

Edição
MAURO KWITKO
7ª Edição

MAURO KWITKO



Como
Aproveitar a Sua
Encarnação



MAURO KWITKO
COMO APROVEITAR A SUA ENCARNAÇÃO

MAURO KWITKO

Como
Aproveitar a Sua
Encarnação



MAURO KWITKO - COMO APROVEITAR A SUA ENCARNAÇÃO

ORELHA:

Neste livro, o Dr. Mauro Kwitko traz aos leitores uma maneira simples e objetiva de melhor aproveitarmos uma encarnação. O Dr. Mauro é médico e criador da Psicoterapia Reencarnacionista, a fusão da Psicoterapia com a Reencarnação, e vem escrevendo livros, palestrando e ministrando Cursos de Formação sobre essa nova visão psicológica do ser humano como um ser espiritual em busca da purificação. Realizou até o momento cerca de 5.000 sessões de regressão em pacientes. É o presidente da Associação Brasileira de Psicoterapia Reencarnacionista (www.abpr.org).

Esse livro é um manual prático que visa auxiliar as pessoas no seu real aproveitamento de uma encarnação.

A Personalidade Congênita é o pilar básico dessa nova escola.

A infância é uma continuação e não um começo. A família é um agrupamento de Espíritos ligados entre si por laços energéticos, de afinidade ou divergência. Os fatos da vida e as pessoas que vamos encontrando obedecem às Leis do Retorno, da Finalidade e do Merecimento.

A eliminação das nossas inferioridades e a ampliação da nossa capacidade de amar é a meta. A finalidade da Psicoterapia Reencarnacionista é trazer a busca da evolução espiritual para o consultório psicoterápico para que, terapeuta e paciente, juntos, conversem sobre isso.

Os psicólogos e os psiquiatras que acreditam na Reencarnação têm agora a oportunidade de ampliar seus horizontes diagnósticos e terapêuticos. A investigação e cura do Inconsciente, proposta pelo Dr. Sigmund Freud, ganha um novo e poderoso impulso, através da Regressão

Terapêutica, ética, obedecendo a Lei do Esquecimento, sendo realizada pelo Guia Espiritual do paciente.

O Dr. Mauro Kwitko é um dos pioneiros em nosso país dessa nova maneira de enxergar e tratar os conflitos humanos.

CONTRA-CAPA:

COMO APROVEITAR A SUA ENCARNAÇÃO é um manual prático e objetivo do aproveitamento da encarnação, no sentido da evolução espiritual.

Nos capítulos "Quem sou eu?", "De onde vim?" e "Para onde vou?", o Dr. Mauro aborda essas questões que angustiam a mente humana desde tempos imemoriais, sem perder o verdadeiro foco, que é estarmos com os pés no chão, vivendo a realidade.

Nos capítulos "As crianças", "Os adolescentes", "Os adultos", "Os pais" e "Os velhos", fala de Reencarnação para cada um desses grupos.

Em "A humildade" fala da verdadeira espiritualidade. Em "A resignação" discorre sobre esse conceito no sentido da aceitação. Em "O perdão" traz um dos principais ensinamentos de Jesus e em "O auto perdão" traz o lenitivo para a culpa.

No capítulo "Os nossos modelos" aponta o benefício de escolhermos nossos exemplos de vida. No capítulo "Os defeitos" faz uma listagem das nossas inferioridades mais frequentes, algumas usuais, outras até incentivadas pela nossa cultura materialista e imediatista.

Ao final propõe um "Teste de aproveitamento da leitura do livro (e da encarnação)" para que cada leitor possa fazer uma auto avaliação.

Capa: Marco Cena

Revisão: Bárbara Pena

Produção: BesouroBox

Editoração eletrônica: Maitê Cena

Assessoramento de edição: André Luis Alt

K98c

Kwitko, Mauro

Como aproveitar a sua encarnação / Mauro Kwitko.—

7. ed.— Porto Alegre: BesouroBox, 2010. 128p.: il. ISBN: 85-99275-03-8

1. Encarnação - Espiritismo 2. Reencarnação Espiritismo 3. Espiritismo 4. Religião - Encarnação 5. Perdão - Religiosidade - Encarnação 6. Resignação - Religiosidade - Encarnação 7. Humildade - Religiosidade - Encarnação 8. Auto perdão - Religiosidade - Encarnação

I. Título

CDU: 129

232.8

291.22/.23

Catálogo: Aglaé Castilho Oliva CRB10/814

Edições Besouro Box Ltda.

Av. Assis Brasil, 1652/sala 404 - CEP: 91.010-001

São João - Porto Alegre - RS

Fone: (51)3337.5620

www.besourobox.com.br

Impresso no Brasil 2010

Sumário

Prefácio

Quem sou eu?

De onde vim?

Para onde vou?

Por que reencarnamos?

A reforma íntima

As crianças

Os adolescentes

Os adultos

Os pais

Os velhos

A humildade

A resignação

O perdão

O auto perdão

Os nossos modelos

Os defeitos

Teste de aproveitamento da leitura do livro (e da encarnação)

Prefácio

ESTE LIVRO TEM O INTUITO de levar as pessoas o que tenho aprendido nas sessões de regressão com pessoas em tratamento há uns 15 anos, até este ano de 2010 cerca de 6.000 sessões.

Escutei seus relatos de vidas em séculos passados, eles contam suas histórias pessoais, são eles lá, e comprovam o pilar básico da Psicoterapia Reencarnacionista: a Personalidade Congênita. Escutando esses relatos, observando, refletindo a respeito, venho aprendendo bastante sobre o aproveitamento, ou não, das encarnações. E percebo as repetições de padrões em todos nós, encarnação após encarnação. Alguns Espíritos vêm encarnando, há séculos, envolvidos num padrão de violência, seja sofrendo, seja praticando; outros, em questões de sexualidade, negando, abusando, sofrendo e fazendo sofrer; percebo padrões de autoritarismo, agressividade, prepotência e também de medo, submissão, baixa autoestima; outros apresentam um padrão de isolamento, solidão e tantos outros. É como se todos nós estivéssemos durante alguns séculos sintonizados com uma faixa de comportamento, e vamos passando pelas encarnações com o intuito de aprender sobre aquele tema, evoluir naquele assunto, para libertar-se daquilo. Mas como demoramos para nós livrar de um padrão! Escuto relatos de agressividade, violência, sexualidade, timidez, medo etc. repetitivos, há séculos ou milênios, muitas e muitas encarnações quase que repetitivas. É como um aluno que vai repetindo a matéria na qual ainda não consegue ser aprovado, anos a fio. Só que, aqui, não são anos, são milhares de anos.

Perceber essa demora em evoluirmos é um dos principais motivos que me leva a escrever livros sobre o assunto, no sentido de auxiliar a todos nós a melhor aproveitarmos uma encarnação.

Embora eu lide com a Reencarnação há muito mais tempo do que realizo regressões, só passei a acreditar realmente nela quando comecei a escutar esses milhares de relatos das encarnações passadas dessas pessoas, onde elas descrevem, com sentimento, com emoção, situações, Fatos, dramas, batalhas, mortes, doenças, acidentes, de encarnações passadas.

Embora eu seja adepto da crença reencarnacionista há mais tempo do que pratico regressão, o que coloco neste livro não diz respeito a Religião e sim a Psicologia. Acredito na Reencarnação desde criança, mas tenho a convicção há uns 15 anos, desde que comecei a ouvir pessoas, regredidas a suas encarnações passadas, contarem suas histórias, suas encarnações e desencarnações, suas subidas e descidas.

Este livro não é um livro espírita nem um livro religioso, é um livro sobre a Reencarnação dentro de uma proposta de expansão a Psicologia, para que ela abra suas fronteiras para antes do nosso nascimento e depois da nossa morte. É um livro básico de Psicoterapia Reencarnacionista.

É importante procurarmos entender, dentro das nossas limitações de Espíritos encarnados, as leis que regem a Reencarnação, como e por que ela ocorre, qual a sua finalidade e, principalmente, como saber aproveitá-la, do ponto de vista do nosso Eu Superior. O primeiro pré-requisito para aproveitarmos uma encarnação é sabermos que a estamos vivendo, que não somos a nossa “casca” e sim um Espírito nela. Mas o fato de acreditar-se na Reencarnação não implica automaticamente o seu real aproveitamento, bem como não acreditar, implica estar desperdiçando. O que vai determinar o aproveitamento, ou não, de uma passagem terrena e conseguirmos alcançar uma ascensão, pelo menos satisfatória, em nosso grau espiritual, ou seja, um aprimoramento nas nossas características pessoais, num trabalho de purificação: a nossa missão individual. A outra missão, coletiva, consiste na busca do resgate e da harmonização com outros seres, com os quais trazemos conflitos de encarnações anteriores, e procurarmos desenvolver um vínculo amoroso com as pessoas próximas, com as não tão próximas e com toda a humanidade.

Ambas as missões devem seguir paralelamente, mas a maioria de nós mal-e-mal consegue cumprir a individual e poucos conseguem desenvolver a coletiva, pelo menos em nível satisfatório.

Por que isso ocorre? Responder a esta questão é um dos objetivos deste livro. Nesses anos todos em que tenho participado dessas vivências de encarnações passadas, assimilei um tanto de conhecimento de questões importantes sobre o nosso sucesso ou fracasso no desempenho das nossas missões encarnatórias.

Quero colocar aqui a maneira como nós, da Associação Brasileira de Psicoterapia Reencarnacionista, realizamos as regressões. Na época em que escrevi o *20 Casos de Regressão*, cometia alguns erros que fui corrigindo, até chegar a uma técnica em que priorizamos a Ética para evitarmos interferir nas Leis Kármicas. Pela nossa técnica, o terapeuta atua apenas na parte do relaxamento e no incentivo a expansão da Consciência, permitindo que o Mentor Espiritual da pessoa assuma o comando e comande a regressão, visando desconectá-la de situações traumáticas do seu passado, onde está ainda sintonizada, e de onde vem a maioria das fobias, dos pânicos, das depressões refratárias etc. após fazermos a nossa parte, quando começa o relato, interferimos o mínimo possível para não atrapalhar quem realmente está realizando a regressão. De vez em quando falamos “Sim...”, “Continua...”, “E depois?”.

E nunca incentivamos a pessoa regredida a identificar alguém que encontra em outra encarnação, que é um erro que eu cometia anos atrás. Acreditava que devia incentivar esse reconhecimento para depois trazer esse material as consultas pós-regressão, mas estava errado! Muitos terapeutas de regressão fazem isso, mas é uma interferência no Karma entre as pessoas e não deve ser realizado. Estou colocando esse assunto aqui porque algumas pessoas colocam-se contra a Terapia de Regressão e não deixam de ter razão, pois muitos terapeutas praticam essa técnica de maneira irresponsável, a serviço da curiosidade, e alguns não tem conhecimento nem capacidade para praticar essa terapia. Nos meus Cursos de Formação e enfatizado o respeito a Ética e a atenção ao ego do praticante para evitar a tendência de dirigir o processo, de comandar a regressão. Quem somos nós para sabermos o que uma pessoa deve acessar em seu passado e se ela tem o merecimento de desconectar-se de situações de lá? O seu Guia sabe. (mentor)

Quero repassar neste livro o que aprendi sobre Reencarnação nas sessões de regressão com essas pessoas, com os relatos de suas vidas passadas. Para os que não acreditam na Reencarnação, para os que pegaram este livro por curiosidade, para os que tem dúvidas sobre o assunto, quero sugerir que procurem pensar por si mesmos, e não baseados no que dizem antigos livros, milenares, sem uma garantia do que, verdadeiramente, foi dito pelos autores, naquela época, de quem realmente escreveu os textos e o quanto foram modificados nas traduções e manipulados nos séculos saram deles.

O porquê da Psicologia oficial não lidar com a Reencarnação remete a ação do Imperador Justiniano no ano 553 d.C. de conclamar o Concílio de Constantinopla, convidando apenas os bispos do Oriente (não reencarnacionistas) e decretando que Reencarnação não existe, influenciado por sua esposa Teodora, ex-cortesã, que para libertar-se de seu passado mandou matar antigas colegas e para não sofrer as consequências dessa ordem cruel em uma outra vida, como preconiza a Lei do Karma, empenhou-se em suprimir a magnífica Doutrina da Reencarnação. Esse Concílio foi apenas um encontro que excomungou e maldisse a doutrina da pré-existência da alma, com protestos do Papa Virgílio, sequestrado e mantido prisioneiro de Justiniano por oito anos por ter-se recusado a participar desse Concílio! Dos 165 bispos presentes, 159 eram da igreja oriental, e tal fato garantiu a Justiniano os votos de que precisava para decretar que Reencarnação não existe. E assim a Igreja Católica tornou-se uma igreja não reencarnacionista e, mais tarde, as suas dissidências também levaram consigo este dogma. Com o predomínio, no Ocidente, dessas igrejas não reencarnacionistas, criou-se no Consciente Coletivo ocidental a ideia de que Reencarnação não existe, dentro do que se formou a Psicologia e a Psiquiatria, que então, por coerência, também não lidam com a Reencarnação. Ou seja, a Psicologia não lida com a Reencarnação por causa da Teodora.

Mas o mais importante é buscarmos, dentro de nós mesmos, uma convicção pessoal a respeito da Reencarnação, e é fundamental que cada um encontre a sua própria verdade interna, não por livros ou opiniões, não pelo que está escrito ou lhe dizem, e sim a partir de suas próprias vivências e experiências.

Ai sim pode seguir o caminho que julgar mais adequado para si, porque tem a sua própria experiência, uma vivência pessoal. A opinião sobre um assunto, sem essa participação interna, pode ser cega se não se consolidar na experiência própria, se basear-se apenas no que vem de fora, no que lhe dizem sem uma base interna, e isso gera o fanatismo, que é uma das maneiras pelas quais a insegurança se manifesta.

As pessoas que não acreditam em Reencarnação, alegando que ela não está citada na Bíblia, devem atentar para o fato de que o livro básico de Igrejas não reencarnacionistas não iria falar sobre isso. Mas lembremos que Jesus, questionado sobre quem era Joao Batista, respondeu que havia sido Elias que havia voltado.

Mas, na verdade, o grau de evolução espiritual de uma pessoa depende mais do seu caráter do que de sua crença religiosa, mais do seu praticado do que da teoria. Não acreditem, sem examinar, em nada que lhes dizem, nem no que eu estou dizendo aqui, vivenciem, pratiquem, e tenham, então, uma opinião própria, baseada numa certeza íntima, que, aí sim, terá valor, pois não poderá ser manipulada. O que se chama de fé pode ter pouco valor se apenas basear-se no que nos dizem, sedimentar-se em dogmas estabelecidos há muito tempo e que, então, não estão predispostos a mudanças e questionamentos. A verdadeira fé vem da vivência pessoal no sentido do conhecimento.

Espero que este livro ajude a todos nós a oportunizarmos ao nosso Espirito um real aproveitamento desta encarnação, pois nós costumamos repetir o mesmo erro, encarnação após encarnação, pois voltamos com as mesmas características do nosso Espirito expressas na personalidade, o que chamamos Personalidade Congênita, a nossa maneira de sentir e reagir aos fatos da vida terrena, e temos então a tendência de repetir os mesmos raciocínios e as mesmas ações equivocadas.

Algumas das chaves para o aproveitamento de uma encarnação são a Personalidade Congênita e a clareza a respeito de que somos um Espirito e não a “casca” que serve apenas para torná-lo visível. O Espirito vem para a Terra para purificar-se, concretizar sua evolução, e necessita uma “casca” para fazer-se visível, mas aí passa a acreditar que é a “casca” e, frequentemente, aproveita pouco essa oportunidade.

Quero colocar neste livro os conhecimentos que tenho recebido nas regressões com as pessoas em tratamento, de um modo claro, simples, prático e objetivo, a fim de que o aproveitamento da encarnação se torne uma tarefa fácil e prazerosa, em vez de algo difícil e complicado.

Espero atingir esse objetivo e conseguir transmitir um método que tenho aplicado em mim há algum tempo e que, para mim, tem dado resultado. Resumidamente, consiste em eliminar as nossas inferioridades e imperfeições, e isso tem de ser realizado na prática, no dia a dia, quando elas aparecem, mesmo que acreditemos ter razão para senti-las e externá-las, pois a tarefa da purificação, almejada por nosso Espírito, e infinitamente mais importante do que os raciocínios de nosso Eu encarnado. A infância não é o começo da vida, e sim a continuação, e, portanto, nós não formamos nossa personalidade na infância, já nascemos com uma personalidade. Uma família não é um agrupamento aleatório de pessoas, e sim de Espíritos encarnados próximos segundo Leis.

Vimos para evoluir espiritualmente, encarnamos para que nossas inferioridades venham à tona e possam ser melhoradas, ou eliminadas, o que não ocorre quando estamos no Astral, por falta das dificuldades, dos “gatilhos” que as façam emergir. Os fatos da vida terrena são os fatos, nós reencarnamos para passar por fatos, e o importante é o que aflora de inferior de dentro de nós diante deles, aí esta a finalidade da encarnação! Tudo conspira a nosso favor, mesmo nascermos pobres, em uma família desestruturada, com um pai agressivo, com uma mãe problemática etc. Tudo é uma oportunidade, uma lição, tudo tem uma finalidade e baseia-se na Lei do Retorno.

Muitas pessoas ficam presas, por magoa, por raiva, aos fatos negativos de sua vida, não percebendo que eles são potencialmente positivos para a sua evolução espiritual. Esquecem de ver os seus defeitos, acreditam que eles brotaram dos fatos e deixam assim de evoluir mais. E queixam-se do pai, da mãe, esquecendo dos laços kármicos que os unem, dos resgates. E queixam-se do marido, da esposa, dos filhos, sem saber o que foram em vidas passadas, por que se reencontraram.

Aqui é o Astral Inferior, um lugar onde estamos como numa prova de obstáculos, e a cada momento surge uma dificuldade. O objetivo da prova é

vencer! E Deus não dá um fardo maior do que podemos carregar. Algumas pessoas tem a estirpe do vencedor e cada obstáculo, cada barreira, é uma motivação para lutar, para vencer, para crescer; esses evoluem rapidamente. Algumas pessoas levam muito tempo em cada barreira, vacilando, fraquejando, parece que vai, mas não vai, sofrem, queixam-se demasiadamente, perdem tempo com pena de si mesmos, enfim, terminam por vencer mas levam um tempo exagerado nisso; de repente, termina a encarnação, fica o restante da pista de obstáculos para a próxima. Mas algumas pessoas parecem que nasceram para perder, qualquer obstáculo lhes parece intransponível, qualquer barreira é grande demais para eles, em tudo veem dificuldades, e aí a sua evolução espiritual é lenta. Encarnação após encarnação, lá vão eles, deprimindo-se, sofrendo, bebendo, fumando, auto-destruindo-se, usando drogas, pensando em suicídio...

Onde está a felicidade? Esta dentro da pessoa que a sente. O mundo é igual para todos, cada um faz sua vida de acordo com seus pensamentos, seus sentimentos, sua índole, seu caráter, suas atitudes. O que vai acontecendo conosco durante uma encarnação, desde a constituição de nossa infância, é decorrente de nossas encarnações passadas, de acordo com o nosso merecimento. O que se apresenta para nós a todo instante é fruto do que plantamos. Quem planta espinhos, colhe espinhos; quem planta flores, colhe flores. Podemos mudar nosso destino para melhor. Quando? Agora! Como? Com uma atitude positiva, com retidão, com amor, com firmeza. A felicidade é possível desenvolvendo a aceitação, olhando para os lados, percebendo pessoas com uma vida pior do que a nossa, saindo do egocentrismo sofredor. Muitas pessoas vivem queixando-se de alguma coisa, sempre tem algo faltando. E o que tem? Raramente valorizam.

A finalidade da encarnação é a busca da evolução espiritual e aí está o sentido da vida. Isso tem de ser realizado pela “casca” e aí está a missão de cada um de nós. Sem a crença na Reencarnação, que são as vindas sucessivas do Espirito para a Terra em busca da sua purificação, a vida não tem sentido, e não acreditar nela é uma das causas das desigualdades sociais, do racismo, do materialismo, da futilidade, da depressão, dos suicídios e tantos outros males que afligem os seres humanos, quando eles vivem apenas para essa vida material e para si, não para o seu Espirito e para a eternidade. Se uma pessoa branca, racista, soubesse que não é

branca, e sim está numa “casca” branca, não desgostaria de pessoas de “casca” negra, pois eles não são negros, estão negros. Eu mesmo já me vi negro em uma encarnação passada; desta vez, estou branco. E na minha próxima encarnação, virei homem ou mulher? Branco ou negro? Brasileiro ou de uma outra nacionalidade? Essas são algumas das ilusões da vida encarnada, devemos estar atentos a elas.

Essa nova Escola, que chamamos de Psicoterapia Reencarnacionista, é a Psicologia da evolução espiritual, através do tempo. Meus outros livros tratam disso, mas este pretende ser um manual prático que ajude a todos nós a aproveitarmos realmente nossa passagem por aqui.

Quem sou Eu?

ACREDITO QUE A VISÃO obscura que muitas pessoas têm sobre esta questão é um dos grandes entraves ao real aproveitamento de nossa passagem pela Terra. A maioria das pessoas acredita, erroneamente, ser o seu Eu encarnado, o seu corpo, a sua “casca”, quando, na verdade, essa esta apenas servindo de veículo para a sua real identidade, o Espírito, durante uma encarnação. A questão é, então, saber quem realmente somos, e a ilusão dos rótulos das “cascas” é um grande obstáculo na obtenção do sucesso encarnatório.

Somos uma Consciência, que anima um Ser, e que constrói um corpo físico para tornar-se visível e viabilizar a nossa passagem por aqui. É como quando vamos ao fundo do mar, colocamos um escafandro; mas não somos o escafandro, estamos dentro dele. O nosso corpo físico é construído para que nosso Espírito possa passar um tempo aqui, e é feito de acordo com a gravidade, pressão atmosférica e temperatura deste planeta. O grande equívoco do Espírito encarnado é esquecer que é um Espírito e acreditar ser o corpo.

Após nosso último desencarne, permanecemos no Astral um tempo, que pode ser mais ou menos longo, até a nossa Consciência vir animar um novo corpo físico, e voltamos a vivenciar o chão. Existe nisso uma finalidade e se nós soubermos qual é ela, se pelo menos pensarmos nisso, estudarmos o assunto, facilitaremos bastante a obtenção do sucesso almejado nessa passagem. Se não soubermos para o que o nosso Espírito desceu novamente, se nem lembrarmos que somos um Espírito reencarnado, estamos sujeitos a nós perdermos nas teias das ilusões, nas armadilhas da vida terrena. Mas também tenho observado que muitas pessoas que acreditam em Reencarnação costumam raciocinar teoricamente sobre isso,

de um ponto de vista religioso e não em termos práticos, cotidianos, na sua vida diária, e é também sobre isso este livro.

A finalidade da Reencarnação é continuarmos o caminho evolutivo interrompido no derradeiro desencarne, a nossa busca de evolução, de purificação, o que quer dizer aumentarmos a nossa capacidade de amar e doar-se aos outros, de servir, nós libertarmos do egocentrismo, o que elevava a nossa frequência vibratória, o nosso grau de pureza. Mas no dia a dia, poucas pessoas sabem como atingir essa meta, pois não tem claro o que seu Espírito veio melhorar, do que veio curar-se, do que deve libertar-se, quais as características negativas de sua personalidade que estão aqui trabalhando, enfim, o que realmente oportunizara a evolução do seu Espírito nessa atual passagem.

Acredito que isso ocorre porque, geralmente, nós somos reencarnacionistas nós locais religiosos que frequentamos, em casa lendo nossos livros espiritualistas, assistindo palestras etc., mas no nosso cotidiano, no dia a dia, nós negócios, na luta pela sobrevivência, no nosso ganha-pão, costumamos raciocinar e nos comportar esquecendo que somos reencarnacionistas, pelos condicionamentos de uma sociedade baseada no culto aos falsos valores, materiais, superficiais, externos, perecíveis, numa apologia do lazer e do passatempo. A nossa sociedade ainda está muito voltada para o passatempo e pouco para o aproveita-o-tempo.

É preciso ser um reencarnacionista no cotidiano e, com isso, conseguir cumprir sua missão individual evolutiva e verdadeiramente aproveitar a encarnação, obter sucesso nessa passagem é evitar se perder nas armadilhas ilusórias terrenas.

Comparemos a nossa postura e modo de agir quando estamos no nosso dia a dia e quando estamos em um local religioso. No cotidiano, afloram o nosso egoísmo, a nossa agressividade, o nosso orgulho, o nosso autoritarismo, a nossa tristeza, a nossa magoa, a nossa insegurança, os nossos medos etc. Mas num local religioso, calmo, como nós sentimos bem! Ali o egoísta esquece o seu egoísmo, o agressivo perde a sua agressividade, o orgulhoso recorda-se da humildade, o autoritário torna-se solidário, o impaciente parece paciente, o triste, alegra-se, o magoado,

esquece as suas magoas, o inseguro, adquire segurança, o medroso, sente coragem etc.

Por isso, estamos aqui, encarnados, para que nós confrontemos com pessoas e situações que façam vir à tona o que devemos melhorar, ou curar, em nós. E aí monta-se o palco das encarnações: o nosso pai, a nossa mãe, a nossa família, a nossa infância, a nossa condição social, a nossa nacionalidade, a nossa cor de pele etc. E por paradoxal que pareça, o que não é agradável, do que não gostamos, pode estar aí em nosso benefício, pois os fatos “negativos” que aqui encontramos podem ser os gatilhos que fazem aflorar as imperfeições do nosso Espírito, o que viemos melhorar aqui, desta vez.

Estamos aqui na Terra para passar por fatos, que, às vezes, nos parecem negativos, a fim de sabermos o que temos de melhorar em nós. Se nós soubéssemos o que fizemos em outras vidas, por que estamos merecendo cruzar por certas coisas... Os fatos desagradáveis, traumáticos da vida, muitas vezes estão aí atuando, potencialmente, a nosso favor, pois podem nos fazer evoluir, melhorar, crescer, mas, claro, se a “casca” souber disso e não sintonizar com a raiva, não se perder na magoa e outros sentimentos negativos que o Espírito que está dentro dela veio curar. Muitos reencarnacionistas, na sua vida, no seu dia a dia, esquecem essa questão e raciocinam como não reencarnacionistas, e poucas vezes lembram, nós maus momentos do seu cotidiano, que são Espíritos de passagem.

Uma pessoa de baixa estatura talvez tenha vindo para curar o orgulho; uma situação de pobreza pode ser o cenário para a cura de uma tendência de orgulho ou desonestidade; nascermos em uma família rica pode significar a tentativa de cura da preguiça e do materialismo; um rosto e um corpo belíssimo podem encaixar-se em um projeto de cura da vaidade e da futilidade; um pai ou uma mãe agressivos podem servir para curarmos a nossa própria agressividade ou o nosso medo e insegurança; a falta de pai ou de mãe pode visar curar a nossa tristeza, sentimento de rejeição e abandono congênitos; e assim por diante. É também, nessa questão de infância, sempre devemos lembrar da Lei do Retorno.

Os fatos que nos parecem negativos, que vão acontecendo conosco durante a vida encarnada, devem ser focados no que emerge de negativo de

dentro de nós, do nosso Espírito, pois aí está a oportunidade de crescimento, de purificação. Mas muitas pessoas apegam-se aos fatos “negativos” e não olham para si mesmos. Devemos olhar mais para o que aflora de negativo de dentro de nós do que para os fatos catalisadores disso, ou seja, cuidarmos de nós.

Não é difícil sabermos o que nosso Espírito veio fazer aqui, desta vez: basta olharmos para as nossas imperfeições, isso é o que nos prende a este planeta e nos faz para aqui retornar, num milenar ciclo reencarnatório. Nós viemos nós curar, mas para isso, precisamos nos conhecer e nos auto observarmos para detectarmos quando as nossas imperfeições vêm à tona, no enfrentamento dos fatos e das dificuldades da vida, e aí procurarmos evitar o surgimento daquela inferioridade, sublimando a sua manifestação e transmutando-a na qualidade superior que queremos cultivar.

E esse é um trabalho que deve ser realizado todo o dia, todos os dias, durante toda a encarnação, no nosso cotidiano, na nossa casa, no nosso local de trabalho, no trânsito, e não apenas quando estamos em contato com as ideias espiritualistas, nos locais de trabalho espiritual, nas nossas leituras, pois aí é muito fácil parecer ser “perfeito”, aí as nossas imperfeições recolhem-se, ocultam-se, até parece que não existem mais.

O momento de curarmos nossas imperfeições é quando elas aparecem! A raiva deve ser descartada quando percebemos que sintonizamos com ela, a impaciência, quando nós impacientamos, o orgulho quando nós exaltamos, a prepotência quando nós arvoramos a afirmar conhecimentos dos quais não temos ainda condições de saber, a tristeza, quando ficamos tristes, a magoa, quando estamos magoados, a rejeição, quando nós sentimos rejeitados, a timidez, quando nós escondemos, o medo, quando nós encolhemos, e assim por diante. E toda pessoa ou situação que fizer aflorar algo negativo de dentro de nós é um instrumento de Deus a nosso favor. Essa é uma chave.

Mas devido a uma visão psicológica, oficial, que leva em consideração e investiga apenas essa vida, e então lida com a formação da personalidade, que é uma concepção não reencarnacionista, nós, mesmo sendo reencarnacionistas, nos acostumamos a pensar que temos certas características inferiores de personalidade, problemas emocionais e

dificuldades existenciais, devido exclusivamente aos conflitos com nossos pais, aos fatos da nossa infância, as circunstâncias da vida, aos traumas etc. Quantos reencarnacionistas raciocinam a sua infância como o começo da vida e vitimizam-se, culpam alguns “vilões” (geralmente pai e mãe) pela totalidade de seus defeitos de personalidade e suas imperfeições, esquecendo que são reencarnacionistas, e então, evidentemente, a nossa personalidade não pode ser formada nesta “vida”, pois já existíamos antes, em muitas outras “vidas”, ela é Congênita.

A Reencarnação diz que a personalidade está no nosso Espírito e a nossa infância é criada por Deus. Os pais são responsáveis pelos seus filhos perante Deus e devem perceber quais as negatividades que eles trazem consigo em suas características de personalidade, em seus sentimentos e, com amorosidade, com firmeza, com o bom exemplo, ir procurando, desde cedo, ajuda-los a curar-se delas, incentivando as suas virtudes, as suas qualidades positivas. Alguns pais são mais competentes do que outros nessa arte, e outros agravam ainda mais o que seu filho traz de inferior, são piores que o filho.

Nós somos um Espírito e já nascemos com uma personalidade formada. As nossas imperfeições são reveladas na nossa infância ou no decorrer da vida, pelos “vilões”, pelas “situações-vilãs”, que as fazem emergir, não foram criadas por eles. Nunca vi, nas sessões de regressão, uma grande tristeza, magoa, sentimento de rejeição, de abandono, depressão, timidez, sensação de inferioridade, medo, agressividade, auto destrutividade, orgulho, vaidade etc. que já não estavam lá atrás, nas encarnações passadas, e que, conseqüentemente, apareceram novamente aqui, não devido aos fatos, mas por sua ação de gatilho sobre essas antigas características.

Se lembrássemos mais frequentemente disso, não nós preocuparíamos tanto com o que nos fizeram, ou não fizeram, com o que nos fazem, ou não fazem, e sim com as nossas próprias inferioridades, que vieram conosco, estão no nosso Espírito, ainda inferior e imperfeito, e evidenciam-se nas maneiras emocionalmente equivocadas com que nós reagimos aos fatos “negativos” da infância e do decorrer da vida. Essa é uma das principais propostas da Psicoterapia Reencarnacionista, que vem se estruturando,

focada na evolução espiritual, que trabalha com o real aproveitamento da encarnação, a partir da noção da continuação da nossa personalidade, encarnação após encarnação, rumo a Purificação.

Uma das críticas que recebemos é que a Psicoterapia Reencarnacionista não lida com a infância, não valoriza os traumas, as situações conflitantes da infância, as rejeições, os abandonos, os maus tratos, os abusos, as dificuldades financeiras etc. Ou seja, que nós não trabalhamos com mais nada do que a Personalidade Congênita e o aproveitamento da encarnação, e que a infância, para nós, não tem nada de valor no trabalho com os pacientes. Isso é uma crítica sem fundamento! Nós que lidamos com a Reencarnação sabemos que a infância é o recomeço da vida terrena e constituída segundo Leis Divinas e aí está um material importantíssimo para exame do psicoterapeuta reencarnacionista em relação ao seu paciente.

Eu fui pediatra durante muitos anos e trato de muitas crianças no consultório e, evidentemente, não é assim que pensamos. Os fatos da infância nós afetam, sim, e como! O que nos afirmamos é que os traumas são os traumas, sejam da infância, sejam durante a vida, os dramas são os dramas, as rejeições, abandonos abusos, etc. são questões seríssimas a trabalhar em Terapia, porque marcam profundamente quem passa por elas, mas e as encarnações passadas, e a Lei do Retorno, e o merecimento? Por que um Espírito vem filho de um pai agressivo? Por que não veio filho de um pai calmo? Essa pergunta “Por que?” é fundamental para o aproveitamento da encarnação. Geralmente não temos condições de saber, mas podemos conversar teoricamente com nosso paciente sobre isso.

E também vemos que os pais são, algumas vezes, os maiores responsáveis pela ampliação das negatividades que seus filhos já trazem consigo ao reencarnar! Um filho reencarna para melhorar uma tendência de magoar-se, sentir-se rejeitado, e vem porque assim Deus quer, para um pai que tem dificuldade de ser carinhoso, de ter paciência, de entregar-se, e aos poucos aquela antiga magoa e rejeição vai aumentando... Se esse pai aproveitasse essa oportunidade, ao receber um filho, e procurasse corrigir-se, ser mais atencioso, calmo, presente, seria uma ótima oportunidade para evoluir, melhorar o que tem de melhorar, evoluir espiritualmente, e isso iria

fazer com que aquelas negatividades do seu filho fossem diminuindo desde pequeno, e não aumentando. Isso aplica-se também para pais de filhos que nasceram com tendência de sentir a raiva, de rebelar-se, de autodestruir-se. Os pais são responsáveis pela ampliação ou pela diminuição daquilo que seus filhos vieram tratar nessa encarnação. Se piorarem as coisas, isso pode retornar, em outra encarnação, quando o hoje pai pode ser que seja o filho... E o hoje filho quem sabe foi o pai antes? Ou um patrão cruel? Ou uma mãe que abandonou?

Na noção de Personalidade Congênita encontramos a explicação, em uma mesma família, de um irmão sentir tanta mágoa e outro não, um rebelar-se tanto e outro não, um autodestruir-se e outro não, com a mesma situação familiar. E aí pode estar revelando-se o que cada um dos Filhos veio melhorar, ou curar, em si, em seus pensamentos, em seus sentimentos, em sua maneira de ser. Mas sempre deve ser levado em consideração o porquê de um filho vir em um pai agressivo e outro em um pai calmo, um ter uma mãe fria e outro uma mãe carinhosa. Na Psicoterapia Reencarnacionista, nós não começamos os raciocínios na infância, nós olhamos mais para trás, enxergamos a infância como uma continuação, baseada no merecimento, na finalidade, nós resgates, numa oportunidade de lição e crescimento.

Todos os psicoterapeutas percebem, no seu dia a dia, como as pessoas relatam, com tonalidades e intensidade diferentes, as situações de sua infância, com maior ou menor raiva, mágoa, tristeza etc. A Psicoterapia Reencarnacionista chama de Personalidade Congênita a essa maneira individual de sentir e reagir aos fatos e aos traumas, e pode ajudar as pessoas a encontrarem aí a finalidade de sua nova descida para a Terra.

Em nossa infância, uma antiga mágoa, rebeldia, tristeza, etc. revelam-se quando passamos por situações que as fazem aflorar, como, por exemplo, tendo um pai muito agressivo, uma mãe pouco carinhosa, uma situação de pobreza etc. Elas podem aí até aumentar, amplificar-se, crescer em intensidade, e o que veio para ser curado em nós pode ficar ainda maior na infância. Mas quem trouxe uma tendência de sintonizar com a raiva, sente a raiva; quem trouxe tristeza, sente tristeza; quem trouxe medo, sente medo; quem trouxe sentimento de rejeição, sente-se rejeitado; e assim por diante.

E a estruturação da infância por Deus não é um castigo ou qualquer outro processo punitivo, e sempre em nosso benefício.

Muitas pessoas acreditam que suas imperfeições, suas inferioridades, foram criadas aqui, por culpa de alguém, geralmente na infância. Acreditam então que eram Espíritos perfeitos, puros, quando reencarnaram? Evidentemente, algumas vezes adquirimos características negativas numa encarnação, e me perguntam como diferenciar as características negativas de personalidade que trazemos conosco em nosso Espírito das originadas nessa atual encarnação? O que observo nas sessões de regressão e que as nossas características negativas (timidez, medo, tristeza, depressão, magoa, rejeição, rebeldia, agressividade, orgulho, vaidade etc.) quando são muito fortes e intensas já nos acompanham há muito tempo, são seculares ou milenares, e quando são pouco intensas podem ter-se originado nessa atual infância ou então já estão em um estágio final de cura. Uma grande tristeza e certamente milenar; uma forte tendência de magoar-se, de sentir-se rejeitado, e um sentimento muito antigo; uma sensação de inferioridade, de ser menos do que os outros, e coisa antiga; e de achar-se mais que os outros, também.

Mesmo que um trauma da infância pareça ter sido tão forte, que originou uma característica de personalidade, um sentimento muito marcante, que desnorteia a vida de uma pessoa, se é muito forte, já veio do passado, e foi reforçado na atual encarnação. Se é de pouca intensidade, talvez tenha começado agora.

É importante para uma pessoa que veio curar um antigo sentimento de rejeição perguntar-se por que o seu projeto reencarnacionista incluiu um pai ou uma mãe não carinhosos, ou ausentes, ou agressivos. E quem cultiva uma desconformidade em ter nascido em uma família muito pobre? Alguém que não se conforma em ter um defeito físico congênito deve questionar-se por que seu projeto reencarnatório incluiu isso. Vejo, nas regressões, pessoas feias que vieram curar a vaidade, pessoas ricas que vieram curar o materialismo, pessoas de “casca negra que vieram curar o racismo etc.

Uma pessoa veio em meu consultório tratar sua magoa, por ter sido filha de uma mendiga de rua; na regressão que fizemos, apareceu que ela havia sido uma nobre na corte da Inglaterra, no início do século, muito

orgulhosa, fútil e superficial, e agora reencarnou na miséria para aprender a valorizar o trabalho e cultivar a humildade. Então, o fato de, nessa encarnação, ter vindo nessa situação aparentemente injusta socialmente na verdade e uma situação potencialmente benéfica para a evolução do seu Espírito, pois pode oportunizar um crescimento e uma evolução.

Para, realmente, aproveitarmos nossa encarnação, devemos ficar atentos, no cotidiano, quando as nossas imperfeições se manifestam e, em vez de culpar e criticar os fatos da vida que as fizeram, ou fazem, aparecer, devemos agradecer aos fatos, sejam quais forem, pois nos mostram o que viemos aqui curar, o que ainda não é perfeito e puro em nós. Em outras palavras, as situações “negativas” aí estão para nós mostrar a nossa missão individual, mas enquanto o Eu encarnado não gosta e rejeita essas situações, a sua Essência sabe que elas são potencialmente benéficas dentro do seu projeto de purificação.

E, então, ser reencarnacionista e muito mais do que acreditar em Reencarnação, frequentar um Centro, ler livros sobre o assunto. E viver isso diariamente, de manhã, de tarde, de noite, todos os dias dessa passagem, permanecendo atento aos raciocínios, geralmente equivocados, do seu Eu Inferior e as sábias orientações do seu Eu Superior.

Ser reencarnacionista e reconhecer os seus defeitos, auto observar-se para detectar quando deve evitar a sua eclosão (mesmo que seja apenas em seus pensamentos e sentimentos), quando os fatos da vida estão lhe mostrando o que veio curar em si, quando as circunstâncias de sua infância e do decorrer da vida evidenciam o que seu Espírito veio fazer aqui, do que veio libertar-se, no que necessita purificar-se.

Pois se as “casca” não estiverem suficientemente atentas a sua evolução espiritual, se não olharem para os seus próprios “defeitos”, permanecendo focadas nos defeitos dos outros, ou simplesmente forem vivendo, sem responsabilidade com o crescimento e a purificação do seu Espírito, o aproveitamento da encarnação poderá ficar muito aquém do que poderiam alcançar. Mas para isso é preciso que estejamos atentos que não somos a nossa “casca” e os seus rótulos: um nome, sobrenome, cor, nacionalidade, gênero sexual etc. Isso não são mais do que verdades

aparentes do corpo físico desta encarnação, enquanto que em outras encarnações eram outros os rótulos, diferentes, mas também temporários.

Mas antes que me critiquem por desmerecer tanto a “casca”, eu pergunto: Quem tem o poder de viabilizar essa meta? Quem tem a possibilidade de obter essa tão almejada evolução? Pois, por paradoxal que pareça, essa é uma tarefa da nossa “casca”! Vejam só, a nossa “casca”, a nossa parte menos importante, menos duradoura, descartável, ela é que tem de fazer isso. E isso é óbvio, pois apenas ela é visível, ela relaciona-se com as outras “cascas”, ela vai ao Colégio, estuda, vai trabalhar, namora, casa, tem filhos, dirige automóvel, faz isso ou aquilo, vai para lá e para cá, enfim, mesmo sendo a nossa parte mais inferior, mais ilusória, descartável, e a nossa “casca”, a nossa persona, quem oportuniza o processo da vida encarnada, e é a responsável, então, pela obtenção ou não da evolução almejada pelo Espírito.

Ela é orientada pelos nossos pensamentos e sentimentos, e aí temos de perceber se ela está sob o comando do Espírito ou assumiu o próprio comando. Ou seja, ela é obediente ou desobediente? Então, a grande questão é: A quem a “casca” obedece? E aí entra novamente a questão do “Quem sou eu?”, pois se a “casca” acreditar que é ela mesma, se perder-se nessa miopia, poderá enredar-se nas teias das ilusões, nas armadilhas da encarnação, e tenderá a passar sua vida lutando por objetivos medíocres, tentando obter conquistas imediatistas, satisfatórias apenas aos seus cinco sentidos físicos, enredada nos falsos valores que apregoa nossa sociedade materialista, imediatista, que acena com conquistas sem sentido, passageiras, e vitórias sem mérito, sem uma recompensa real.

Quando uma “casca” acredita que é o centro do espetáculo, pode começar a desperdiçar a encarnação do seu Espírito, pois está sujeito a bloquear a orientação do seu Eu Superior, que é quem deve lhe guiar pelos labirintos da encarnação. Um dos principais objetivos dos meus livros é sugerir as “cascas” leitoras que é conveniente que encontremos nosso Guia Espiritual, para sermos orientados e também procurarmos, dentro de nós, a nossa verdadeira e eterna Essência, que espera que façamos as coisas certas, que sobrevivera após a nossa morte física, que já fabricou inúmeras “cascas” antes, em outras encarnações, continuará fazendo outras mais

adiante, e que está a todo momento, como se diz em linguagem esportiva, “torcendo” por nossa “casca” atual.

Quem sou eu? Certamente não sou a minha “casca”, estou dentro dela, desta vez, nesta encarnação. Não sou homem, não

(incompleto)

De onde vim?

UM DIA nós fomos criados por Deus e colocados neste planeta para evoluirmos, retomarmos gradativamente nossa pureza e retornarmos para Ele. Por que Deus nos criou, qual a finalidade desse ato, a Sua intenção, cada religião e as várias correntes filosóficas espiritualistas explicam de um modo diferente, e a tendência é aceitarmos o que a nossa religião diz que é o correto ou procurarmos em outra ótica uma explicação que atenda melhor nossa compreensão. Mas, na verdade, de que vale tanto esforço nesse sentido? Dentro da nossa limitação consciencial, pois uma das características mais marcantes da humanidade é a ignorância, como podemos querer entender o Divino? Quem somos nós para quisermos saber o que é Deus e entender as suas obras?

Então, dentro da visão psicoterapêutica da Reencarnação, que é a finalidade da Psicoterapia Reencarnacionista, que importa e aproveitarmos as encarnações no sentido da busca de mais evolução espiritual. Algumas pessoas ficam mais atentas as teorias do que a prática, e o que importa é a prática.

De onde viemos antes desta encarnação? Lá do Astral. E antes disso? Da encarnação anterior. Estamos, há milhares de anos, encarnando e reencarnando, encarnando e reencarnando, em um pingue-pongue entre a Terra e o Astral, frequentemente aproveitando pouco essas passagens pela Terra. Então, para aproveitarmos melhor esta atual encarnação, onde estamos agora, é importante que saibamos por que isso acontece, por que ainda estamos presos aqui, nesse local do Universo, quero dizer, por que ainda não conseguimos escapar dessa contingência?

Para que não necessitemos mais voltar a encarnar, e preciso que escapemos da força gravitacional da Terra. E como podemos escapar da força da atração terrena? Elevando a nossa frequência vibratória, que é ainda tão baixa que nos mantem aqui sintonizados e nós faz retornar para cá depois de desencarnados. É uma questão física de sintonia entre duas estruturas energéticas, no caso, nós e o planeta Terra, por isso estamos aqui, neste local onde estamos sintonizados, tentando elevar nossa frequência. O máximo que conseguimos, quando morre nosso corpo físico, e chegarmos ao Astral, mais alto do que isso a nossa frequência não permite. Mas, um dia, conseguiremos.

Como podemos realizar essa elevação vibratória e nós libertarmos? Eliminando os nossos defeitos e imperfeições, que são os “pesos” que baixam nossa frequência e nós mantem sintonizados com este planeta. Então, aproveitar a encarnação e buscarmos a eliminação desses “pesos”, ficarmos mais leves, mais puros, mas, para isso, precisamos saber quais são esses “pesos”, e entendermos que já são nossos há muito tempo, são congênitos, geralmente milenares. Precisamos lembrar que estamos aqui para elimina-los, percebermos quando vem à tona e conseguirmos, com paciência, com amor, sublimar a sua exteriorização, transmudando-os na qualidade positiva oposta.

Algumas pessoas acreditam que a Reencarnação é um castigo, para pagar, para sofrer, uma imposição de Alguém superior, uma obra de Espíritos superiores, mas eu não vejo assim, penso que a Reencarnação ocorre naturalmente, inevitavelmente. Ao abandonarmos esse planeta, com a morte do corpo físico, subimos para uma camada no Astral com cordões energéticos (sintonias) que nos mantem “presos” a este planeta e a outras pessoas, ainda encarnadas ou já desencarnadas, e, mais cedo ou mais tarde, esses cordões nos puxam de volta para cá e ligados (próximos) aquelas pessoas. Esses cordões são as sintonias que mantemos uns com os outros, negativas ou positivas, e com o planeta. E para voltarmos a habitar este planeta e preciso um novo corpo físico, e então cá estamos nós. Uma família e um agrupamento de Espíritos ligados entre si, sintonizados, negativa ou positivamente. Por isso, as afinidades e os conflitos entre membros de uma família. Aquele útero materno em que viemos formar nosso novo corpo, aquele pai, e muitas das pessoas que constituirão a nossa

futura família, não participam disso ao acaso, e sim são ligações determinadas pelos cordões energéticos que nos unem, de divergência (conflito) ou de afinidade (harmonia), e isso vem das encarnações passadas.

A evolução espiritual e um trabalho amoroso cotidiano, e podemos estudar a história humana e a história das Religiões para entendermos bem como a humanidade tem se conduzido até agora, seus erros, seus acertos, as concepções verídicas, as manipuladas, o que é real, o que é imaginário, o que visa auxiliar a evolução do ser humano, o que visa prendê-lo nas amarras do medo e da ignorância.

Uma regra prática é: quanto mais leves somos, mais felizes nos sentimos e mais alto vamos após desencarnar. Quanto mais tristes, magoados, irritados, impacientes, agressivos, mais pesados estamos, menos felizes nós sentimos, e a subida, após o desencarne, é mais difícil. Eu quero ficar cada vez mais leve. E você?

Para onde vou?

NÓS IREMOS, após desencarnar, para a camada do Astral com a qual afinizarmos, para zonas inferiores, zonas intermediarias ou mais superiores um pouco, ou seja, para onde a nossa frequência nós levar.

Para nós, reencarnacionistas, imaginar que, um dia, atingiremos um grau de evolução que possibilitara não mais necessitarmos voltar a este planeta e o máximo! Quando eu comento em palestras que devemos nós esforçar para atingir logo essa meta, algumas pessoas confundem essa ideia com pretensão, orgulho, ansiedade. Mas por que não? Quando entramos em uma Escola, uma Faculdade ou em algum Curso, a diferença entre os alunos é que alguns decidem aproveitar ao máximo a oportunidade, outros irão se esforçar apenas o suficiente, outros não muito e outros não estão realmente dispostos a nenhum esforço.

O aproveitamento da encarnação e algo semelhante, com a diferença de que muitos de nós nem lembram que devem esforçar-se para serem aprovados nessa empreitada, para tem tarem atingir um grau de perfeição que possam lhes oportunizar, um dia, não mais necessitarem retornar a essa Escola.

Tenho sugerido que procuremos imaginar os Mestres, os Guias, ou um Santo de nossa preferência, e passemos a tomá-los como um exemplo, um referencial, comparando-nos com eles, vendo o que temos (em defeitos) que eles não têm mais e o que eles têm (em virtudes) que nós ainda não temos.

Por exemplo, se temos o defeito da timidez, da introversão, e nenhum Ser superior e tímido, introvertido, devemos curar isso em nós; se somos impacientes e agressivos, se somos vaidosos e orgulhosos, se somos

inquietos e agitados, se somos medrosos, se somos preguiçosos, se somos ciumentos e possessivos, se somos críticos, se somos autoritários, se somos hiper-sexuais, se somos subservientes, se somos tristes e deprimidos, se somos rejeitados e abandonados etc., devemos procurar purificar-nos dessas imperfeições.

Qualquer característica de nossa personalidade que não se encontre nós Mestres e uma inferioridade e deve ser corrigida. Tento praticar isso em meu cotidiano e, embora não seja uma tarefa fácil, devido as imperfeições e as “armadilhas” da Terra, e possível de ser realizada e os resultados são altamente gratificantes.

O mínimo que pode acontecer com uma pessoa que se empenhe firmemente em curar seus defeitos, durante toda sua encarnação, é evoluir bem mais do que conseguiria se não estivesse praticando tão assiduamente. Eu sei que estou afirmando algo obvio, mas só porque e obvio não e correto? Como também não e obvio que a diferença entre uma pessoa que e feliz e outra não, e que a primeira procura praticar com mais competência ser feliz e a segunda menos? E não e obvio que a diferença entre uma pessoa que estuda e trabalha muito, cresce e evolui, e outra que não estuda, não trabalha, não cresce e não evolui, e que a primeira faz isso com mais determinação e a segunda com menos? Quem busca realmente a paz, vai encontrá-la, mas quem busca a guerra, o que irá encontrar? Quem deseja a harmonia em sua vida, em sua casa, em seu local de trabalho, poderá alcança-la, mas quem busca a disputa, o confronto, o que alcançara?

No aproveitamento da encarnação, o que diferencia os reencarnacionistas entre si e que alguns querem realmente aproveitar essa encarnação, outros não tanto, e outros, mesmo afirmando-se reencarnacionistas, não vivem como tal no seu dia a dia, apenas na teoria.

Para onde vou? Quando morre o corpo físico, o Espirito está vibrando em uma certa frequência, mais ou menos limpo, mais ou menos poluído de pensamentos e sentimentos negativos, e isso e que determinara o destino. Podemos estar aqui encarnados, e tão cegos, vivendo de uma forma tão equivocada, cometendo tantos enganos, tantos equívocos, que após desencarnar ficamos por aqui mesmo ou subimos só um pouquinho...

Não acredito que qualquer um de nós queira sair daqui derrotado, doente. Então devemos nós esforçar para que isso não ocorra, ficando atentos aos nossos pensamentos, nossos sentimentos e nossos atos, quando negativos, para sermos Espíritos vitoriosos aqui, no sentido da evolução da consciência, cumpridores das nossas metas pré-reencarnatórias.

E qual é o segredo, como realmente aproveitar uma encarnação? Na teoria, estudando quem somos, de onde viemos, para onde vamos e o que estamos fazendo aqui no Astral Inferior. Na prática? Melhorando as nossas imperfeições. E as pessoas ou situações que nos mostram nossas inferioridades são nossos aliados nesse objetivo.

Por que reencarnamos?

É IMPORTANTE, então, que saibamos, cada um de nós, por que voltamos para vivermos mais uma vida aqui na Terra. Algumas pessoas ainda se apegam a conceitos antiquados e equivocados, relativos a castigos, penas, quando, na verdade, estamos aqui porque estamos presos, vibratoriamente, a este planeta, ou seja, a nossa frequência vibratória não é suficientemente elevada que nos permita acessar definitivamente um lugar superior a esse.

Para que isso aconteça, para elevarmos nossa frequência, para que nós libertemos deste planeta ainda tão imperfeito, precisamos nós libertar de nossas imperfeições, de nossas impurezas, e para isso estamos aqui, e vamos e voltamos, vamos e voltamos, vamos e voltamos... Nós precisamos de muitos retornos, mas poderíamos abreviar essa tarefa. Por que a busca da evolução espiritual precisa ser realizada aqui e não lá em cima? Isso precisa ser feito em um lugar onde existam estímulos para que as nossas imperfeições se manifestem. Aqui estão os fatos que funcionam como gatilhos, que fazem aflorar as nossas inferioridades. E os fatos “negativos”, os que nós não gostamos, frequentemente são os melhores para isso.

Mas, talvez, um dos maiores obstáculos à evolução é que o Espírito encarnado sempre acredita que tem razão em seus raciocínios! A maioria de nós acredita que tem razões suficientes para sentir ou manifestar as suas negatividades. Quem sente raiva em relação a alguém acredita que tem razão de sentir raiva; quem sente magoa e ressentimento acredita que são plenamente justificados esses sentimentos quem é medroso acredita realmente na força do seu medo; quem é tímido acredita plenamente em sua incapacidade de manifestar-se; quem é orgulhoso, vaidoso, egocêntrico, acredita realmente em sua superioridade; quem é materialista acredita firmemente no valor das coisas materiais, e assim por diante.

Eu atendo em consultório há muitos anos, e já passaram pela minha sala milhares e milhares de pessoas que tem algumas crenças que se manifestam no que pensam e sentem, e praticamente todos acreditam ter razão! Mas depois de um tempo, quando alguns deles mudam seus conceitos, onde ficam aquelas certezas? Aquela magoa, aqueles medos, aquela timidez, aquela irritação, aquela inferioridade etc., quando enfraquecem, vão para onde? E o orgulho, a vaidade, a prepotência etc., quando desabam? É preciso realizar um movimento interno no sentido de acessar a qualidade oposta, o que tende a equilibrar a qualidade negativa que antes dominava os pensamentos e os sentimentos, ajudando-os a funcionarem positivamente.

A Terapia Floral por sua atuação em nível energético, orientada aos pensamentos e sentimentos das pessoas, e uma ótima ajuda medicamentosa para isso. Tudo que uma pessoa precise melhorar em suas características de personalidade, pode ser encontrado nas mais de 4 mil essências florais utilizadas em nosso planeta, em inúmeros países. Muitos médicos, psiquiatras, psicólogos e psicoterapeutas em geral, oficiais e alternativos, estão utilizando a Terapia Floral e os resultados são muito bons. Não que as essências florais curem a doença, em seus aspectos mentais, emocionais e físicos, mas mostram o Caminho e ajudam os doentes a seguirem por ele, com vontade, confiança e fé.

Uma das funções do reino vegetal, em nosso planeta, é de transformar as negatividades da atmosfera em positivities. E muitas dessas negatividades são nossos pensamentos e sentimentos negativos que estão na aura do planeta, e nossas ações no passar dos séculos. Uma das funções da natureza é essa purificação e como exemplo temos a captação do gás carbônico, que nós é tóxico, e a sua transformação em oxigênio, a base e sustentação da nossa vida na matéria. Com a genialidade do Dr. Edward Bach, um famoso médico inglês, no início do século 20, iniciou-se um tipo de terapia, energética, baseada na pesquisa e utilização do poder curativo das flores, no que elas podem auxiliar o ser humano a transformar seus pensamentos e sentimentos e características inferiores de personalidade. Ele criou o Sistema de Bach e, passados 60 anos, existem hoje dezenas de Sistemas Florais, em muitos países, e milhares de curadores, oficiais e alternativos, estudam o mistério de sua ação e estão utilizando as essências

florais em seus pacientes, muitas vezes associadas a outros métodos terapêuticos, com os medicamentos alopáticos, com os homeopáticos, com a Acupuntura, o Reiki etc. As essências florais nos ajudam a acessar a virtude que ainda não possuímos por elevarem nossas vibrações. Funcionam como antídotos: o antídoto da sintonia com a raiva é o amor, o antídoto da magoa é a compreensão, o do medo é a coragem, o da timidez é a espontaneidade, o do orgulho é a humildade, o do materialismo é o entendimento da Reencarnação. Mas o que possibilita que as pessoas curem realmente essas crenças negativas e a conscientização de que já vieram para este Plano terreno com essas características de personalidade em seu Espirito e que aqui, no confronto com certas situações específicas de sua vida, desde a infância, elas vieram à tona. Cada um de nós manifesta aqui o que já trouxe consigo de suas encarnações passadas, positiva e negativamente. Tudo é uma continuação, nós somos o que somos, e aí revelamos nosso grau espiritual.

No Astral, não existem estímulos específicos para fazerem aflorar a raiva, a vaidade, a magoa, a tristeza, o medo, a timidez, mas aqui elas aparecem, e podemos, então, nós libertar delas. O Espirito evolui encarnado, aqui é o lugar da prática. Mas, frequentemente, em vez de termos consciência de que são características negativas nossas, congênicas, que viemos aqui curar, lidamos com elas como se tivessem surgido aqui. E, pior, culpando outras pessoas (geralmente pai e mãe) e os fatos “negativos” da vida por seu surgimento, o que é, infelizmente, incentivado pela Psicologia tradicional, não intencionalmente, claro, mas por afirmar que nós começamos nossa vida na infância, que aí formamos nossa personalidade e, então, se temos características negativas, tem de existir algo ou alguém que nós fez alguma coisa para gerar isso, ou seja, a psicoterapia tradicional, comumente, e baseada no binômio vítima-vilão, o que reforça erro.

A Psicologia diz que nós começamos nesta vida, isso quer dizer que nascemos puros, éramos Espíritos perfeitos, e vai procurar, então, lá no “início”, quem ou o que nos estragou... Ela parte de uma base equivocada, que é um início que não é início, pois não começamos nossa vida na infância, nós somos um Espirito e estamos continuando nela uma jornada iniciada há muitíssimo tempo. No dia em que a Psicologia agregar a Reencarnação, ela entendera melhor o ser humano, a sua natureza espiritual.

A infância é uma continuação e não um começo. A partir do momento em que realmente interiorizamos isso, devemos fazer uma releitura dela a partir dos princípios reencarnacionistas. E colocarmos questionamentos na estrutura da nossa infância, baseada na pergunta “Por que?”.

Se os fatos nos provocam magoa e ressentimento, eles estão mostrando que viemos curar magoa e ressentimento; se provocam raiva e agressividade, nos mostram que viemos curar raiva e agressividade; se provocam medo ou retraimento ou sensação de incapacidade, ou qualquer outro sintoma negativo, aí está o motivo da encarnação. Uma pessoa materialista, apegada ao dinheiro e aos bens materiais, mostra que reencarnou para curar essa postura superficial e aprofundar-se nos verdadeiros valores do amor e da caridade. O distraído, aéreo, veio para curar este tipo de fuga, para aterrar. E assim com qualquer característica negativa nossa, desde as mais graves até as habituais, que todos nós temos.

O que devemos curar em nós? Todos os tipos de comportamento, de raciocínios, de características de personalidade, que nos diferenciam dos Mestres. E o que nós ainda temos de inferior que eles não têm mais são as impurezas e as imperfeições, das quais viemos nós libertar. O nosso caminho rumo para a perfeição e eles nos sinalizam o rumo, mas para isso é preciso que não culpemos nada e ninguém e entendamos que as nossas imperfeições são coisas nossas, que nos acompanham há muito tempo, há muitas encarnações, e, se isso acontece, e porque não temos realmente aproveitado nossas encarnações para nos libertarmos delas, nós curarmos, nós purificarmos.

O ser humano ainda é bastante incompetente na sua evolução espiritual, geralmente lida melhor com o terreno, o material. A regra de ouro é: ante um fato desagradável, fique atento ao que emerge de negativo de dentro de si, aí está a imperfeição que veio ser eliminada. Se acreditar que tem razão para sentir essa imperfeição, entenda que esse raciocínio está vindo do seu Eu Inferior, uma fonte nada confiável... Os nossos Eus Inferiores sempre acham que tem razão para sentir e manifestar raiva, magoa, tristeza, medo etc., enquanto que, lá de cima, os nossos Eus Superiores ficam ‘torcendo’ para que, ante as situações que fazem essas imperfeições aparecerem, nós aproveitemos para nós curarmos delas,

entendendo que essas situações aparentemente negativas são potencialmente positivas para a nossa evolução espiritual.

A reforma íntima

MUITO SE FALA na reforma íntima, mas vejo que algumas pessoas não compreendem bem o que isso quer dizer para si, individualmente, na prática. Existe uma chave que auxilia nessa busca da reforma: a noção de Personalidade Congênita.

Atualmente, com a Psicoterapia Reencarnacionista, cuja base é justamente a Personalidade Congênita, o trabalho individual de cada um de nós em relação a sua reforma íntima fica mais claro ao basear-se nisso. Esse trabalho profundo, de conhecimento de nossas imperfeições Congênicas, geralmente seculares ou milenares, e o modo prático de melhorá-las ou eliminá-las, pode ser realizado sozinho ou, quando não conseguir, com apoio de um psicoterapeuta reencarnacionista. A Psicoterapia Reencarnacionista existe para nós auxiliar na busca da evolução espiritual, meta principal de uma encarnação.

Durante uma encarnação, quanto menos tempo perder-se, melhor. E o que é perder-se tempo? Quando temos uma tarefa para realizar, quanto mais tempo nos dedicarmos a ela, mais chances teremos de sucesso. A auto-observação quanto a exteriorização de nossas inferioridades é imprescindível, e a sublimação no exato momento traz, aos poucos, a cura. A reforma íntima deve atuar sobre as características ainda imperfeitas que nosso Espírito apresenta, que são nossas há muitas encarnações, e que nos diferenciam dos Mestres.

Quem reencarnou, por exemplo, com baixa autoestima e um sentimento de inferioridade, que características acredita que deve reformar? E quem veio com autoritarismo, agressividade, veio reformar o que em si? E as pessoas que sofrem de magoia e com tudo se entristecem, necessitam

de uma reforma onde? E os materialistas? E os egoístas? E os desonestos? E quem é medroso? E quem é preguiçoso? E quem está perdido e não sabe seu rumo? Não é difícil sabermos para o que reencarnamos, basta percebermos o que aflora de negativo de dentro de nós diante das situações do dia a dia.

Todas as Escolas de Psicologia trabalham em cima dessa reforma íntima, mas as que lidam com a Reencarnação sabem que nossas inferioridades já vieram em nosso Espírito ao retornar para a Terra, e não iniciaram na infância, mas sim, desde aí, manifestaram-se. A reforma íntima é o objetivo da Psicoterapia Reencarnacionista no tratamento das pessoas. Se alguém não conseguir reformar-se bastante, pelo menos, reforme-se o mais que puder, pois estará ganhando tempo e aproveitando essa passagem pela Terra. E podemos melhorar em qualquer idade, mesmo quando nossa casca já está velha. Sempre vale a pena, a Reencarnação só acaba no último momento. Na próxima, continuamos esse trabalho interior.

A reforma íntima e a finalidade da encarnação, mas poucas pessoas estão suficientemente atentas a isso e realmente engajadas nesse trabalho. E isso porque, até hoje, a noção de Personalidade Congênita não tinha sido suficientemente entendida. A maioria de nós cai nas armadilhas da encarnação, e perde seu tempo culpando Vilões'', esquecendo de olhar para seu próprio telhado de vidro. Mas cada vez mais pessoas estão chegando em meu consultório para tratar os seus defeitos congênitos, as imperfeições do seu Espírito, ou, em outras palavras, a finalidade de sua encarnação, a sua missão evolutiva. Não estão querendo perder mais tempo queixando-se e conflitando-se com o pai, com a mãe, com o ex-marido etc. já perceberam que mais importante do que os fatos da vida e o que emerge de negativo de dentro de cada um de nós diante desses fatos, pois aí estão as nossas imperfeições.

Se relembarmos o que nos aconteceu desde a infância até hoje, e percebermos a maneira emocional como reagimos a eles, ficaremos impressionados ao verificar como sempre reagimos do mesmo modo aos eventos que nos desagradam. Ou ficamos tristes, ou magoados, ou irritados, ou nós sentimos rejeitados, ou sentimos medo, ou nós sentimos inferiores, ou nos sentimos superiores etc. E aí está o que nosso Espírito veio curar na

Terra, a nossa imperfeição, e espera que a “casca” atual seja competente nessa tarefa, pois, se traz isso consigo de uma maneira intensa, a “casca” da vida passada foi incompetente para eliminar esse defeito! Mas se as pessoas culpam outros por seus defeitos, por suas imperfeições, quando irão curar-se?

O Espírito que sofre de tristeza, veio eliminar a tristeza; o que traz magoa, veio descartar essa tendência; o que vem com baixa autoestima, veio mudar essa maneira distorcida de enxergar-se; o que se acha superior veio para enxergar-se melhor; o irritado, impaciente, veio aprender a ter calma; o que tem medo, veio para adquirir força; e assim por diante. Isso é tão obvio! Por que as pessoas, então, ficam perdendo tempo dizendo “Foi por causa do meu pai...”, “Foi a minha mãe...”, “Isso veio da infância...” etc.? Mas por que veio filho desse pai ou dessa mãe? Por que veio nessa família? O que pode ter feito para eles antes?

Deveriam dizer: “Isso é meu, já veio no meu Espírito, como posso mudar isso?” “De que maneira posso me reformar?” “Como aproveitar essa encarnação e ter sucesso espiritual?” Mas, infelizmente, poucas pessoas pensam assim e, então, as suas encarnações frequentemente são repetitivas e mal aproveitadas.

A Personalidade Congênita é uma chave no real aproveitamento da encarnação.

As crianças

NÓS, REENCARNACIONISTAS, devemos enxergar as nossas crianças, os nossos filhos e os filhos dos outros do ponto de vista reencarnacionista e não baseados nos rótulos ilusórios das “casas”.

Com a prevalência em nosso planeta, por enquanto, de uma Psicologia não reencarnacionista que nos enxerga a partir da infância, que chama equivocadamente de “o início da vida”, e com o engano das ilusões dos rótulos, os nossos filhos são considerados “nossos” “filhos”. Quem está realmente atento ao fato de que são Espíritos que estão retornando? E que vem com uma historicidade muito antiga de vivências e experiências? E quantos aqui chegam e são abortados, rejeitados, abandonados, maltratados, quantos vivem situações de abuso físico, abuso sexual, falta de estudo, falta de um verdadeiro lar...

Tenho um certo conhecimento a respeito das Leis do Karma, sobre os resgates, sobre a oportunidade que certas condições traumáticas do início dessa vida representam para o aprendizado de antigas lições, e sei que muitas vezes necessitamos passar por carências e traumas, que visam servir de estímulo para o nosso crescimento e evolução consciencial e a ampliação da nossa capacidade de amar. Mas penso que, se nós lembrássemos vivamente que entremeadado naquele corpinho de nenê, de criança, existe um Espírito retornando cheio de esperança, ansioso por essa nova oportunidade, que está voltando para cá, indefeso, frágil e extremamente vulnerável, característica do filhote do homem, ou então com medo dessa nova experiência e, às vezes, até relutante, teríamos muito mais cuidado e preocupação com o que fazemos, ou não fazemos, com eles.

Sei que um dia a humanidade atingira um estágio maior de sabedoria e, através do conhecimento do Caminho evolutivo do Espírito, saberá que estamos todos em busca de crescimento, de expansão, rumo a Perfeição. E nesse dia, a Terra deixará de ser um “campo de testes e de provas” e atingira um grau mais elevado, o que pode ocorrer ainda neste milênio.

Devemos todos nós empenhar no projeto de evolução da humanidade e, para isso, é fundamental que passemos a enxergar os Espíritos recém-chegados (“crianças”) como alunos que entram em uma Escola, e nós, que estamos aqui há mais tempo, devemos atuar como seus professores, orientadores.

Mas, para isso, é necessário que realizemos primeiramente em nós um profundo trabalho de crescimento e desenvolvimento, que atinja a nossa sociedade como um todo, em seus valores morais, sociais e culturais, para que possamos enxergar igualmente os nossos filhos e os filhos dos outros, as crianças ricas e as pobres, os nascidos no nosso país ou nós outros, os de “casca” branca, preta ou amarela. Quando conseguirmos vislumbrar Espíritos encaixados dentro desses pequeninos invólucros, escondidos sob tantos rótulos ilusórios, poderemos ser seus instrutores espirituais aqui no Planeta.

Como somos egoístas! Mesmo nós, vestidos de espiritualistas, de evoluídos, de sábios, como tendemos a pensar que a responsabilidade e das autoridades, e dos outros, que não somos culpados de nada, que em nada colaboramos para que exista e perpetue-se essa miséria, essa injustiça cometida contra esses pequenos corpinhos que perambulam pelas ruas, pelas sinaleiras, que nos chamam de tio, de tia, e aos quais, de vez em quando, magnanimamente, oferecemos algumas moedas ou uma bala, um pirulito, ou um brinquedo que o nosso filho, limpinho e perfumado, bem cuidado e alimentado, não quer mais...

Como somos hipócritas! Fingimos acreditar que não temos tempo para nós juntarmos e acabarmos com esse atestado de nossa pobreza espiritual, de nossa tãanhice moral, fazendo discursos em frente à televisão, indignando-nos com os políticos, com as notícias, criticando os “culpados”, estatelados no sofá, ao som dos jogos dos computadores e dos videogames dos “nossos” filhos, sofrendo pelos que não são nossos, são dos

outros, num contraste que evidência claramente os responsáveis por isso: todos nós.

Mas isso vai melhorar, claro que com o decorrer dos séculos, mas vai mudar, eu tenho certeza! Um dia, o “Reino dos Céus” estará aqui, e nesse dia, nós estaremos nós dedicando prioritariamente aos outros, a saúde e ao conhecimento, e não mais, como hoje, preferencialmente a nós mesmos e aos nossos, ao superficial e ao temporário. A cura da humanidade e a cura do egoísmo e da ignorância de cada um de nós.

Os adolescentes

ENQUANTO QUE no tratamento psicoterápico de crianças o raciocínio reencarnatório somente pode ser aplicado nas conversas com seus pais, através da noção da Personalidade Congênita, das relações karmáticas, da relatividade dos rótulos, da finalidade da encarnação etc., ao lidarmos com adolescentes podemos falar abertamente com eles sobre o Espírito, sobre a “casca” e o aproveitamento da encarnação.

O principal trabalho psicoterápico com adolescentes é o da descontaminação! Numa sociedade como a nossa, uma sociedade-passatempo, francamente estimuladora dos falsos valores, numa apologia escancarada do fútil e do superficial, do imediatismo e do prazer temporário, sensorial, e de fundamental importância que os nossos jovens, que, geralmente, estão caminhando cegamente para dentro das armadilhas, percebam o que é real e o que é ilusório, o que é verdadeiro e o que é falso, o que é digno de sua atenção e o que deve ser descartado.

Os adolescentes de hoje vivem uma época maravilhosa quanto ao acesso as coisas espirituais, esotéricas, místicas, diferente do tempo em que eu era jovem, quando me interessava por Astrologia, por alimentação natural, pelos mistérios, pelas profundezas do conhecimento, e era visto então como um cara estranho, que vivia trançado no quarto devorando livros e mais livros, tocando violão. Mas o famoso dito ‘Nada como um dia depois do outro’ demonstrou mais uma vez a sua veracidade e hoje, passadas algumas décadas, o Esotérico e o Espiritual explodem em sua grandeza, ainda não completamente, mas já sinalizando o caminho para o Homem do próximo Milênio, que vai indo para dentro de si mesmo, cada vez mais para dentro, rumo a Perfeição, ao seu Deus interior.

Mas, ao mesmo tempo em que as vitrines das livrarias transbordam de mensagens espiritualistas, que Clínicas e cursos dos assuntos energéticos proliferam de uma maneira impressionante, seja na área do autoconhecimento, seja nas Terapias Alternativas, quando os canais das televisões abrem espaço para o debate e a divulgação dessas antigas verdades, quando as revistas e os jornais rendem-se ao crescimento inevitável do interesse das pessoas a esse respeito, quando tudo sinaliza para a chegada da Nova Era, o velho paradigma, teimosamente, insiste em fazer de conta que isso e apenas uma moda passageira, algo que irá passar.

Mas não, a Era de Aquarius chegou, e o amor humanitário que está chegando e, indiferente aos que não acreditam nessas coisas, ela estabeleceu-se definitivamente, de um modo irreversível. E assim como é impossível impedir a chegada do amanhecer, o novo dia da humanidade começa a raiar no horizonte, sinalizando o desabrochar do novo Homem, mais sábio, mais profundo, mais engajado, mais consciente do seu papel transformador, de sua responsabilidade consigo mesmo, com os outros e com todo o Planeta.

E quando um adolescente começa a pensar no que vai ser na vida, em que vai trabalhar, o que vai fazer para ganhar dinheiro, e importante que primeiro passe um pano e retire a poeira mofada dos velhos valores que obscurecem a sua visão. Precisa ser estimulado a realizar um profundo trabalho interno de limpeza e descontaminação de tudo que lhe poluiu desde que retornou a este mundo, das mensagens subliminares, consumistas e sexuais dos programas “infantis” das televisões, que seus pais lhe incentivavam a assistir, quando era apenas uma criancinha, da violência dos “inocentes” jogos eletrônicos que estimularam seus instintos inferiores, dos sutis decretos consumistas que lhe dizem o que deve ou não usar, o que está ou não na moda, da obscura imposição, aparentemente vinda de lugar nenhum, que lhe diz o que deve ou não fazer, o que é certo ou errado, conveniente ou não, adequado ou não.

Inserido numa sociedade que prioriza o passar o tempo, o bem-estar, o viver sem rumo e sem finalidade, que cria e adora falsos ídolos, falsos heróis, tão instantâneos e sem conteúdo como ela própria, em que as escolas trabalham prioritariamente o hemisfério esquerdo, estimulando em seus

alunos apenas o lógico e o racional, sem perceber o quanto e perigoso acreditar-se demais nesse hemisfério. E as diversões são apenas isso, diversões, as noites são para curtir, as férias são para curtir, a vida e para curtir, e durante o dia - que saco! — tem que estudar, como querer que nossos adolescentes se tornem adultos que irão melhorar o mundo? O mais provável, e é o que se verifica, e que alguns adultos parecem mais crianças ou adolescentes do que realmente adultos!

Mas, de qualquer maneira, e apesar de tudo, o mundo vem melhorando, passando por cima das forças que querem nos idiotizar, nos robotizar, nos manipular como a um rebanho cordato e passivo, graças ao enorme impulso criativo inato do ser humano e a energia transformadora que ecoa por todo o

Planeta, que faz com que, aos poucos, a raça humana vá evoluindo e chegando cada vez mais perto de um nível superior de consciência. Mas que podíamos ir mais depressa, ah!, claro que podíamos, mas a Inquisição ainda não acabou, ela agora traveste-se, não “purifica” mais no fogo, mas ainda acredita que tem o poder, não percebeu que não é dona de mais nada, além dos seus ranços acadêmicos e de seus raciocínios machistas e separatistas.

Uma tática que recomendo aos adolescentes que desejam aproveitar a sua encarnação e evitar cair em estados negativos de pensamentos e sentimentos a respeito de seu pai, sua mãe e outros familiares, lenho tratado psicoterapeuticamente muitos jovens que se queixam, e com razão, do seu pai ou da sua mãe, deles serem agressivos, ausentes, materialistas, autoritários, pouco carinhosos etc. após conversarmos sobre a finalidade da encarnação, a Personalidade Congênita e a ilusão dos rótulos, recomendo a eles que “não se estraguem”, ou seja, que se comprometam mais com o seu Espírito, no seu objetivo pré-reencarnatório de auto evolução e purificação, do que com outro Espírito encarnado, tenha o rótulo familiar que tiver, perdendo-se em magoa, raiva, tristeza, autodestruição etc. A prioridade deve ser dada a purificação das próprias características negativas, a responsabilidade e ao compromisso de sua 'casca” com seu Espírito.

Um filho que sentir magoa e ressentimento em relação a seu pai, por ser ausente, não participativo, ou agressivo, autoritário, apesar de ter razão nesses sentimentos, não deve estragar a sua encarnação por causa disso.

Deve comprometer-se com o projeto evolutivo do seu Espírito, raciocinando que a magoa e sua, que o ressentimento é seu, além de que, talvez, tenham resgates kármicos de outras épocas. Um filho que se queixa de seu pai ou de sua mãe sabe o que pode ter feito para eles em outras encarnações? Sabe se não fez até algo pior?

Aliás, sempre que uma pessoa, adolescente ou não, queixa-se do seu pai ou da sua mãe, e me diz ser reencarnacionista, eu me pergunto: E por que Deus escolheu para ele(a) esse pai ou essa mãe? Por que estão ligados?

A Psicoterapia Reencarnacionista, trabalhando no real aproveitamento da encarnação, prioriza mais o Espírito do que o Eu encarnado, propondo que este se coloque sob a orientação daquele e então sentimentos negativos, como, no exemplo, magoa e ressentimento, devem ser melhorados, de preferência eliminados, mesmo que acredite ter razão de senti-los, para que não atrapalhem a encarnação e o Espírito possa aproveitar essa passagem para evoluir.

E além disso, quem tem pai e mãe e o Eu encarnado e não o Espírito, ou seja, isso faz parte das ilusões dos rótulos, pois na verdade pais e filhos são Espíritos encarnados, e quando apresentam dificuldades de relacionamento entre si, devem procurar harmonizar-se, pois quase certamente já vem conflitando-se há muito tempo e, então, aí está um dos seus objetivos pré-reencarnatórios.

Tenho visto, seguidamente, pessoas que desde jovens sentem magoa em relação a um dos seus pais, nas sessões de regressão descobrirem que já eram pessoas magoadas lá atrás, ou seja, que a sua magoa é congênita, já vem de outras encarnações, então por isso reagiram com magoa aos fatos da atual encarnação. E descobriram que a principal finalidade dessa sua atual encarnação e, justamente, a melhoria, ou a cura, deste sentimento. E um erro alguém cair na magoa, que veio para curar e não está curando, e com isso estragar a sua encarnação. Qualquer pessoa que sinta uma relação conflituosa com seu pai ou sua mãe deve olhar por trás desses rótulos, e pensar que, se existe desconforto na relação, uma raiva, uma magoa, um medo, e são dois Espíritos que estão se encontrando, isso deve ser antigo, deve vir lá de trás... E então tentar resolver este conflito, melhorar a relação, botar em ação uma prática constante de busca de harmonização com aquele

irmão de jornada, o que passa, obrigatoriamente pela melhoria dos seus próprios defeitos.

Uma boa maneira de alcançar isso e olhar os pontos positivos do nosso conflitante, em vez de ficar preso apenas ao que não gosta nele(a), como se fosse o dono da razão, o perfeito, o apóstolo da virtude, esquecendo o que nos disse o Divino Mestre: ‘Não fazei aos outros o que não queres que te façam!’. Todos amam Jesus, mas quem realmente pratica isso? E quem ama ao seu próximo como a si mesmo? Quantos tratam os outros como querem ser tratados?

Numa consulta com um jovem que está sintonizado, por exemplo, na raiva, na revolta, na aversão, eu sugiro que, mesmo tendo razão, que seu pai ou sua mãe “mereçam”, não estrague a sua encarnação, não prejudique a evolução do seu Espírito com isso, e que pense que provavelmente precisou passar por essa situação, a fim de poderem aflorar esses sentimentos, que são seus, brotaram de dentro de si, para tratar deles, para eliminá-los do seu Espírito. Uma situação que o Eu encarnado entende como negativa e prejudicial pode ser potencialmente positiva para o Eu Superior, dentro do seu projeto de evolução. O mais importante para a evolução espiritual não é o que nos fazem, mas o que aflora de negativo de dentro de nós, isso é o que devemos eliminar.

E até parece que somos puros, perfeitos, condenando nosso pai, nossa mãe, como se não fossemos ainda tão inferiores, tanto ou mais do que eles. Um atestado da nossa inferioridade espiritual e justamente ainda possuímos esses sentimentos negativos, pois se fossemos Espíritos superiores teríamos o amor suficiente para entender os outros, para compreender, para perdoar. Se cada queixoso ou raivoso olhasse para dentro de si, analisasse os seus próprios defeitos, sentiria vergonha de queixar-se ou sentir raiva de alguma pessoa que lhe tenha feito mal. E o mal que fazemos aos outros? E o mal que fizemos em encarnações passadas? Apenas alguém completamente puro e perfeito poderia ter o direito de criticar, de apontar o dedo, de atirar uma pedra, mas um ser desse grau evolutivo não critica, não aponta o dedo, não atira uma pedra! O consultório de um psicoterapeuta e um desfile de pessoas imperfeitas falando, com mágoa ou com raiva, das imperfeições de outras...

E o álcool? E as drogas? Geralmente, o exemplo para seu uso e dado pelos próprios pais, em sua casa, nas festas, com seu cigarro, o seu whisky, sua agressividade, sua ausência, sua falta de orientação espiritual, o incentivo dos falsos valores, da materialidade, da futilidade, transmitindo aos seus filhos uma falta de sentido para a vida. E os jovens, que naturalmente anseiam por uma finalidade, que buscam um caminho, criam-se recebendo exemplos de desperdício da encarnação, seja dos seus pais, seja da televisão, seja dos programas “jovens” das rádios, de todos os lados sofrem o bombardeio da nossa sociedade-passatempo. Os mais sensíveis não resistem e querem fugir nessas ‘viagens”, e aí são chamados de drogados...

Devemos ficar atentos ao exemplo que estamos dando para nossos filhos. E realmente positiva a nossa mensagem? Estamos mostrando o valor da honestidade, da moral, da ética, do amor, da doação? Estamos realmente caminhando em linha reta, com simplicidade, igualdade, sinceridade, fraternidade, justiça, ou estamos, na verdade, passando a esses irmãos que chegaram depois de nós um exemplo de hipocrisia, de raiva, de impaciência, de tristeza, de desânimo, de falta de perspectiva, de vícios como beber, fumar, e outros menos explícitos?

Tenho tratado de muitos jovens que bebem, que se drogam, e na maior parte das vezes são Espíritos bons que não estão se adaptando a este lugar, e frequentemente não receberam uma orientação moral e espiritual por parte dos seus pais a respeito da evolução do Espírito, da finalidade da encarnação, de todas essas questões que a nova Psicoterapia Reencarnacionista vem agregar a Psicologia e a Psiquiatria. Muito pelo contrário, quase que a totalidade dos jovens que está se perdendo por aí recebe de seus pais um mau exemplo, seja no aspecto moral, seja na visão materialista da realidade, seja na falta dos verdadeiros valores do amor e da caridade.

Alguns jovens que se drogam, que estão se autodestraindo, são Espíritos que ainda não tem condições de entender o lado espiritual da existência, e nesse caso a nossa sociedade materialista estimula ainda mais os seus aspectos inferiores. Mas a maior parte dos adolescentes que atendo são Espíritos sensíveis, em bom grau de evolução, que estão desorientados,

pois, desde sua infância, receberam uma orientação contrária aos verdadeiros ideais espirituais. Foram sendo, aos poucos, contaminados com informações vazias e superficiais, em casa, nas escolas, nos clubes, nos meios de comunicação, e essas contaminações atuaram de tal maneira que desenvolveram neles a vontade de destruir-se, de ir embora daqui, desse mundo construído por seus pais e, para sermos sinceros, não podemos mesmo afirmar que nos orgulhamos de nossa obra.

Todos nós somos responsáveis por essa epidemia de drogas entre os jovens, e para acabarmos com isso devemos, antes de tudo, modificarmos o nosso interior, fazer um *mea culpa*, reconhecer os nossos erros, nossos equívocos, na educação que temos dado a eles. Muitos pais não bebem e nem fumam, e esses estão certos, pois estão dando um bom exemplo para seus filhos.

Sou totalmente contrário ao uso de drogas, mas não aceito a condenação dos jovens que as usam. Enquanto a nossa sociedade for uma droga, o nosso telhado de vidro não autoriza a nos arvorarmos defensores da moral e dos bons costumes. Eles necessitam de orientação a respeito da Reencarnação, devem ser instruídos sobre a evolução espiritual, saber da inferioridade do nosso Plano, aprender que são a “casca” que recobre um Espírito que está passando um tempo aqui, e que, em vez de se perderem nas armadilhas dessa sociedade terrena, devem colaborar com as forças do Bem que estão, aos poucos, desativando essas armadilhas, através da implantação no nosso planeta do Reino dos Céus.

Os meus filhos, na medida em que vão crescendo e começando a pensar que profissão irão seguir, eu oriento que, em primeiro lugar, encaminhem-se para uma atividade que lide com o que eles mais gostam de fazer, aí passarão a vida trabalhando no que lhes entusiasma, no que lhes motiva. Somente assim terão motivação para pular da cama de manhã, passar o dia inteiro trabalhando, com alegria, com amor, e esforçando-se sempre e sempre para evoluir, para crescer. Em segundo lugar, lembro a eles que a finalidade única de uma encarnação e a evolução do Espírito, um trabalho a ser realizado pela “casca”, e então devem ficar atentos a isso, na obediência aos ditames superiores, na limpeza das suas inferioridades. E em terceiro lugar, peço-lhes que, para ajudarem ainda mais sua elevação

espiritual, enderecem o seu trabalho, o seu esforço, a sua dedicação, principalmente para os seus irmãos de jornada, para o bem dos outros, para a evolução da humanidade.

Eu não lhes falo de ganhar dinheiro, de bens materiais, de posição social, de inflarem o seu ego, de competirem com os outros, pelo contrário, eu tento mostrar a eles como realmente aproveitar sua atual encarnação. Claro que cada um vai aproveitar essa orientação de acordo com seu grau evolutivo, mas estou fazendo a minha parte, passando a eles uma educação evolucionista. Desde pequenos, eles veem o seu pai trabalhar o dia inteiro, algumas noites e fins de semana, mas não me queixo ou reclamo de trabalhar tanto, pelo contrário, como amo o que faço, me sinto disposto e motivado, e com isso estou dando um exemplo de dedicação e amor ao trabalho. Procuro transmitir a eles uma orientação espiritualista, baseada na moral, na honestidade e na conduta reta.

Quero ver, um dia, todos os jovens trabalhando para melhorar o mundo, para eliminar a miséria, a fome, as guerras, a desigualdade social. O papel dos jovens e ser esse instrumento de transformação.

Os adultos

A MAIOR PARTE das pessoas em tratamento e constituída de adultos, pessoas que já estão com uma família formada, uma profissão, e outras características sociais dessa faixa etária. Grande parte delas está frustrada e refere uma insatisfação, um descontentamento, que é projetado no casamento, na sua atividade profissional, ou algumas vezes não conseguem entender o que lhes está incomodando, apenas sentem que não estão satisfeitos.

O que observo, quase como regra geral, mesmo nós reencarnacionistas, e que não estão realmente direcionados para a principal finalidade da encarnação — a evolução espiritual — e sim para atividades terrenas, corriqueiras, cotidianas, num viver meio as tontas, sem um rumo definido, sem um sentido existencial. Muitas pessoas vão vivendo, acordam de manhã, vivem os dias, as noites, comem, trabalham, divertem-se, dormem, amam, correm, lutam, vão sobrevivendo, a vida vai passando, sem um planejamento coerente com um propósito maior, pois os seus sonhos e ideais, geralmente, não estão conectados dizer: “Já estou com 40 anos!”; e concluir que está ficando velho(a), que o tempo passou, que o que não fez não dá mais para fazer, não dá mais tempo etc. Se olhar de cima, pode dizer: “Estou reencarnado há 40 anos, estou chegando na metade, ainda tenho mais toda a metade dessa encarnação para evoluir espiritualmente!”, e perceber, então, que o que veio para fazer, mudar, melhorar, em si, ainda dá tempo.

Aos adultos que estão descontentes e pensam em mudar de profissão, de atividade, eu digo que devem mudar se entenderem, após examinar bem, que realmente não estão no caminho certo. Sempre é hora de mudar para melhor, corrigir o rumo, retificar o caminho, e então uma mudança sempre e

benvida, desde que preencha os requisitos da evolução espiritual. Mas o mais importante não é em que trabalhamos é, sim, como trabalhamos. O mais importante não é o que somos e, sim, quem somos. Os rótulos, os títulos, os diplomas, ficarão aqui esquecidos quando partirmos, pois apenas o nosso Espírito empreendera a viagem de volta, sem nada material acoplado a ele, e se sentira realizado ou frustrado, agradecido a sua descartada “casca”, ou não.

Além do trabalho interno de evolução, de purificação, os adultos devem conscientizar-se do compromisso que tem com seus filhos, no sentido de mostrar-lhes o caminho certo, a linha reta, a responsabilidade com seus atos, com suas palavras. Os pais, e os demais adultos, devem servir como um farol, orientando essas naus que vagam pelos mares revoltos e enganosos da nossa sociedade materialista, fútil, apelativa, procurando, com muito amor, com muita luz, encaminha-las a um porto seguro, com a segurança da orientação superior, com a guarnição do Amor Divino.

Os pais

SEM DÚVIDA NENHUMA, a maior responsabilidade que assumimos com outro Espírito numa encarnação e trazê-lo do Astral para a Terra. E ao tomarmos essa decisão, cada um de nós deve ter em mente que, escondido por trás do rótulo “pai” e do rótulo “mãe”, aquele a quem chamamos de “filho” e, na realidade, um companheiro de jornada, alguém que nós trouxemos lá de cima, que geralmente sabemos quem e, de antigas encarnações. Pode ser um amigo que vem chegando para continuarmos a caminhada juntos ou um antigo conflito que veio para perto de nós para nós harmonizarmos e, com isso, crescermos.

Esse Espírito, certamente, tem a ver conosco, estamos unidos por sentimentos superiores ou inferiores. No primeiro caso, tendemos a nós dar bem; no segundo caso, e quase inevitável desencadear-se um conflito, maior ou menor, entre nós. E nesse conflito podemos perceber em nós o que temos de mudar, de eliminar, como, por exemplo, a impaciência, a crítica, a raiva.

Os pais têm a oportunidade de melhorar no contato com seus filhos e de ajudar esses Espíritos a cumprirem sua missão de purificação. As negatividades dos nossos filhos podem aumentar ou diminuir desde a infância, de acordo, principalmente, com nossa atuação. Devemos desenvolver mais amorosidade, mais firmeza, mais atenção a eles, mais orientação positiva, dar o bom exemplo, mostrar o caminho do bem, e estarmos atentos ao que surge de negativo de dentro deles desde pequenos. Um filho vem com uma tendência a ser autoritário, outro a ser submisso, um vem com uma tendência materialista, outro de ser distraído, um e egoísta, outro desde cedo gosta de bebida alcoólica, cigarro etc. O papel dos pais numa encarnação e de fundamental importância na evolução espiritual

dos seus filhos, no sentido de ajuda-los a crescerem, eliminarem suas imperfeições.

Mas raramente nós lembramos com uma certa frequência que o nosso filho, por trás da sua “casca”, e um Ser rumo a Perfeição, como nós que descemos antes, e que está agora chegando para cumprir as suas missões, entre elas, muito frequentemente, a busca de um resgate e harmonização conosco. Como nos também um dia chegamos para os nossos pais, e eles também chegaram, e os antes deles, e aí por diante. E continuaremos todos chegando, em “cascas” diferentes, em locais diferentes, em épocas diferentes, e assim iremos indo, sempre para a frente, para a frente. O progresso e a meta de todo ser vivo, a Purificação e o objetivo.

Na verdade, o que é um filho? Por trás desse rótulo, naquele corpinho de 3 kg, indefeso e a mercê, está um velho amigo e companheiro ou alguém com o qual temos tido problemas e conflitos há algumas encarnações? Pode ter sido nosso pai ou nossa mãe, pode ter sido nosso marido ou esposa, nosso filho ou filha etc., mas sempre está chegando perto de nós por divergência ou por afinidade. E, principalmente, está chegando para crescer espiritualmente, como nós e todos os que aqui estão. Nunca deve ser esquecido que a finalidade única da Reencarnação e a evolução espiritual! Mesmo dois Espíritos inimigos, se reencarnam perto, e para oportunizar a evolução de ambos, mas quase inevitavelmente terminam por perder-se na raiva e na magoa, e com isso não alcançam a meta almejada antes de descer.

As reencarnações ocorrem naturalmente, com as pessoas ligadas entre si, negativa ou positivamente. Existe um retorno da Harmonia Universal aos nossos pensamentos, nossos sentimentos e nossas ações atuais e passadas. O conhecido “nós atraímos” funciona desde antes de chegarmos aqui embaixo, já vem na aproximação com nossos pais, familiares e outras pessoas que vão entrando em nossa vida, durante a encarnação.

Nós devemos aceitar nossos filhos do jeito que forem, mesmo que revelem, desde pequenos, ou mais tarde, defeitos e características de personalidade que nos incomodem ou incomodem os outros, e mesmo que sejam imperfeições muito serias. Geralmente está ocorrendo a lei de ação e reação, implicando uma tentativa de resgate e harmonização conosco, visando a elevação espiritual dele e a nossa. Ou, então, se formos Espíritos

um tanto mais elevados, podemos estar recebendo uma incumbência de auxiliar um irmão menos evoluído em seu caminho de ascensão.

Alguns pais me confessam, algumas vezes envergonhados, que o seu filho ou filha apresentam desvios de conduta, mostrando, por exemplo, uma personalidade fútil, volúvel, agressividade, egoísmo, racismo, delinquência, hiper-sexualidade etc., e perguntam-se aonde erraram na sua educação, o que fizeram de errado para que eles sejam assim? Por que ficaram assim?

Dentro do pilar básico da Psicoterapia Reencarnacionista — a Personalidade Congênita — eu digo aos pais que eles já possuíam, ao reencarnar, essas características de personalidade, que estão se evidenciando. O que pode ter havido entre eles em encarnações passadas? Por que estão próximos? Observamos frequentemente que um filho com tendência agressiva tem um pai ou uma mãe também com essa característica, então devemos sempre pensar o que já houve antes entre eles, em outras épocas, com rótulos diferentes... Como pode ter sido numa vida passada quando o amai filho era o pai e o pai de hoje era o filho? Um pai ou uma mãe com características de agressividade e violência devem sempre questionar-se o que podem ter feito para o Espirito que hoje e seu filho em encarnações passadas.

Mas dentro da terapia, no aqui-e-agora, devemos estudar bem as relações familiares, na infância e atualmente, dos pais entre si, com os filhos, analisar o que os pais praticaram, ou praticam, as condutas equivocadas e inadequadas, desde a fecundação até hoje, como agressividade, rejeição, abandono, falta de um bom exemplo, falta de diálogo etc., pois as características negativas Congênicas dos nossos filhos, principalmente os problemáticos, pioram com esses gatilhos. E, pelo contrário, tendem a melhorar com o amor, o carinho, a atenção dos pais e outras pessoas envolvidas, embora, geralmente lá pelo meio da encarnação, lá pelos 30 ou 40 anos e que a grande crise de consciência ira manifestar-se, oportunizando a mudança. Mas, muitas vezes ela não ocorre, e então fica para a próxima...

Nós, pais, devemos ter paciência com os defeitos dos nossos filhos, dar amor, dar o bom exemplo, e esperar que a vida vá ensinando a eles as mudanças necessárias. O que nunca devemos fazer e dar mau exemplo!

Como querer mudar uma personalidade agressiva de um filho agredindo, batendo? Como ajudar um filho triste, desanimado, com um modo de ser deprimido, preguiçoso, desmotivado? Como querer que um filho seja caridoso, espiritualizado, em um ambiente egoísta, superficial, materialista?

Durante a gestação de um filho, os pais devem ter o maior cuidado com o que pensam, o que sentem, o que falam, como agem em relação ao filho que está construindo seu corpo físico lá dentro da barriga, pois observo nas regressões a capacidade que o Espírito tem de perceber, sentir, seu ambiente familiar, em minúcias! Isso é um cuidado extremamente importante que devemos ter, pois os pensamentos, sentimentos e atos dos pais e demais familiares, quando negativos ou assustadores, permanecerão em seu Inconsciente, somando-se ao que já vem trazendo consigo, de antes, e poderão, então, amplificar-se tendências Congênitas que nosso filho tenha, de sentir-se rejeitado, de raiva, de autodestruição etc.

No meu livro *20 Casos de Regressão*, apresento alguns relatos da vida intrauterina que não deixam dúvida quanto a isso. As informações durante as regressões são questões muito poderosas, que estão funcionando dentro de nós, em outra faixa vibratória, além do cérebro, no Inconsciente.

Já vi muitas vezes em regressão que um comportamento delinquente, marginal, uma tendência a atos antissociais, e até criminosos, e o mesmo praticado por aquele Espírito nas últimas encarnações, e justamente a finalidade desta nova encarnação e a busca da melhoria dessas questões. Em algum momento, na infância ou na adolescência, elas irão revelar-se, e a Psicologia e a Psiquiatria tradicional iniciarão uma busca desesperada no “início” da vida, na personalidade dos pais, no ambiente familiar, nas relações familiares etc. para encontrar a “causa” de tais condutas. Frequentemente, isso foi incrementado por uma ação irresponsável dos pais, ou um deles, mas algumas vezes surgiu mesmo com os pais sendo responsáveis, atenciosos, amorosos.

A “causa” é a Personalidade Congênita do Espírito, enquanto que os fatores externos podem ser agravantes ou atenuantes. As ações dos pais e da família e que serão decisivas para começar a melhorar as tendências negativas Congênitas dos seus filhos ou para mantê-las, e até piorá-las. Por isso, sempre devemos orientar e conscientizar os pais sobre como lidar com

seus filhos, sejam eles como forem, com amor, com paciência, com compreensão e, principalmente, com muita amizade e companheirismo. Como falei antes, o que nós, pais, devemos dar aos nossos filhos e o bom exemplo, mostrar o caminho reto, a ação correta, e esperar que eles assimilem aos poucos, gradativamente, com o passar do tempo.

Ao contrário das críticas que nos fazem, de que só lidamos com as vidas passadas e com o espiritual”, a Psicoterapia Reencarnacionista lida com a infância e os fatos da vida atual, pois é na encarnação que o Espírito evolui, e então como não iremos valorizar a vida atual? A principal diferença entre a Psicoterapia Reencarnacionista e a Psicologia tradicional e que lidamos com a Personalidade Congênita, onde encontramos a finalidade da encarnação. Nós somos o resultado da nossa Personalidade Congênita e da infância na vida atual e, nunca, como afirma a Psicologia tradicional, não reencarnacionista, uma consequência de nossa infância, como se tivéssemos nascido puros e perfeitos e algo ou alguém nos “estragasse”.

A personalidade está no Espírito e este é o mesmo, encarnação após encarnação, por isso não é correto dizer-se que um filho “puxou” o pai, outro “puxou” a mãe etc., na verdade cada um de nós “puxou” a si mesmo das vidas passadas. Mas existe o molde psicobiológico, que é uma semelhança física e de personalidade entre um filho e o pai, um filho e a mãe, com a família de um ou outro etc.

Muitas vezes, encontramos, nas conversas com os pais, referências de rejeição a gravidez, tentativas ou pensamentos de abortamento, carências, abandonos, agressividade entre os pais durante a fase intrauterina, alcoolismo, drogadição, visão materialista da vida etc. que parecem ter provocado o surgimento daquelas condutas patológicas em um(a) filho(a). Mas não é assim, na verdade esses fatores patogênicos serviram de gatilho, causaram o afloramento do que já vinha de negativo na personalidade daquele Espírito recém-chegado, fizeram vir à tona justamente o que veio para ser curado, ou melhorado, nessa nova tentativa. E, muitas vezes, agravaram-nas.

O ideal seria que nós tratássemos muito bem os nossos filhos, com respeito, com amor, desde o útero e após sua saída, durante sua estada perto de nós, mas muitos pais, covardemente, batem neles, gritam, xingam,

ofendem, maltratam, lidam asperamente, na verdade mostrando, assim, as suas próprias imperfeições e defeitos, que necessitam curar... Cada ser humano faz brotar no outro as características internas, negativas ou positivas, e assim nós podemos reforçar o que nosso próximo tem de negativo, com as nossas próprias negatividades, ou ajudar a curar as suas imperfeições, fazendo aflorar o que eles tem de positivo.

O amor dos pais e a grande alavanca para ajudar a curar as negatividades do ser que estão trazendo do Astral, e na sua atitude e postura, com o seu filho ou sua filha, sejam como forem, os pais poderão colaborar intensamente para que aquele Espírito reencarnante possa realmente aproveitar essa passagem terrena.

Os pais precisam ficar atentos a duas coisas:

1. O que pensam, sentem e fazem, para não prejudicarem seu projeto de cuidar e ajudar aquele irmão que receberam.
2. O que seu (sua) filho(a) mostra de negativo congenitamente, para perceber qual a proposta evolutiva do seu Espírito ao reencarnar, o que veio purificar.

Embora essas noções reencarnacionistas sobre as relações entre pais e filhos sejam estudadas nas religiões reencarnacionistas, agora, com a Psicoterapia Reencarnacionista, começam a ser analisadas do ponto de vista psicoterapêutico. Então, aos pais que estiverem lendo este livro, que acreditam que erraram com seu (sua) filho(a) durante a gestação, nos primeiros anos de sua vida extrauterina, ou mesmo agora, eu digo que a grande vantagem da encarnação ser longa e que isso nos dá muitas oportunidades de corrigirmos nossos erros, de retificarmos nossa conduta, de corrigirmos o que fizemos de errado. Qualquer hora e a hora de passarmos a fazer as coisas certas! E o amor demonstrado por um filho e sempre a melhor solução. Quem acredita que deu pouco até agora, que passe a dar o dobro para compensar. Quem bateu, agrediu, comece a alisar, a acariciar. Sempre é tempo para revisar o que erramos. E pedir perdão.

Mas não se culpem demasiadamente, acreditando que aquele filho(a) ficou assim por sua causa, que, se não o tivessem rejeitado, pensado em abortar, se tivessem sido mais carinhosos, atenciosos, se não tivessem dado um exemplo de alcoolismo, de agressividade, de materialismo etc., tudo seria diferente. Talvez em intensidade, mas os defeitos e imperfeições trazidos dentro de nós, em nosso Espírito, transparecem, mais cedo ou mais tarde. O importante é que tenhamos a disposição de sermos colaboradores na purificação almejada pelo Espírito que veio como nosso (a) filho(a) e não mantenedores ou reforçadores das suas imperfeições Congênitas.

O que nossos filhos mostram de defeitos, de dificuldades, de características negativas, em maior ou menor grau, já e seu há muito tempo e é o que vieram tratar na atual encarnação, e se erramos com eles, e se estamos errando, agravando suas imperfeições, sempre é tempo de corrigirmos nossa conduta e de realmente cumprirmos nossa missão de pais, aceitando-os como são e tentando, amorosamente, auxiliá-los a cumprir a sua missão purificadora.

Se eles vieram até nós, atraídos por conflitos conosco, por desavenças muito antigas, então está na hora de acabarmos com isso, reconciliarmo-nos e, se possível, até nós amarmos. Se não der para chegar a tanto, pelo menos devemos tentar chegar o mais perto possível disso. Quem conseguir amar alguém, ou pelo menos gostar, quando antes sentia uma repulsa, além de estar libertando-se, e libertando um outro ser, está ampliando a sua capacidade de amar, o que significa evolução espiritual. Com isso melhora o seu karma e aumenta a sua luz.

Ser pai e mãe é uma grande prova, pois aí podemos mostrar se somos, realmente, capazes de amar, ou não. E na prática que mostraremos, para nós mesmos, quem nós somos, e um filho “problemático” muitas vezes aí está, entre outras coisas, para nos ajudar a evoluirmos, a termos mais paciência, mais compreensão, mais capacidade de doação. Mas é preciso estarmos atentos para a busca da nossa evolução espiritual, e a dos outros, para termos o discernimento de perceber isso.

Evolução espiritual é a ampliação da nossa capacidade de amar. A quem não nos incomoda, a quem admiramos, é fácil, mas é a quem apresenta imperfeições graves, age errado conosco, comete deslizes? Uma

boa maneira dos pais perceberem o que devem melhorar em si e ver o que aparece de negativo em si no contato com um filho “problemático”. Em vez de só criticá-lo, olhar para si mesmo. Ao apontar-lhe o dedo, perceber os demais dedos apontando para trás...

Os velhos

DEVIDO A UMA MEDICINA que trata apenas do corpo físico, esquecendo da origem das doenças, que está nós pensamentos e nós sentimentos, e a uma visão limitada que estipula a morte do corpo físico como o fim da vida, grande parte dos nossos velhos, com o perdão da palavra, estão uns “cacos”. Poucas pessoas de 70 ou 80 anos estão realmente saudáveis, fisicamente, emocionalmente, espiritualmente. Quando encontramos alguém assim, nós admiramos por ver sua disposição, sua alegria e seu otimismo. Então, o que deveria ser a regra e a exceção!

Hoje em dia, já se sabe que as doenças do corpo vêm de dentro das pessoas, da sua personalidade, da sua vida.' As antigas Medicinas, que estão voltando, como uma alternativa para a Medicina oficial, apenas orgânica, estão desempenhando um papel importantíssimo nesse sentido, de resgatar a humanização, a visão integral do ser humano. Os seus métodos vêm do conhecimento milenar da cultura oriental, enquanto que a nossa Medicina tradicional é uma herdeira direta da Ciência materialista, reducionista, que não acredita em nada que não vê, e, mesmo com a Física Quântica apontando o caminho do “invisível”, permanece na postura do avestruz, escondendo a cabeça, ridicularizando, negando, combatendo o que veio, na verdade, para lhe ajudar a evoluir, a libertar-se.

E os nossos velhos, após uma vida inteira tratando o seu estômago, o seu pulmão, o seu fígado, a sua bexiga, a sua próstata, as suas articulações, o seu coração, e não as suas magoas, as suas tristezas, as suas frustrações, as suas raivas, estão aí, sobrevivendo, acreditando que estão sendo tratados quando, na verdade, apenas estão sendo mantidos vivos. A Alopátia não é uma Medicina curativa, nunca foi e nunca será, justamente por sua visão materialista organicista, que enxerga apenas o corpo físico, acreditando que

a doença está nele e que aí deve ser curada. É uma Medicina salva-vidas, apropriada para isso, para as urgências e emergências, aí ela é soberana e, felizmente, existe e está evoluindo cada vez mais. Mas para tratar um ser humano, para cuidar dele, para manter a sua saúde, para evitar a doença, para ir fundo, aí entram a Psicologia e as Medicinas energéticas.

O que vemos no consultório são pessoas velhas, com doenças físicas também velhas, que vem de situações traumáticas de suas vidas passadas, somadas aos traumas de sua infância atual, do seu casamento fracassado, de uma atividade profissional não gratificante, das preocupações com os filhos, da raiva, da magoa, do medo. E daí vem a asma, os distúrbios digestivos, os problemas cardíacos, o reumatismo, o câncer, e tudo o mais que aparece na “casca”, que não está cumprindo sua missão, que não se colocou verdadeiramente a serviço da evolução do seu Espírito, um serviço que necessita ser realizado com alegria, com entusiasmo, com prazer, e nunca com magoa, com tristeza, com raiva, com ansiedade.

Em certos casos, o que pode ser feito é tirar a lição e tentar, na próxima encarnação, não repetir o mesmo erro, não sendo novamente triste, magoado, autoritário, agressivo etc. Em alguns casos, pode-se remediar um pouco, tratando os pensamentos e os sentimentos negativos, com alguma repercussão positiva no físico. Eventualmente, acontecem melhoras, e até curas maravilhosas, mas sempre associadas a uma conscientização profunda, a um entendimento elevado do que é a encarnação, da relação da “casca” com o Espírito, da responsabilidade verdadeira, do seu compromisso.

Na evolução da humanidade, tudo deve servir de estímulo para a melhoria e o aprimoramento e, então, constatando a dificuldade da Medicina orgânica em tratar o ser humano como um todo, em procurar curar a doença em sua origem, isso sinaliza para a necessidade da associação da Medicina tradicional com a nova (antiga) visão das Medicinas energéticas, potencialmente curativas, e isso é o que propõe o Holismo. Nós que atuamos nas Terapias Energéticas, alternativas, estamos trabalhando no embrião da Medicina do futuro, quando os médicos e os terapeutas estarão capacitados a entender e a tratar a Bioenergia, a energia humana. A doença física é uma alteração energética, de acúmulo ou

deficiência, e isso vem dos pensamentos e dos sentimentos, o que afeta os chakras e daí atinge os órgãos.

Os nossos velhos, infelizmente, tiveram que passar por isso, mas os futuros velhos poderão evitar isso e não chegar a reta final da encarnação em tão más condições. Daí o nosso compromisso com a evolução da Medicina, da Psicologia e da Psiquiatria, pois se enxergarmos e cuidarmos do aspecto espiritual, dos pensamentos, dos sentimentos e do físico das pessoas, nessa ordem, aí sim poderemos dizer que estamos cuidando delas. Tratar apenas do físico e um processo paliativo, caridoso, e ajudar a sobreviver, mas é superficial.

E o que devem fazer as pessoas que estão com o seu corpo físico numa idade mais avançada? Quem for reencarnacionista, deve olhar para a frente e esforçar-se para purificar ao máximo o seu Espírito, entendendo que a encarnação só acaba quando acaba, que toda melhoria alcançada e benéfica, que toda evolução soma pontos, que cada degrau que subir estará lhe aproximando mais do alto e então não deve esmorecer, entregar-se, e, sim, manter-se no caminho, firme e forte. Quem errou, não erre mais; quem pecou, não peque mais; quem se perdeu procure encontrar-se, e quem se iludiu descubra a Verdade, e ela está no Espírito, na Reencarnação, na saúde, na busca da Perfeição.

A idade é apenas a idade do corpo físico atual, o tempo contado do momento em que nosso Espírito voltou para a Terra, desta vez. Isso faz parte do rol das ilusões das “cascas”, e muitas pessoas julgam-se e aos outros pela idade, chamam-se de crianças, adolescentes, adultos, velhos etc. Dentro de cada um de nós existe um Espírito, antigo, e que está indo em busca da maestria.

Espíritos de “casca” velha, não entreguem os pontos antes da hora, aproveitem seus últimos 5 a 10.000 dias aqui na Terra, para evoluírem espiritualmente, mais e mais, tudo o que não conseguiram até agora. Nada de aposentar-se da vida, nada de dormir muito, ver muita televisão, ficar esperando a visita dos filhos e dos netos, nada de morrer por aqui! Vamos estudar, vamos trabalhar, vamos ajudar os pobres, os necessitados, os carentes, esqueçam essa bobagem de ‘fim da vida e entreguem-se, de corpo e alma, literalmente, a finalidade evolutiva do seu Espírito. Sejam fieis aos

seus propósitos evolucionistas e dediquem-se a essa encarnação, com otimismo, com vontade, com força, com amor e fé! Isso e saber envelhecer, tornar-se cada vez mais sábio, mais íntegro, mais verdadeiro. Estamos aqui para aproveitarmos a encarnação no sentido da evolução espiritual.

Numa encarnação, quanto mais velho se fica, melhor devemos ficar, do ponto de vista físico, psicológico e espiritual. Uma coisinha aqui, outra ali, uma enferrujadinha, são coisas normais, mas ir ficando velho e ficando pior é o contrário do que viemos fazer aqui nesta Terra. Peço a Deus que me ajude a, cada ano que passa, ficar melhor, sob todos os pontos de vista. E desejo o mesmo a todos vocês!

A humildade

A HUMILDADE é o reconhecimento do próprio valor, sem necessidade de reconhecimento externo e de elogios, sabendo que acima de si sempre existirão pessoas mais capazes, mais evoluídas. Ser humilde e não se comparar com ninguém, não querer ser melhor que ninguém, não competir, não se vangloriar, não se atribuir um lugar de destaque acima dos outros, não se acreditar superior aos outros, seja em inteligência, seja em beleza, seja em capacidade esportiva, espiritual, ou qualquer outra. Ser humilde é ser o que se é, gostando de si, acreditando em si, competindo apenas consigo mesmo para, cada vez mais, crescer e evoluir no maior valor do Espírito, que é o amor.

Humildade não é baixar a cabeça, deixar-se pisar, colocar-se abaixo de alguém, julgar-se inferior, acreditar-se incapaz. Isso é uma crença na inferioridade, na incapacidade de enfrentar e vencer as dificuldades da encarnação, e, com isso, na impossibilidade em colaborar ativamente no seu progresso e no auxílio aos outros e ao planeta. A pessoa que parece humilde, mas que na verdade cultua a crença da inferioridade, afeta aos outros com seu ar sofredor, com sua postura de vítima, de coitadinho, entristece seus familiares com sua dor, com suas doenças, sobrecarrega seus próximos com suas lamentações e seus suspiros. Muitas vezes, inveja os que considera superiores a si e, pior, pode chegar a culpa-los por seus fracassos! Ela não luta realmente para melhorar sua vida, não se esforça o suficiente para evoluir, para crescer, pode até ser boa de coração, mas não consegue ajudar os outros tanto quanto poderia, por sua fraqueza, sua timidez, sua tristeza, sua magoa, sua raiva embutida, e, se o faz em seus pensamentos e em suas orações, na prática, a concretização disso geralmente é muito pequena.

A pessoa verdadeiramente humilde é forte, mas não agride seu próximo, é confiante, mas não quer sobrepujar ninguém, é vencedora, mas não anseia pelos bens materiais passageiros, é uma guerreira, mas não luta por vitórias fúteis e ilusórias. Quer apenas ser boa de coração, respeitar seu próximo, os animais e a natureza, deseja e faz o que espera que lhe desejem e façam, mas, se não recebe em troca, aceita e entende. O verdadeiro humilde e um forte e a sua força e que lhe faz não agredir, não competir, não querer sobrepujar ninguém, não ansiar por valorizações e por ilusórios prêmios externos.

Admiro imensamente os verdadeiramente humildes, pois certamente deles e o Reino dos Céus, mas lastimo o erro dos falsos humildes, que vivem em sofrimento, por confundirem humildade com inferioridade. E, muitas vezes, por trás de uma falsa humildade está o orgulho.

O equívoco na interpretação da humildade tem feito com que as injustiças sociais venham perpetuando-se por séculos e séculos. Muitas pessoas de classe social inferior acreditam realmente serem inferiores aos de classe social mais elevada e sentem-se constrangidas frente a eles, com dificuldade de posicionar-se. Isso tem sido confundido com humildade, mas é uma crença na inferioridade. As pessoas que acreditam na Reencarnação não podem acreditar que são de uma classe social inferior ou superior. Devem entender que estão aí, certamente por um arranjo do seu destino visando uma lição, uma experiência que leve ao seu crescimento espiritual. Nas sessões de regressão, constatamos a relatividade dessas condições, ouvindo relatos de vidas vividas em famílias ricas, em famílias pobres, em "cascas" brancas, em "cascas" negras etc.

Quem nasceu numa família rica deve perguntar-se: "Por que?". Quem nasceu numa família pobre, idem. Isso faz parte das ilusões dos rótulos e estarmos atentos a isso nós auxilia a, verdadeiramente, aproveitar uma encarnação, pois faz com que não nós sintamos superiores ou inferiores, baseados em aspectos materiais. Evidentemente, como a personalidade é Congênita, podemos encontrar em famílias ricas pessoas que se sentem inferiores, e em famílias pobres, alguns que se sentem superiores, mostrando o que vieram curar nessa atual encarnação.

É muito bonito encontrarmos pessoas de famílias de grande poder aquisitivo que são simples, humildes, e entendem que o verdadeiro valor de uma pessoa está dentro dela, nas suas qualidades intrínsecas, e não nas roupas, no automóvel, na conta bancaria, nas propriedades, nesses ilusórios símbolos materialistas. E é também muito lindo encontrarmos pessoas de famílias pobres que são humildes, com dignidade, com auto respeito, com amor ao seu trabalho. Certamente, são Espíritos de elevado avanço consciencial, enquanto que pessoas ricas e orgulhosas, fúteis e vaidosas, e pessoas pobres que se acreditam inferiores, menos importantes, são ainda Espíritos que tem muito o que aprender.

Sempre que encontrarmos citações sobre a humildade nos livros espiritualistas e religiosos, não devemos confundir com inferioridade, subserviência e humilhação. Apenas aos senhores do poder, aos que almejam dominar, interessa associar uma coisa com outra, enquanto que aos que verdadeiramente anseiam pela igualdade e pela fraternidade a humildade é uma característica superior e a inferioridade é um atestado do engano e do equívoco.

A resignação

A RESIGNAÇÃO, por sua associação com a não ação, a não luta, a não mudança, esta, historicamente, associada com acomodamento, com conformismo, com “deixa assim como está...”. Então vamos falar sobre a resignação no sentido da conformação, da aceitação.

Os seres evoluídos, quando encarnados, possuem uma qualidade rara, pertinente a sua alta evolução consciencial, que é a conformação, mas é preciso diferenciar bem resignação de conformação, pois podem ser entendidas como opostas. A pessoa que se conforma diante de uma situação negativa e prejudicial não sofre, enquanto a que diz que se resigna, sim; quem aceita que as pessoas encarnadas estão em graus diferentes de evolução não se entristece, não se magoa com o que lhe fazem, pois entende que um baixo nível evolutivo de alguém se reflete nas suas atitudes, mas quem não aceita sofre com isso; e não adianta resignar-se e sofrer, pois não se estará resolvendo nada, nem mesmo um karma.

Uma mulher que se resigna com seu marido agressivo, autoritário, que lhe agride, lhe humilha, e que se magoa, sofre, deprime-se, cria doenças em seu corpo físico, pode acreditar que essa atitude de resignação está correta? E deve ser aconselhada a resignar-se? O que essa mulher deve fazer e conformar-se que seu marido é assim, tentar ajuda-lo a modificar-se, dar-lhe o exemplo de como uma pessoa deve ser, mas sem sofrer, sem dependência financeira, sem magoar-se, sem deprimir-se, sem criar doenças, e, após um tempo hábil, em que ela perceba que ele não vai mudar, tentar ajuda-lo de outra forma, quem sabe dando-lhe a liberdade para, talvez, pela dor da perda, pela solidão, ele tenha uma oportunidade de modificar-se, de evoluir.

E se ele não sofrer pela perda e/ou não se corrigir? Isso e de sua inteira responsabilidade, pois cada um e responsável pela sua encarnação, e se não retificar sua conduta terá, futuramente, novas oportunidades para tentar isso, nesta ou em outras encarnações. E a esposa, após dar-lhe a liberdade? Ela deve cuidar da sua própria vida, ser independente afetivamente e financeiramente, evoluir, crescer, trabalhar bastante, ajudar os outros, ter uma encarnação bem produtiva, ser muito feliz, até desencarnar bem velhinha, bem sabia, bem saudável.

Outro exemplo. Uma pessoa que nasce em uma família pobre, tem uma infância cheia de dificuldades materiais, sem possibilidade de estudar, deve resignar-se em ser pobre, miserável, a vida toda ou deve aceitar que nessa encarnação provavelmente veio nessa condição para aprender uma lição, talvez trabalhar o orgulho, a vaidade, talvez trabalhar o acomodamento, a resignação, e, então, lutar para crescer, estudar, esforçar-se para evoluir, trabalhar muito, para assim poder ajudar-se e aos que cercam?

Nascer pobre, sofrer, e resignar-se com isso, passando a vida inteira pobre, sofrendo, ou então revoltar-se, marginalizar-se, não irá resgatar karma nenhum, pois não estará aprendendo a lição que essa situação pretendia oportunizar. Mas se as condições sociais fizerem com que permaneça pobre toda sua vida, mas não sofrer por isso, encontrando alegria e prazer nas pequenas coisas, cultivando os valores morais, aí estará agindo corretamente, aproveitando a sua encarnação.

Passar por situações de sofrimento e procurar sair do sofrimento, com inteligência, com competência, com honestidade, sem acomodamento, sem desespero, sem revolta, e conformação, e traz consigo a evolução. Permanecer sofrendo e resignação e não adianta nada, pois comumente é a mesma maneira equivocada de sentir e de agir, que já manifestava em encarnações passadas. Não devemos esquecer que trazemos conosco, ao reencarnar, a mesma tendência a interagir com os fatos da vida, por isso os que sofrem resignadamente já o faziam antes, os que se revoltam e destroem ou se autodestroem também eram assim em vidas passadas, enquanto que os que enfrentam com fé, confiança e segurança as adversidades revelam uma maneira superior de ser.

Então, não devemos sofrer, nós magoarmos, nós destruímos, ante as situações de aparente injustiça conosco, e também não devemos nós revoltar, nós desesperar, agirmos com agressividade, com violência, pois não lembramos das nossas encarnações passadas, o que fizemos, o que estamos atraindo pela infalível Lei da Ação e Reação. E muito perigoso analisarmos a nossa infância e os seus coadjuvantes, julgarmos um pai ou uma mãe pelo que nos fizeram ou não fizeram, pois não sabemos o que fomos, o que lhes fizemos em outras vidas, e pode estar ocorrendo apenas uma reação do Espírito que está nosso pai ou nossa mãe, inconscientemente, as nossas ações nefastas, de antes. Vejo muito disso em sessões de regressão, em relação a situações de pobreza, de rejeição na infância, abusos físicos ou sexuais etc.

A palavra resignação, citada nos livros espiritualistas, deve ser entendida como aceitação, pelo nosso desconhecimento das encarnações passadas. Pois, repito, permanecer no sofrimento, anos a fio, ou a vida toda, e um equívoco, e de nada adiantara em termos de resolução dos conflitos e dos karmas.

A leitura de um livro importante como a Bíblia, por exemplo, deve ser feita com cuidado, com uma atenta subjetividade crítica, em muitas de suas passagens. Ela nos diz, em São Mateus: “Bem-aventurados os que choram, porque serão consolados. Bem-aventurados os que tem fome e sede de justiça, porque serão saciados. Bem-aventurados os que sofrem perseguição pela justiça, porque o reino dos céus é para eles”. Um Santo pode ter dito isso? Não é mais provável que essa afirmação tenha sido mal-entendida por quem escutou isso da boca de Mateus ou manipulada ou mal redigida por algum escriba da época? Isso é uma apologia da tristeza, da fome, da miséria, da pobreza, do sofrimento, da injustiça social, e é crível que uma pessoa que alcançou o status de Santo ache saudáveis essas situações, e até as defenda, como condições para adentrar no Reino dos Céus?

Eu acredito que os que choram um dia serão consolados e os que tem fome e sede serão saciados, mas porque não alcançar isso aqui? E por que eles devem permanecer assim, por que não procuram sair dessas situações, com trabalho, com esforço, com otimismo, com alegria?

Penso que essa afirmação de Mateus deva ser interpretada da seguinte maneira: Bem-aventurados os que choram, os que rem fome, os que são perseguidos, porque quando chegarem ao Astral não sentirão mais tristeza e sofrimento, mas precisarão aprender a não mais sofrer quando reencarnarem novamente. Precisarão aprender que muitas vezes, numa encarnação, passamos por situações de miséria, de sofrimento, como consequência de nossos atos em encarnações anteriores, mas que devemos passar por essas situações com uma atitude positiva, para que elas nos sirvam de lição e nós possibilitem crescerem nosso amor, em nossa moral, em nossa ética, e não sofrermos, sofreremos, sofreremos, ou nós revoltarmos, e pouco aprendermos.

A Bíblia também diz, em São Lucas: “Vos que sois pobres, vos sois bem-aventurados, porque o Reino dos Céus é para vos. Vos que agora tendes fome, vos sois bem-aventurados, porque sereis saciados. Vos que agora chorais, vos sois felizes, porque rireis”. Eu não posso concordar com isso. Então, o Reino dos Céus é somente para os pobres? E quem não é pobre? E quem tem fome, deve continuar com fome para somente não sentir mais fome após desencarnar? E quem chora, deve continuar chorando e chorando e chorando, não fazer mais nada além de chorar? Não posso acreditar que nossos irmãos superiores privilegiem o choro, chamando o sofrimento de bem-aventurança.

Acredito que essa afirmação de Lucas deva ser assim entendida: Quem for pobre e não sofrer, se não deprimir, não se humilhar, não se discriminar, não se rebaixar, mas dar-se o devido valor, julgar-se por seus valores internos, não se tornar uma pessoa infeliz, amarga, raivosa, agressiva, não roubar, não matar etc., terá o consolo de encontrar um lugar bom no Astral onde sentira paz. Quanto aos que tem fome, certamente um dia sua fome será saciada. Mas vamos procurar fazer deste mundo um lugar mais justo para se viver, vamos dar um jeito de acabar com a pobreza, com a miséria, vamos nos unir para transformarmos esse lugar no Reino dos Céus o mais breve possível.

E a Bíblia continua, também em São Lucas: “Mas, ai de vos, ricos, porque tendes vossa consolação neste mundo. Ai de vos que estais saciados, porque tereis fome. Ai de vós que rides agora, porque sereis reduzidos ao

pranto e as lágrimas”. Quer dizer então que todo rico é desonesto, e mau-caráter, e bandido? E então não podemos saciar nossa fome, não podemos comer uma boa comidinha, bem gostosa, porque depois iremos passar fome lá no Astral? E os ricos não podem rir, ser felizes, porque depois irão sofrer, irão chorar, o que quer dizer que ser feliz é errado, que ser alegre é pecado? Eu entendo que ser rico e ser egoísta, somente pensar em si e nós seus, e até incentivar, incrementar, a pobreza e o sofrimento de outros, terá consequências futuras, após o desencarne nas zonas inferiores do Astral ou em próximas encarnações. Então, essa afirmação de Lucas pode ser assim entendida: Quem é rico, sendo desonesto, irá arrepende-se depois por isso, quem sacia a sua fome, sem ligar para a fome dos outros, irá receber isso pela Lei do Retorno, quem ri de maneira egoística, pensando apenas em seu bem-estar, em divertimentos, em uma vida fútil, irá arrepende-se de sua futilidade, do tempo que perdeu.

A Lei da Ação e Reação é inevitável. Nós estamos dentro de uma estrutura perfeita e harmônica, que é Deus, e tudo que fazemos retorna para nós na mesma proporção. Um bem praticado volta como um bem, um mal volta como um mal. Reencarnar em uma família rica muitas vezes é um grande teste para um Espírito. Por isso, é importante pensarmos em Reencarnação, vivenciarmos isso em nosso dia a dia, para não cairmos nas armadilhas da vida terrena.

Então, eu vejo a resignação como um sinônimo de conformação, de aceitação. É um sinal de sabedoria aceitar uma situação traumática, um fato desagradável, uma infância pobre, carências, conflitos durante a vida. Entender que estamos encarnados em um mundo ainda inferior e imperfeito e que aqui, muitas vezes, coisas ruins acontecem conosco, problemas de ordem afetiva, profissional, financeira, perdas, fracassos, desgraças, catástrofes. Mas, frequentemente, esses fatos aí estão para oportunizar o nosso crescimento, o nosso aprendizado, a nossa purificação. Mas sem sofrimento, ou pouco sofrimento, nada de passar a vida toda sofrendo. O Espírito aprende com o sofrimento e evolui com a alegria.

E o que quer dizer aceitar esses fatos? É entender que estar encarnado aqui, em um local de passagem, de aquisições e relações temporárias, e estarmos sujeitos a hoje ter, amanhã não ter, seja um bem material, seja um

grande amor, seja um ente querido, e que tudo tem um significado e uma explicação; embora muitas vezes os acontecimentos desagradáveis nos pareçam injustos e inexplicáveis.

Não existem realmente perdas, porque nada é de ninguém e, mesmo do ponto de vista afetivo, um pai ou uma mãe ou um filho nosso que desencarne, nós não os perdemos, porque não morreram, apenas subiram para o Astral e mais tarde retornarão para cá. Geralmente, quem sofre demasiadamente pela “perda” de um ente querido, está sofrendo mais por si, pela sua solidão, ou sua dependência, ou sua culpa, do que realmente por quem se foi, que muitas vezes está bem lá no Astral, apenas não podendo desfrutar totalmente da liberdade, pelo recebimento das emissões mentais dos que ficaram sofrendo aqui na Terra.

Mas para que realmente passemos a aceitar as situações desagradáveis e conflitantes desse nosso mundo, e preciso que saibamos, estudemos, ou pelo menos pensemos sobre o que viemos melhorar, ou curar, em nós aqui, desta vez. Por exemplo, se temos que nós purificar de raiva e de agressividade e nós confrontamos com um fato em que essas características nossas vem à tona, e nós acreditamos ter razão em nossa indignação, aceitação e raciocinarmos que, mesmo tendo razão, não devemos sentir a raiva e a agressividade, pois assim não estaremos oportunizando a melhora, ou a cura, almejada desses defeitos.

E os fatos ou pessoas que fazem aflorar a raiva em uma pessoa são necessários. Como alguém vai saber que reencarnou para libertar-se da raiva se não houver gatilhos que a façam aflorar? Então devemos sublimar a manifestação dessa imperfeição e aceitar que quem, ou o que, nos provoca esse sentimento não é mais importante do que a nossa missão pessoal de evolução, dentro de uma escala interna de valores, referente ao nosso Eu Superior. Evidentemente, se o Eu encarnado estiver no comando, acreditando ter razão, irá manifestar raiva e agressividade, contrariando as metas evolutivas, pré-reencarnatórias, de seu Espírito. O Eu encarnado acredita que “tem razão” para sentir raiva, enquanto que o Eu Superior tem a verdadeira Razão: a de querer libertar-se da raiva.

Um outro exemplo. Uma pessoa que reencarnou como mulher para melhorar, ou curar, uma tendência de magoia e depressão, que traz consigo

de suas encarnações passadas. Há muitas encarnações ela se magoa e se deprime, e nasceu, então, com essa predisposição. Um dia, após anos e anos de devotamento ao seu marido, ele lhe comunica que não a ama mais e está apaixonado por outra mulher. Claro que ela, trazendo uma tendência secular de sentir magoa e depressão, irá reagir desse modo, e o fará acreditando ter razão para sentir-se assim, afinal de contas, está sofrendo uma injustiça e qualquer pessoa em sua situação sentiria o que ela está sentindo. Mas o que o seu Eu Superior pensa disso tudo? Provavelmente, estará encarando essa “perda” e essa “injustiça” como - finalmente! — mais uma oportunidade para a melhoria, ou a cura, dessa antiga tendência de magoa e de depressão! Ou seja, surge aí uma ótima situação para ela cumprir sua meta pré-reencarnatória de libertar-se dessas imperfeições, e então, essa situação, aparentemente dura e cruel, e uma excelente oportunidade kármica para alcançar o que seu Espírito veio fazer aqui! O seu marido, de vilão, passa a ser um oportunizador dessa conquista.

Mas para que possamos entender as situações que nos acontecem na vida, desde a infância, o nosso Eu Inferior, que e como nós conhecemos, deve estar alinhado aos propósitos do nosso Eu Superior, pois, se isso não estiver ocorrendo, os raciocínios e as ações frente aos fatos da encarnação tenderão a ser equivocados, comumente repetitivos. Nós enxergamos a vida, geralmente, de uma maneira; o nosso Eu Superior, de outra. Nos vemos as coisas horizontalmente, ele as vê de cima. Nós lembramos apenas desde a nossa infância, mas temos uma história milenar de erros e acertos.

Conformação, aceitação, com paz, com saúde, sim; resignação, com sofrimento, com doença, não. Devemos olhar, prioritariamente, para o que aflora de dentro de nós diante dos fatos da vida e entender nossa infância e nossa vida atual como a continuação de nossa história, regida pelas Leis Divinas. Saber que estamos aqui, novamente, para encontrarmos nossas imperfeições e perceber quando elas aparecem.

Então, quando lemos em livros, textos, artigos, um conselho referente a resignação, entendamos isso como uma orientação libertarmos, isso e da natureza humana. Mas a libertação, em relação a outra pessoa, está na mente, nós pensamentos, e não no espaço físico, e é a raiva e a magoa que nos prende, mesmo que não vejamos amiúde quem não gostamos. Para nós

libertarmos verdadeiramente de alguém, precisamos curar a raiva e a magoa em nossos pensamentos e sentimentos.

Algumas pessoas, nas consultas, perguntam por que devem perdoar alguém, se aquela pessoa foi má, injusta, irresponsável, agiu de uma maneira desleal, prejudicou-o, do ponto de vista emocional ou material, enfim, por que perdoar, se aquela pessoa não merece? Após deixar claro que não sou nenhum *expert* no assunto, sou um aprendiz no exercício dessa arte, procuro mostrar que tudo depende de quem está enxergando e examinando aquela situação, se o seu Eu encarnado (persona) ou o seu Eu Superior (espiritual).

É muitíssimo diferente o raciocínio de um e de outro, pois enquanto o Eu encarnado apega-se a fatos da vida atual, em conflitos da infância, em acontecimentos recentes, geralmente baseado em dicotomias como “gosto dele (dela) ou não gosto”, “ele (ela) não gosta de mim”, “ele (ela) me fez (faz) mal” etc., o seu Eu Superior conhece a história, muitas vezes antiga, desses conflitos, geralmente arrastando-se encarnação após encarnação, há muito e muito tempo, e sabe que o mais importante não é

“gosto ou não gosto”, “o que me fez”, “o que me faz”, e sim a busca da evolução, do crescimento espiritual, de cada uma das partes que estão em litígio, o que passa pela melhoria dos nossos pensamentos e sentimentos negativos em relação a nossos desafetos.

A purificação do nosso Espírito, a melhoria, ou cura, das negatividades em nossos pensamentos e sentimentos, e muito mais importante do que o que nos fizeram ou não fizeram, do que nos fazem ou não fazem. Os fatos são os fatos, mas o mais importante é o que aflora de negativo de dentro de nós diante deles. Nós reencarnamos para passar por fatos.

Não devemos esquecer que, para aproveitarmos uma encarnação, os fatos “negativos” são instrumentos para nós mostrar nossas negatividades. Exemplificando: se um pai foi mal e agressivo com um filho, e mais do que compreensível que esse filho sinta raiva e magoa, afinal de contas é isso que ele pode sentir de um pai que lhe fez isso, ninguém pode recriminá-lo e obrigá-lo a gostar daquele pai, mesmo com argumentos de que isso já

passou, seu pai já está mais velho, já mudou etc. Do ponto de vista do seu Eu encarnado, sentir raiva e magoa e o correto, e o justo, qualquer um sentiria isso em seu lugar!

Mas o que seu Eu Superior pensa disso? Como não é fácil escutar os seus conselhos e orientações, podemos levantar algumas questões que nos possibilitam acessar essas informações superiores. Por exemplo, perguntando-se: Porque reencarnei como filho desse pai? O que houve entre nós em encarnações anteriores, ou seja, e a Lei do Retorno ou é a continuação de um antigo conflito vilão-vítima? O que posso ter feito para ele anteriormente, em outras épocas? Sou tão perfeito assim que posso acreditar que nunca lhe fiz mal em alguma outra encarnação? O que eu e ele viemos melhorar nessa atual encarnação?

Enquanto o Eu encarnado desse Espírito que veio com o rótulo de filho acredita firmemente que tem razão para sentir raiva e magoa do Espírito que tem o rótulo de pai, o seu Eu Superior levanta algumas questões que merecem ser analisadas. Em trabalhos de meditação profunda, de expansão da consciência, em sessões de regressão etc. as explicações podem ser encontradas, mas, como são procedimentos ainda pouco utilizados, pode-se partir para raciocínios teóricos que ajudem o Eu encarnado a vislumbrar a maneira correta de pensar e de agir, escapando da limitada visão, curta e horizontal, que todos nos comumente utilizamos durante a vida terrena.

Nós não viemos perto de um pai e de uma mãe com os quais não temos nada a ver, pelo contrário, tendemos a nós aproximar de Espíritos encarnados com os quais temos antigas relações, seja de afinidade positiva ou de conflitos, isso é inevitável, pelos cordões energéticos que unem as pessoas entre si. Então, ter vindo como “filho” daquele “pai” mau e agressivo não foi um acaso, um azar, provavelmente está servindo a uma finalidade e, pelo menos teoricamente, esse Espírito que veio como filho precisa pensar nessas questões para não desperdiçar sua atual encarnação, baseado nos limitados raciocínios do seu Eu encarnado. Algumas situações podem explicar esse reencontro:

1. Tudo pode ter sido muito diferente, em vidas passadas, com a atual vítima sendo o vilão e o atual vilão sendo a vítima. Isso é quase regra

quando ambos são agressivos, bravos, violentos. Eu sugiro a quem sinta raiva de um dos seus pais, e que também tenha uma tendência a sentir raiva e irritação, que pense no que pode ter feito para essa pessoa, em outras vidas, séculos atrás, quando, talvez, era ainda mais raivoso e agressivo do que e hoje. Quem sabe, em vez de filho(a) era marido, patrão, feitor, e agora veio como filho para curar a raiva e harmonizarem-se?

2. Se é um Espírito calmo, pacífico, pode ter vindo para aprender a defender-se, a impor-se, a libertar-se, claro que dificilmente na infância quando está a mercê, mas mais tarde, quando cresce e já tem condições de ir fazer sua vida, de afirmar a sua personalidade. Uma das maneiras de melhorarmos uma tendência de submissão, de não luta, e virmos filho de alguém autoritário e agressivo, o que pode ativar nosso lado guerreiro. Ou é um Espírito superior que veio para ajudar um mais inferior a elevar-se espiritualmente, mas está fazendo isso? Ou está sofrendo a encarnação toda por isso?

Então, temos de examinar a personalidade do Espírito que é “filho”. Se ele é fraco e passivo, provavelmente veio para aprender a ser forte, libertar-se, lutar por seus direitos, curar-se de sentimentos de magoa e rejeição, ou seja, reencarnou como vítima e precisa libertar-se desse papel. Se é violento e agressivo, quase certamente, em outras épocas, fez coisas muito erradas com esse que, atualmente, tem o rótulo de seu pai ou mãe, e o que se apresenta aí e uma tentativa de resgate e harmonização entre eles, pela Lei de Ação e Reação, e uma busca da evolução espiritual de ambos, que é a melhoria, ou cura, da agressividade, da violência, da dificuldade de amar, que eles apresentam.

Em qualquer das situações, ambos aí estão para resgatarem-se, harmonizarem-se e evoluírem espiritualmente. Algum deles está conseguindo melhorar? Está sendo curada a magoa e a passividade ou a violência e a agressividade Congênitas? Algum deles está cumprindo suas metas pré-reencarnatórias ou continuam com seus antigos comportamentos? E se está melhorando, é bastante ou pouco?

Se o que está como pai não mudou com a idade, não melhorou, continua violento, agressivo, está ficando velho e não evoluiu, o que deve fazer o que veio como filho? O seu Eu encarnado lhe diz para sentir raiva

ou magoa, que ele tem razão, que seu pai foi ruim, bateu nele, machucou-o, por que deve perdoá-lo? Mas o seu Eu Superior lhe diz para curar a sua raiva e a sua magoa, mesmo tendo razão, ou acreditando que tem, pois isso fara com que alcance a evolução espiritual, que é a finalidade maior da encarnação.

E então temos aí o grande trabalho do Espirito encarnado: libertar-se de suas imperfeições, de seus pensamentos e sentimentos negativos, mesmo acreditando que tem razão para senti-los! Se nós seguirmos os conselhos do nosso Eu Inferior, sempre acreditaremos ter razão para sentir raiva, magoa, tristeza, ressentimento etc., mas, então, quando iremos nós libertar dessas negatividades, quando iremos nós purificar? Conclui-se, então, que o importante para o crescimento espiritual não é acreditar ter razão, e sim purificar-se.

Se o que veio como filho apresenta uma personalidade não agressiva, pacífica, não deve achar que nas vidas passadas fez muito mal para esse pai e agora está pagando por isso, pois a nossa personalidade é Congênita e nós somos como somos há séculos, ou seja, o seu pai ou mãe tem sido agressivo e violento nas ultimas encarnações e ele tem sido não agressivo e pacífico. Então, por que veio filho de um Espirito assim? Talvez para melhorar em si uma antiga tendência de tristeza, de passividade, de dificuldade em impor-se. E está conseguindo isso? Está melhorando essas suas características Congênicas, já que reencarnou para tentar evoluir nisso, ou seja, essa e sua missão pessoal? E se está conseguindo, está o bastante?

Mas, em alguns casos, um filho passivo pode ser um Espirito muitíssimo evoluído que veio, autorizado por Deus, para ajudar aquela família, para dar um exemplo para Espíritos menos evoluídos de que devemos ser amorosos uns com os outros, respeitar-nos, sermos realmente companheiros nessa jornada evolutiva. Mas está exercendo isso? Tem agido como um verdadeiro Anjo da Guarda? Ou caiu na tristeza, na magoa, na auto vitimização, e perdeu-se nas armadilhas da encarnação?

Embora o perdão seja um ato exclusivamente divino, o pensamento de perdoar é uma maneira eficiente de melhorarmos nossos sentimentos negativos. Por isso é tão importante que queiramos isso, pois estaremos atingindo dois objetivos ao mesmo tempo: colaboramos para o nosso

Espirito evoluir e vamos nos harmonizando com um outro Espirito, com quem temos um antigo conflito. E se a outra pessoa não se harmonizar conosco, não evoluir? Isso é de inteira responsabilidade dela, estará perdendo tempo, deixando de aproveitar uma encarnação para alcançar essas metas, e podemos tentar clarear sua visão espiritual. Mas, geralmente, quando uma das partes melhora seus sentimentos em relação a outra, pela influência energética positiva, uma melhoria começa, gradativamente, a ocorrer também no mais renitente e, aos poucos, a harmonização vem processando-se e, assim, a evolução espiritual de ambos deslança.

O pensamento do perdão beneficia, principalmente, a quem o exerce, e, depois, a quem o recebe. Quem mantiver sua raiva, sua magoa, acreditando que tem razão para senti-las, estará, na verdade, prejudicando o seu Espirito, deixando de fazê-lo evoluir mais por ter “razão”. Eu sei que não é fácil pensar assim, e digo isso por experiência própria, o mais “fácil” e nos afastarmos do objeto de nossa raiva, de nossa magoa, não queremos encontrar, telefonar, conviver. Essa é uma maneira equivocada, típica dos nossos Eus encarnados, cegos e surdos, o que faz, então, perpetuarem-se as nossas imperfeições, prejudicando os objetivos pré-reencarnatórios do nosso Espirito.

Quantas vezes já escutei relatos raivosos a respeito de um pai ou uma mãe agressivos. E uma pessoa triste criticando um familiar depressivo. Já escutei muita coisa nesses anos todos de consultório, nessas milhares de sessões de regressão, já aprendi muito com isso, por isso quero aconselhar que cada um olhe principalmente para as suas próprias imperfeições e procure eliminá-las. E sempre que alguém não gostar de nós, tratar-nos mal, principalmente se estiverem nossa família, devemos deixar interrogada a causa disso. Se também temos pouco amor em nosso coração, se somos agressivos, o que podemos ter feito para essa pessoa em outras encarnações que o seu Inconsciente sabe e faz com que ela não goste de nós? E se nós não gostarmos de alguém, como podemos criticar ou condenar, se temos tão pouco amor? Quem sente a raiva, precisa de mais amor no coração; quem sente tristeza, magoa, precisa libertar-se do egocentrismo sofredor; quem critica deve avaliar o quanto de orgulho ainda traz.

Devemos olhar principalmente para nós mesmos, para nosso telhado de vidro, pois ser reencarnacionista e buscar, prioritariamente, eliminar seus próprios defeitos e não permanecer focado nos defeitos dos outros. Cada Eu encarnado deve cumprir sua missão, que é colocar-se a serviço do seu Eu Superior na busca da elevação espiritual, e o pensamento do perdão é um facilitador disso.

O auto perdão

APENAS DEUS PODE PERDOAR, mas nós podemos nos aceitar e decidir não errar novamente. Então vamos falar dessa atitude de “perdoar-se”.

Em nosso caminho de evolução, de volta a Luz, é imprescindível que nos libertemos de nossas escuridões, de nossas imperfeições. Então, devemos nós libertar de tudo que nos prende a elas, e a culpa em relação a nossos atos, do passado ou do presente, são grilhões que nos mantêm presos aos nossos escuros labirintos internos. De que adianta alguém permanecer aferrado ao que fez de errado, ou ao que não fez, devia ter feito, tempos atrás? O melhor é reconhecer que errou, dizer para si mesmo que não vai errar mais, cuidar para que isso não aconteça, e subir pelo seu “corredor” interno, que levá-la para cima, onde é bem mais claro e arejado.

Evidentemente, precisamos ficar atentos as pessoas que prejudicamos, e intensificar um processo de reconciliação, de harmonização com elas, reparar os nossos erros, oportunizar que tudo fique no lugar certo. Mas sem culpa, sem auto reprovação, que não levam a lugar nenhum, ficam rodeando em torno de si mesmas, afundando-nos cada vez mais na escuridão.

Devemos nós perdoar para que, com isso, tornemo-nos pessoas mais evoluídas, mais puras, melhores conosco mesmos e com os outros, principalmente com quem temos, ou tivemos, conflitos, pois é aí que poderemos exercitar a ascensão espiritual. Muitas pessoas estão presas ao seu passado, martirizando-se, culpando-se, lamentando o que fizeram, o que deixaram de fazer, mas é o presente? Somente o que podemos modificar é o presente. E o futuro? É a continuação do presente. Uma encarnação e como uma escola em que viemos aprender a ser bons discípulos, a sermos bons

conosco e com os outros, a nós iluminarmos e aos outros, até, um dia, alcançarmos aqui o grau evolutivo dos Mestres e aí passarmos a servir de exemplo para nossos irmãos de jornada.

Aferrar-se na culpa, na angustia, na autopunição, e perda de tempo, só leva às doenças psíquicas, à depressão, ao câncer, ao reumatismo e outras doenças de fundo autodestrutivo, autopunitivo. O correto é olhar para cima e para a frente, acessar os Guias Espirituais e aprender com eles a nós salvar, ascender, transcender nossas limitações, e, com isso, elevarmos nossa frequência vibratória, o que nos possibilite um mais elevado nível de consciência.

O Dr. Bach, criador da Terapia Floral, diz assim: “A maior lição da vida a ser aprendida e a liberdade em relação as circunstâncias, ao ambiente, a outras personalidades e, para muitos de nós, liberdade em relação a nós mesmos, pois, até que sejamos livres, somos incapazes de dar e servir aos nossos irmãos de maneira completa”. Uma pessoa presa em suas ruminções culposas está livre? Se conseguir perdoar-se e aprender com seus erros, estará livre para crescer, para evoluir, para subir para a Luz, do contrário, estará reforçando a sua própria escuridão e poderá atrair doenças advindas dessa postura. O próprio Jesus aconselhou a Maria Madalena: “Vá e não peques mais!”.

Somente Deus pode nós perdoar, mas podemos nós perdoar em nossos pensamentos e sentimentos, de coração, numa atitude compatível com nosso Eu Espiritual. Ninguém pode eliminar nossos “pecados” a não ser nós mesmos, numa verdadeira mudança de rumo, numa atitude ascensional, numa priorização da nossa essência espiritual.

Se alguém me fizer mal, eu posso perdoá-lo? Sim, no meu pensamento. Quem tem de perdoar-se, para libertar-se, é ele mesmo, e não eu. Não existem perdões externos, absolvições, redensões de quem quer que seja, pois o que fazemos de errado são energias negativas que permanecem atreladas a nós e, então, apenas nós mesmos podemos eliminá-las. Para isso existe a Lei do Retorno. É equivocada a crença de que supostos intermediários de Deus tem o poder e a autorização para nós redimir de nossos pecados, no máximo eles podem libertar-se dos seus próprios.

Quando eu era mais jovem, errei muitas vezes e cometi atos que hoje, de maneira nenhuma, cometeria. Durante muito tempo, martirizei-me com o sofrimento que causei a algumas pessoas que, até onde vejo, não mereciam isso. De alguns anos para cá, iniciei um processo saudável de aproximação e reconciliação com essas pessoas, ao mesmo tempo em que passei a me auto observar melhor, para não repetir aqueles erros. Decidi me perdoar e não errar mais e, com isso, fui aperfeiçoando o meu Espírito e harmonizando-me com aqueles Espíritos, de modo que, quando nós encontramos, nossa convivência é bem melhor e, quando nós reencontrarmos em encarnações futuras, o nosso relacionamento será muito melhor do que se não isso não houvesse acontecido.

Atendo pessoas que se culpam pelo que fizeram ou deixaram de fazer há 20 ou 30 anos atrás! De que adianta isso? É uma espécie de ruminação mental, um auto centramento punitivo que faz com que lhes sobre menos tempo para pensar em coisas melhores e nós outros. Não deixa de ser um egocentrismo. Muitas vezes, ao realizar-se uma regressão em pessoas culposas, encontram-se encarnações passadas em que cometeram erros e, então, reencarnaram com uma tendência de culpar-se originada numa culpa no seu Inconsciente. E muitas vezes um paciente só melhora do sentimento de culpa após desligar-se de um fato culposo de outra encarnação.

É como qualquer sintoma que uma pessoa apresenta: se for muito intenso, provavelmente existem situações de outras encarnações as quais está sintonizado, como se ainda estivesse lá, que se somam a fatos similares da encarnação atual. Com o desligamento desses fatos pretéritos, a pessoa melhora bastante do sintoma e eu sempre associo as essências florais durante alguns meses. Para a culpa, temos o Pine do Dr. Bach; quando é uma culpa de outra encarnação, o *Hyssop*. Essa investigação e tratamento do Inconsciente é um avanço da arte de curar que começa a sedimentar-se nas áreas médica, psicológica e psicoterapêutica.

O auto perdão é uma boa maneira de nós livrarmos do egocentrismo e endereçarmos melhor nossa energia amorosa aos outros.

Os nossos modelos

O NOSSO MUNDO, ainda tão imperfeito e involuído, criou um sistema de crenças vazio e superficial, baseado nos valores das cascas e suas equivocadas necessidades e, com isso, surgiram os modelos egoicos, símbolos da futilidade imediatista.

A adoração aos atores, aos cantores, aos atletas e aos manequins, por exemplo, sem uma análise profunda e verdadeira da mensagem que estão veiculando, e uma idolatria. Imagina-se que essas pessoas sejam “superiores” porque desfrutam de uma situação melhor do que o restante dos mortais, que algumas delas realmente aproveitam a vida porque moram em grandes casas, possuem carros importados, viajam muito, hospedam-se em hotéis finíssimos, estão sempre nos jornais, nas rádios, nas televisões, cercados por legiões de fãs, dando autógrafos etc.

Mas em que se baseia esse culto, sob qual ótica esses super-heróis, ocupam esse altar? Por que uma anônima auxiliar de enfermagem de um pequeno hospital no interior não é alvo de adoração? Por que uma pessoa que dedica seus dias a ajudar em obras de caridade, em atividades assistenciais, que ajuda a fazer a sopa para os pobres, que borda e costura para crianças carentes, não goza da mesma fama?

É que geralmente as pessoas adoram a quem invejam, a quem ambicionam o lugar, a posição, a companhia, o afeto, e então essas multidões de fãs dos ídolos terrenos são, frequentemente, movidas por uma visão superficial da finalidade da encarnação, a ponto de acreditar que ser cantor, ator, atleta ou manequim é mais importante do que outras atividades, sem perceber que o importante é a mensagem, e o que a postura reverte em benefício dos outros, no que ajuda ao desenvolvimento dos verdadeiros

princípios, o amor, a moral e a ética, e não a apologia dos falsos valores, o culto ao ego, aos valores materiais que, pelo contrário, perpetuam a futilidade e, com ela, a injustiça social e a ignorância.

Não sou ingênuo a ponto de acreditar que essa visão irá modificar-se a curto prazo, pelo contrário, acho-a coerente com o grau de evolução da humanidade encarnada. Tudo que se manifesta no nosso mundo é compatível com nosso estágio de consciência, mas acredito que, aos poucos, começaremos a cultuar pessoas mais por seus valores internos e positiva ação social e cultural do que por sua aparência, fama ou fortuna. Mas isso irá acontecendo gradativamente e não podemos esperar resultados imediatos, pelo contrário, serão necessários alguns séculos para chegarmos em um nível superior de avaliação dos verdadeiros valores a serem admirados.

Algumas vezes ouvi comentários de que sou utópico e que fico imaginando um mundo que não existe. Não concordo com isso: não sou utópico, sou um realista otimista, e acredito que, dentro de algum tempo, a vida neste planeta será como imagino. O nosso trabalho e colaborar nisso, mas sem a ansiedade da pressa imediatista e, principalmente, sem a descrença da não concretização a curto prazo.

Dentro dessa visão, quem vejo como verdadeiros modelos? Costumo pensar nós Mestres e procurar entender suas características de personalidade, seu modo de pensar, de sentir e de agir. E então, de vez em quando, me comparar a eles a perceber o que eles têm que eu não tenho, e o que eu tenho que eles não têm mais. Em termos práticos, funciona assim: quais são minhas imperfeições, minhas impurezas, que me diferenciam desses Seres superiores?

Dentro do raciocínio de que devemos atingir um estado de perfeição que nos possibilite não mais precisarmos passar por um Plano terreno, e necessário que nós conscientizemos de que qualquer imperfeição, qualquer impureza que ainda apresentamos deve ser corrigida. Muitas pessoas estão aqui para se curarem de inferioridades muito graves, outras para se libertarem de algumas menos graves e outras ainda para se purificarem de pequenas inferioridades. Cada um tem uma missão e todos tem a missão de se purificar.

Mas o trabalho é o mesmo, claro que, quanto mais evoluída a pessoa, mais fácil, e quanto menos evoluída, mais difícil. É evidente que lidar com uma tendência a desonestidade é mais complicado do que com uma tendência ao medo e a timidez; lidar com o orgulho e a vaidade é mais difícil do que com a submissão e a incapacidade, mas, enfim, cada um tem seu trabalho a realizar e deve aprender a lidar com ele. Essa é a missão individual, e em cada um de nós ela é diferente. Todos os Espíritos reencarnam para evoluir, cada um em suas imperfeições, num trabalho que deve ser realizado pelas “casca”, e aí está o sentido da vida. Há milênios, e até hoje, os filósofos procuram o sentido da vida, e basta entender a Reencarnação para encontrá-lo. O sentido é para a frente!

Então, vamos falar um pouco sobre os “defeitos” e os “defeitiños”. Pela herança católico-judaica que trazemos, estamos acostumados a pensar que os defeitos são apenas os atos que afetam negativamente os outros, e muitos até acreditam que um Deus-Êle lhes castigará por isso. A Justiça Divina é feita através da Lei do Retorno.

É evidente que não devemos cometer nenhum ato que prejudique alguém, não por medo de um castigo, mas por uma postura ética e moral, que aborte qualquer indicio de exteriorização de tal ação negativa.

Os chamados “pecados” foram sempre baseados no que não podemos fazer de negativo para os outros, são os “defeitos”, como roubar, enganar, mentir, trair, iludir, matar etc. Tais ações são prejudiciais a quem as sofre, mas mais prejudiciais ainda a quem as pratica e, portanto, contraproducentes. Quem o fizer, estará baixando a sua frequência vibratória, atrasando a sua evolução espiritual e a sua libertação desse planeta. Vale a pena?

Mas existem certas características de personalidade que não são consideradas como “pecados”, não são condenadas pela sociedade, e que chamo de “defeitiños”, mas que também nos prendem a esse Plano terreno por serem atributos inferiores, pertinentes ao nosso baixo grau de evolução. Estou falando de características inerentes a maioria de nós, como timidez, medo, mágoa, depressão, introspecção, mau humor, preguiça, irritação, impaciência, preocupação, autoritarismo, crítica, orgulho etc.

Pensando em nossos modelos, comparando-nos com eles, podemos imaginar um Mestre que tenha alguma destas características de personalidade? Quando levanto essa questão em palestras, a reação das pessoas sempre é de risos e comentários, de que é um absurdo pensar numa coisa dessas! Então, se o nosso Espírito está indo em busca da perfeição, da maestria, para um dia chegar no nível dos Mestres Espirituais, nós devemos estabelecer como meta ajudar nosso Espírito a libertar-se de todas as imperfeições e impurezas das quais os Seres superiores, em sua evolução, já se libertaram.

Então, embora as características colocadas acima não sejam “defeitos”, elas nos atrapalham e fazem com que estejamos abaixo do nível evolutivo dos nossos verdadeiros ídolos, e então precisamos eliminá-las. E estamos no lugar certo para nós curarmos delas, pois é aqui que elas surgem.

As pessoas que sofrem, por exemplo, de medo e de timidez, muitas vezes, são excessivamente sensíveis e tem muita dificuldade para lidar com este mundo, com a violência, a agressividade e a competitividade reinante por aqui. Provavelmente vieram para aprender a lidar com essas questões terrenas, evidentemente não para se tornarem-se agressivos e violentos, mas para desenvolver uma postura de força e coragem ante tais desafios e, por outro lado, colaborar na implantação da sensibilidade e da doçura nesse lugar. Mas estão atingindo tais objetivos, ou fecharam-se dentro de suas cascas, com medo, com inibição, com retraimento, com pouca ação e, até muitas vezes, com submissão, com depressão, com vontade de morrer? Percebe-se, então, como é importante separar dois aspectos: de um lado, os fatos da encarnação, desde a infância, e do outro, a nossa maneira Congênita de sentir e reagir a eles.

Os fatos são os fatos, mas o que vem de dentro de nós e nosso, já nasceu conosco. Muitas vezes me perguntam como diferenciar o que já veio em nosso Espírito daquilo que se originou agora, e isso se aplica tanto as características negativas como as positivas. É fácil de diferenciá-las: pela intensidade. O que em nós há muito tempo, manifesta-se muito forte, por exemplo, uma grande tendência a raiva, ao autoritarismo, a agressividade, a auto destrutividade, a magoa, a tristeza, a depressão, ao medo, a timidez etc.

Mesmo que tenhamos explicações convincentes para sermos assim, em nossa infância ou durante a vida, pela intensidade desses sintomas, certamente eles são nossos velhos companheiros.

Qualquer característica marcante de personalidade que já aparece desde a infância, e antiga. Uma tendência de raiva, agressividade, magoa, tristeza, timidez etc., originada nesta vida e nunca muito forte, muito dramática, mesmo que os fatos sejam muito propícios a isso. E como um copo que, quanto mais cheio está (de um sentimento ou característica negativa), menos precisa de um acréscimo, na infância ou no decorrer da encarnação, para transbordar. Portanto, o sintoma forte e antigo, geralmente vem nós acompanhando há séculos, há muitas encarnações, enquanto o sintoma de pouca intensidade, pode ser antigo, em fase de cura, ou novo, começando agora.

E quando decidimos que um Ser Superior vai nós servir de modelo? Aí passamos a cuidar dos nossos pensamentos, dos nossos sentimentos e ações, para que se assemelhem ao máximo dos que ele teria, na mesma situação. E então uma reação negativa nossa a um determinado fato transcende o raciocínio de acreditarmos ter razão, e devemos nos perguntar: Como o nosso modelo sentiria e reagiria a isso? Quando eu comento sobre isso em palestras, algumas pessoas retrucam que elas não são Mestres e, portanto, não são perfeitas, não podem acertar sempre, evitar de cair em tentação, cometer imprudências e manifestar ações prejudiciais a si mesmo ou aos outros. Eu digo que também ainda não consigo, por isso que eles estão na nossa frente, por isso eles são Mestres e nós discípulos.

Estamos todos nesse caminho rumo a perfeição e alcançar essa meta depende principalmente da nossa coragem em nós encararmos sem parcialidade, detectarmos nossas imperfeições e dedicarmos as passagens do nosso Espírito pela Terra para nos curarmos delas.

Algumas pessoas querem ser muito ricas, outras querem fama, muitas querem dominar outras pessoas, e conseguem, mas elas estão equivocadas em seus raciocínios, pois deveriam utilizar o seu grande poder e energia para obter conquistas internas e não externas, almejar vantagens permanentes e não temporárias.

Tudo que é externo permanecera aqui quando formos embora, e então todo o nosso empenho deve ser dirigido para o crescimento espiritual, que são as aquisições internas, e a nossa contribuição para o crescimento interno dos nossos irmãos de jornada. Muitas pessoas perdem-se na magoa e na tristeza, na falta de força, na falta de coragem, e devem desenvolver uma maior responsabilidade em relação ao seu Espírito, entendendo o seu papel de agente oportunizador da evolução na atual encarnação.

As pessoas que os magoaram ou que os magoam irão passar, os rótulos irão passar, tudo por aqui e temporário. De que adianta reencarnar para agir assim por aqui? Quantos estão errando assim e não percebem?

Os defeitos

FALEI, ANTERIORMENTE, sobre os “defeitos” e os “defeitiños”. Todas nossas inferioridades devem ser, gradativamente, eliminadas, até o dia em que estivermos puros e nos reintegrarmos a Deus. Para isso temos centenas ou milhares de encarnações. Para facilitar essa missão, e aconselhável ter um Guia Espiritual e procurarmos ser como ele, ou seja, ver o que ele tem, em virtudes, que nós não temos, e o que temos, em defeitos, que ele não tem. Fazermos uma lista do que devemos purificar em nós, ficarmos atentos em nosso dia a dia para quando emerge um desses defeitos e, mesmo que tenhamos “razão” para externa-lo, não o deixar manifestar-se, e sublimá-lo, transmutando-o na sua qualidade positiva oposta. A pessoa ou situação que nós aflorar uma inferioridade, na verdade está nos fazendo um benefício, mas raramente percebemos isso.

Mais comumente temos uma atitude infantil baseada no que gostamos ou do que não gostamos.

Vamos fazer então uma pequena lista dos nossos defeitos mais frequentes, não apenas os que fazem mal aos outros, como é preconizado pelas religiões punitivas (as alicerçadas no Deus que castiga e no Demônio que pega), mas também os defeitos que fazem mal a nós mesmos.

Veamos os mais comuns. Assinale com um lápis os que identificar em si ou anote os que não constam na lista:

1. egoísmo (o defeito básico)
2. tristeza

3. magoa
4. ressentimento
5. depressão
6. medo
7. submissão
8. timidez
9. acomodamento
10. falta de motivação
11. indecisão
12. dependência
13. culpa
14. crítica
15. raiva
16. orgulho
17. autoritarismo
18. agressividade
19. impaciência
20. ciúme
21. posse
22. inveja

23. intriga
24. calunia
25. competitividade
26. materialismo
27. não ser carinhoso
28. comer demais
29. ver televisão demais
30. fins de semana inúteis
31. falar demais
32. falar palavrões
33. alcoolismo
34. tabagismo
35. drogadição
36. roubar
37. mentir
38. enganar os outros
39. manipular os outros
40. espancar os filhos
41. ser racista
42. hiper-sexualidade

43. sentir saudade excessiva
44. não cuidar da alimentação
45. não cuidar da higiene pessoal
46. excesso de intelectualismo
47. auto destrutividade
48. dirigir de forma irresponsável
49. brigar
50. ferir alguém
51. matar
52. agredir os outros com palavras
53. agredir os outros com pensamentos
54. insônia
55. ansiedade
56. angustia
57. sentir solidão
58. isolamento
59. rir demais
60. ter rinite (rejeição e abandono)
61. ter asma (disritmia entre o seu interior e o exterior)
62. ter gastrite (posse e/ou dependência afetiva)

63. ter úlcera (auto destrutividade; harakiri)
64. ter enxaqueca (pensar demais)
65. ter doenças cardíacas (raiva e/ou tristeza)
66. ter coceira no corpo (ansiedade)
67. ter reumatismo (magoa e/ou raiva)
68. ter esclerose cerebral (rigidez)
69. ter hemorragia cerebral (a sequela revela a intenção)
70. ter cistite crônica (magoa crônica)
71. ter corrimento vaginal crônico (sexualidade demais ou de menos)
72. ter mioma uterino (problemas maternos e/ou sexuais)
73. ter cisto no ovário (conflito quanto a procriação)
74. ter doenças nos testículos (sexualidade demais ou de menos)
75. ter ausência de orgasmo (dificuldade de entrega)
76. ter impotência sexual (impotência pessoal)
77. ter ejaculação precoce (dificuldade de entrega e insegurança)
78. ter prisão-de-ventre (sentimentos reprimidos)
79. ter diarreias (limpeza de sujeiras emocionais e alimentares)
80. gripar-se facilmente (limpeza da tristeza)
81. ter pneumonias de repetição (tristeza, abandono)
82. ter anemia (dificuldade de aterramento)

83. ter leucemia (auto destrutividade)
84. ter diabetes (vitimização e amargor)
85. ter câncer (tristeza, raiva, auto destrutividade)
86. ter doenças renais (medo)
87. ter dificuldade de concentração (pouca presença)
88. ter dificuldade de memória (superficialidade)
89. ter senilidade precoce (desistência)
90. ter doença de Parkinson (rigidez e/ou indecisão)
91. ter doença de Alzheimer (desligamento)
92. ter neurose (má adaptação a vida terrena)
93. ter psicose (dificuldade com a vida terrena, obsessão espiritual, ressonâncias de vidas passadas)
94. ser obsessivo (auto centramento, carência de apoio)
95. ter mania de limpeza (má adaptação à Terra)
96. ter mania de sujeira (culpa)
97. ser desorganizado (desorganização interna)
98. preguiça (irresponsabilidade com a encarnação)
99. esforçar-se menos do que deveria (pouca ambição de evolução)
100. querer ser rico

Muitas pessoas podem admirar-se por descobrir características em si que na nossa sociedade não são consideradas defeitos, como, por exemplo, ver televisão demais e fins de semana inúteis, são hábitos tão habituais que as pessoas, em geral, até acreditam que isso é normal. Mas as pessoas que realmente entendem o que é uma encarnação, por que viemos para a Terra, e que estão preocupados em aproveitar essa passagem, para evoluir ao máximo e contribuir com seus irmãos de uma maneira efetiva, percebem essas armadilhas terrenas e permanecem atentos para escapar delas. A nossa sociedade é baseada no passatempo e não no aproveita-o-tempo.

A televisão poderia ser um instrumento de grande ajuda para a evolução consciencial das pessoas, mas, infelizmente, está a serviço da perda de tempo e da intoxicação psíquica com sua obsessão em cenas de violência, de sexo e de vulgaridades. É uma grande irresponsabilidade permitirmos que nossos filhos, desde bem pequenos, permaneçam horas e horas em frente a esses veículos de degradação moral. E os adultos que já estão robotizados, que mataram sua criatividade, que não conseguem pensar em nada melhor do que se sentarem em frente à televisão, horas a fio, deveriam corrigir essa atitude, o mais urgente possível, e buscar atividades mais saudáveis, mais enriquecedoras, mais favoráveis à evolução, como ler bons livros, meditar, conversar assuntos mais ricos, mais profundos, e tantas outras atividades mais saudáveis para o Espírito.

O maior foco da sociedade humana ainda se encontra no passatempo e na irresponsabilidade, o que faz com que muitas pessoas vivam a sua vida como apenas uma sucessão de dias, sem grandes metas e objetivos, sem a noção de um caminho de evolução, de crescimento. Mas aqueles que sabem que não estão aqui a passeio, que não devem perder tempo com o que não acrescenta, procuram aproveitar o seu tempo de maneira mais profunda e construtiva, seja enriquecendo-se intelectualmente, subjetivamente, espiritualmente, e colaborando com seus irmãos de jornada.

Embora nessa lista dos nossos defeitos encontrem-se os “defeitos”, a maioria é constituída por “defeitiños”, características corriqueiras dos seres humanos, tão comuns que nem parecem defeitos... Mas, como falei anteriormente, tudo o que não se enquadra no rol da Perfeição e imperfeição e deve ser corrigido. Os Mestres não possuem mais nenhuma

dessas inferioridades, e então nos ensinam como irmos eliminando as que ainda temos.

As doenças físicas são decorrentes de nossos pensamentos, sentimentos e ações equivocadas, por isso, coloquei algumas delas nessa lista. A nossa Medicina tradicional, a Alopátia, recém começa a lidar com isso, mas apenas teoricamente, não na sua ação terapêutica, pois os medicamentos químicos somente alcançam o corpo físico, mas a origem das doenças não está aí, apenas a sua repercussão física, a somatização. Quem tiver qualquer doença, leve ou grave, seja qual for, deve procurar entender o que está causando isso, e a resposta encontrara em suas características de personalidade e no seu modo de sentir e reagir a vida terrena. O que se chama de “doença” e apenas a repercussão, no corpo físico, de desequilíbrios nos chakras (centros energéticos), que estão intimamente ligados ao que nós pensamos e sentimos.

Os terapeutas que lidam com as Medicinas energéticas olham as doenças do corpo físico do ponto de vista integral. A rinite e a asma, por exemplo, não são difíceis de curar, desde que o foco esteja na pessoa e não no nariz e nós brônquios. A artrite também é muito beneficiada pela visão terapêutica holística, com o endereçamento para, geralmente, a magoa ou a raiva, que origina o bloqueio energético que causa as dores e a inflamação. As doenças cardíacas, afetando o centro do amor e do desamor, são consequências da tristeza, do sentimento de rejeição e abandono, e também da raiva e do ódio que muitas pessoas sentem de outros, culpando-os por seus infortúnios.

As doenças dos rins vêm do medo, a bexiga retém a magoa, no estomago armazenamos nossos anseios de posse e dependência, no intestino acumulam-se os sentimentos negativos não expressos, nas afecções oculares revela-se à nossa maneira equivocada de enxergar a realidade, na pele o nosso contato conflituoso com a realidade etc.

Nas crises agudas, emergenciais, como o infarto do miocárdio e a hemorragia cerebral (o popular ‘derrame’), escutasse o grito desesperado de alguém que não quer mais ficar aqui, não está aguentando mais, está cansado de sofrer, quer descansar.

O câncer é uma forma mais lenta de tentar ir embora, e o local do corpo onde surge e o órgão que atinge trazem a mensagem da sua postura equivocada.

A Medicina do corpo físico reina soberana nas urgências e nas emergências, tanto que no futuro ela apenas aí será utilizada, embora muito bem assessorada pela Homeopatia, pela Terapia Floral, pela Acupuntura, pelo Reiki e outras representantes das Medicinas Vibracionais.

Mas o que está por trás de qualquer doença é o egoísmo ou a sua variação menor: o egocentrismo. Todo doente vive a sua magoa, o seu medo, a sua falta de confiança, o seu abandono, a sua tristeza, a sua solidão, a sua perda, a sua raiva, o seu orgulho ferido, a sua irritabilidade, a sua impaciência, a sua triste infância etc. É uma atitude de eu, eu, eu, eu... A cura do ser humano, como diz o Dr. Edward Bach, a transcendência, passa pela libertação de si mesmo, e isso pode ser obtido quando passamos a entender, profundamente, que não somos a nossa “casca” e sim o Espírito que se esconde dentro dela. A Psicoterapia Reencarnacionista veio colaborar com essa concepção, aliando-se assim, aqui embaixo, aos esforços dos nossos irmãos mais evoluídos do Plano Astral, que aqui estão tentando acelerar a nossa evolução. Porque nós, por nós mesmos, evoluímos muito devagar.

E bota devagar nisso...

Grato a todos que me acompanharam até aqui, desejo uma feliz encarnação a todos nós, com sucesso espiritual. Pelo menos uma vez por mês releia os defeitos assinalados e reveja como estão eles. Quando algum deles for eliminado, pode apagar a marca que fez (por isso pedi para assinalar a lápis).

E vamos aproveitar essa passagem!

Teste de aproveitamento da leitura do livro (e da encarnação)

POR FORÇA DO HÁBITO de professor, elaborei um teste para os leitores poderem avaliar como aproveitaram a leitura deste livro e de sua atual encarnação.

O teste consta de 9 questões que devem ser respondidas após uma meditação sobre cada uma delas, de preferência por escrito, e ao final deve-se fazer uma avaliação sincera do resultado.

Após essa avaliação, o leitor deve fazer uma reflexão e estabelecer metas e objetivos para sua vida a partir daí, a fim de melhorar seu desempenho nesta atual encarnação.

A partir daí, de vez em quando, deve reler suas respostas, reavaliar suas metas e objetivos estabelecidos e fazer uma avaliação de quanto está cumprindo ao que se propôs.

Vamos ao teste:

1. Qual a opinião do seu Eu Superior a seu respeito?
2. E na opinião dos seus amigos e parentes?
3. Faça uma reflexão a respeito do que veio melhorar nessa atual encarnação (os defeitos que assinalou no capítulo anterior e outros defeitos que não constam naquela lista).

4. Reflita a respeito de como está se saindo nessa empreitada (sinceramente!).
5. Faça uma releitura de sua infância e de sua vida do ponto de vista reencarnacionista (sem bancar a vítima...).
6. Faça uma reflexão a respeito da busca de harmonização com algumas pessoas. Quem são essas pessoas? Como está sua relação com elas?
7. Faça uma reflexão de como pode aproveitar melhor esta atual encarnação. E como pode desperdiçá-la?
8. Se você fosse o seu Guia Espiritual, que nota lhe daria quanto ao seu aproveitamento da atual encarnação?
9. Compare os itens 1 e 8.