de medicina e exercer uma profissão na área médica.

E uma forte voz, como se viesse de todos os lugares ao seu redor disse: *"Volte, não é sua hora"*.

E numa velocidade extraordinária, como num piscar de olhos, acabou voltando ao seu corpo físico. Sentiu um impacto muito forte quando seu Espírito retornou ao seu corpo terreno.

E a equipe médica que estava tentando ressuscitar seu corpo, eufóricos falavam em voz alta: *"Ela está acordando, olha, ela acordou"*, e estavam todos emocionados com a sua volta.

O seu momento de inconsciência no corpo físico durou apenas 17 minutos. Mas para ela a sua vivência na Espiritualidade parece que foi de várias horas.

A Dra Jean Hausheer nos relata que além de reencontrar os nossos familiares, também podemos rever os nossos animais de estimação que havia falecidos no plano terreno.

Ela também nos informa que conforme vamos ficando mais velhos, é normal esquecermos alguns acontecimentos de nossas vidas. Mas, para quem passou por uma EQM, os acontecimentos vivenciados na espiritualidade ficam bem vivos em nossa memória. No caso dela, teve uma EQM aos 20 anos de idade,

e hoje em 2024 com 67 anos, as lembranças ainda são muitos fortes, sendo capaz de lembrar delas por completo. E muitas vezes nem lembramos do que almoçamos há dois dias.

Para quem desejar obter mais informações sobre esta EQM da Dra Jean Renne Hausheer, seguem dois vídeos de uma entrevista que ela concedeu em 2020 ao canal do Youtube "AFTER ALL, WHAT ARE WE? (AFINAL, O QUE SOMOS NÓS?)":

(1) primeira parte da entrevista:
https://www.youtube.com/watch?v=ekbmd1_sqT0

(2) segunda parte da entrevista:
https://www.youtube.com/watch?v=fnfl_03g3yc

Segue também um link do seu relato publicado na revista "Missouri Medicine: The Journal of the Missouri State Medical Association" - edição de maio-junho de 2014:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6179563/#:~:text=Hausheer's%20near%2Ddeath%20experience%20occurred,severe%20bilateral%20upper%20lid%20Optosis>



Um neurocirurgião cético relatando sua EQM

Dr. Eben Alexander é há mais de 25 anos um neurocirurgião. Sempre defendia a lógica científica e era muito cético em relação aos assuntos relacionados a religião e espiritualidade. Durante muitos anos só ia à igreja na Páscoa e no Natal.

Na sua profissão de neurocirurgião já tinha ouvido muitos relatos de pessoas que tiveram, segundo a sua opinião, experiências estranhas que geralmente aconteciam logo depois de sofrerem ataques cardíacos:

"... histórias de viagem para lugares misteriosos e maravilhosos, de conversas com parentes mortos - e até de encontros com Deus. Fascinante, sem dúvida. Mas tudo isso, em minha opinião, era pura fantasia. Afinal, o que provocava as experiências sobrenaturais que as pessoas relatavam com tanta frequência? Na verdade, a resposta não me interessava, mas eu acreditava que essas experiências tinham uma base cerebral. Se não houver atividade cerebral, não há consciência. Isto porque o cérebro é a máquina que produz a consciência. Quando a máquina falha, a consciência pára. Por mais complicados e misteriosos que sejam os mecanismos cerebrais, em essência, a questão é bastante simples. Retire a tomada da TV e a imagem desaparece. O espetáculo acaba. Por mais que se esteja gostando dele."

Esta era a sua opinião até que, em novembro de 2008, contraiu uma espécie rara de meningite. Foi levado em regime de urgência para o hospital, com fortes dores de cabeça, entrou em coma. Durante sete dias esteve em morte cerebral. Os médicos, após várias análises clínicas, forneceram um diagnóstico certo de morte ou estado vegetativo.

Quando os médicos já pensavam em suspender seu tratamento, para a surpresa de toda equipe médica, seus olhos se abriram. Dr. Eben Alexander estava de volta.

Logo após estes sete dias de coma, o que mais chamou a atenção é que Dr. Eben se recuperou muito rapidamente, não ficando com nenhuma sequela.

Após o seu despertar no corpo físico, não parava de falar do que tinha visto no plano espiritual. Ele teve a sua EQM. Os médicos achavam que era efeito dos medicamentos aplicados enquanto esteve em coma.

Dr. Eben falava da experiência que seu Espírito (para os neurocientistas é a "consciência/mente") teve do outro lado desta vida terrena.

"Uma Prova do Céu - A Jornada de Um Neurocirurgião à Vida Após a Morte" foi o livro em que relatou a sua experiência de quase morte.

Ele nos informa que primeiramente foi levado para um ambiente escuro, lamacento (Umbral) e em seguida chegou a um lugar bonito e tranquilo. Um vale extenso, muito verde, cheio de flores e repleto de borboletas. Dr. Eben conta que viu também um espírito lindo, uma mulher com uma roupa simples e com asas. Ela lhe disse, sem usar palavras, onde compreendeu imediatamente que ela era verdadeira: *"você vai ser amado para sempre, não há nada a temer, nós vamos cuidar de você"*. Em relação a esta comunicação com este ser de luz, ele comentou: *"Os pensamentos entravam em mim diretamente (...) Eram sólidos e imediatos - mais quentes que o fogo, mais úmidos que a água - e, à medida que os recebia, eu era capaz de conhecer, instantaneamente e sem qualquer esforço, o que levaria anos para compreender na vida terrena."*

Ele teve contato também com um outro Espírito, que não queria se identificar, então para facilitar a transcrição no seu livro, ele lhe deu o nome de "Om". E Om lhe deu algumas informações:

"... que não existe apenas um Universo, mas muitos - na verdade, mais do que eu poderia conceber -, e que o Amor está no centro de todos eles. O Mal também estava presente em todos os outros universos, porém em quantidades muito pequenas. O Mal era necessário porque sem ele o Livre-Arbitrio era impossível, e sem Livre-Arbitrio não poderia haver crescimento - nenhum avanço, nenhuma chance de nos tornarmos o que Deus desejou que fôssemos. Por mais horrível e poderoso que o Mal pareça, o Amor é avassaladoramente maior, e triunfará no final".

Neste seu livro, após analisar as evidências à luz dos conhecimentos científicos, o Dr. Eben decidiu compartilhar essa incrível história para mostrar que ciência e espiritualidade podem - e devem - andar juntas.

Uma das lições que ele aprendeu desta EQM foi que: *"Minha experiência mostrou que a morte não é o fim da consciência e que a existência humana continua no além-túmulo. E, mais importante ainda, ela se perpetua sob o olhar de um Deus que nos ama e que se importa com cada um de nós."*

Um fato curioso em relação ao Espírito em que teve contato na sua EQM. Quatro meses depois da sua saída do hospital, uma de suas irmãs lhe enviou uma foto de uma outra irmã que já havia falecido antes do seu nascimento, e ele não havia conhecido em vida no plano terreno. E depois de um tempo de reflexão, e espanto, viu que era a mesma pessoa que o recebeu na Espiritualidade.



A Experiência de Quase Morte de C.G Jung

No livro "Memórias, Sonhos e Reflexões" de C.G.Jung, que foi compilado e organizado por Aniela Jaffé em 1962, há um capítulo intitulado "Visões". E é neste capítulo que Jung relata uma experiência de quase morte sofrida por ele em 1944. Só que nesta época ainda não existia essa terminologia EQM.

"No início de 1944 fracturei um pé e logo depois tive um enfarte cardíaco. Durante a inconsciência tive delírios e visões que provavelmente começaram quando, em perigo de morte, administraram-me oxigênio e cânfora. As imagens eram tão violentas que eu próprio concluí que estava prestes a morrer. Disse-me, minha enfermeira, mais tarde: "O senhor estava como que envolvido por um halo luminoso." É um fenômeno que ela observara às vezes nos agonizantes. Eu tinha atingido o limite extremo e não sei se era sonho ou êxtase. Seja o que for, aconteceram coisas muito estranhas. Parecia-me estar muito alto no espaço cósmico. Muito ao longe, abaixo de mim, eu via o globo terrestre banhado por uma maravilhosa luz azul. Via também o mar de um azul intenso e os continentes. Justamente sob os meus pés estava o Ceilão e na minha frente estendia-se o subcontinente indiano. Meu campo visual não abarcava toda a Terra, mas sua forma esférica era nitidamente perceptível e seus contornos brilhavam como prata através da maravilhosa luz azul. Em certas regiões, a esfera terrestre parecia colorida ou marchetada de um verde escuro como prata oxidada." (...) "Mais tarde informei-me de que distância dever-se-ia estar da Terra para abarcar tal amplitude: cerca de mil e quinhentos quilômetros! O espetáculo da Terra visto desta altura foi a experiência mais feérica e maravilhosa da minha vida."

Só uma observação: A primeira fotografia do planeta Terra visto do espaço foi feita pelo satélite TIROS-I (Television Infrared Observation Satellite-TIROS) em 1 de abril de 1960. Fonte: NASA (National Aeronautics and Space Administration) - Earth Observatory. E esta experiência EQM de Jung aconteceu no início de 1944.

No livro "A Morte à Luz da Psicologia" - onde uma das autoras e colaboradora de Jung, Liliane Frey-Rohn, faz alguns comentários a respeito desta visão de Jung:

"As experiências de Jung - semelhantes às descrições de Johann C. Hampe e Raymond Moody - foram totalmente reais. As experiências do Self são igualmente nítidas e claras, ainda que não se trate de uma separação em relação ao corpo. Em suas Memórias, Jung afirma: "Eu tinha a sensação de estar sendo despido de tudo o que vivera até então... Porém, algo permaneceu, pois era como se eu então tivesse comigo tudo o que eu jamais havia vivido ou feito, como se estivesse imbuído de tudo o que havia ocorrido à minha volta... Eu era a minha própria história e tinha a nítida sensação de que aquilo agora era Eu." (...) "Jung me confidenciou mais tarde que essas experiências lhe haviam conferido a certeza de que o espírito perdura além da morte, ao contrário da percepção, que cessa com a morte." (...) "Três meses depois de sua doença, Jung me escreveu o seguinte, a respeito da dor do retorno ao mundo do aquém: "O mundo do além, ou aquilo que os vivos ou os que estão em vias de retornar podem aprender sobre ele, é completamente diferente do que se possa imaginar normalmente. Ele consiste na mais profunda paz, na mais sublime beleza e

na sensação de plenitude. O retomo à vida é um sacrifício." Para ele, essa experiência assemelha-se à experiência da transcendência."

Liliane Frey-Rohn tomou ciência dos relatos de Raymond Moody no seu livro "A Vida depois da Vida" em 1975 e fez este comentário:

"Baseando-se nos testemunhos comoventes dos que retornaram, não posso deixar de compreender as visões da morte como uma expressão real da verdade interior. Por isso, parece-me acertado tentar esclarecê-las. Em primeiro lugar, surge a pergunta: apesar de se estar num estado de total inconsciência, e de haverem cessado as funções vitais de um modo tão amplo, como é possível que certas emoções continuem a ser sentidas com a mais nítida consciência?"

O que mais fascinava Jung, em relação a esta visão relatada acima, era de que apesar estar em inconsciência profunda no plano terreno, a sua consciência espiritual não se apagou. Ou seja, temos um Espírito, ele é a nossa "consciência" e sobrevive depois da morte do corpo físico.



Deficientes visuais (cegos e míopes) enxergaram com nitidez nas suas EQMs

Muitas das nossas deficiências físicas, desta atual existência, são expiações que estamos quitando devido a um débito que contraímos em uma existência de vida anterior.

E ao retornarmos à Espiritualidade, veremos que nosso corpo espiritual não mostra as limitações que tivemos em nosso corpo físico.

Em relação aos deficientes visuais, encontramos o seguinte comentário de Allan Kardec, na questão #247 de "O Livro dos Espíritos":

"A faculdade de ver dos Espíritos, inerente à sua natureza, difunde-se por todo o seu ser, como a luz num corpo luminoso. É uma espécie de lucidez universal, que se estende a tudo, envolve simultaneamente o espaço, o tempo e as coisas, e para a qual não há trevas nem obstáculos materiais. Compreende-se que assim deve ser, pois no homem a vista funciona através de um órgão que recebe a luz, e sem luz ele fica na obscuridade. Mas, nos Espíritos, a faculdade de ver sendo um atributo próprio que independe de qualquer agente exterior, a vista não precisa de luz."

Para comprovar o que foi informado acima, vamos fornecer alguns exemplos. Este depoimento foi extraído do livro "Lições da Luz" do psicólogo e pesquisador americano Kenneth Ring. O relato desta paciente, uma mulher de 46 anos de idade, da qual vivenciou a sua EQM numa cirurgia em 1974. Ela entrou em choque quando ouviu o médico exclamar que estava morrendo. Depois de alguns segundos seu espírito saiu do corpo físico:

"A seguir, eu estava flutuando no teto. (...) A propósito, sou muito míope, e isso foi uma das coisas espantosas que me aconteceram quando deixei o meu corpo. (...) e o meu primeiro pensamento foi: "Jesus, eu posso ver! Não acredito nisso, eu posso ver". Eu podia ler os números na máquina atrás da minha cabeça e estava excitada."

Apesar de seu alto grau de miopia, do corpo físico, ela enxergava perfeitamente, sem limitações, no seu corpo espiritual.



Há um outro relato descrito por Dr. Raymond Moody Jr. em sua obra "A Luz que vem do Além":

"Em Long Island, uma mulher de setenta anos cega desde os dezoito, foi capaz de descrever, com detalhes vívidos, o que aconteceu, enquanto os médicos tentavam ressuscitá-la de um ataque do coração. Ela conseguiu dar uma boa descrição dos instrumentos que foram utilizados, e até mesmo de suas cores. E o mais surpreendente para mim é que a maioria daqueles instrumentos sequer fora concebida na época em que ela ainda podia ver, havia cerca de cinquenta anos. Além de tudo isso, ela ainda disse ao médico que ele usava um jaleco azul quando começou a ressuscitá-la."

No livro do Dr. Larry Dossey "Reencontro com a Alma" ele relata um caso ocorrido com uma paciente sua chamada Sarah. Um detalhe: Sarah era cega de nascimento. Durante uma cirurgia ela percebeu detalhadamente toda a ação na sala de operações. Depois de recuperar os sentidos, ou seja, de seu Espírito voltar ao corpo físico, pôde descrever o que aconteceu quando estava em coma. Um fato marcante foi que ela informou que o anestesista estava usando um par de meias de cores diferentes, fato este que passou despercebido por todos da equipe médica.



Um depoimento bastante convincente foi narrado no livro "Lições da Luz" de Kenneth Ring. Vicki, que era cega de nascença, passou por duas EQMs. Uma delas ocorreu quando ela estava com 20 anos, como resultado de uma apendicite; a outra, a mais vívida delas, quando sofreu um acidente de carro. Nessa época ela tinha 22 anos de idade:

"Aquelas duas experiências foram as únicas vezes em que eu pude ver e saber o que era a luz, porque eu tive visão. Eu fui capaz de ver."

Segue agora Vicki descrevendo a segunda EQM:

"Eu estava fora do corpo e percebi que estava próxima do teto e ouvi o médico conversando com a enfermeira. E eu olhei para baixo e vi aquele corpo e, a princípio, não tinha certeza se era o meu. Mas reconheci o meu cabelo e a aliança que estava na minha mão. (...) Lá do alto, eu sabia que eles estavam muito preocupados e podia vê-los trabalhando naquele

corpo. Eu podia ver a minha cabeça aberta, e podia ver muito sangue (apesar de não saber de que cor ele era). Tentei comunicar-me com o médico e com a enfermeira, mas não consegui e senti-me frustrada." (...) Depois ela narra que conseguiu passar através do teto:

"E aquilo foi demais!".

E depois percebeu que estava acima do telhado do hospital. No começo estas visões eram um pouco confusas e lhe causavam uma certa perturbação.

"Via a luzes e as ruas da cidade".

Para ela tudo acontecia muito rápido até que ela foi sugada para um túnel em direção a uma luz. Nesse trajeto ela ouvia uma música muito tranquila e harmoniosa. Ela entra num campo iluminado, coberto de flores e ela enxerga duas crianças, falecidas há muito tempo, de quem fora amiga quando estavam numa escola de cegos. Ela também vê outras pessoas de seu círculo familiar que já haviam falecido há algum tempo. Ao entrar em contato com um Ser de Luz, este a orienta que deve voltar ao seu corpo pois ainda não havia chegado o momento do encerramento da sua existência no plano terreno. E como mensagem final, antes da sua volta, este Ser de Luz lhe disse que ela deveria aprender "as lições de amor e perdão". Ao voltar ao corpo físico, ela entrou como se estivesse se chocando com ele, e sentiu a inércia pesada e a intensa dor do corpo físico.

Neste breve relato, podemos perceber que Vicki, apesar de cega de nascença, teve a mesma experiência quase morte das pessoas com visão física normal, mostrando que a sua deficiência visual era somente do corpo físico. A visão na descrição da EQM era perfeita! Quem enxergava era o seu Espírito!



As crianças e suas EQMs

As experiências de quase morte em crianças têm um significado muito especial. Geralmente as crianças pequenas tendem a ser mais simples e menos detalhados em comparação com os relatos dos adultos, não demonstrando preconceitos e falando com muito espontaneidade os fatos vivenciados do outro lado desta vida. Em muitos relatos, as crianças descrevem que estiveram com Deus ou com Jesus, visualizando um ser de muita luz. Na verdade, são os Anjos da Guarda (Mentores/Guias Espirituais) destas crianças.

O mais ilustre pesquisador que realizou estudos sobre EQMs em crianças foi um pediatra chamado Melvin Morse autor do livro *"Closer to the Light: Learning from the Near-Death Experiences of Children"*, e posteriormente transcrito no artigo *"A Near-Death Experience in a Seven Year-Old Child"* e publicado em *"The American Journal of the Disabled Child"*.

Morse escreve sobre uma menina de sete anos que quase se afogou numa piscina. Esta menina é Kristle.

O pediatra relata que a viu pela primeira vez quando ela foi trazida para a sala de emergência, onde administrou medicação adequada e a colocou em um respirador por três dias. Após uma semana internada ela foi liberada.

Duas semanas depois, num exame de acompanhamento, Kristle relatou ao médico que havia tido uma EQM durante o seu afogamento.

Questionada sobre o que lembrava da experiência, ela contou ao médico que apenas lembrava de *"ter falado com o Pai Celestial"*. Então ela ficou muito desconcertada em continuar a discutir o assunto mais profundamente.

Uma semana depois, Morse entrevistou a menina. Ela só falou a respeito do incidente após ter primeiro desenhado figuras do que havia acontecido.

Citando o relato de Morse:

"A paciente disse que a primeira lembrança que teve de seu quase afogamento foi de "estar na água". Ela declarou, "eu estava morta. Então fui parar num túnel. Estava escuro e eu estava com medo. Eu não conseguia andar". Uma mulher chamada Elizabeth apareceu e o túnel ficou brilhante. A mulher era alta e tinha cabelos louros brilhantes. Elas andaram juntas para o céu."



Continuando com o que Kristle relatou ao Dr. Morse:

"Ela declarou que "o céu era divertido. Era brilhante e havia muitas flores". Disse que havia uma fronteira em volta do céu através da qual ela não podia ver nada. Ela afirma ter encontrado muitas pessoas, incluindo seus avós falecidos, sua tia materna morta e Heather e Melissa, dois adultos esperando para renascerem. Então encontrou o "Pai Celestial e Jesus", que perguntaram se ela queria voltar à Terra. Ela respondeu "não". Eles perguntaram então se ela queria ver sua mãe. Ela disse que sim e acordou no hospital. Finalmente, ela afirmou lembrar de ter me visto na sala de emergência, mas não conseguiu fornecer mais detalhes sobre o período de três dias nos quais esteve em coma."

Um outro relato bastante interessante foi narrado pelo Dr. Raymond Moody Jr. em "A Luz que vem do Além". Ele comentou que era sua primeira experiência de quase morte com uma criança:

"Minha primeira criança com EQM chegou a mim de surpresa enquanto eu era médico residente em um hospital da Geórgia. Eu estava fazendo um exame de rotina em um paciente a quem chamarei de Sam, um garoto de nove anos que quase morrera no ano anterior de uma parada cardíaca devido a uma doença na glândula suprarrenal.

Eu estava conversando com ele sobre sua doença quando ele ofereceu espontânea e timidamente: "Mais ou menos há um ano atrás eu morri".

Comecei a induzi-lo a contar sobre sua experiência. Ele me contou que depois que morreu, flutuou para fora de seu corpo ele olhou para baixo ao mesmo tempo em que o doutor comprimia seu peito para reavivar seu coração. Sam, em seu estado alterado tentou fazer com que o doutor parasse de esmurrá-lo, mas o doutor não prestou a menor atenção.

Naquele momento, Sam teve a experiência de mover-se rapidamente para cima e ver a Terra desaparecer atrás dele. Então passou por um túnel escuro e estava sendo esperado, do outro lado por um grupo de "anjos". Eu perguntei a ele se aqueles anjos tinham asas e ele disse que não. "Eles estavam brilhando", ele disse, luminescentes, e todos pareciam amá-lo muito. Tudo nesse lugar era cheio de luz, ele disse. Todavia através de tudo aquilo, ele viu belas cenas bucólicas. Esse lugar celestial era circundado por uma cerca. Os anjos contaram que se ele fosse além da cerca, ele não seria capaz de retomar à vida. Um Ser de Luz (Sam o chamou de Deus) lhe disse que ele teria de voltar e reentrar em seu corpo. "Eu não queria, mas ele me fez voltar", Sam disse."



Temos uma outra narrativa de EQM em crianças que foi extraído do livro "A Morte: Um Amanhecer" da Dra. Elisabeth Kübler-Ross:

"Tivemos o caso de uma criança de doze anos de idade que não queria compartilhar com a mãe a bela experiência que teve quando morreu. Nenhuma mãe gosta de ouvir que seu filho encontre um lugar mais agradável do que a sua própria casa, o que é muito compreensível.

Mas essa criança teve uma experiência tão singular, que necessitava desesperadamente compartilhá-la com alguém. Assim, um dia, acabou confidenciando ao seu pai. Contou-lhe que a experiência da morte fora tão bela, que desejou não voltar nunca mais para casa. Além da atmosfera de amor e da luz fantástica a que se refere a maioria das pessoas que passa por essa experiência, o que tornava tudo mais especial era que um irmão estava lá com ela, abraçando-a com muita ternura, amor e compaixão. Depois de contar isso, ela disse ao pai: "O único problema é que eu não tenho um irmão." Chorando, o pai confessou que, de fato, ela tivera um irmão que morreria três meses antes de ela nascer. Nunca lhe haviam contado isto antes!"

Esse relato serve para comprovar a veracidade da experiência de quase morte relatada pela menina. Poderiam dizer que era apenas sua imaginação ou pura fantasia. Quando relatou a existência de um irmão já no plano espiritual, e este irmão realmente existiu no plano terreno, sem que ela soubesse da existência dele, mostra a veracidade do relato.



Suicidas que foram reanimados nos contam as EQMs vivenciadas

Por que as pessoas se matam ou tentam o suicídio? Muitas vezes elas têm a ilusão de que, provocando a própria morte, será o fim de todo o seu sofrimento. Ou depois desta vida acham que não existirá mais nada, matou o corpo e acabou-se tudo.

Há um estudo realizado pelo Dr. Bruce Greyson que nos informa sobre os efeitos das EQMs nos suicidas.

Dr. Greyson é um cientista e professor de psiquiatria da Universidade da Virgínia - EUA.

Durante vários anos foi um médico que atuou na emergência psiquiátrica na Universidade de Connecticut. Lidou com várias tentativas de suicídio em seu dia a dia.

Dentro os vários casos em que atuou, ele fez um estudo comparativo, com um grupo de pessoas que tentaram o suicídio e tiveram EQMs, e com um grupo de pessoas que tentaram o suicídio e não tiveram EQM.

Aquelas pessoas que tentaram o suicídio e tiveram EQMs, após a sua reanimação, relataram que existia vida em uma outra dimensão. E no decorrer do tempo, Dr. Greyson descobriu que quase nenhum dos que tiveram EQMs tentaram se matar novamente. Por outro lado, uma grande porcentagem dos que não tiveram uma EQM voltaram a cometer suicídio.

Na conclusão de seus estudos foi constatado que quem teve uma EQM resolveram suas inclinações suicidas.

A perda da esperança é frequentemente a razão pela qual as pessoas cometem suicídio. E quando verificaram com os próprios olhos e sentimentos que há algo depois da vida física, lhes causam um grande conforto e lhes dão um pouco mais de otimismo em seguir adiante na sua vida neste plano físico.

Para ilustrar este nosso estudo, há um relato de uma pessoa que tentou o suicídio, misturando cinco frascos de tranquilizantes com bebida alcoólica. Teve a sua EQM. Vejamos a sua vivência do outro lado desta vida:

"Comecei a sentir que me movia através de um túnel a uma alta velocidade. Eu vi uma luz no fim do túnel e pensei se esse seria o lugar para onde estaria indo. Eu não tinha ideia se estava vivo ou morto nessa altura, mas lembro claramente de ter olhado para trás e ter-me visto desmaiado no chão da cozinha. Eu estava lá completamente inconsciente dessa outra parte de mim que ia em direção a alguma coisa. É isto a morte? indaguei-me. "Não!", foi a resposta vinda de algum lugar.

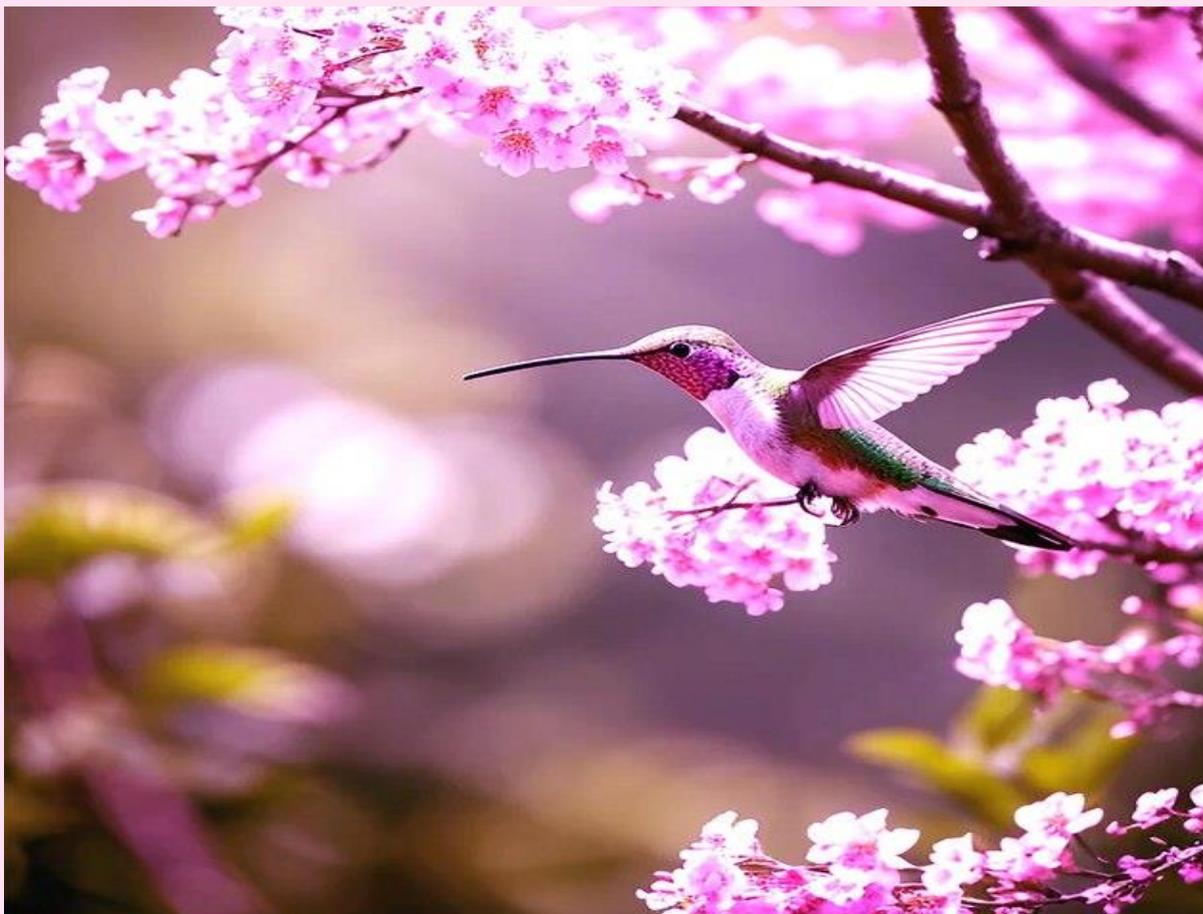
Fiquei surpreso, então, ao ver um ser de extraordinária beleza, irradiando um amor supremo, de grande compaixão e calor. Era um ser envolto em uma bela e brilhante luz branca, com raios prateados emanando do seu centro. Eu hesitava em dizer alguma coisa, mas logo percebi que meus pensamentos podiam ser lidos por esse ser de incrível luz. "Não!", repetiu ele. "A morte não se parece a isto. Venha, vou mostrar-lhe." Recordo ter flutuado com ele sobre uma espécie de fosso onde se via uma paisagem deprimente, desprovida de beleza, desprovida de vida, onde as pessoas se arrastavam, cabisbaixas, com os ombros dobrados para a frente de uma maneira depressiva e resignada. Elas mantinham as cabeças baixas olhando para os pés e vagavam sem rumo, tropeçando, às vezes, umas nas outras, mas continuando a andar. Pensei, terrificado, se seria lançado a esse mundo de almas confusas e perdidas. A voz, entretanto, pareceu ter compreendido o meu terror e aliviou-o com as seguintes palavras: "Este é

um Inferno de sua própria criação. Você teria finalmente de retornar ao plano terreno e experimentar, de novo, uma outra vida, enfrentando as mesmas dificuldades que enfrentou neste período. Até lá, você permanecerá junto a essas almas perdidas e confusas. O suicídio não é uma saída."

Foi-me mostrada uma visão panorâmica da minha vida. Os últimos cinco anos, destruídos pelo abuso de álcool, foram os mais dolorosos, as mais dolorosas lembranças que eu jamais ousaria imaginar. Eu vi uma imagem do efeito que o álcool havia causado à vida das minhas crianças e o efeito que iria causar no futuro de cada um deles. Foi aterrorizante, e decidi imediatamente que não era isso o que desejava para meus filhos. Eu chorei.

O ser luminoso pareceu compreender que eu estava cheio de remorsos, compaixão e amor. Com voz severa, mas, ainda assim, em tom paternal, ele disse: "Você não pode fazer o que quiser com a sua vida. Por acaso, deu vida a si mesmo? Não. Da mesma forma, não poderá escolher a sua própria morte."

Eu não podia falar, eu não podia pensar, eu chorei ainda mais. Essa presença, na forma de voz, deveria ser o meu Anjo da Guarda que me foi enviado, pensei. A voz, agora mais suave, continuou: "O seu trabalho não está concluído, volte e faça o que deve ser feito."



Relatos por quem passou pela Revisão da Vida

Várias religiões pregam que, logo após a nossa morte física, seremos encaminhados a um tribunal onde seremos julgados pelos nossos atos praticados na vida terrena: ou iremos para o céu, ou iremos para o inferno. Podendo passar por um tempo no purgatório.

Há um relato extraído do livro "A Vida Além do Véu", psicografado em 1920 pelo sacerdote anglicano George Vale Owen, onde é narrado um episódio em uma colônia espiritual, logo após de uma mulher ser resgatada dos planos inferiores:

"Uma de nossas irmãs encontrou nossa Mamãe Angelical certo tempo atrás no jardim, e estava dando volta por uma alameda lateral para evitar o encontro com ela, não por medo, mas por reverência. Mas nosso Anjo brilhante foi até ela e conversou bondosamente com ela, e quando viu que já tinha uma certa liberdade para falar, fez uma pergunta:

- "Onde está o Juiz", perguntou, "e quando acontecerá o julgamento? Tremo só de pensar nisso, porque sei que minha punição será terrível, e gostaria de saber logo o pior e acabar logo com isso."

A isso, nossa Mamãe respondeu:

- "Minha criança, seu julgamento acontecerá quando desejar, e por suas próprias palavras posso dizer que já começou. Porque por si mesma sabe que seu passado é passível de punição, e este é o primeiro passo para o seu julgamento. Quanto ao Juiz, bem, ela está aqui; já que você mesma é a juíza, e determinará a si mesma a punição. Fará isso por si mesma, por seu livre-arbítrio, revendo toda a sua vida vivida e, como já confessou corajosamente um pecado após o outro, desta forma progredirá."

A grande maioria das pessoas necessitam de um julgamento onde possam ser apontados os seus erros e acertos. A Espiritualidade é sábia e nos fornece uma ferramenta muito importante que é a "revisão da vida" ("revisão panorâmica") onde é permitido olharmos para nossa vida como se ela fosse um filme numa tela.

Há alguns depoimentos bastante educativos de pessoas que vivenciaram uma EQM, extraídos do livro "Lições da Luz" de Kenneth Ring, que iremos mostrar logo abaixo.

(1) Neste primeiro caso, na revisão da vida, somos ao mesmo tempo o espectador e o ator do filme que estamos vendo. Além de ver este filme, estaremos também revivendo as cenas da nossa vida:

(a) *"Frequentemente, você não está revendo a sua vida, mas revivendo-a de verdade. Embora seja verdade que há um aspecto na revisão de vida no qual observamos as cenas da nossa vida como espectadores, muitas pessoas afirmam que, ao mesmo tempo, elas estão nas cenas, como se realmente estivessem vivendo-as novamente. (...) Em resumo, e para simplificar, você está vivendo a sua vida novamente - de algum modo, as suas recordações transformaram-se em recriações vívidas dos episódios da sua vida. (...) Na revisão de vida, a pessoa é alternada e, algumas vezes, simultaneamente, ator e espectador - um participante da própria vida e, ao mesmo tempo, um observador. Algumas vezes, você está no filme, outras vezes está apenas observando, outras ainda, é como se as duas situações estivessem acontecendo ao mesmo tempo."*

(b) *"É como se você estivesse indo fazer uma revisão de vida e nós fossemos ver uma peça de teatro e eu estaria na peça, mas também estaria observando da plateia. E eu sentiria todas as emoções, dor e sofrimento*

de todos os personagens à minha volta. E eu teria esses sentimento como um ator da peça e também como espectador. Portanto, eu teria as duas perspectivas."

(2) Temos dois depoimentos abaixo que enfatizam sobre o fato em sermos julgados, e quem faz este julgamento:

(a) "E, no entanto, enquanto eu revivia a minha vida, ninguém estava me julgando. Ninguém apontou o dedo para os horrores, ou me culpou por qualquer um dos meus erros. Havia apenas a presença de aceitação completa, total receptividade e amor profundo."

(...) "A revisão não aconteceu para que eu fosse castigado, mas para que eu pudesse ter a oportunidade de aprender as lições que não aprendera com a minha vida. Enquanto a revisão continuava, eu podia ver que não era um julgamento, mas uma maravilhosa experiência de vida."

(b) "Eu realmente não vi ninguém me julgando. Era mais como se eu estivesse julgando a mim mesmo naquilo que fiz e em como aquilo afetou todas as pessoas. Acho que eu estava aprendendo a meu respeito como eu me encaixo no quebra-cabeça da vida de todas as pessoas."

(3) Quando estudamos as narrativas de revisões de vida, percebemos, quase de imediato, que estas experiências, em sua essência, são de natureza educativa:

"Quem foi submetido a um desses encontros não pode deixar de ficar consciente desses ensinamentos, porque eles são evidentes por si mesmos e é impossível não ser afetado. Você vê, você lembra e, conseqüentemente, você muda a sua vida."

(...) "A sua vida é mostrada - e você julga. Você fez o que devia fazer? Você pensa: "Oh, eu dei uma certa quantia em dinheiro para alguém e isto foi legal". Mas isto não significou nada. São as pequenas coisas - talvez uma criança machucada que você ajudou ou apenas parar para dizer "olá" a uma pessoa doente. Essas são as coisas mais importantes."

Não são somente os bens materiais que doamos que são levados em conta, muitas vezes só de ouvir a dificuldade que uma pessoa está enfrentando em sua vida é que tem mais valor e peso no nosso autojulgamento.



Lições aprendidas das EQMs

O que são as experiências quase morte (EQM)?

Como o próprio nome indica, as experiências quase morte (EQM) são aquelas em que um indivíduo é dado como morto por alguns minutos (sem batimentos cardíacos e sinais de atividade cerebral). Mas acaba retornando à vida terrena, geralmente com histórias surpreendentes sobre o outro lado.

No parto de sua filha caçula, a professora Carolina, que nunca tinha ouvido falar em EQM, viveu uma situação extracorpórea em 2006:

"Ouvi apitar o monitor, olhei para trás e vi uma linha. Quando vi essa linha, já imaginei o que estava acontecendo. Saí do corpo e fiquei em paralelo, de pé, ao lado do monitor, vendo o que estava acontecendo. Foi muito rápido."

As pessoas deixam o corpo físico, passam por um túnel e entram em uma dimensão que é muito mais real que a física, na qual estamos agora; percebem uma luz que traz muito conforto, alegria e amor; e depois há uma revisão panorâmica da vida num plano tridimensional, totalmente colorido, onde pode-se rever cada uma das coisas que fez em sua vida. Pode-se também encontrar parentes ou amigos que morreram e que parecem estar lá para recebê-las, saudá-las e ajudá-las durante a transição.

"Passei por essa experiência quando estava dando à luz uma criança. O parto foi muito difícil e perdi muito sangue. O médico deu-me por perdida e disse a meus parentes que eu estava morrendo. No entanto, eu estava bem alerta o tempo todo, e mesmo quando estava ouvindo ele dizer tudo isso senti que estava voltando. Nesse momento percebi toda aquela gente que estava lá, parecia quase uma multidão parada em volta do teto do quarto. Eram, todas, pessoas que eu tinha conhecido na minha vida passada, e que já tinham morrido. Percebi minha avó e uma menina que conheci na escola, e muitos parentes e amigos. Parecia-me ver especialmente suas faces e sentir sua presença. Todos pareciam felizes. Era uma ocasião muito feliz, e senti que tinham vindo me proteger e me guiar. Era como se eu estivesse voltando para casa e eles estivessem lá para me saudar ou receber com boas-vindas. Nessa ocasião tive a sensação de que tudo era luz e beleza. Foi um momento lindo e glorioso." (...)
"... depois ouvi uma voz, além dos sentidos físicos, que me disse que eu ainda não estava morta e que deveria voltar, e não senti nenhum medo ao voltar para o meu corpo físico." ("Vida depois da Vida" - Dr. Raymond Moody).

Depois, essas pessoas voltam dizendo que não têm mais medo da morte, porque a experiência que tiveram as convenceram de que o que chamamos de morte é uma transição para outra realidade, e que o importante nesta vida é aprender a amar. As pessoas que passaram por uma EQM sentem vontade em buscar novos conhecimentos. Algumas dizem que isso foi resultado da revisão de suas vidas.

Para muitas pessoas, a EQM é tão agradável que nem querem voltar.

Várias delas costumam ficar bravas com seus médicos por trazê-las de volta.

Muitas dos que passam por uma EQM relatam mudanças significativas em seu comportamento, atitudes e prioridades de vida:

1. Redefinição de Prioridades e Valores: passam a ter uma maior apreciação pela vida. Essa nova apreciação pode resultar em um maior foco em aproveitar o presente e em encontrar alegria nas pequenas coisas.
2. Reavaliação de Metas e Objetivos: tiveram a necessidade de dar um novo sentido à vida levando, muitas vezes, a mudanças de carreira, novas paixões e um foco renovado em objetivos pessoais e profissionais.
3. Maior Envolvimento em Atividades Significativas: muitas pessoas passaram a ter um maior envolvimento em causas sociais, trabalho voluntário ou práticas espirituais.
4. Alterações nas Relações Interpessoais: tem a preocupação em fortalecer laços com familiares e amigos, e de resolver conflitos ou mal-entendidos que possam ter existido anteriormente.
5. Aumento da Empatia e da Compaixão: tiveram um aumento na empatia e na compaixão pelos outros. As pessoas que passaram por uma EQM frequentemente relatam uma maior sensibilidade às emoções e necessidades alheias, levando a um comportamento mais gentil e atencioso.
6. Redução do Medo da Morte: Um efeito comportamental significativo de uma EQM pode ser a redução do medo da morte, diminuindo a ansiedade e o estresse associados ao pensamento sobre a morte, levando a uma abordagem mais positiva e tranquila em relação à vida.
7. Crença numa vida depois da morte física: as pessoas se tornam mais espiritualizadas e ficam convencidas de que alguma forma de existência as aguarda depois da morte do corpo físico. Algumas dessas pessoas tornam-se mais receptivas ou passam a acreditar em reencarnação.



Como ajudar quem teve uma EQM

Vários pesquisadores observaram que, com frequência, o divórcio acontece depois de uma EQM, porque a pessoa sofre muitas mudanças de personalidade. Essas pessoas viram uma outra realidade do outro lado desta vida terrena. A grande maioria volta mais espiritualizada, menos apegadas à materialidade, mais calmas, respeitando os seus semelhantes.

Além disso, os amigos e familiares de quem passou por uma EQM podem resistir a essas mudanças de comportamento, pois continuam presas aos bens materiais e aos seus vícios.

Em "A Luz que veio do Além", Dr. Raymond Moody Jr. comenta um caso de uma pessoa que entrevistou:

"É claro que algumas pessoas ficam encantadas em ter um esposo mais amoroso na casa. Mas outras não. Embora tenham dito para essa pessoa, por anos a fio, que gostariam que ela fosse mais calma, quando isso acontece de fato, ela não gosta. Essa transformação pode ser interpretada como uma evidência de psicose ou de perda de energia. (...) Um homem me disse: "Quando "voltei", ninguém sabia exatamente o que fazer comigo. Antes de ter o ataque cardíaco, sempre fui muito impulsivo e bravo. Se as coisas não corressem bem para mim, era impossível viver comigo. Isso era em casa e também no trabalho. Se minha esposa não estivesse vestida na hora e tivéssemos um lugar para ir, eu estouraria e tornaria o resto da noite um inferno para ela. Porque ela tolerava isso, eu não sei. Mas acho que ela se acostumou através dos anos, porque depois da minha EQM, ela mal podia aguentar minha doçura. Eu não gritava mais com ela. Não a forçava a fazer coisas, nem ela nem mais ninguém. Tornei-me a pessoa mais fácil de se conviver, e essa mudança foi quase maior do que ela podia suportar. Precisei ser muito paciente – e isso eu nunca fui antes para manter nosso casamento. Ela vivia dizendo, "você está tão diferente desde seu ataque cardíaco". Eu acho que na verdade ela queria dizer, "você ficou louco"."

Dr. Raymond Moody Jr., que é psiquiatra, tem vários grupos de apoio para pessoas que passaram por EQM.

Ele nos dá as seguintes orientações para ajudá-las:

- (1) "Deixe que elas falem livremente sobre suas experiências". Ouça com consideração e deixe que falem sobre suas experiências de quase morte o quanto quiserem. Não use esse momento para tentar aliviar suas próprias preocupações sobre a vida após a morte ou para provar algumas de suas teorias sobre o assunto. A pessoa teve uma experiência intensa, e precisa de alguém aberto que ouça o relato sobre o episódio tal como aconteceu.
- (2) "Conforte-as dizendo que não estão sozinhas". Diga-lhes que experiências como essas são muito comuns. Diga-lhes também que não compreendemos totalmente por que acontecem, mas que muitas das outras pessoas que as tiveram cresceram com a experiência.
- (3) "Diga-lhes o que é a experiência". Embora milhões de pessoas já as tenham vivido, poucas delas sequer sabem como são chamadas. Diga-lhes que passaram por uma experiência de quase morte. Ao saber do nome clínico: para esse episódio, a pessoa terá um apoio para compreender esse evento confuso e inesperado.
- (4) "Envolva a família no assunto". As mudanças que a EQM traz para a pessoa são frequentemente difíceis para a família. Um pai do tipo impulsivo antes de uma EQM, pode de repente transformar-se num tipo amoroso. Tal mudança pode ser difícil para uma família acostumada a um chefe de família exigente. É importante encorajar o diálogo na família

para garantir que o sentimento de todos sobre a mudança seja conhecido e assim contornado antes que cause uma ruptura na estrutura familiar.

(5) "Conheça outras pessoas que passaram por EQMs". Frequentemente, é interessante que essas pessoas se encontrem. Ao longo dos anos, envolvias em várias terapias de grupo trazidas por alguma indicação médica. Idealmente, o grupo deve ser formado por cerca de quatro pessoas que simplesmente conversem sobre suas EQMs.

(6) "Faça com que essas pessoas leiam sobre o assunto". Dessa forma, eles mesmos têm a oportunidade de rever a variedade de experiências e pensamentos sobre o assunto quando puderem. O objetivo disso é integrar essa experiência à sua vida e certificar-se de que uma certa mudança que vem junto com uma experiência de quase morte é positiva e enriquecedora.



Não precisamos passar por uma EQM para usufruir dos seus ensinamentos

A grande maioria das pessoas que vivenciam uma EQM passam por uma grande transformação interior.

E quem ouve os seus relatos, e se interessam pelas EQMs, geralmente sentem inveja de quem passou por esta experiência.

Apesar do privilégio das informações e do que viram do outro lado desta vida, essas pessoas pagaram um alto preço por tudo isso.

O Dr. Kenneth Ring, professor emérito de psicologia na Universidade de Connecticut, autor de diversos livros sobre EQMs, entre eles "Lições da Luz", relata um caso muito interessante:

"Lembro-me de um caso vívido, porém instrutivo, dessa inveja inútil e que ocorreu numa de minhas aulas, há muitos anos. Foi por volta de 1978, logo depois de eu ter me envolvido nas pesquisas sobre EQMs, quando pedi a uma dessas pessoas para ir à minha classe e contar sua história aos meus alunos. Virginia, hoje já está falecida, era uma mulher pequena, roliça, de meia-idade e descendente de italianos, a qual, mais tarde, como vim a descobrir, invariavelmente descrevia a si mesma como "apenas uma dona de casa". Mas quando estava contando a sua história, e naqueles dias eram muito mais exóticas do que agora, ela transformou-se numa oradora eloquente, com uma personalidade inegavelmente magnética. E quando ela começou a descrever as mudanças provocadas pela EQM na sua vida, muitos dos meus alunos pareciam mais excitados. Finalmente, chegara a hora das perguntas e um dos meus alunos, um rapaz, perguntou: "Eu adoraria ter uma experiência como essa! Mas como isso é possível?". Mal fazendo uma pausa, Virginia respondeu: "Ame os outros"."

"Que resposta perfeita! Naturalmente, Virginia estava nos dizendo que a sua experiência teria sido desperdiçada conosco se os ouvintes não entendessem a mensagem. Você não precisa passar por uma EQM para viver de acordo com os ensinamentos ou para iniciar a própria busca espiritual. Os seus frutos estão nos seus efeitos e eles são contagiosos para um coração aberto."



Estas pessoas precisaram de uma EQM para acreditar numa vida pós-morte e que precisavam Amar o Próximo. Tiveram um despertar espiritual e voltaram mais sensíveis dessa experiência. Foi necessário ter um ataque cardíaco, sofrer um acidente, estar no meio de uma cirurgia, se afogarem.

Estavam envolvidas em algo bastante traumático.

E quando regressaram ao corpo físico, e relataram o que viram e ouviram, mesmo assim, para a grande maioria, foram rotuladas como loucas, que tudo foi imaginação ou efeitos dos anestésicos.

Não precisamos dessa experiência para praticar os ensinamentos que estas pessoas extraíram da EQM.

Os Espíritos de Luz procuram encontrar os mais diversos mecanismos para nos despertar que existe uma vida pós-morte. Não importa se temos ou não uma religião, se passamos por uma EQM.

A Espiritualidade vive nos alertando para termos autoestima, nos amarmos para poder amar o próximo, para estudarmos e termos mais conhecimentos para evoluir.

O conteúdo dos vários relatos das pessoas que passaram pelas EQMs, os Benfeitores Espirituais já haviam ditos à Allan Kardec já em 1857, e este compilou estas informações no "*O Livro dos Espíritos*".

E as EQMs começaram a serem levadas à sério pela ciência somente a partir de 1975, com a divulgação do livro "*Vida depois da Vida*" do Dr. Raymond Moody Jr. A partir desta publicação, vários neurocientistas iniciaram suas pesquisas sobre vida pós morte e comprovar a veracidade dos relatos das EQMs.

O Plano Espiritual não tem religião. O que eles desejam é que tenhamos Espiritualidade! Que respeitemos e amemos a nós mesmos e ao nosso próximo!



Fontes bibliográficas

- (1) "O Livro dos Espíritos" - Allan Kardec
- (2) "O que é o Espiritismo" - Allan Kardec
- (3) "Perispírito" - Zalmino Zimmermann
- (4) "Vida depois da Vida" - Dr. Raymond Moody Jr.
- (5) "A Luz que vem do Além" - Dr. Raymond Moody Jr.
- (6) "Sobre a morte e o morrer" - Dra. Elisabeth Kübler-Ross
- (7) "A Morte: Um Amanhecer" - Dra. Elisabeth Kübler-Ross
- (8) "Voltar do amanhã" - Dr. George G. Ritchie e Elisabeth Sherrill
- (9) "Lições da Luz" - Dr. Kenneth Ring e Evelyn Elsaesser Valarino
- (10) "A Morte à Luz da Psicologia" - Aniela Jaffé, Liliane Frey-Rohn e Marie-Louise von Franz
- (11) "Memórias, Sonhos e Reflexões" - C. G. Jung
- (12) "Uma Prova do Céu" - Dr. Eben Alexander
- (13) "A vida além do véu" - George Vale Owen
- (14) "Reencontro com a Alma" - Dr. Larry Dossey
- (15) "A Religião do Cérebro" - Dr. Raul Marino J
- (16) "Experiências de Quase Morte (EQMs):Ciência, mente e cérebro"-Dr. Edson Amâncio
- (17) "Closer to the Light: Learning from the Near-Death Experiences of Children" - Dr. Melvin Morse
- (18) "Consciousness Beyond Life: The Science of the Near-Death Experience"-Dr.Pim van Lommel
- (19) "O Livro Tibetano dos Mortos" - W. Y. Evans-Wentz (org.)



Rubens Santini (rubens.santini@gmail.com)

**Distribuição gratuita. Não é permitida a sua venda.
A cópia é permitida para distribuição gratuita.**

São Paulo, novembro de 2024.

Sobre o Autor



Tenho formação profissional em “Bacharelado em Ciência da Computação” pela Universidade Federal de São Carlos (UFSCar), e atuei durante 40 anos na área de Desenvolvimento de Software.

Como escritor, iniciei em 1994, onde em todas as minhas publicações procurei abordar temas relacionados à espiritualidade, respeito mútuo e evolução espiritual.

Minhas obras enfocam profundas reflexões sobre a vida, o sofrimento, em busca pela harmonia, em aceitar as diferenças e ser solidário na dor, buscando evoluir juntos como seres humanos.

Nos dias de hoje compartilho meus e-books com vários sites, grupos de estudos, associações e centro espíritas de 29 países em português, espanhol e inglês.

Os principais materiais de estudo, publicados nestes mais de 30 anos, estão disponíveis para visualização em <https://www.calameo.com>

Muita Paz a todos!

Rubens Santini de Oliveira